

ANTEPROJETO DE UM CENTRO DE ATIVIDADES PARA IDOSOS

Antônio da Silva Sobrinho Júnior*
Miqueias Silva Santos**
Tatiana Moura Rodrigues***

RESUMO

Com o passar dos anos houve um aumento significativo na expectativa de vida do ser humano, em consequência disto, João Pessoa representa a terceira capital do Nordeste com maior índice de população idosa. O envelhecimento é um processo natural dos seres humanos, e envelhecer de forma ativa deve ser sempre estimulado entre os idosos, pois é sinônimo de vida plena com qualidade. Afinal, a prática de atividades físicas regularmente e a adoção de um estilo de vida ativo são essenciais para a promoção de saúde, pois estão associadas com uma melhor mobilidade e capacidade funcional. Além do mais, manter os idosos independentes funcionalmente é o primeiro passo para atingir uma melhor qualidade de vida. Tendo em vista que há poucos planejamentos que englobem esta parcela da população, viu-se a necessidade de construir um centro contendo diversas atividades para garantir a estes idosos condições favoráveis de vivenciar esta fase da vida de forma saudável e natural. Portanto, o objetivo principal deste trabalho é elaborar um anteprojeto arquitetônico, de um centro de atividades para idosos na cidade de João Pessoa-PB, com a intenção de proteger e propor uma melhor qualidade de vida desta população.

*Professor adjunto do Departamento De Arquitetura da UFPB. Professor dos cursos de Engenharia Civil e Arquitetura do UNIPÊ. E-mail: sobrinhojr@hotmail.com.

**Graduando do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Unipê. E-mail: miqueias_23@hotmail.com.

***Professora do curso de Engenharia Civil do Unipê. E-mail: rodriguestatiana@hotmail.com.

Palavras-chave: Anteprojeto. Centro de Atividades. Idoso.

1 INTRODUÇÃO

Com o passar dos anos e o avanço da medicina houve um aumento significativo na expectativa de vida do ser humano. Deste modo, há tendências que a população idosa será majoritária no total da população brasileira (CAMARANO et al., 2004).

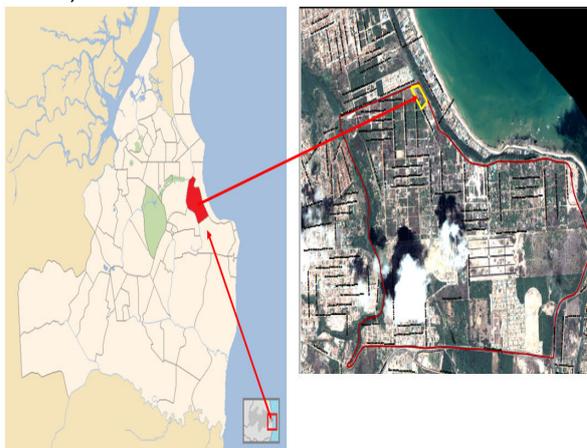
João Pessoa é a segunda Capital

do Nordeste com maior índice de população idosa, a cidade conta com 74.522 idosos, representando 8,1% total de 723.515 pessoas, ficando atrás apenas de Recife (9,4%), dados obtidos segundo o Censo de 2010 pelo IBGE.

O altiplano (Figura 1), bairro escolhido para a implantação do centro de ati-

vidades para idosos, está localizado ao leste da cidade de João Pessoa – PB e está inserido na Mesorregião da Zona da Mata Paraibana (ALEXANDRE et al., 2009). A sua população conta com aproximadamente 5.233 habitantes, destes, 7,6% possuem mais de 60 anos.

Figura 1 - Mapas: João Pessoa PB (lado esquerdo) - Bairro Altiplano do Cabo Branco (lado direito).



Fonte: Google maps (2015).

O clima em João Pessoa é caracterizado como quente e úmido, em vista da grande área verde existente no perímetro urbano, com temperatura média anual de 26°C (segundo as divisões climáticas de W. Köppen, 1956).

Com relação à vegetação, o bairro Altiplano se enquadra na planície litorânea, que é caracterizada por áreas de acumulação marinha, flúvio-marinha e eólica que, devido às condições de umidade dominantes, permitem uma diversificação da cobertura vegetal, onde podem

ser identificados campos de várzea, formações florestais (matas e mangues) e praias (SOUZA, 2010).

A escolha do terreno se deu devido à localização da área, pois está situada em um planalto próximo ao mar, onde favorecerá a vista do mirante onde serão realizadas atividades específicas (loga, meditação, etc.). O centro também necessitará de locais calmos e silenciosos para o desenvolvimento de determinadas atividades que envolvem raciocínio e concentração.

Embora o envelhecimento seja um processo natural dos seres humanos, há poucos planejamentos que envolvam essa parte da população (CARVALHO, 2010). Atualmente, não se pode pensar em “prevenir” ou minimizar os efeitos do envelhecimento sem que além das medidas gerais de saúde se inclua a atividade física (MATSUDO; BARROS NETO, 2000).

Desta forma, o objetivo principal do trabalho é realizar um anteprojeto arquitetônico de um centro de atividade para idosos na cidade de João Pessoa-PB, com a intenção de proteger e propor uma melhor qualidade de vida e, consequentemente, um envelhecimento de forma saudável a essa população.

2 METODOLOGIA

Alguns procedimentos metodológicos foram utilizados para a realização do trabalho em questão, divididos nas seguintes etapas: Pesquisa Bibliográfica através de consultas de órgãos, normativas, livros, internet, monografias, artigos e projetos correlatos; Pesquisa Documental utilizando-se dados, relatórios e estatísticas de instituições públicas, legislações, normas vigentes e dados do IBGE; e Processo projetual que conta com a formulação de diretrizes projetuais, programas de necessidades, pré-dimensionamento, zoneamento, fluxograma, estudos de orientação solar e ventilação predominante, resultando na proposta arquitetônica final em nível de anteprojeto.

3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA- PROJETOS CORRELATOS.

3.1 PROJETOS CORRELATOS

Foram analisados quatro projetos que serviram como fonte de referência para o desenvolvimento do partido arquitetônico a ser proposto neste estudo. Os projetos analisados foram, respectivamente: Centro de Lazer para Terceira Idade, Projeto Casa na Árvore, Centro Mornington e Estádio Beira Rio.

A) CENTRO DE LAZER PARA TERCEIRA IDADE

Trata-se de um trabalho acadêmico, como objetivo de propor a construção de um centro de lazer para terceira idade na cidade de João Pessoa-PB (Figura 2).

Figura 2 - Centro de lazer para terceira idade - João Pessoa



Fonte: Disponível em: <<http://arqpb.blogspot.com.br/2007/09/mrcio-lucena.html>>. Acesso em: 03 mar. 2015

O pré-dimensionamento dos ambientes foi feito de acordo com a análise dos projetos de referência, na NBR 9050 e no Estatuto do Idoso.

A forma de modulação da estrutura, o estilo arquitetônico de fachada, usando pano contínuo de esquadria e forma de agenciamento dos ambientes, foram essenciais para o desenvolvimento do anteprojeto do Centro de Atividades para Idosos.

B) PROJETO CASA NA ÁRVORE

Projeto acadêmico, criado como exercício para uma aula de especialização. O terreno escolhido está localizado no meio rural. Com topografia de aproximadamente 20% de inclinação, sem limites de recuos/altura, área de preservação no lado Sul e Sudoeste, recursos hídricos e vistas para o vale do lado sul ao noroeste.

Figura 3 - Projeto casa na árvore



Fonte: Disponível em: < <http://onedayonecup.arq.br/projeto-casa-a-venda-casa-na-arvore-parte-1-de-2/>>. Acesso em: 11 mar. 2015.

A volumetria da Casa na Árvore foi utilizada como inspiração para a concepção arquitetônica do Restaurante/ Mirante deste estudo.

A concepção estrutural seguida de estrutura metálica com fechamento de madeira e vidro.

C) CENTRO MORNINGTON

O Centro Mornington foi criado com uma ideia de lar ou hotel, mas não como

um hospital, ele oferece uma área residencial adaptada para pessoas idosas que necessitam de serviços especiais de avaliação, reabilitação e cuidados de enfermagem. Com espaços agradáveis e planejamento inovador, o edifício é destinado a promover uma sensação de facilidade e conforto, pois este momento da vida pode ser muito desconcertante tanto para os idosos quanto para as suas famílias. Através de arranjos espaciais e ambiente normalizados, o Centro, passa de um modelo de atenção médico-centrada para um modelo onde a família e os cuidadores trabalham com a equipe para prestar cuidados aos residentes, ou seja, um modelo centrado no paciente (Figura 4).

Figura 4 - Centro Mornington - Fachada com definição de modulações contínuas



Fonte: Disponível em: < <http://www.plataformaarquitectura.cl/cl/02-62830/centro-mornington-lyons>>. Acesso em: 11 mar. 2015

A escolha deste correlato foi, principalmente, devido à modulação e a repetição da forma das paredes. As esquadrias

utilizadas em grande parte do projeto proporcionam um ambiente mais arejado e permitem uma maior entrada de luz natural.

D) ESTÁDIO JOSÉ PINHEIRO BORDA (BEIRA-RIO).

Com uma área construída de 171.082m², o projeto arquitetônico básico da reforma do estádio foi desenvolvido pela empresa Hype Studio Arquitetura, sobre autoria dos arquitetos Fernando Balvedi, Gabriel Garcia e Mauricio Santos. Eles buscaram não apenas cumprir as exigências e padrões internacionais do futebol estipulados pela FIFA, mas também criar um complexo esportivo sustentável, através de uma cobertura com estrutura metálica e membrana para o estádio (Figura 5).

Figura 5 - Cobertura metálica composta por 65 módulos do Estádio Beira-Rio.



Fonte: Disponível em: < <http://www.internacional.com.br/conteudo?modulo=16&setor=195>>. Acesso em: 11 mar. 2015

A escolha deste correlato foi, principalmente, devido à cobertura em estrutura metálica que permite o reaproveitamento da água da chuva para irrigação da grama e jardins, limpeza de áreas externas e descarga de sanitários. Ele oferece conforto, segurança, economia e sustentabilidade ao partido arquitetônico, além de reduzir o desperdício de água e tornar a edificação mais sustentável.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

4.1 PROPOSTA ARQUITETÔNICA (DIRETRIZES PROJETAIS)

As diretrizes têm o objetivo de organizar e listar os elementos projetuais que foram utilizados na proposta do anteprojeto arquitetônico, que são as seguintes:

- Oferecer aos idosos um ambiente harmônico onde eles possam desenvolver atividades físicas e culturais, com todo o apoio necessário, embasado nas normativas e no estatuto do idoso.

- Utilizar de materiais estruturais como o aço, na cobertura da piscina, proporciona uma estrutura leve e o uso de vidros laminados de proteção solar na fachada frontal da piscina e nas fachadas do restaurante/mirante. Os vidros escolhi-

dos para as fachadas tem a função principal de filtrar os raios solares, os vidros de proteção solar reduzem a entrada de calor para o interior, sem afetar a luz natural recebida. Esses vidros também, atuam como barreira para os raios ultravioletas quase em sua totalidade, evitando assim danos causados à pele devido a incidência de raios solares. E o principal promove a interação das pessoas com o meio externo (VIDROS HABITAT, 2015).

- Usar da modulação de paredes sequenciadas favoreceu a utilização de grandes panos de esquadrias e auxiliou na concepção da estrutura do espaço arquitetônico.

- Utilizar um sistema de elevadores que funciona como um núcleo estrutural, além de servir para a acessibilidade das pessoas do centro de atividades.

- Aplicar as Normas e legislações ao projeto, em especial a NBR 9050/2004, que trata da acessibilidade de edifícios, tornando o Centro de Atividades acessível para qualquer pessoa, inclusive as que apresentam mobilidade reduzida.

4.2 PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ-DIMENSIONAMENTO

Foi elaborado um programa de necessidades com a finalidade de nortear as decisões a serem tomadas antes de ini-

ciar o projeto, visando sempre garantir o bem estar dos futuros usuários.

O pré-dimensionamento das áreas foi pensado com a finalidade de adequar as funções de cada ambiente ao espaço arquitetônico, de modo que tragam, segurança, acessibilidade e comodidade aos usuários, para que possam exercer suas atividades adequadamente.

4.3 PARTIDO ARQUITETÔNICO

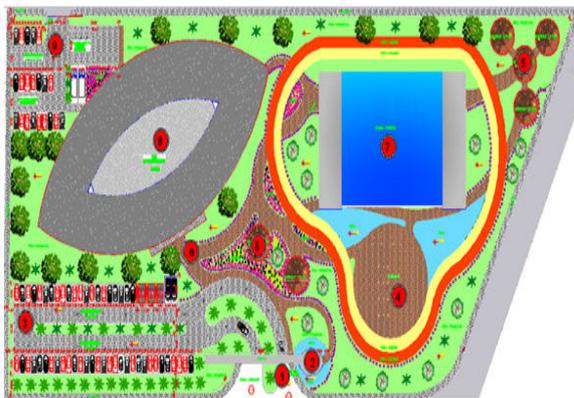
A proposta de um anteprojeto de um Centro de Atividades para Idosos tem a finalidade de proporcionar benefícios a população idosa, no que diz respeito à convivência, qualidade de vida, interação social, além de envolvimento com aspectos culturais, sociais e de lazer, colocando o idoso em uma posição ativa e participativa.

Buscou-se elaborar um projeto diferencial, com estética criativa e apropriada, que integrasse os conceitos da arquitetura contemporânea e moderna através da criação de ambientes que impressionassem, motivassem e fossem convidativos aos idosos, visando sempre o bem estar dos mesmos.

Portanto, os espaços desenvolvidos foram pensados com a finalidade de promover bem estar, e máxima funcionalidade, atentando, primordialmente, a

acessibilidade. Com base nisso, o centro de atividades para idosos é composto pelos seguintes equipamentos: um portal principal, estacionamento, piscina coberta, academia ao ar livre, quiosques de leitura, restaurante/mirante e outras áreas de atividades, conforme zoneamento mostrado na Figura 6.

Figura 6 - Zoneamento do Centro de Atividades para Idosos



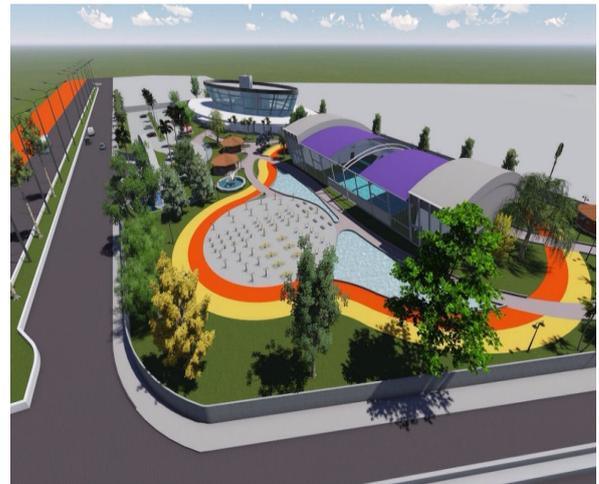
TIPOS DE MATERIAIS	ZONEAMENTO
PISO INTERTRAVADO	1 ENTRADA PRINCIPAL
ASFALTO	2 GUARITA / PORTAL DE ENTRADA
GRAMA	3 ESTACIONAMENTO USUÁRIOS
PISTA DE COOPER/CICLISMO	4 ACADEMIA AO AR LIVRE
ÁGUA	5 QUIOSQUES DE LEITURA
	6 ACESSO
	7 PISCINA COBERTA
	8 RESTAURANTE / MIRANTE
	9 ESTACIONAMENTO FUNCIONÁRIOS

Fonte: Dados da Pesquisa

Situado em uma área de predomínio residencial, o Centro de Atividades, além de prestar assistência integral à população também terá intenção de ser para o bairro um ponto de referência e desenvolvimento local. O público alvo dessa instituição constitui indivíduos com idade acima de 60 anos, que estejam dispostos

a obter uma melhor qualidade de vida através de exercícios para o corpo e para a mente. A Figura 7 mostra uma vista geral do centro de atividades de idosos, mostrando todos os equipamentos.

Figura 7 - Vista geral do centro de atividades para idosos.



Fonte: Dados da Pesquisa

Tendo em vista que os idosos poderão optar por passar boa parte do dia no centro, foi criado um restaurante na parte superior do complexo de atividades que servirá as principais refeições durante todos os dias de funcionamento. O mesmo possuirá uma vista privilegiada da orla do Cabo Branco/Altiplano, tornando assim o ambiente mais agradável. É importante salientar que todos os cardápios serão de responsabilidade de uma nutricionista, onde a mesma supervisionará os pratos. O restaurante não será apenas destinado aos idosos, mas também aos

familiares e acompanhantes que se dispuserem a passar o dia com eles, proporcionando desta forma um maior vínculo familiar e convívio entre amigos. Além do restaurante, haverá um quiosque que servirá lanches rápidos na parte térrea do centro. O estacionamento, o restaurante/mirante/ salão de atividades (que fica embaixo do restaurante), são mostradas na Figura 8.

Figura 8 - Estacionamento, restaurante/mirante/ salão de atividades.



Fonte: Dados da Pesquisa

Pensando na segurança dos usuários e funcionários, haverá um portal de entrada (Figura 9) com uma guarita, onde permitirá o controle de acesso ao complexo, através da identificação dos indivíduos, sistema de segurança monitorada e sistema de alarmes.

Figura 9 - Portal de entrada/ guarita.



Fonte: Dados da Pesquisa

A Figura 10, mostra a piscina coberta, quiosques de leitura, academia ao ar livre.

Figura 10 - Academia ao ar livre, quiosques de leitura e piscina coberta.



Fonte: Dados da Pesquisa

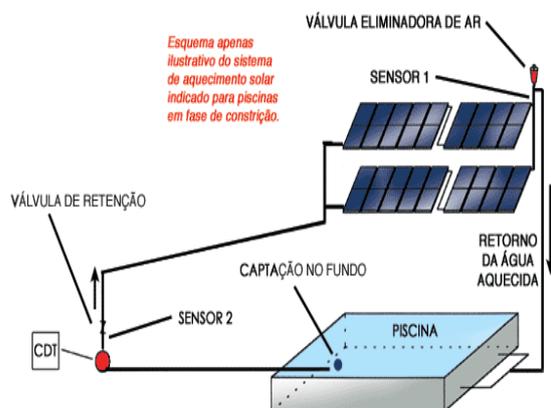
4.4 VERTENTES SUSTENTÁVEIS ADOTADAS NO ANTEPROJETO

Com o objetivo de promover uma edificação com vertentes sustentáveis, integrando harmoniosamente estética, comodidade e qualidade de vida, causando o mínimo de impacto ao entorno, buscou-se a interação entre a arquitetura e o meio ambiente, através das soluções a seguir:

- COLETORES SOLARES

Com o intuito de reduzir o consumo de energia e servir como aquecedores térmicos serão implantados coletores solares sobre a cobertura metálica da piscina. As placas coletoras absorvem a radiação solar e a transfere para a água da piscina, que faz o papel de reservatório térmico, e com isso a piscina é aquecida em torno de 25°C a 29°C.

Figura 11- Esquema de funcionamento coletores solares



Fonte: Disponível em: < http://www.soletrol.com.br/noticias/gua_e_sol/04/pg02.php > . Acesso em: 13 mar. 2015

- PLACAS FOTOVOLTAICAS

A fim de reduzir o consumo de energia, utilizaram-se as placas fotovoltaicas para coletar a energia solar e transformá-la em energia elétrica, fornecendo energia ao circuito responsável pela iluminação. Ao se utilizar a energia solar, passa-se a utilizar de uma energia limpa, sustentável e gratuita.

- PISO DRENANTE

Serão inseridos pisos permeáveis e drenantes feitos com concreto poroso, permitindo a drenagem de 95% da água, nas áreas externas (estacionamento e acessos), colaborando com o ciclo da natureza, evitando o acúmulo de água além de servir como piso antiderrapante.

Figura 12 - Alta permeabilidade do piso drenante

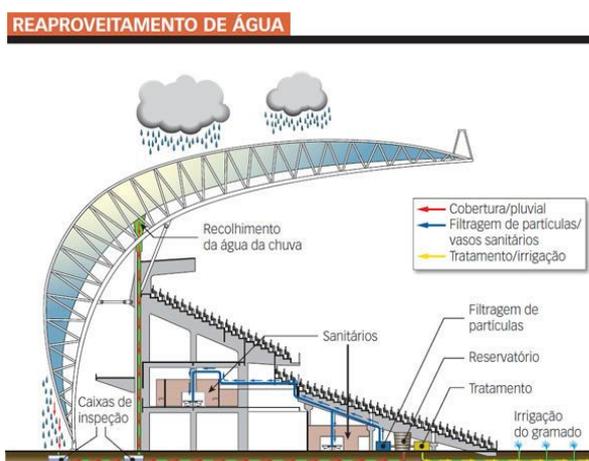


Fonte: Disponível em: < <http://www.tecpavi.com.br/dicasdrenantes.htm> > . Acesso em: 13 mar. 2015

- COBERTURA COM CALHAS COLETORAS DE ÁGUA

Outra medida sustentável será a instalação de uma cobertura com calhas na área da piscina que permite o reaproveitamento da água da chuva para ser utilizada em outros ambientes. Ou seja, a água da chuva quando cai na cobertura metálica é coletada através de um sistema de captação e reutilizada nos sanitários, irrigação de jardins, etc., reduzindo, desta forma, o desperdício de água e contribuindo com a economia do centro.

Figura 136 - Esquema de funcionamento da cobertura metálica para reaproveitamento da água da chuva.



Fonte: Disponível em: < <http://infraestruturaurbana.pini.com.br/solucoes-tecni->

cas/23/estadio-beira-rio-sera-envolto-em-cobertura-tensionada-gigante-colorado-276268-1.aspx > . Acesso em: 15 mar. 2015

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao término deste trabalho, constatou-se que todos os estudos bibliográficos e de correlatos foram essenciais para o desenvolvimento da proposta. Além disso, obteve-se o conhecimento necessário acerca do tema abordado.

O Centro de Atividades para Idosos cumpre todas as exigências do programa de necessidades, bem como o seu objetivo de conceder uma opção arquitetônica de um ambiente com comodidade, segurança, acessibilidade, vertentes sustentáveis e viabilidade construtiva.

A construção deste centro proporcionará aos usuários uma maior qualidade de vida, permitindo que os mesmos possam envelhecer de forma saudável e ativa, através de exercícios físicos, alimentação saudável e convivência familiar e com grupos da mesma faixa etária.

PRELIMINARY DRAFT OF AN ACTIVITY CENTER FOR ELDERLY

ABSTRACT

Over the years there has been a significant increase in life expectancy of human beings, in consequence, João Pessoa is the third capital of the Northeast with more elderly population index. Aging is a natural process of human beings, and aging active form should always be encouraged

among the elderly, it is synonymous with full life with quality. After all, the practice of regular physical activity and the adoption of an active lifestyle are essential for promoting health, as they are associated with better mobility and functional capacity. Moreover, maintaining functionally independent elderly is the first step toward achieving a better quality of life. Considering that there are few plans that cover this portion of the population, saw the need to build a center that encompasses various activities to ensure these elderly favorable conditions to experience this phase of life in a healthy and natural way. Therefore, the main objective of this work is to develop an architectural blueprint, a center of activities for seniors in the city of João Pessoa, PB, with the intention to protect and offer a better quality of life this population.

Keywords: Preliminary Draft. Activity Center. Elderly.

Recebido em: 17/05/2015

Aceito em: 30/05/2015

REFERÊNCIAS

- ALEXANDRE, W. et al. **Altiplano Cabo Branco em João Pessoa, Paraíba, Brasil: gestão urbana e valorização imobiliária do meio-ambiente.** João Pessoa: UFPB, 2009.
- ARQPB. **Centro de lazer para terceira idade.** João Pessoa: [S.n., 200?]. Disponível em: <<http://arqpb.blogspot.com.br/2007/09/mrcio-lucena.html>>. Acesso em: 03 mar. 2015.
- CARVALHO, F. A.; **Mudanças sociais e tecnológicas e suas repercussões na vida das pessoas idosas.** 99 f. TCC (Graduação em Serviço Social) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2010.
- CAMARANO, A. A.; KANSO, S.; MELLO, J. L. Como vive o idoso brasileiro? In: CAMARANO, A. (Org.). **Os novos idosos brasileiros muito além dos 60?** Rio de Janeiro: Ipea, 2004.
- COLETORES SOLARES. **Esquema de funcionamento coletores solares.** Disponível em: <http://www.soletrol.com.br/noticias/agua_e_sol/04/pg02.php>. Acesso em: 13 mar. 2015.
- ESTÁDIO BEIRA-RIO. **Cobertura metálica composta por 65 módulos do Estádio Beira-Rio.** Disponível em: <<http://www.internacional.com.br/conteudo?modulo=16&setor=195>>. Acesso em: 11 mar. 2015.
- FERRAZ, H. **O aço na construção civil.** *Revista eletrônica de ciências.* São Paulo, n. 22, out./dez., 2003.
- IBGE - Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo demográfico: Brasil, 2000.** Rio de Janeiro: IBGE.
- KOPPEN, W. **Climatologia: com um estúdio de los climas de latierra.** Publications In: *Climatology.* New Jersey: Laboratory of Climatology, 1956.

- MATSUDO, S.M.; MATSUDO, V.K.R.; BARROS NETO, T.L. Efeitos benéficos da atividade física na aptidão física e saúde mental durante o processo de envelhecimento. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**, n.5,v.2, p.60-76, abr./jun., 2000.
- NBR 9050. **Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos**. [S.l.]: ABNT, 2004.
- ONE DAY ONE CUP. **Projeto casa na árvore**. [S.l.: s.n., 200?]. Disponível em: <<http://onedayonecup.arq.br/projeto-casa-a-venda-casa-na-arvore-parte-1-de-2/>>. Acesso em: 11 mar. 2015.
- PINHEIRO, L. M.; MUZARDO, C. D.; SANTOS, S.P. **Fundamentos do concreto e projeto de edifícios**. São Carlos: Universidade de São Paulo, 2007.
- PINI. **Esquema de funcionamento da cobertura metálica para reaproveitamento da água da chuva**. [S.l.: s.n., 200?]. Disponível em: <http://infraestruturaurbana.pini.com.br/solucoes-tecnicas/23/estadio-beira-rio-sera-envolto-em-cobertura-tensionada-gigante-colorado-276268-1.aspx>. Acesso em: 12 mar. 2015.
- PISO DRENANTE. **Alta permeabilidade do piso drenante**. [S.l.: s.n., 200?]. Disponível em: <<http://www.tecpavi.com.br/dicasdrenantes.htm>>. Acesso em: 13 mar. 2015.
- PLATAFORMA ARQUITETURA. **Centro Mornington**. [S.l.: s.n., 200?]. Disponível em: <<http://www.plataformaarquitectura.cl/cl/02-62830/centro-mornington-lyons>>. Acesso em: 11 mar. 2015.
- SOUZA, V. S.; **Mapa climático urbano da cidade de João Pessoa – PB**. 2010. 122 f. Dissertação (Pós-Graduação em Arquitetura e Urbanismo) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2010.
- VIDROS HABITAT. **Vidros**. [S.l.: s.n., 200?]. Disponível em: <<http://www.vidroshabitat.com.br/site/ProtecaoSolar>>. Acesso em: 20 maio 2015.