



TÍTULO: Neurociência aplicada aos espaços públicos e privados, voltados a saúde e bem-estar.

Bianca Coutinho Lopes¹

Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora, Juiz de Fora, MG

Renata Goretti Piedade²

Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora, Juiz de Fora, MG

Linha de Pesquisa: Arquitetura e Urbanismo na Contemporaneidade.

RESUMO

O presente artigo analisa a neurociência aplicada à arquitetura, através dos conceitos interdisciplinares estudados das duas áreas. Buscando entender como a arquitetura e o urbanismo podem contribuir para a saúde e bem estar dos seres humanos. Visando a importância dos estudos sobre pessoa-ambiente, a pesquisa segue uma linha entre a história humana e a importância que a construção de edifícios (espaços) teve em mudar o estilo de vida dos indivíduos. Partindo do pressuposto, de que algo nessa linha do tempo prejudicou a qualidade de vida dos seres humanos, analisar-se-á os pontos positivos durante a história humana e a qualidade dos espaços projetados até o presente momento, para comparar os elementos que contribuem para o bem estar. O objetivo é mostrar como um ambiente construído pode ser eficiente para a qualidade de vida, se for pensado de maneira a respeitar as necessidades humanas.

Palavras-chave: Neuroarquitetura, Bem-estar, Qualidade de vida, Pessoa-ambiente.

¹ Discente do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora – CES/JF. Endereço: Rua José do Patrocínio, 388, Mundo Novo, Juiz de Fora. Celular: (32)98885-7728. E-mail: biancacoutinho1996@gmail.com

² Docente do Curso de Arquitetura e Urbanismo do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora. Orientador(a).

1 INTRODUÇÃO

A arquitetura por muito tempo foi analisada através do conceito apresentado por Vitruvius; para ele os elementos fundamentais eram: estabilidade, função e estética. Hoje em dia, podemos entender que os elementos fundamentais na arquitetura e no urbanismo não são mais apenas os apresentados por Vitruvius. A essência da arquitetura e urbanismo na contemporaneidade, são as pessoas. O papel das áreas de arquitetura e urbanismo, se destacam com a intenção dos projetos em proporcionar bem estar e qualidade de vida para seus usuários.

Pensando nisso, o presente artigo apresenta literaturas variadas para o entendimento da nova forma de pensar e projetar arquitetura e urbanismo. Buscando entender o adoecimento das cidades e em consequência disso o das pessoas, apresentando estratégias para uma nova arquitetura e urbanismo na contemporaneidade.

“A tarefa mental essencial da arquitetura é acomodar e integrar. A arquitetura articula a experiência de se fazer parte do mundo e reforça nossa sensação de realidade e identidade pessoal; ela não nos faz habitar mundos de mera artificialidade e fantasia.” (PALLASMAA,2011, p.11)

2 REFERENCIAL TEÓRICO

No atual momento da história da vida humana, o século XXI se tornou palco de muitas doenças psicológicas. Segundo Cury (2013) a sociedade está vivendo dos excessos, prejudicando a absorção de informações tornando-lhes reféns da sua própria mente. Tal situação altera o ritmo de construção de pensamentos afetando o bem-estar, o prazer, a produção e a criatividade.

Partindo do pressuposto de que a vida nas cidades se tornou algo prejudicial para a sociedade, busca-se entender as causas para tal acontecimento. Existem indícios fisiológicos de que os seres humanos não se adaptaram ao novo habitat. O tempo em que o *homo sapiens* viveu na natureza foram milhares de anos a mais do que estão vivendo no meio urbano. Desse modo entende-se, que ainda existe um processo de adaptação do indivíduo nesse novo contexto de vida urbana.

A transição da natureza para as civilizações que logo após se tornaram cidades, ocorreu de forma drástica e assim como nossa mente esse ambiente se desenvolveu rapidamente. Hoje, no século XXI, percebe-se os impactos desse aceleração no processo de adaptação e transformação da natureza em espaço urbano. Pessoas depressivas, ansiosas, com doenças crônicas já são indícios desse

desenvolvimento desenfreado das cidades. No atual momento de pandemia, pode-se questionar sobre o estilo de vida em que se vive, pessoas correndo o tempo todo, sem tempo para si mesma, cidades sem áreas de convivência, ambientes fechados controlados por equipamentos. Todos esses exemplos mostram a linha do tempo construída pelo ser humano e neste momento pode-se criticar e pensar uma nova forma de viver e se reinventar. Arquitetos e Urbanistas em 2014 já previam essa mudança:

Em 2025, 80% da população mundial viverá em assentamentos urbanos. Hoje o meio urbano já superou definitivamente o espaço rural como ambiente característico da humanidade. É fundamental, portanto, redobramos nossos esforços para criar edifícios que nos estimulem, nos inspirem e nos ajudem – em termos de tempo e espaço reais – a interagir e compartilhar ideias para o aperfeiçoamento da sociedade. Nos últimos anos, muito trabalho tem sido dedicado a repensar a cidade como lugar socialmente inclusivo e ambientalmente positivo. No futuro próximo, a arquitetura irá desempenhar um papel fundamental na busca de uma sociedade mais justa e um planeta mais belo e saudável. (Rogers e Gumuchdjan, 2014)

A arquitetura e o urbanismo por sua vez, tem um papel importantíssimo na configuração desse novo mundo. A natureza deve ser resgatada e integrada ao ambiente construído, para que o corpo humano possa se reencontrar e adaptar ao urbano de forma a agregar novas experiências, e não substituir seu estilo de vida natural por um implantado com o desenvolvimento tecnológico. Sobre isso, Pallasma entende que:

“A falta de humanismo da arquitetura e das cidades contemporâneas pode ser entendida como consequência da negligência com o corpo e os sentidos e um desequilíbrio de nosso sistema sensorial. O aumento da alienação, do isolamento e da solidão no mundo tecnológico de hoje, por exemplo, pode estar relacionado a certa patologia dos sentidos. É instigante pensar que essa sensação de alienação e isolamento seja frequentemente evocada pelos ambientes mais avançados em termos tecnológicos, como hospitais e aeroportos.” (PALLASMA, 2011, p.11)

Muito vem sendo estudado sobre a capacidade sensorial, porém essa capacidade vem sendo dispersada com o acúmulo de informações e o próprio desinteresse das pessoas. O estudioso Yuval Harari cita em seu livro Sapiens, como os ancestrais possuíam um mundo sensorial muito mais rico e interessante do que se tem na atualidade. Atualmente, os estímulos são muito maiores devido a evolução das cidades e da tecnológica, e isso dificulta os 5 sentidos. Vivenciar momentos de longa duração e experiências que faziam parte da natureza dos seres humanos, já não se tem “tempo” para experimentá-las.

Os arquitetos e urbanistas possuem um arsenal de informações interdisciplinares que podem contribuir tanto para sua área de atuação como podem

acrescentar conteúdos para outras áreas. Essa interdisciplinaridade encontrada entre arquitetos e urbanistas e os neurocientistas é só o começo de um novo modo de pensar para o futuro das pessoas e de seus ambientes. A conscientização de várias áreas para um objetivo em comum tende a estruturar uma nova qualidade de vida para as sociedades do mundo. Cuidar das pessoas é o objetivo de grande parte das pesquisas e estudos do século XXI. Na área de arquitetura e urbanismo, profissionais podem atuar no micro e macro ambiente. São eles, residências(micro) e cidades(macro), onde podem estimular os 5 sentidos acionando a região central do cérebro para proporcionar qualidade de vida.

“Edificações e cidades fornecem o horizonte para o entendimento e o conforto da condição existencial humana. Em vez de criar meros objetos de sedução visual, a arquitetura relaciona, media e projeta significados. O significado final de qualquer edificação ultrapassa a arquitetura; ele redireciona nossa consciência para o mundo e nossa própria sensação de termos identidade e estarmos vivos. A arquitetura significativa faz com que nos sintamos como seres corpóreos e espiritualizados.” (PALLASMA, 2011, p.11)

Pode-se começar reestruturando o espaço público urbano, acrescentando áreas de lazer, convivência e experiências novas. Muitas praças possuem árvores para sombrear e trazer conforto ao usuário do espaço, mas algo que é tão acessível ainda se vê pouco nesses espaços que são árvores frutíferas ou plantas comestíveis. Isso ajudaria pessoas que estão em condições de fome e desnutrição e é algo que a própria natureza consegue cuidar. Esses espaços se tornariam mais interessantes e vivos para os visitantes e proporcionariam bem-estar, como o arquiteto Jan Gehl pensava:

“Conquanto a cidade viva e convidativa seja um objetivo em si mesma, ela é também o ponto de partida para um planejamento urbano holístico, envolvendo as qualidades essenciais que tornam uma cidade segura, sustentável e saudável.” (GEHL, 2015, p. 63)

A neuroarquitetura vem ganhando espaço nos novos projetos por sua linha de pesquisa da área de neurociência que busca entender como os ambientes construídos e seus materiais afetam a mente e refletem no comportamento humano. Para os profissionais de arquitetura a neuroarquitetura é de essencial importância para projetar espaços que possam estimular o bem-estar humano. Dessa forma, desenvolver-se-á ambientes como hospitais, escolas, escritórios comerciais, entre outros de forma a cultivar a melhor vivência nos mesmos. Os hospitais poderão facilitar os processos de tratamento através de sua ambiência, proporcionando aos pacientes bem-estar durante seu tratamento. As escolas, por sua vez, serão

projetadas com espaços para diferentes funções de: maior concentração (salas de aulas) e recreação (cantinas e pátios). Já os escritórios dependendo do seu objetivo profissional, poderão apresentar novas propostas para auxiliar na criatividade e produção de seus colaboradores.

Percebe-se então, que através dos estudos sobre neuroarquitetura, “a retenção de informação e nossa criatividade chegam a ter um desempenho 50% a 75% maior em um ambiente multissensorial” (GONÇALVES E PAIVA, 2018).

Além disso, a neuroarquitetura e seus subtemas buscam entender a relação das emoções com o ambiente construído. Sendo assim, através dos subtemas como biofilia que significa o estudo da ligação emocional dos seres humanos com a natureza; Primming, significa detectar objetos inconscientemente; a iluminação também é referência para espaços de qualidade, estudos afirmam que, “espaços com iluminação variada (pontos claros e pontos escuros) registram respostas emocionais mais intensas do que espaços com todas as áreas iluminadas.” (GONÇALVES E PAIVA, 2018); e Wayfinding, que é a capacidade de se localizar no espaço:

“Ao projetar edifícios complexos, os arquitetos devem se preocupar com a locomoção dos usuários. Os ambientes devem ser bem conectados, e o layout deve ser lógico e de fácil compreensão para todo tipo de pessoa. As conexões entre ambientes devem ter pistas visuais para auxiliar o reconhecimento do pedestre e ajudar os circulantes a entender o que está por vir.” (GONÇALVES E PAIVA, 2018, p. 431)

3 METODOLOGIA

Utilizando a abordagem de revisão de literatura, o trabalho foi elaborado através de estudos de conteúdos teóricos sobre neurociência aplicada à arquitetura e urbanismo, psicologia ambiental e biofilia com o objetivo de estruturar estratégias que podem ser aplicadas em projetos arquitetônicos para proporcionar qualidade de vida aos usuários. A revisão se baseou em livros de origem brasileira e estrangeira – Triuno, Neurobusiness e Qualidade de Vida (Gonçalves, R. e Paiva, A.); Psicologia Ambiental – conceitos para a leitura da relação pessoa-ambiente (Cavalcante, S. e Elali, G.); Biophilia (Wilson, E.) e Cidades para Pessoas (Gehl, J.). O critério para a escolha das literaturas foi a interdisciplinaridade na área de pessoa-ambiente, arquitetura e urbanismo e neurociência.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos sobre neuroarquitetura e psicologia ambiental são instrumentos novos para a área de arquitetura e urbanismo auxiliando no projetar dos ambientes. Essa abordagem busca projetar espaços que proporcione qualidade de vida e bem-estar, ligada a relação da mente e comportamento com o ambiente construído. Portanto, o estudo dos sentidos é essencial para o entendimento da relação pessoa-ambiente que definirão os melhores modelos de ambientes com qualidade projetual.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Chegou o momento em que a arquitetura e o urbanismo vão se destacar com projetos que buscam a melhor vivência em seus espaços com foco no bem-estar de seus usuários. Pode-se projetar algo belo tanto no quesito estética quanto em espacialidade e ainda ir além, conectando o ambiente construído a natureza. Buscar uma nova abordagem e partilhar dela com outras áreas de conhecimento podem proporcionar um melhor desenvolvimento para as cidades e para a sociedade do mundo como um todo. Portanto, entendendo as necessidades do protagonista dessa história – o ser humano, adaptações serão desenvolvidas para um mundo melhor.

ABSTRACT, RÉSUMÉ ou RESUMEN

This article analyzes neuroscience applied to architecture, through the interdisciplinary concepts studied in both areas. Seeking to understand how architecture and urbanism can contribute to the health and well-being of human beings. Aiming at the importance of studies on person-environment, the research follows a line between human history and the importance that the construction of buildings(spaces) had in changing the lifestyle of individuals. Assuming that something in this timeline has affected the quality of life of human beings, we will analyze the positive points during human history and the quality of the spaces projected up to the present moment, to compare the elements that contribute to well-being. The goal is to show how a built environment can be efficient for the quality of life, if it is designed in a way that respects human needs.

REFERÊNCIAS

- PALLASMAA, Juhani. **Os olhos da Pele: A arquitetura e os sentidos**. 1. Ed. São Paulo: Bookman, 2011.
- GONÇALVES, Robson; PAIVA, Andréa de. **Triuno: Neurobusiness e Qualidade de Vida**. 3. Ed. 2018.
- CURY, Augusto. **Ansiedade: como enfrentar o mal do século**. 1. Ed. São Paulo: Saraiva, 2013.
- CAVALCANTE, Sylvia; ELALI, Gleice A. **Psicologia Ambiental: Conceitos para a leitura da relação pessoa-ambiente**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2018.
- JONES, Denna. **Tudo sobre arquitetura**. Rio de Janeiro: Sextante, 2014.
- GEHL, Jan. **Cidades para pessoas**. 3. Ed. São Paulo: Perspectiva, 2015.
- HOMMERDING, Mariana. **Análise do impacto de novas estratégias de projetos no bem-estar dos usuários em uma edificação corporativa: O caso da certificação WELL e da Neurociência Aplicada à Arquitetura**. 2019. 36 f. Monografia (Pós-Graduação em Construção Civil) – Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Porto Alegre, 2019.