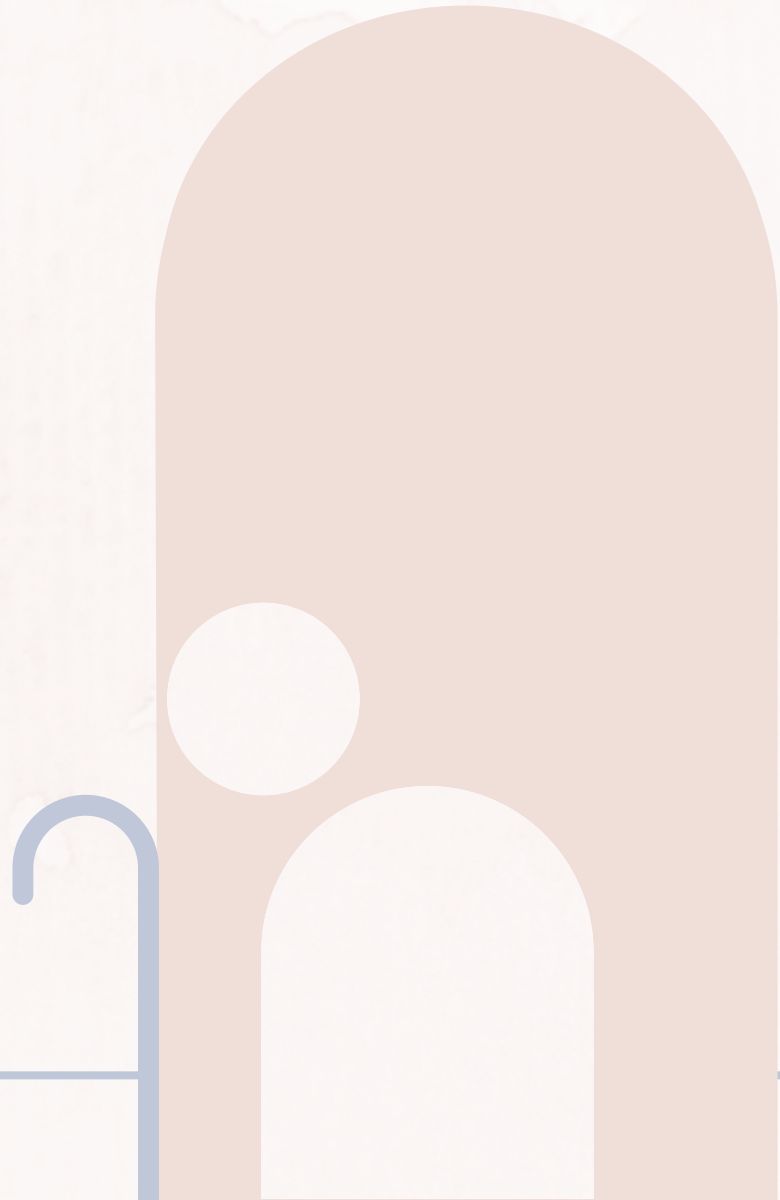
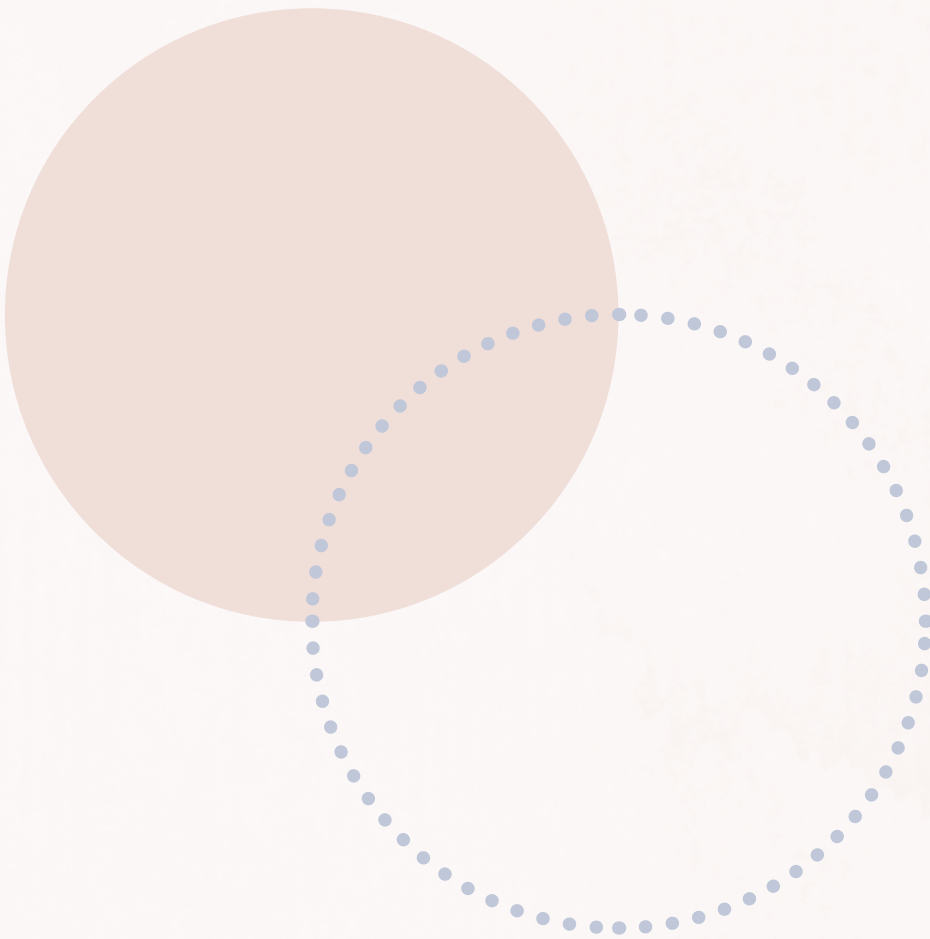
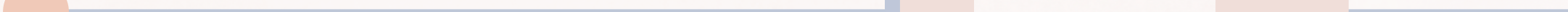
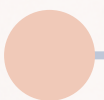


Banca Final

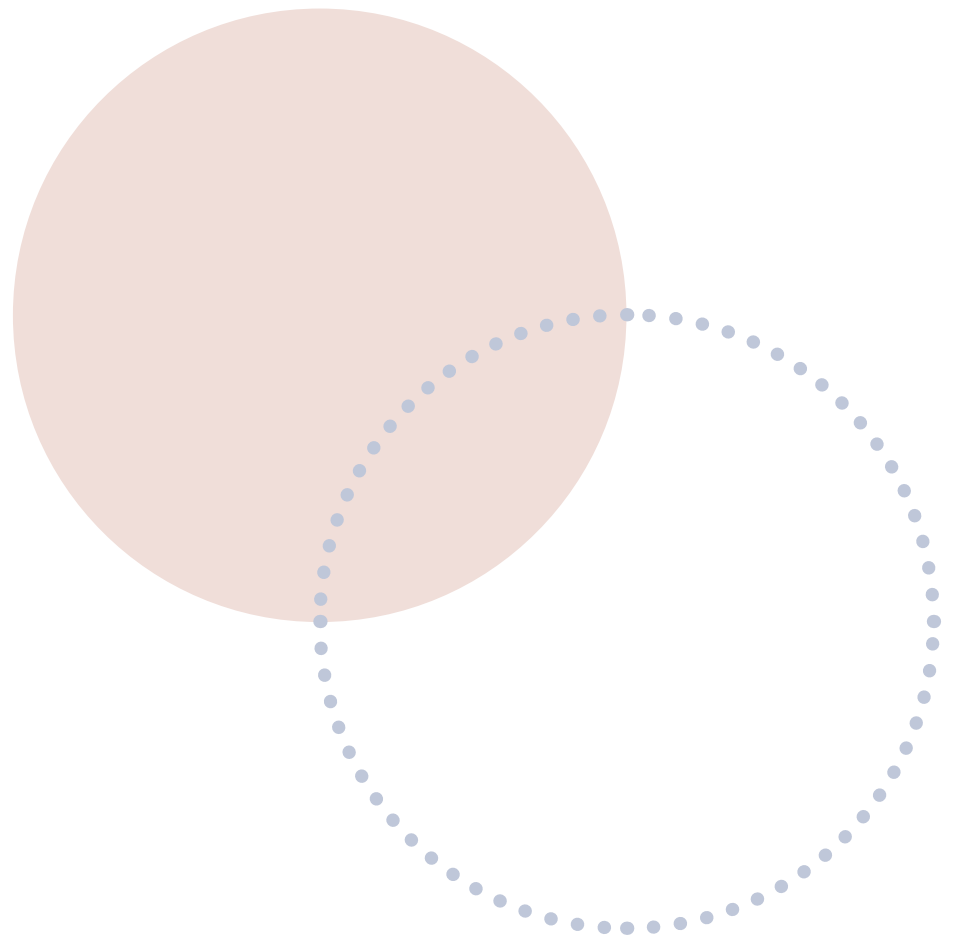
TFG2 - FAU UFRJ 2021.1

Centro Dia para Idosos



Talita Lacerda Fernandes da Silva

Orientadora: Wanda Vilhena Freire



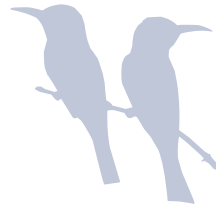
**Centro
Dia
para
Idosos**



Niterói - RJ

Banca Final

TFG2 - FAU UFRJ 2021.1



QUANTOS ANOS TENHO?



Tenho a idade em que as coisas se olham com **mais calma**, mas com o interesse de seguir crescendo. (...)

Quantos anos tenho? Não preciso de um número marcar(...)

O que importa se fizer vinte, quarenta, ou sessenta!
O que importa é a idade que sinto.

Tenho os anos que preciso para viver **livre e sem medos**



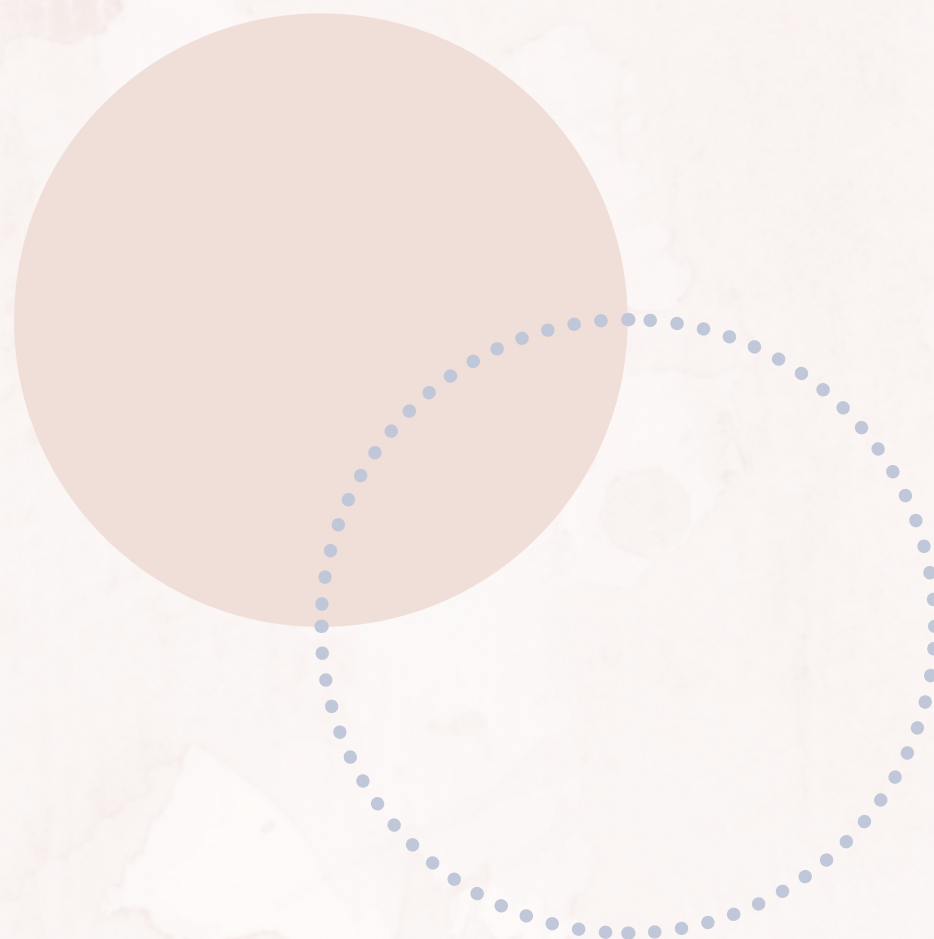


Para seguir sem temor pelo atalho, pois levo comigo a
experiência adquirida e a **força** de meus desejos

Quantos anos tenho? Isso a quem importa!
Tenho os anos necessários para perder o medo e fazer
o que quero e sinto.

José Saramago

Este trabalho tem como objetivo desenvolver o projeto de um Centro Dia para idosos na cidade de Niterói, Rio de Janeiro. A partir do dimensionamento do programa de necessidades do projeto, serão criados espaços amplos e integrados que promovam uma convivência saudável entre os frequentadores, levantando soluções que façam da arquitetura um objeto de interação e integração social entre a comunidade



Resumo



Agradeço primeiramente a Deus por ter me guiado e me dado forças para chegar até aqui e à minha mãe por sempre acreditar em mim, sempre me incentivando a correr atrás dos meus sonhos.

Para minha Orientadora Wanda, eu não tenho palavras para dizer o quanto eu sou grata por tudo. Obrigada por ter me orientado desde o primeiro período da faculdade até o final do curso com bons conselhos e tanta empatia.

Para as minhas amigas de infância e de vida Júlia, Laura, Letícia, Luli, Shara e Thais eu agradeço imensamente todo o apoio, incentivo e companheirismo de todos os momentos. Agradeço às minhas amigas da faculdade, Camilla, Rafaela, Brenda, Samara e Thayná pelos trabalhos acadêmicos e amizade que construímos juntas.

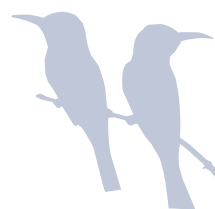
Agradeço às minhas Tia Leila e Rogéria por todas as orações, assim como minha tia Sheyla que sempre me coloca pra cima.

Todos vocês são extremamente especiais pra mim e fizeram parte da minha trajetória

Este trabalho foi feito em homenagem às minhas avós Sônia e Ninice, e em memória do meu avô Egydio. Amo vocês.

Agradecimentos





Página

10-12



**Apresentação e
Justificativa do Tema**

13

○ **Objetivo Geral**

14-15

○ **Objetivo
Específico**

16-17

○ **Métodos**

18-19

○ **Contextualização da
Terceira Idade**

20-21

○ **O Idoso e a Saúde
Pública**

22-23

○ **A Importância da
Família**

24-29

○ **A Cidade de
Niterói**





**Centros Dia em
Niterói**



Página

30-31

**Referências
Projetuais**



32-43

Localização



44-45

O Terreno



46 -55

A Legislação



56 -57

**Programa de
Necessidades**



58 -61

**Referências
bibliográficas**



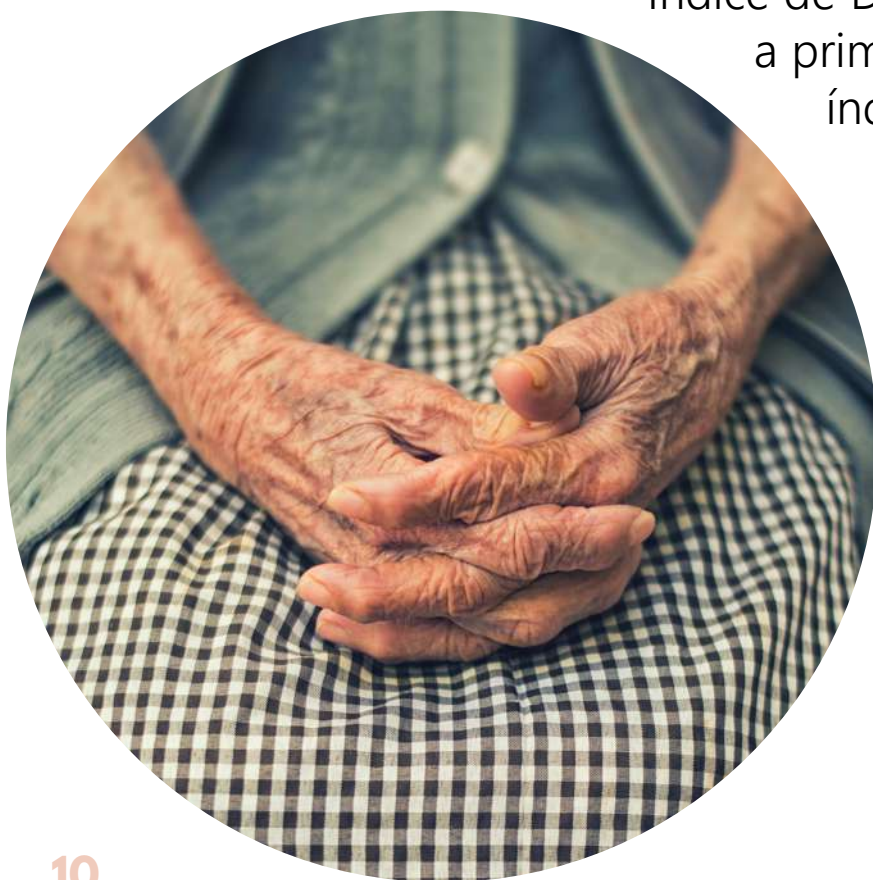
62-63

Apresentação e Justificativa do Tema



A grande motivação para a escolha do tema veio a partir de análises territoriais da cidade de Niterói, que possui alto índice de pessoas com 60 anos ou mais, além do interesse pessoal de propor uma melhoria na qualidade de vida nessa faixa etária em ascensão. Apesar de Niterói ser uma das cidades com maior índice de população idosa no Brasil de acordo com o IBGE, existem algumas lacunas em relação ao planejamento específico para esse grupo populacional, principalmente quando pensamos em atividades de lazer voltadas preferencialmente para a 3ª idade.

Com base nos dados levantados a partir de pesquisas, foi constatado que em 10 anos, a população idosa terá um aumento de cerca de 3,7% em relação ao ano de 2020, fazendo com que esse grupo seja 13,5% de toda a população do Brasil. Quando analisamos o estado do Rio de Janeiro esse número é ainda maior, com aumento de 4,2% em relação ao ano de 2020, somando 16,2% da população do Estado. A cidade de Niterói tem o sétimo maior Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM) do país, e é a primeira colocada entre os municípios do Estado do Rio. Os índices de salubridade e saúde são fatores que aumentam a expectativa de vida no município, e as subseqüentes gestões da cidade sempre propõem melhorias para que esses números aumentem cada vez mais.



Foi observado a partir da leitura da bibliografia consultada e de dados levantados, que a saúde mental nessa faixa etária é de suma importância para manter a integridade do indivíduo, além de ser algo mais subjetivo por envolver aspectos como bem estar, capacidade funcional, autoestima e o estado emocional. A longevidade é uma conquista humana extremamente positiva, e é evidente que todos esses aspectos devem ser levados em consideração, por isso a ideia de um Centro Dia surge como opção às tradicionais casas de repouso, pois além de ser aberto para mais pessoas, por ser um equipamento público, o idoso não perde o vínculo familiar que é tão importante nessa fase da vida.

Quando analisamos esses dados, é notável a importância de um planejamento para atender a demanda atual e futura desse grupo. Nessas circunstâncias, o Centro Dia se torna um local onde a população idosa pode usufruir de forma segura, atendendo tanto às necessidades de lazer quanto às questões implícitas envolvidas. Como a prefeitura da cidade se mostra aberta para novas ideias que possam agregar à população, além de possuir um histórico de muito esmero com questões sociais e de acessibilidade, a proposta é de que este local seja gerido e administrado pelo poder público, possibilitando a viabilidade do projeto.





A criação de um **Centro-dia** vem como alternativa para ter uma arquitetura social que foge dos moldes tradicionais dos asilos, abrangendo um número maior de pessoas nessa faixa etária, aumentando a **qualidade de vida** da população local e mantendo o **vínculo familiar**, estreitando os laços sociais tão importantes nessa idade.

O Centro-Dia deverá ser um local administrado pelo poder público, que atenderá tanto idosos independentes quanto aqueles com certas limitações físicas, onde a acessibilidade será um fator determinante, assim como o bem estar físico e mental de cada indivíduo. O espaço ficará aberto ao público alvo e contará com atividades livres e programadas para promover interações sociais entre os frequentadores.





Objetivo Geral



O objetivo geral deste trabalho é **projetar um equipamento** que atenda às necessidades de **entretenimento** da população na **3ª idade**, passando por aspectos sociais, psicológicos e físicos.

Objetivos Específicos



- Lançar uma proposta de equipamento público para a cidade de Niterói, que propicie a melhoria da qualidade de vida na 3ª idade de forma acessível e gratuita, com espaços adequados voltados para aspectos como o bem-estar mental e físico do público alvo.
- Possibilitar que idosos de baixa renda possam utilizar espaços adequados sem se preocupar com gastos extras no orçamento familiar.
- Propor espaços amplos para realização de atividades culturais que agreguem ao intelecto.
- Prezar pela manutenção do vínculo familiar.



- Fomentar o comércio local a partir do aumento do número de transeuntes na região.
- Tornar o Centro Dia em questão um local público de referência na cidade em qualidade arquitetônica e em atendimento e apoio ao idoso.
- Propor espaços voltados para a acessibilidade, onde a arquitetura agregue funcionalidade e estética aos ambientes propostos.
- Prezar pela iluminação e ventilação natural nos ambientes internos e externos, além da integração de alguns espaços para uma maior flexibilidade de usos.
- Dimensionar corretamente os ambientes de acordo com o seu uso e demanda prevista para o local.
- Fazer da arquitetura um objeto de interação e integração social entre a comunidade.

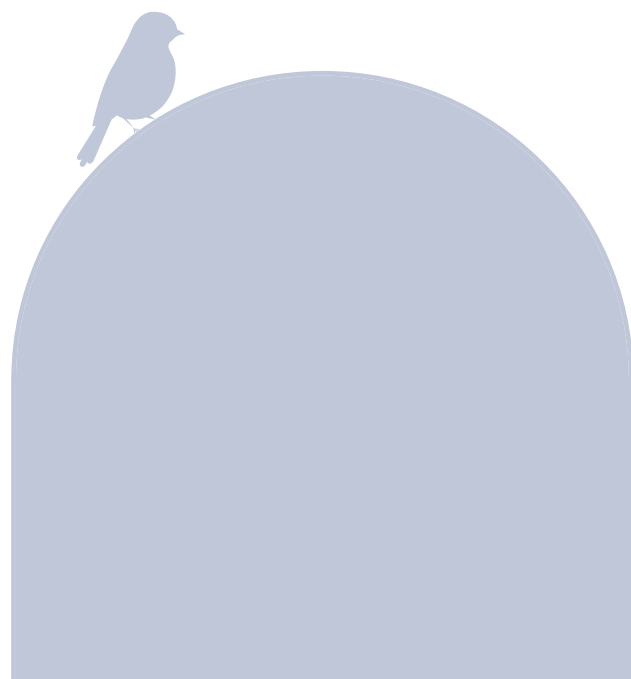
Método



- Buscar **referências** de espaços arquitetônicos adequados para população idosa.
- Estudar **comportamentos** e diversos estilos de vida da população local para entender o seu **ritmo de vida**.
- Levantar **necessidades** dos idosos a partir de pesquisas locais.
- Definir o **terreno** em local de demanda que abrigue o programa de necessidades, de forma com que permita a viabilidade do projeto, analisando vantagens e desvantagens de cada terreno selecionado.



- Levantar os serviços do entorno, para melhor compreensão do **bairro e rotina** da população local.
- Dimensionar e adequar o **programa de necessidades** ao longo do processo de desenvolvimento do projeto.
- Referenciar teoricamente as **premissas da edificação**, tanto de forma estética quanto em questões funcionais.
- **Desenvolver o projeto** da edificação a partir das premissas apresentadas, passando pelo estudo de massa e implantação; estudo preliminar; anteprojeto; detalhamento de áreas específicas.

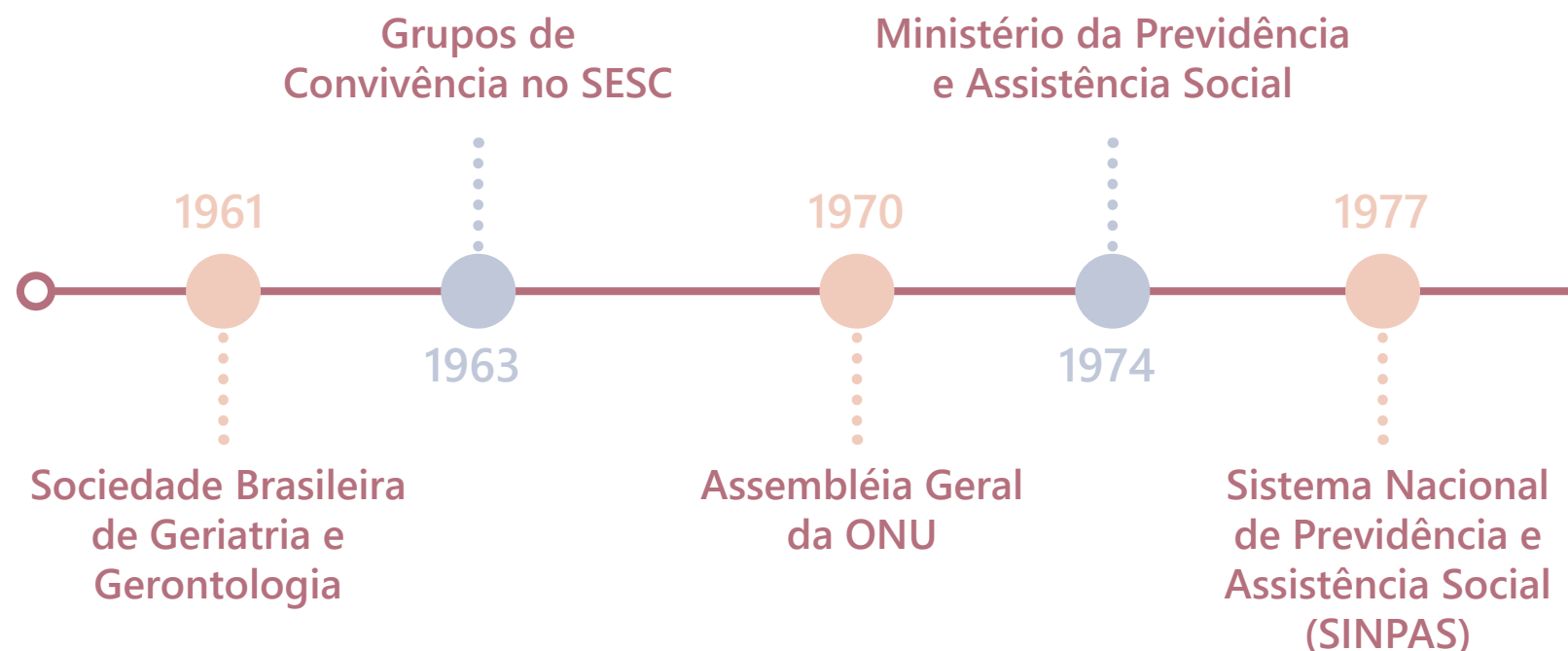


Contextualização da Terceira Idade



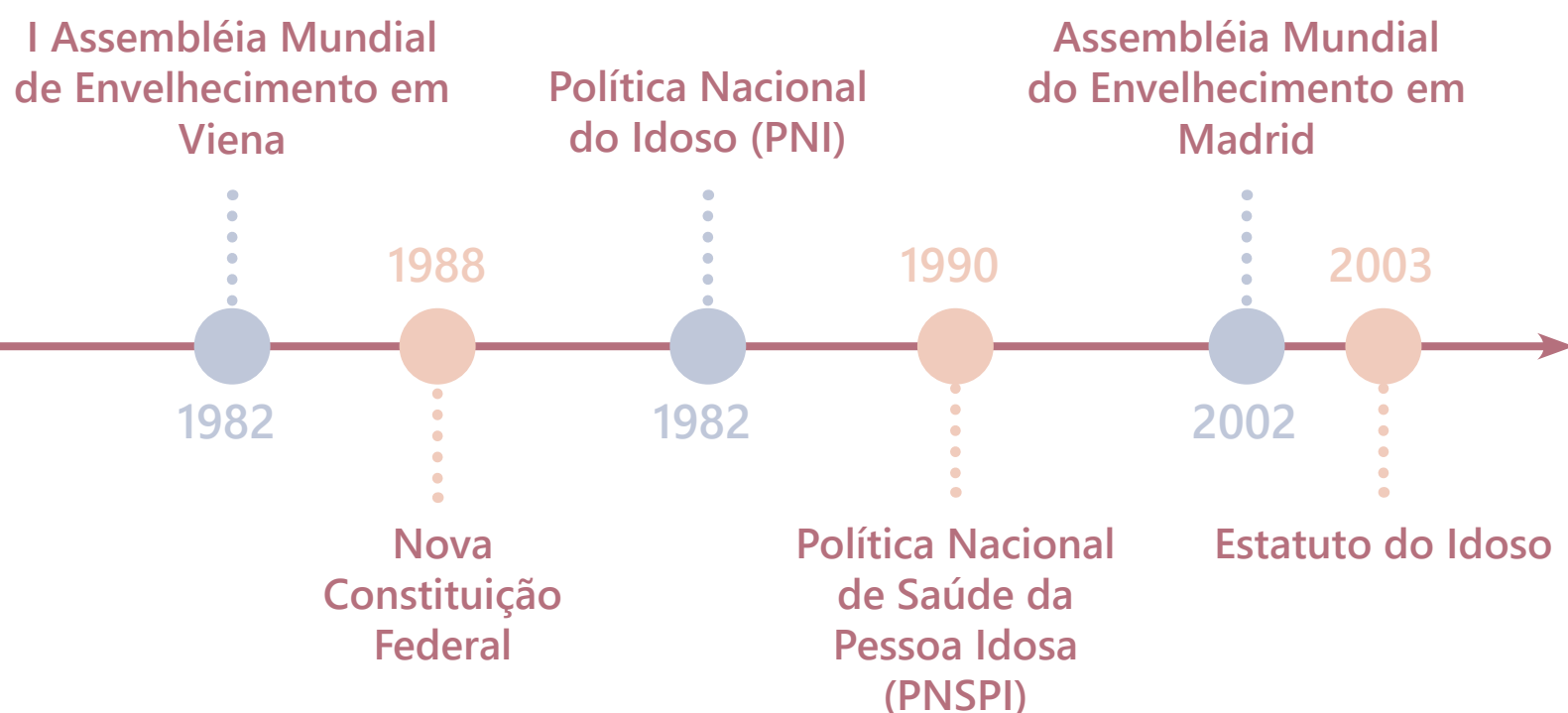
A população idosa no Brasil e no mundo cresce a cada dia, por conta disso questões relacionadas à saúde pública voltada para esse grupo estão sendo cada vez mais discutidas ao longo dos anos. Quando analisamos de forma histórica, encontramos diferentes formas de representação da velhice. Em períodos passados, que decorrem desde a época de Platão (427-347 a.C.), já havia discussões envolvendo essa fase da vida, apresentando um valor social positivo onde a velhice era vista como um período de paz e libertação. Entretanto, quando analisamos a idade moderna e a influência de alguns argumentos científicos desenvolvidos na época, vemos que o idoso passou a ser representado de forma obsoleta, onde seu intelecto acaba sendo questionado principalmente por causa das limitações físicas decorrentes da idade avançada.

Com o passar do tempo, a evolução da ciência e o aumento da expectativa de vida conseguiram reverter em parte esse pensamento estereotipado, que durou até



o século passado. Na contemporaneidade, é possível identificar várias crenças, condutas e estudos que quebram esses paradigmas da velhice. Peter Laslett, estudioso do assunto, levanta diversas hipóteses acerca do signo da “terceira idade”, levantando reflexões sobre as etapas da vida e seus significados, a partir de novas perspectivas. Em seu livro “A Fresh Map of Life: The Emergence of the Third Age” ele caracteriza, em alguns momentos, a terceira idade como período de satisfação pessoal e a separa do paradigma desse ciclo de decadência até o momento da morte.

Ao olharmos para o Brasil nos deparamos com algumas políticas públicas voltadas para os idosos, a partir da década de 60, época em que foi constatado em pesquisas no SESC o isolamento desse grupo, e a partir desse momento uma série de mobilizações sociais foram realizadas em prol do idoso. Dentre as diretrizes abordadas no programa de Escolas voltadas exclusivamente para a terceira idade do SESC, temos o conceito das relações intergeracionais, onde a interação entre crianças, parentes e idosos é valorizada, ressignificando o convívio familiar e trazendo inclusão do idoso na sociedade. A proposta geral era apostar em um envelhecimento saudável e ativo, fazendo da velhice um agente de transformação social.





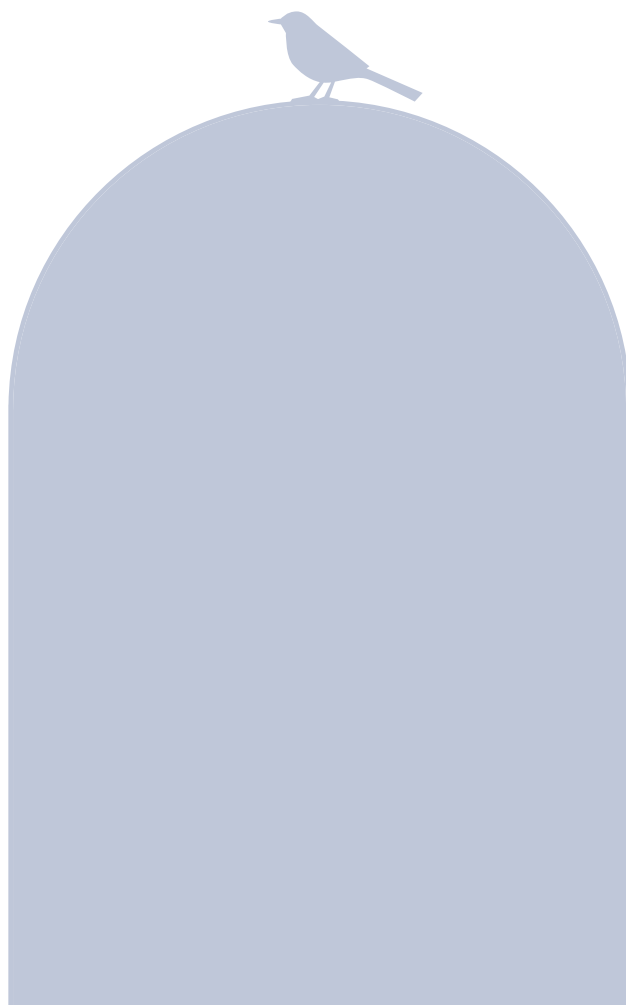
O envelhecimento se tornou uma questão de saúde pública, não só no Brasil mas em todo o mundo. O crescimento desse grupo populacional era visto com mais frequência nos países desenvolvidos, entretanto nos últimos anos vemos esse padrão se repetindo em países em desenvolvimento. Junto com a mudança na pirâmide etária, problemas relacionados a questões envolvendo a velhice aumentam ao longo dos anos, como uma maior necessidade de suporte em serviços de saúde. Chegar a uma idade mais avançada é extremamente gratificante, por isso devemos prezar para que as mais diversas classes sociais consigam ter as mesmas oportunidades de acesso a tratamentos médicos, suporte físico, emocional e acompanhamento frequente por profissionais.

Dessa forma, surgem desafios para a Saúde Pública, reconhecidos pela própria Organização Mundial da Saúde (OMS). Como fortalecer as políticas públicas de promoção e prevenção da saúde, especialmente aquelas voltadas para os idosos, melhorando a sua qualidade de vida?

É evidente que precisamos encontrar meios didáticos e eficazes para incorporar os idosos na sociedade. Atualmente, com a evolução de novas tecnologias e estudos mais avançados com pesquisas em prol da saúde do idoso, é possível encontrar um caminho justo e democrático para oferecer e distribuir os serviços necessários para cuidar desse grupo populacional em ascensão.

Em pesquisas feitas, foi constatado que entre os diversos transtornos que afetam diretamente os idosos, a saúde mental merece uma atenção redobrada. Os maiores geradores de perda da independência e autonomia estão ligados diretamente à depressão e à demência, onde as desordens mentais são responsáveis por comprometer por volta de 20% da população idosa. Atualmente no Brasil, existem por volta de 10 milhões de idosos que sofrem com a depressão.

De acordo com a OMS, algumas ações podem ser tomadas para retardar os declínios funcionais nessa idade, como por exemplo a participação em atividades físicas de intensidade leve a moderada, interação em atividades lúdicas e jogos que estimulem o raciocínio lógico, assim como a ajuda de profissionais capacitados no tratamento de doenças da mente como psicólogos.



A Importância da Família



De acordo com um estudo feito e descrito no artigo “Abordagem do idoso em programas de saúde da família”, foi constatado que para alcançar êxito nas políticas públicas voltadas para os idosos é de suma importância a preservação do vínculo familiar em todo o processo de introdução e reabilitação desse grupo. A partir do momento em que entendemos que o envelhecimento é uma questão de saúde pública, é possível promover estratégias da família junto ao Estado para chegar a soluções eficazes e humanizadas para tal assunto.

Foi constatado nos resultados da pesquisa que idosos que são internados em serviços de longa permanência, mesmo que em um curto período de tempo, acabam apresentando uma significativa deterioração na capacidade funcional e na sua autonomia. Esse tipo de modelo excludente dificulta ainda mais a reabilitação, além de limitar o idoso a espaços confinados com pouca interação social que se mostra tão importante nessa fase da vida.

O caminho ideal a ser seguido é o de integrar o idoso ao sistema de saúde, com a estratégia baseada no apoio familiar e de órgãos públicos, que possam garantir e auxiliar essas famílias de forma correta, gerando uma base sólida para o envelhecimento saudável. Dessa forma será possível prezar tanto pela longevidade da população quanto pela qualidade do envelhecimento, garantindo uma vida mais feliz e ativa na sociedade.

Conhecer a realidade das famílias com ênfase nas suas características sociais, econômicas e culturais

Reabilitação da capacidade funcional comprometida



Assistência às necessidades de saúde do idoso

Manutenção da capacidade funcional

Capacitação de recursos humanos especializados

Apoio ao desenvolvimento de cuidados informais



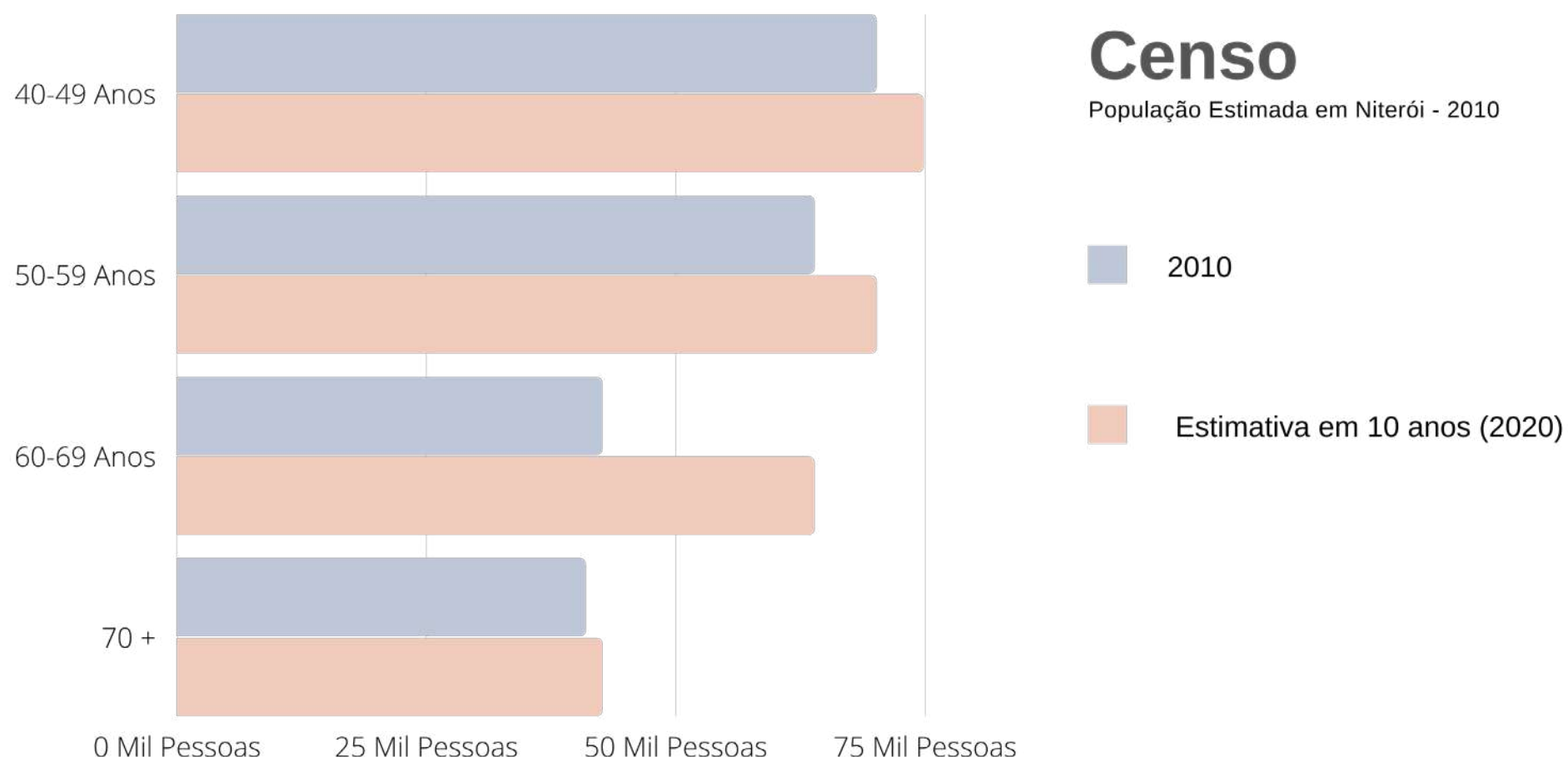
“...como propósito basilar a promoção do envelhecimento saudável, a manutenção e a melhoria, ao máximo, da capacidade funcional dos idosos, a prevenção de doenças, a recuperação da saúde dos que adoecem e a reabilitação daqueles que venham a ter a sua capacidade funcional restringida, de modo a garantir-lhes permanência no meio em que vivem, exercendo de forma independente suas funções na sociedade”

Política Nacional de Saúde do Idoso (Brasil, 1999:21).

A Cidade de Niterói



Niterói é o município da Região Metropolitana do Estado do Rio de Janeiro que possui o maior IDHM (Índice de Desenvolvimento Humano Municipal) do Estado, e ocupa o sétimo lugar nesse ranking a nível nacional. Sua população no ano de 2020 era de aproximadamente 515.317 mil habitantes de acordo com o IBGE, onde 16,2% deste total possuem 60 anos ou mais, totalizando aproximadamente 83.578 são pessoas. Outros índices da cidade apontam para a qualidade de vida da população local, como a quantidade de locais de saúde que aceitam o SUS, a média salarial dos habitantes, expectativa de vida elevada e porcentagem de habitações que possuem saneamento básico adequado.

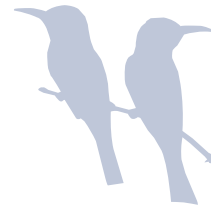


515.317
Pessoas

População Estimada em
Niterói - 2020 - IBGE

91,1% de
Saneamento
Básico
Adequado

Comparando a outros
municípios - Censo 2010



3,2 salários
mínimos

Salário médio mensal dos
trabalhadores formais - IBGE

86 Locais de
saúde com
SUS

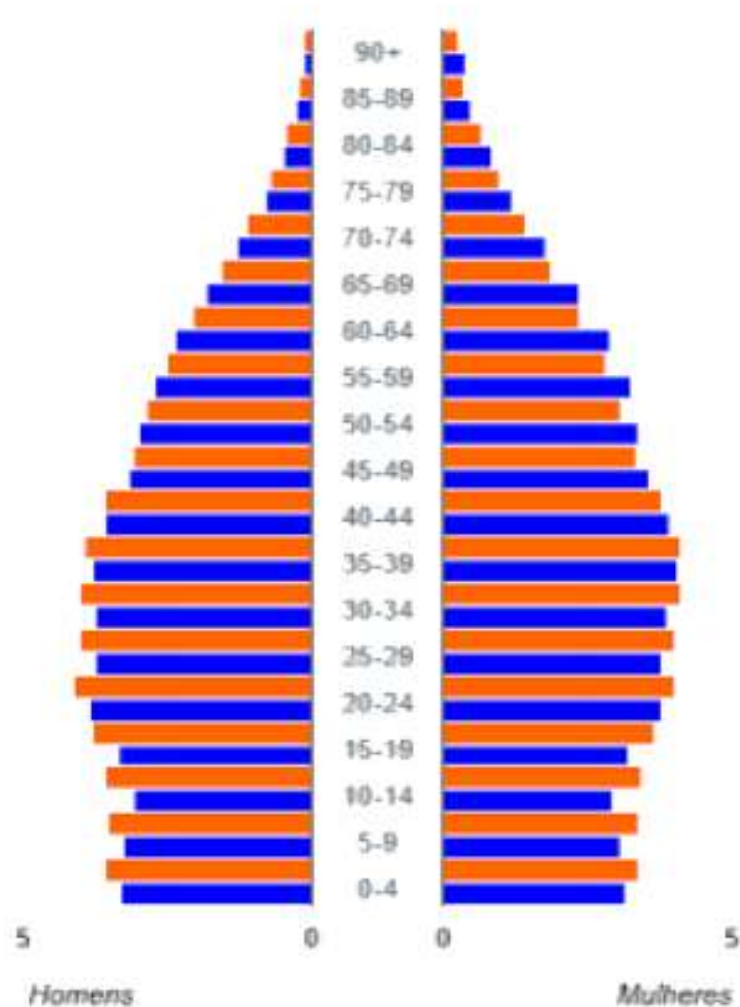
Censo 2010



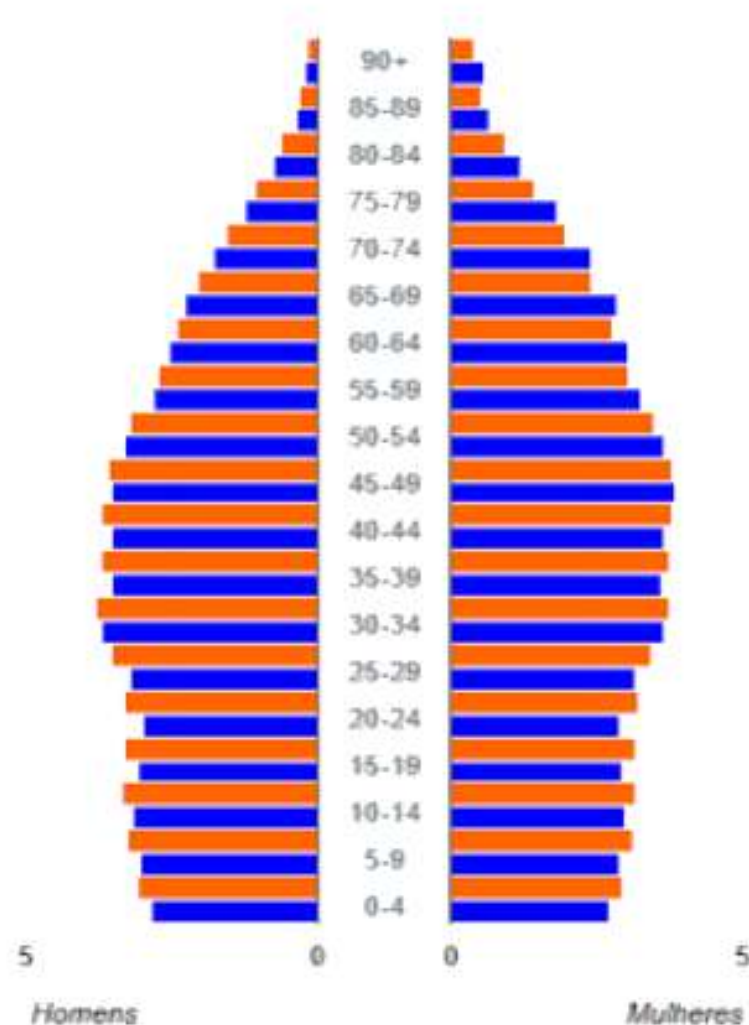
Ao observarmos a pirâmide etária comparativa dos anos de 2020 e a previsão da população em 2030, verificamos que a tendência é o **afunilamento dessa pirâmide** na base, com a diminuição da natalidade, e o alargamento do seu topo, devido ao aumento da expectativa de vida, tendo como consequência a amplificação dos grupos etários de **idade mais avançada**. De acordo com o IBGE, a expectativa de vida em 2020 era por volta dos 76,7 anos, e o número só não era maior por causa da violência do país que mata muitos jovens e acaba diminuindo esse número.

Brasil e Rio de Janeiro

2020

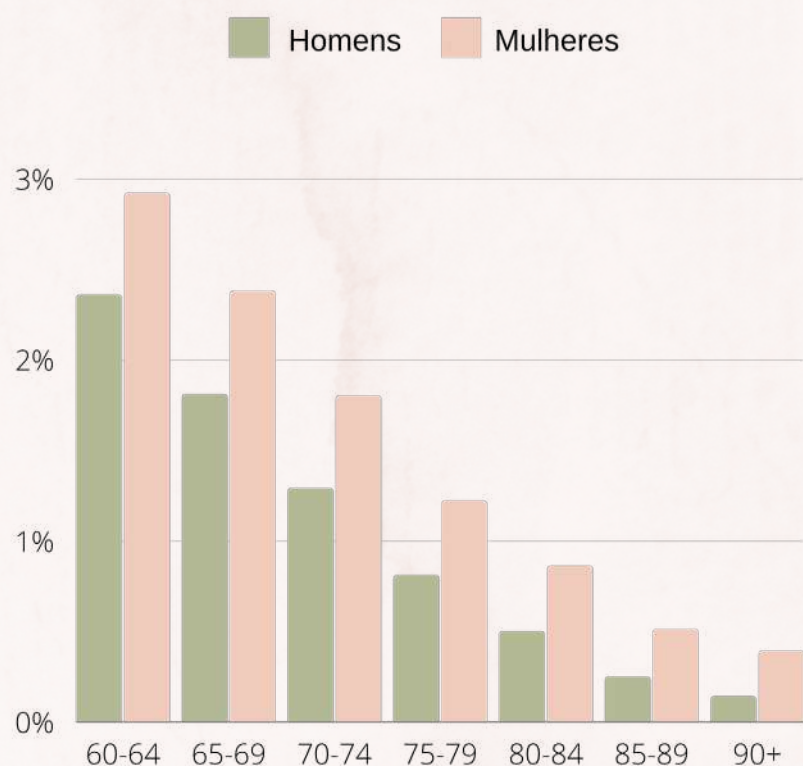


2030



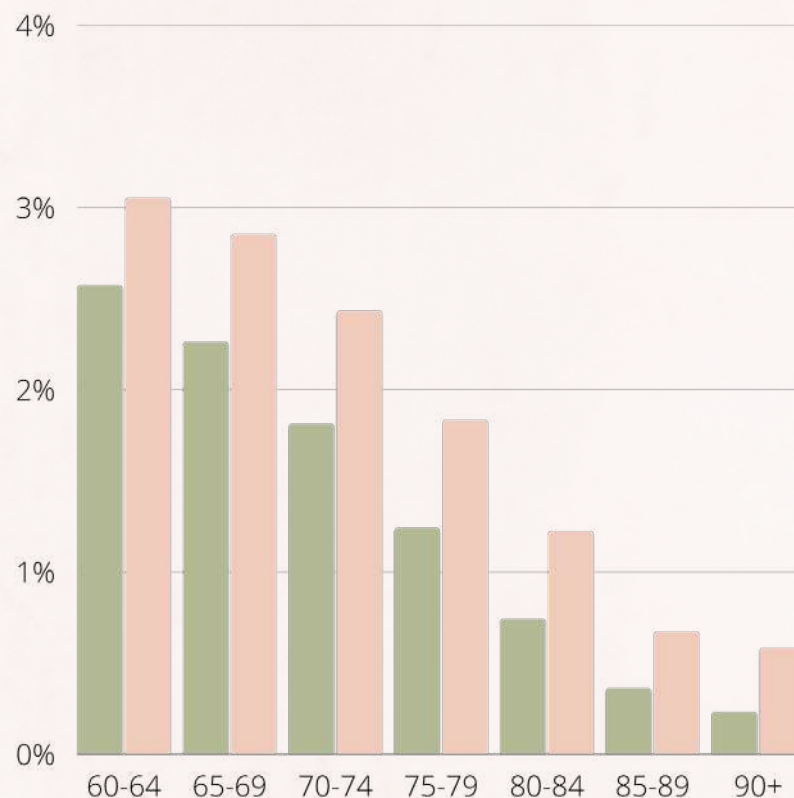
Fonte: IBGE

População Idosa - 2020 / Rio de Janeiro



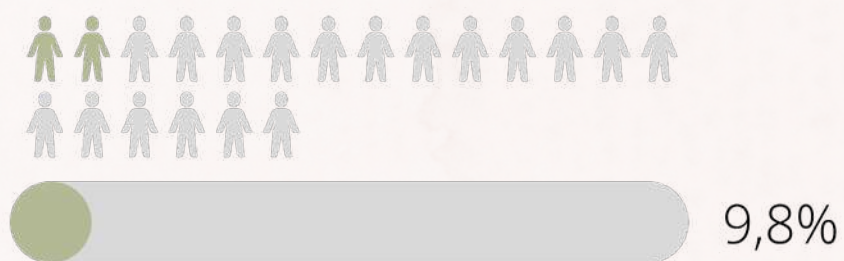
Fonte:IBGE

População Idosa - 2030 / Rio de Janeiro



Fonte:IBGE

Evolução dos grupos etários - 2020 - Brasil



Evolução dos grupos etários - 2020 - Rio de Janeiro



Evolução dos grupos etários - 2030 - Brasil



Evolução dos grupos etários - 2030 - Rio de Janeiro



Fonte:IBGE

Fonte:IBGE

A prefeitura ao longo dos últimos anos investiu em diversas obras na cidade, algumas envolviam reparos em ruas e calçadas visando uma maior acessibilidade.

O aumento da população idosa foi algo notado por transeuntes e moradores. Icaraí é o bairro que concentra a maior parte da população idosa da cidade, esse grupo representa 35% dos habitantes do bairro, além de ser a classe que mais consome em relação à assistência médica e saúde de acordo com o levantamento da Ecomapas.

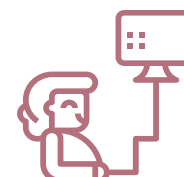


O Bairro do Fonseca também tem uma considerável população idosa que aumenta ao longo dos anos, mas ao contrário de Icaraí, a maior parte desse grupo pertence a famílias de baixa renda que não podem pagar por esse tipo de assistência devido a sua condição financeira limitada. Por esses motivos, o Fonseca foi escolhido para abrigar a proposta do Centro Dia, tornando o equipamento público acessível para núcleos familiares mais carentes e cuidando dessa questão sobre a saúde pública desse núcleo.

Por todo o histórico da cidade, é evidente que locais de convivência como o que será proposto agregam melhorias em inúmeros aspectos, além de serem uma forma de ressignificar a velhice e quebrar seus paradigmas. A demanda local é evidente, e a motivação para este projeto partiu das reais necessidades dos idosos, como uma forma de cuidar tanto da saúde física quanto mental desse grupo em expansão, prezando pelo atendimento gratuito e acessível.



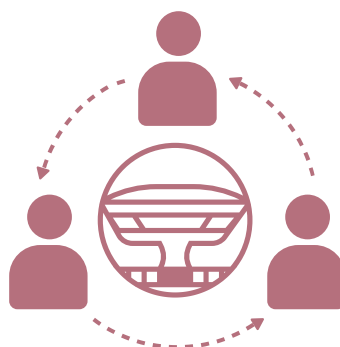
Estímulo com Jogos e Atividades



Aprender novas ferramentas



Saúde Física e Mental



Conectar pessoas da cidade



Manutenção do Vínculo Familiar



Alimentação Balanceada



Contato com a Natureza

Centros Dia em Niterói



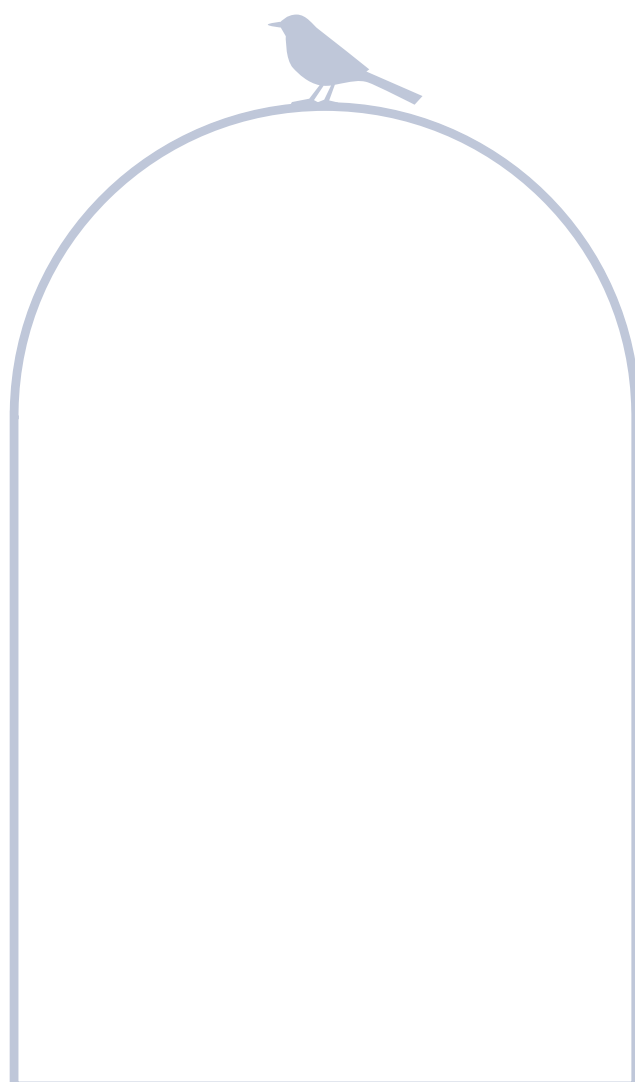
Ao analisar dados da prefeitura sobre locais destinados à população idosa, é possível encontrar algumas informações gerais. Um dos principais Centros de Atendimento ao idoso da cidade era o Centro de Convivência de Idosos Helena Tibau no bairro de Santa Rosa, nele várias atividades eram propostas e oferecidas de forma gratuita para pessoas acima de 60 anos. A demanda era alta e os horários oferecidos tinham filas de espera para as atividades recorrentes. Além disso, juntamente com a Secretaria do Idoso de Niterói, eram oferecidas várias atividades como caminhadas, palestras e oficinas em diversos pontos públicos, fomentando as interações entre os habitantes.

Infelizmente o Centro de Convivência Helena Tibau, também conhecido como Centro Viva o Idoso, não oferece mais as atividades presenciais onde era a sua sede. Não foram encontradas notícias sobre o local a partir do ano de 2017, mais ou menos na época em que as atividades presenciais devem ter sido encerradas. Atualmente o Centro não existe de forma física, mas seus coordenadores, em conjunto com a Secretaria do Idoso, promovem algumas atividades esporádicas na cidade e oferecem assistência ao idoso por meios tecnológicos em tempos de pandemia, com aulas virtuais de Yoga, arteterapia, uso de smartphones, cuidado com a saúde física e psicológica além de curso de idiomas.



Sala de inclusão digital
do Centro Viva o Idoso
(Helena Tibau)

No bairro de Icaraí, com sede em um prédio comercial famoso na zona sul da cidade, é oferecido um serviço parecido com a proposta da Prefeitura, entretanto não é de forma gratuita. O Point do Idoso surgiu em 2015, é um local que oferece diversidade de eventos onde é administrado por uma equipe multidisciplinar, proporcionando desde atividades como oficinas e encontros turísticos até atendimentos neuropsicológicos e geriátricos. O local possui uma vasta proposta que visa oferecer ações preventivas e acolher essa faixa etária tão rotulada que é a terceira idade. Infelizmente, por não ser um serviço gratuito, os valores pesam no orçamento de famílias de classes mais baixas, que não podem arcar com custos extras e conseqüentemente ficam de fora desse tipo de programa.



Fotos de eventos realizados
no Point do Idoso
Disponível em:
<https://www.pointdoidoso.com.br/fotos/>



Centro Comunitário do Cidadão Idoso

F451 Arquitectura

Localização: Carcedeu, Barcelona, Espanha

Arquitetos: f451 Arquitectura

Ano: 2005

Área Construída 440m²

Fotografias: José Hevia

Fonte: Archdaily





O Centro comunitário foi construído em uma antiga fábrica têxtil e se tornou um marco entre os projetos públicos da cidade.

O Projeto é organizado de forma com que os três blocos sejam voltados para um pátio interno, evitando assim ter impacto com o entorno.

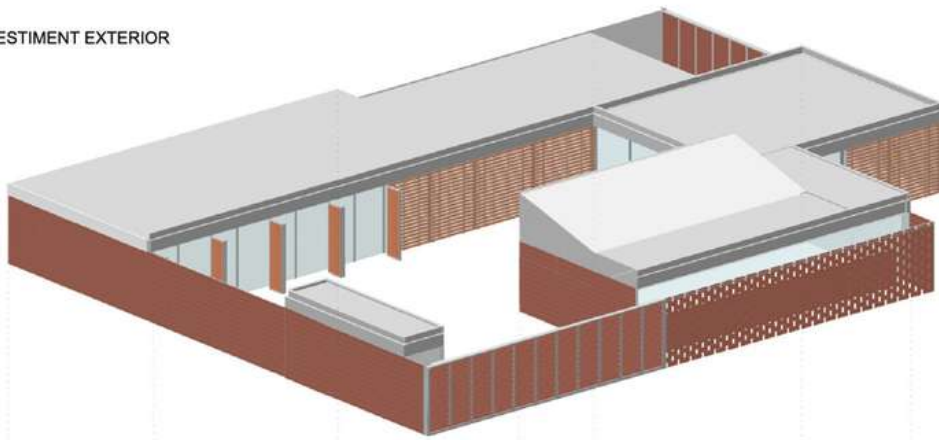
A edificação tem apenas um pavimento e é totalmente adaptada para melhor atender a população idosa, facilitando a sua locomoção.

Suas Aberturas dão prioridade para a ventilação e iluminação natural.

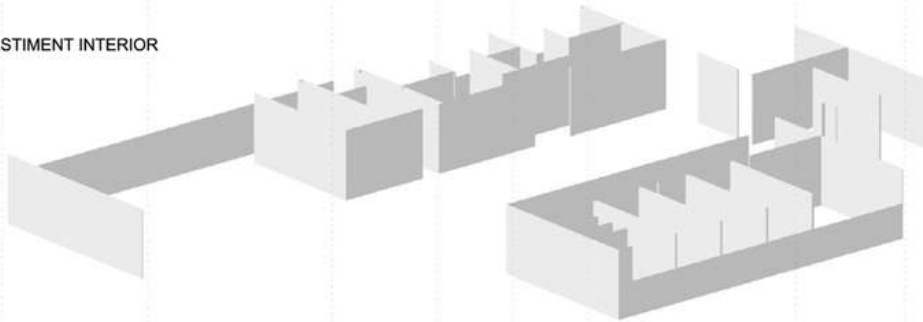
São utilizadas algumas portas estilo camarão com ripados, protegendo a fachada e os ambientes internos do sol, podendo ser recolhidas para integrar os espaços internos com os externos.



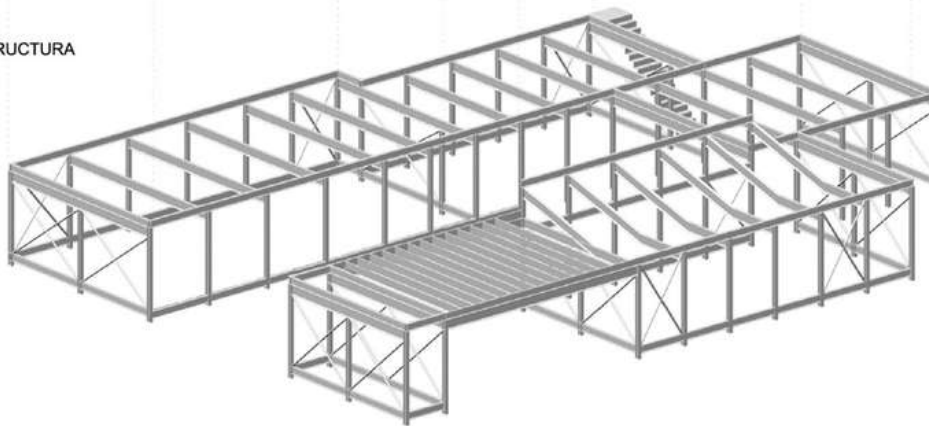
REVESTIMENT EXTERIOR



REVESTIMENT INTERIOR



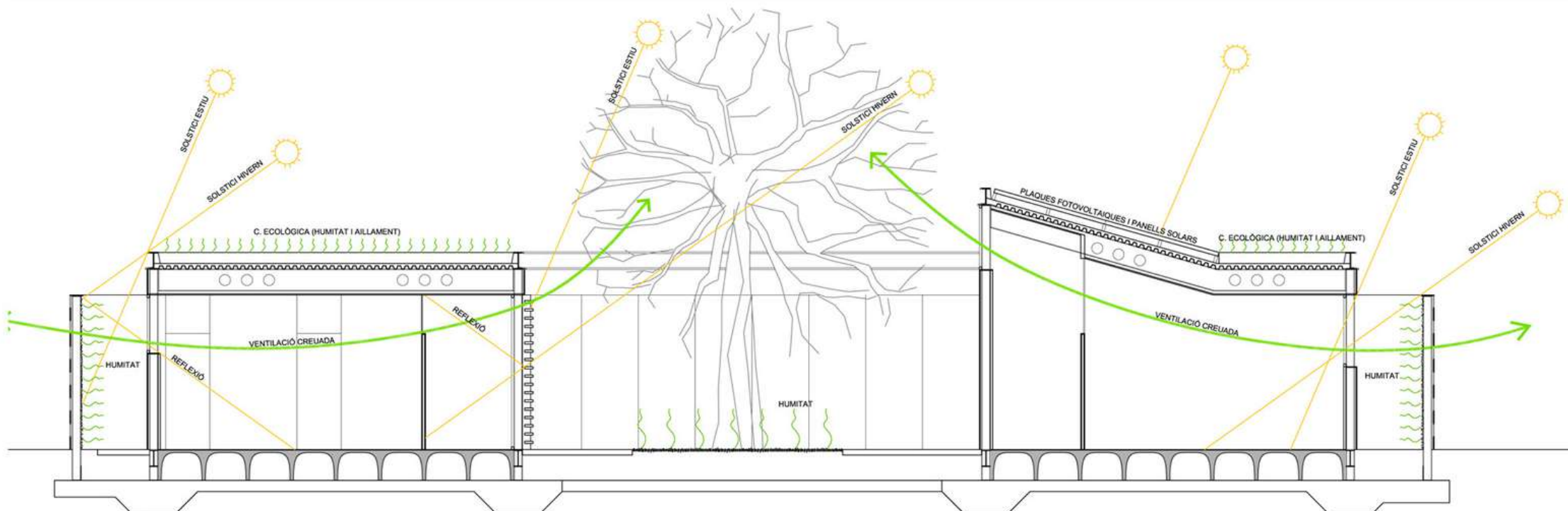
ESTRUCTURA



O volume possui formas simples, suas fachadas são harmônicas e possuem ordem e ritmos bem marcados.

Os principais materiais utilizados são a madeira, estrutura metálica, vidro, cobogó cerâmico, blocos cerâmicos e o concreto, além de possuir um telhado verde.

Entre suas diretrizes projetuais, o conforto térmico é um dos principais, a partir do uso da ventilação cruzada como é possível ver no corte abaixo.





2

Residência do Avô

Taller DIEZ 05

Localização: Córdoba, México.

Arquitetos: Taller DIEZ 05

Área: 780 m²

Ano: 2016

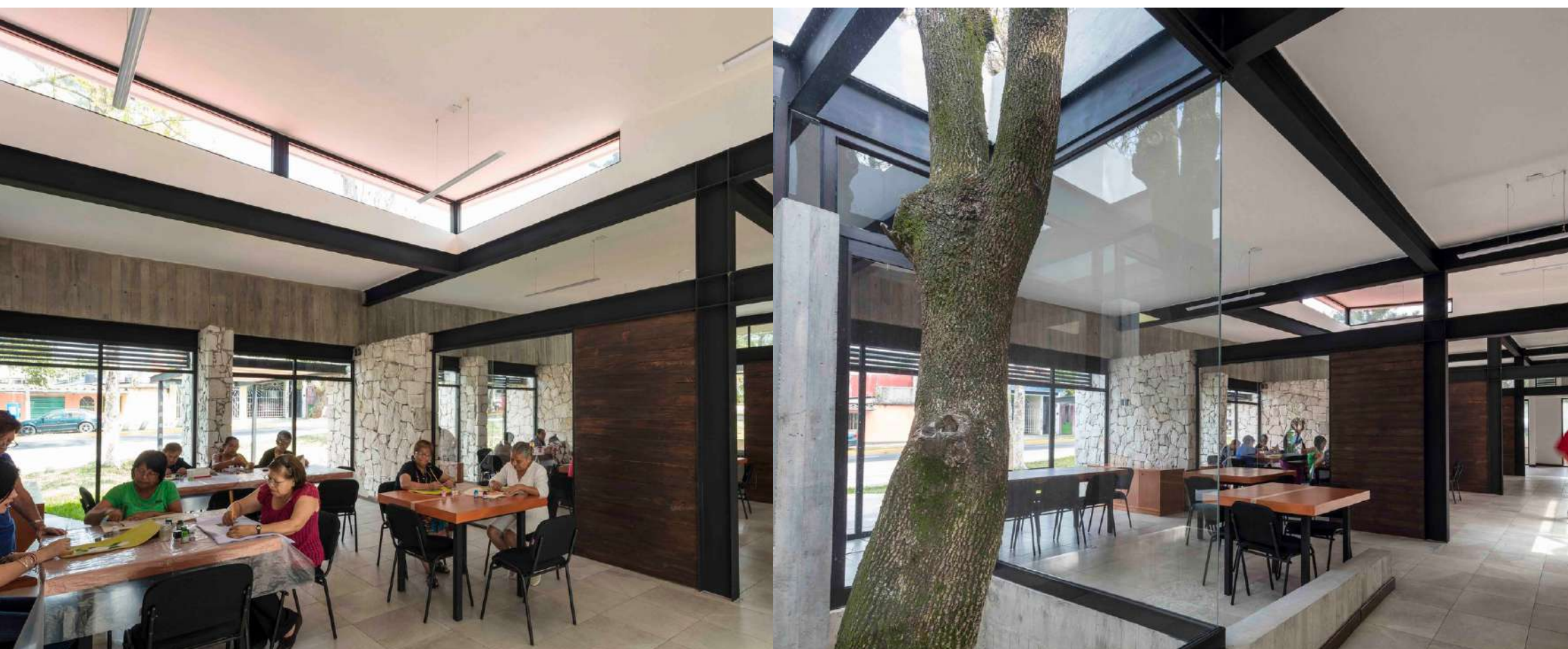
Fotografias: Luis Gordo

Fonte: Archdaily



A Residência do Avô é um Centro Dia pessoas idosas e se localiza em um parque municipal no México, inserido em um local residencial com residencias unifamiliares e multifamiliares.

A proposta do autor era possibilitar uma espécie de refúgio para os moradores locais, onde eles possam ter mais contato com a natureza e realizar atividades com mais calma e conforto. O projeto toma partido da vegetação existente, integrando essa arborização ao projeto dando-lhe um protagonismo nos espaços tanto internos quanto externos.



O volume possui formas simples, onde a sua estrutura metálica fica bem demarcada nos espaços internos, fazendo um contraste de cores com os demais materiais com o a madeira e o concreto.

A planta do projeto é desenvolvida em apenas um pavimento térreo, possibilitando assim uma maior acessibilidade para os frequentadores do local.

A inclinação entre os blocos foi feita para se ajustar a topografia do terreno e foi elevada por pilotis no espaço da sala de eventos, para manter a linearidade dos pisos. Além de causar pouco impacto no local inserido, esse partido projetual proporcionou integração com o sítio.





3 Centro de día L'Onada

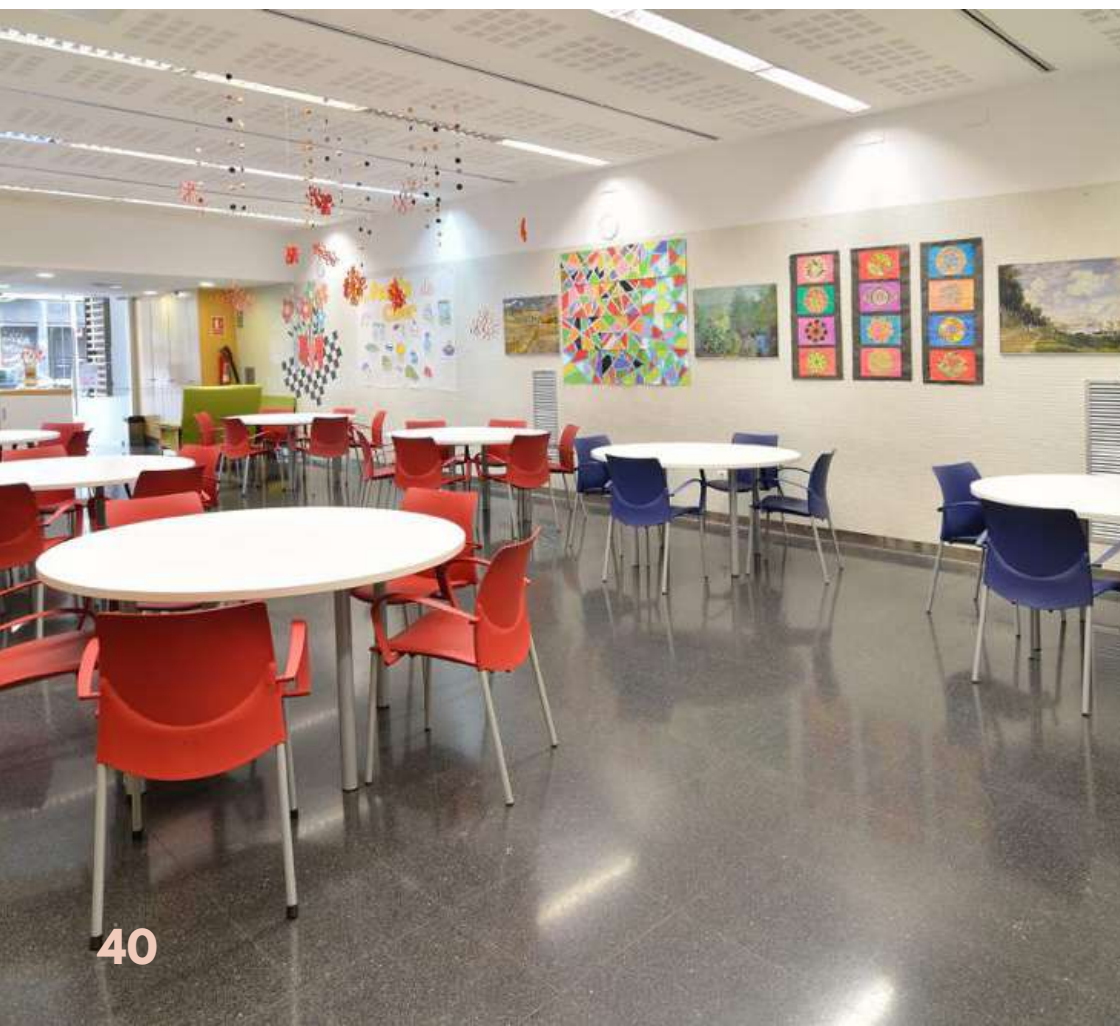
Localização: Sant Antoni (Barcelona)

Fotografias: Site do Centro dia

Fonte: www.lonada.com/centres/santantoni

O Centro dia de Sant Antoni possui um interior lúdico e integrado com espaço para 40 idosos,. As atividades oferecidas ao longo do dia são em sua maior parte oferecidas em um mesmo local, mudando apenas a disposição das mesas e o mobiliário interno.

Todo o interior é adaptado para uma maior mobilidade, os corredores possuem barras de apoio, os vãos são largos e as cadeiras utilizadas para os idosos possuem braços para darem uma maior sensação de estabilidade ao utilizar o mobiliário. No local é oferecido ao longo do dia diversas refeições feitas de forma balanceada.



É feito todo um trabalho em volta da saúde física e mental do idoso, com atividades leves a moderadas guiadas por profissionais capacitados, salas de fisioterapia e jogos que estimulam a cognição. Além disso, há uma área voltada para a beleza e bem estar, com salão de beleza para os frequentadores.



A presença de um pátio externo possibilita uma maior integração das atividades propostas com a natureza presente no local.

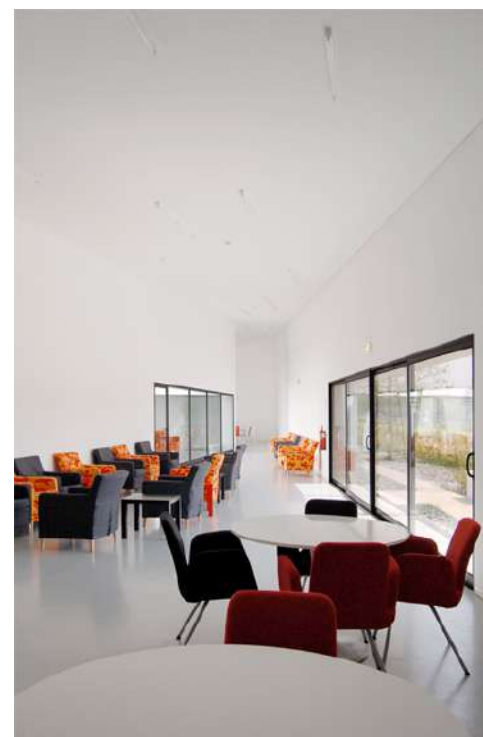
4 Creche para idosos

Localização: Lisboa, Portugal
Arquitetos: Arquitetos Miguel Arruda
Fotografias: Arquitetos Miguel Arruda
Fonte: www.designboom.com



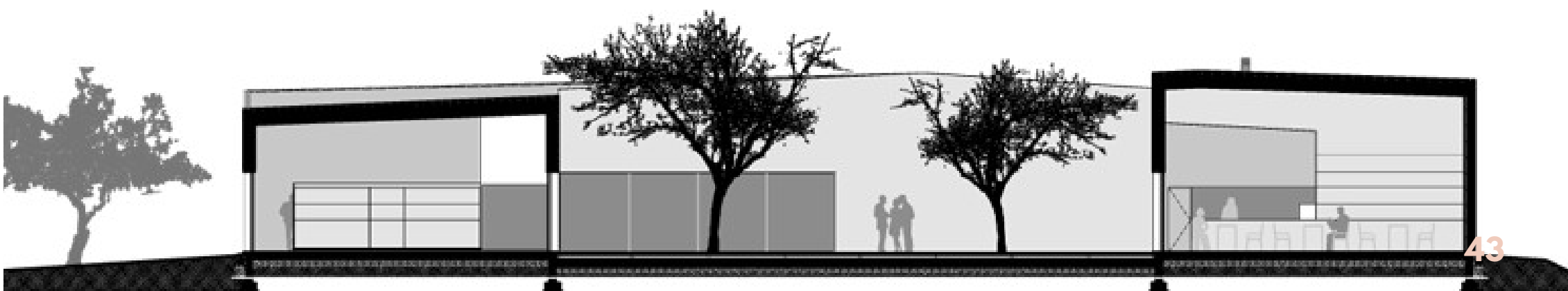
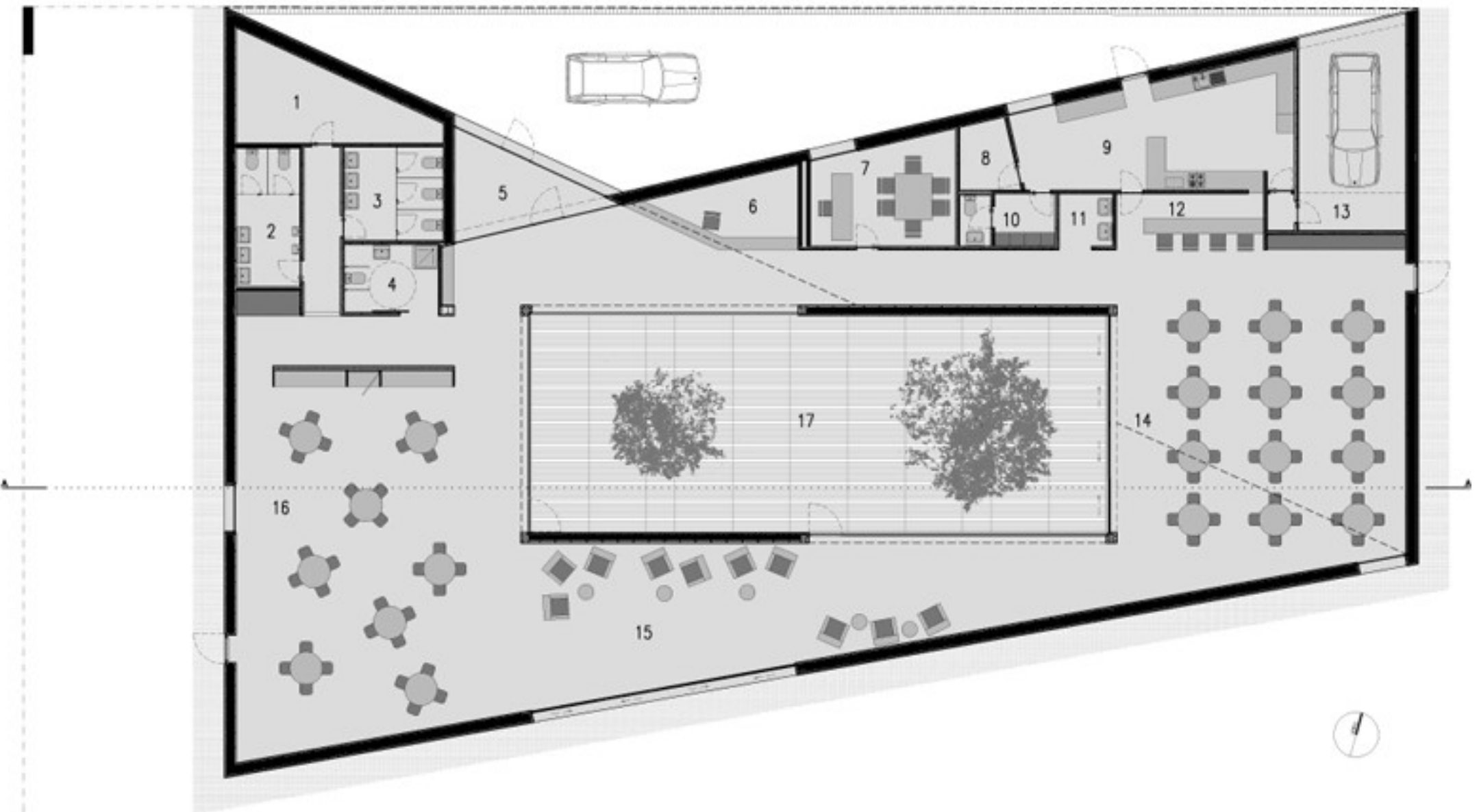
“A creche para idosos por arquitetos miguel arruda em Vialonga, Portugal sediada em Lisboa , é um edifício para idosos que gira em torno de um pátio central escavado. localizado em um bairro relativamente recente, mas já em degradação, o novo complexo tem como objetivo incentivar as autoridades locais a gerar mais espaços de apoio à população idosa.

Um pátio central foi exercitado a partir da massa de dupla inclinação para permitir a iluminação natural e facilitar a ventilação cruzada.”



Os espaços internos de uso comum são integrados, tendo divisões apenas em áreas administrativas do Centro dia e nos sanitários.

O local possui um grande pátio interno integrado a partir de esquadrias de vidro que permitem a entrada de luz e ventilação natural.



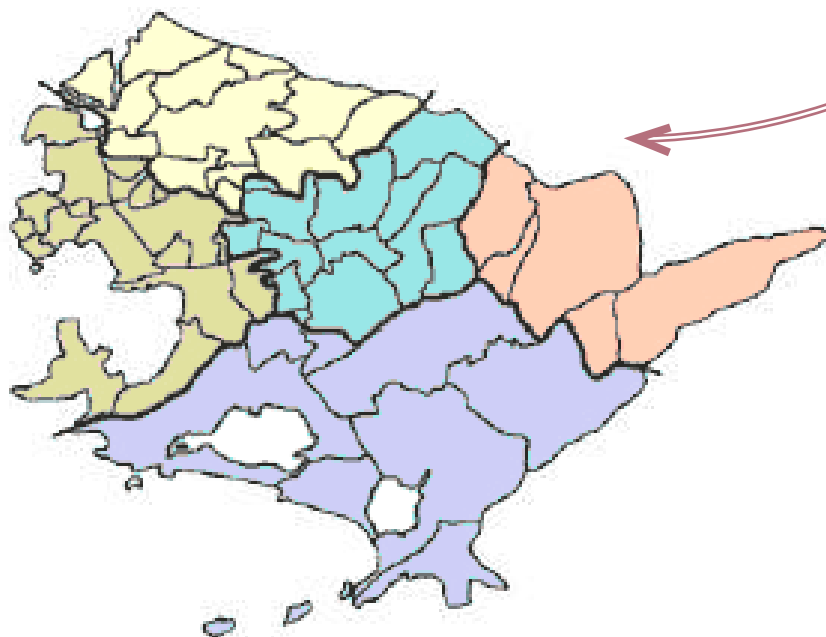
Localização

Estado do Rio de Janeiro



● Niterói

Niterói - RJ



■ Região Norte

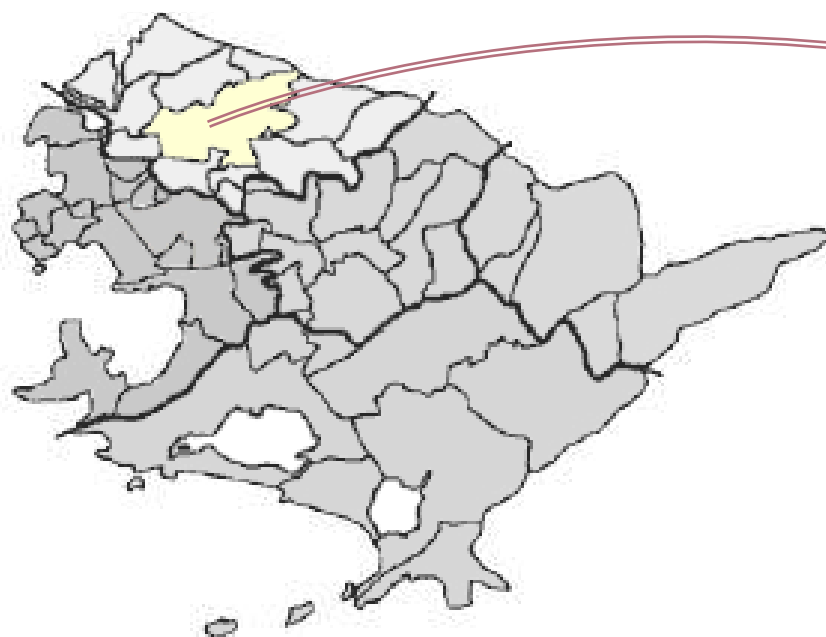
■ Praias da Baía

■ Região Pendotiba

■ Região Leste

■ Região Oceânica

Fosenca - Região Norte

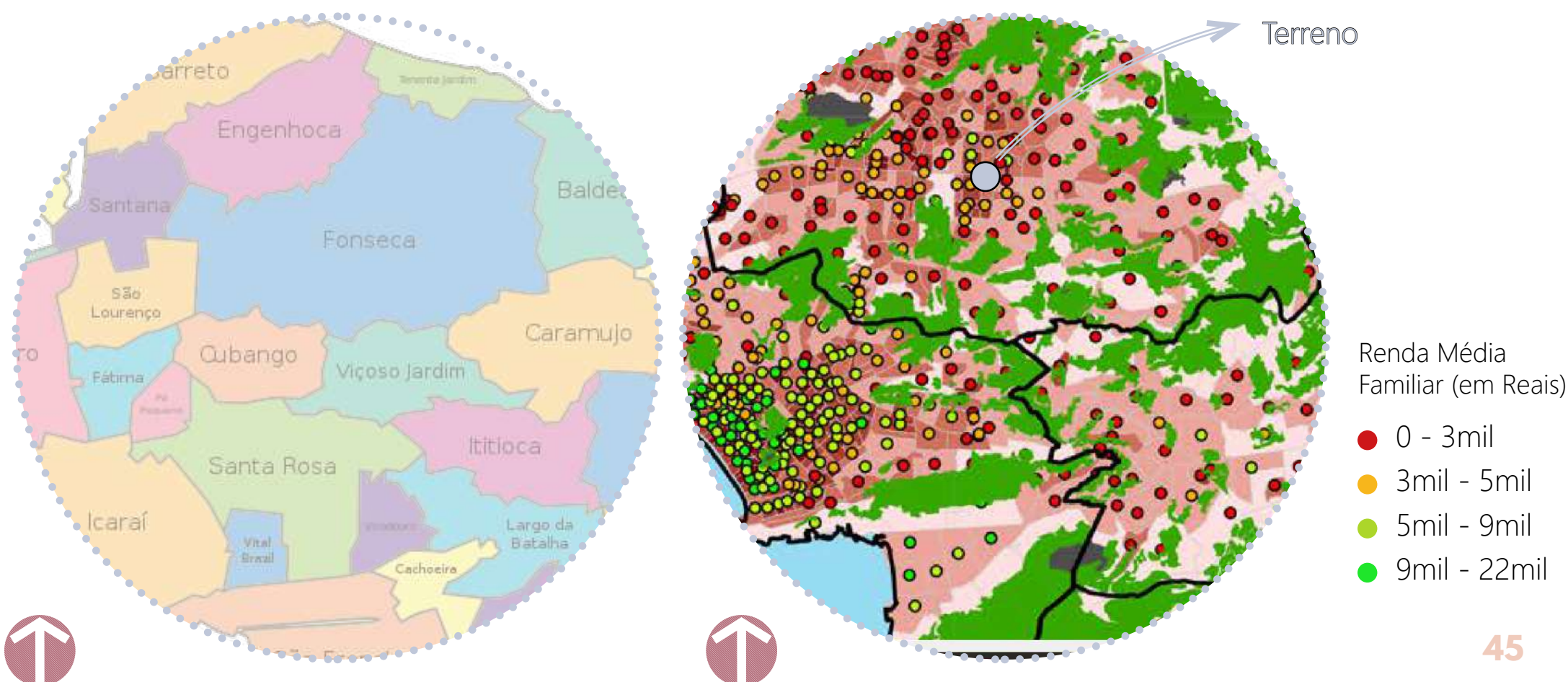


Fonseca

Situada no Brasil, Niterói é um município que pertence ao estado do Rio de Janeiro, localizada na Região Sudeste do país. O município possui uma área de 129,3km² e é dividido em cinco regiões de planejamento, sendo elas: Região Praias da Baía, Região Norte, Região Pendotiba, Região Leste e Região Oceânica, totalizando 52 bairros.

Fonseca é um dos bairros mais antigos da cidade e pertence à Região Norte do planejamento Urbano da cidade. A Alameda São Boaventura é o principal ponto de acesso para o bairro, além de ser via utilizada tanto por moradores de Niterói quanto de São Gonçalo devido ao seu acesso direto ao Rio de Janeiro a partir da Ponte Rio-Niterói. A movimentação diária ao longo de toda semana é intensa e a região é cercada por comércio, habitação e pontos de interesse locais.

O bairro possui predominantemente uma população de classe baixa e média baixa, e foi escolhido para abrigar o centro dia por ser bem localizado e possuir fácil acesso ao público alvo.

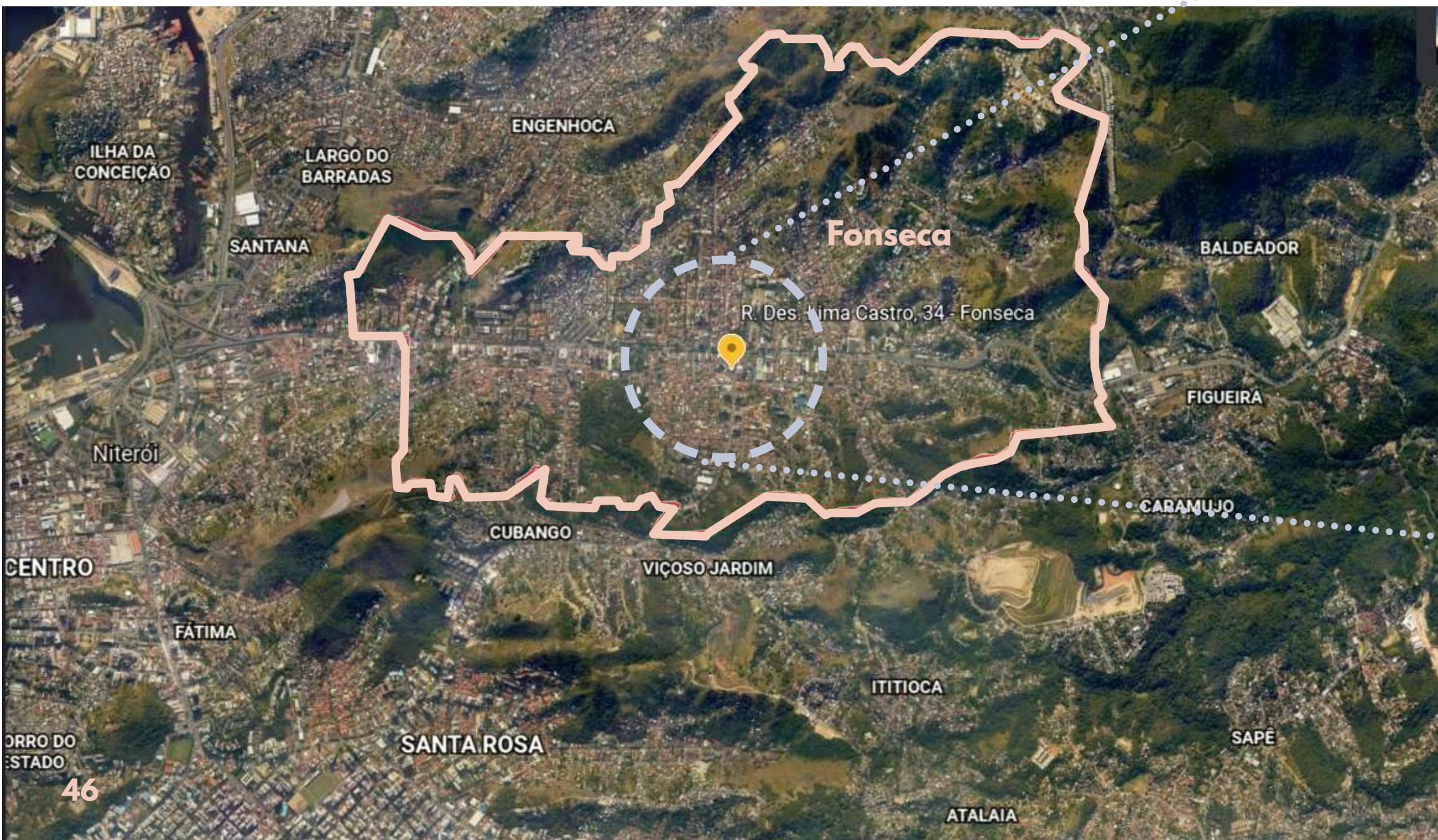


O TERRENO



Após analisar os dados apresentados, regiões de interesse na cidade, locais disponíveis, e proximidade com o público alvo, encontramos um terreno para a construção do Centro Dia. O terreno está localizado na Rua Desembargador Lima Castro, número 34, no bairro do Fonseca/Niterói.

O terreno foi escolhido em uma região não central da cidade, em local de alta demanda para acolher a proposta de um Centro Dia. Além de possuir um valor de metro quadrado reduzido o terreno é implantado em um bairro onde têm uma das menores rendas da cidade, sendo ideal para servir às classes mais baixas.

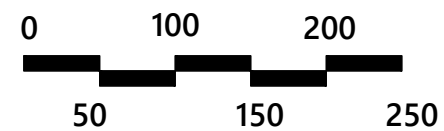


Região do Mapa Viário e Análise da Vegetação



Vias

Terreno



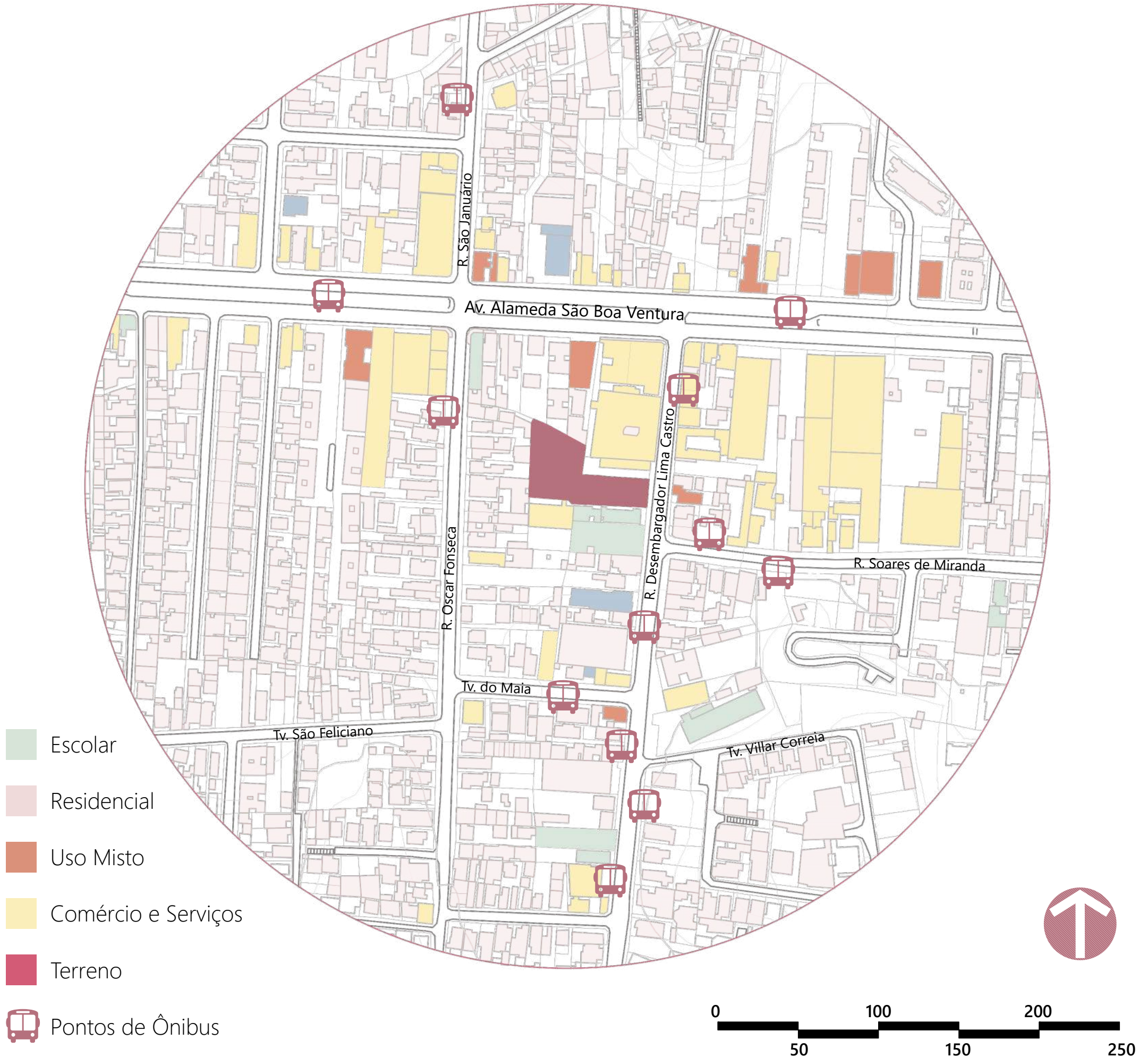
CHEIOS E VAZIOS



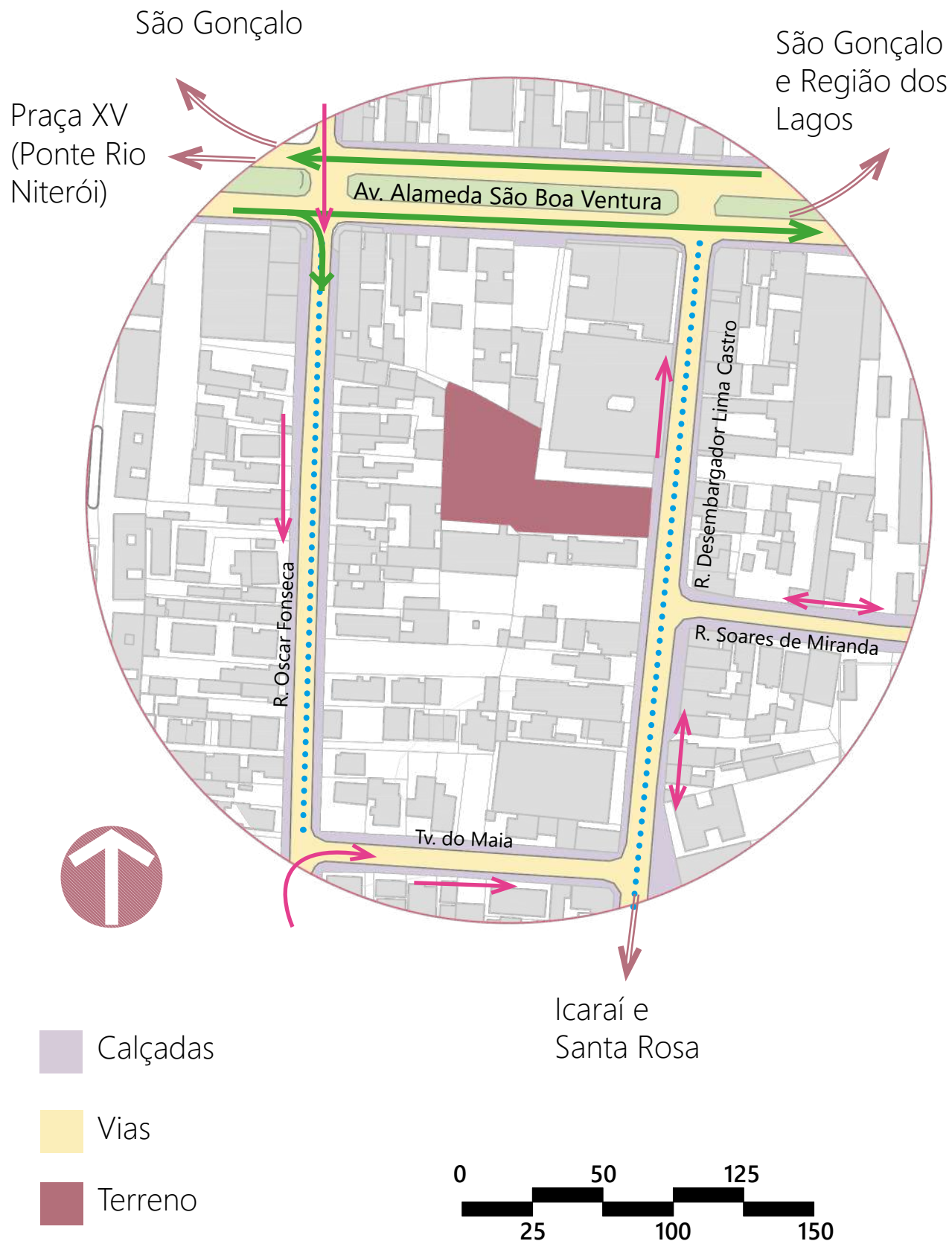
-  Vazios
-  Cheios
-  Calçadas
-  Vias
-  Terreno



MAPA DE USOS



MAPA VIÁRIO



O Terreno é de fácil acesso e é localizado a apenas 90 metros da Av. Alameda São Boa Ventura, principal via do bairro. Além disso, existem diversas formas de acesso ao local, tanto a pé, quando de ônibus ou carro.

Tempo de Locomoção dos locais abaixo até o terreno

• Centro de Niterói



12 minutos



27 minutos

• São Gonçalo



25 minutos



40 minutos

• Icaraí



15 minutos



31 minutos

MAPA DE VEGETAÇÃO

No entorno imediato do terreno a arborização é pouco densa, predominando visualmente em grande parte do espaço as construções que ali existem.

Baias de ônibus com Sombreamento de árvores

Ruas Asfaltadas

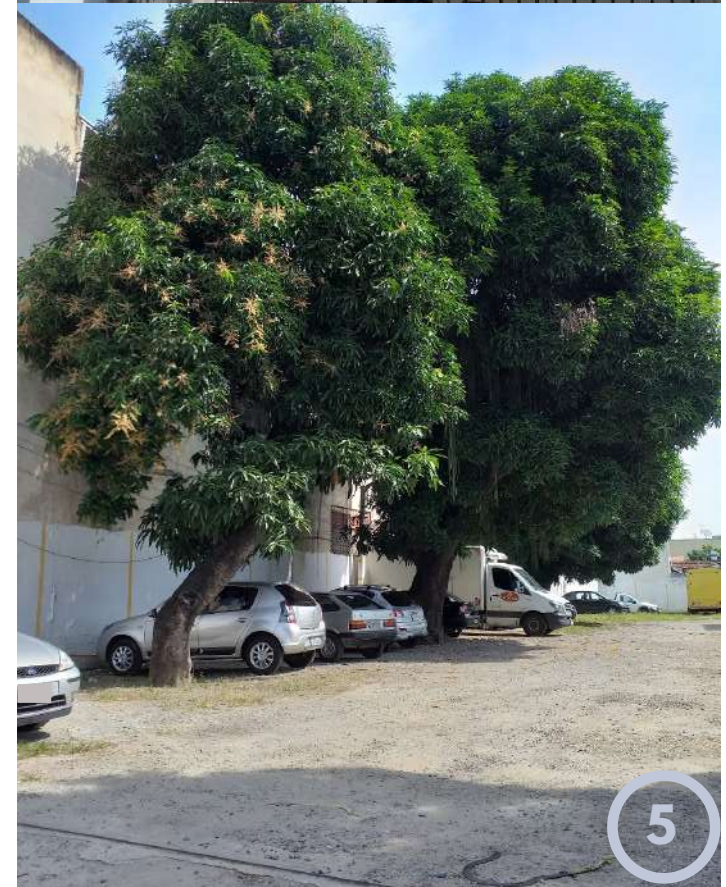
Passeios com mudança de largura em alguns pontos

Maior Parte das Edificações do entorno com altura de até 3 pavimentos

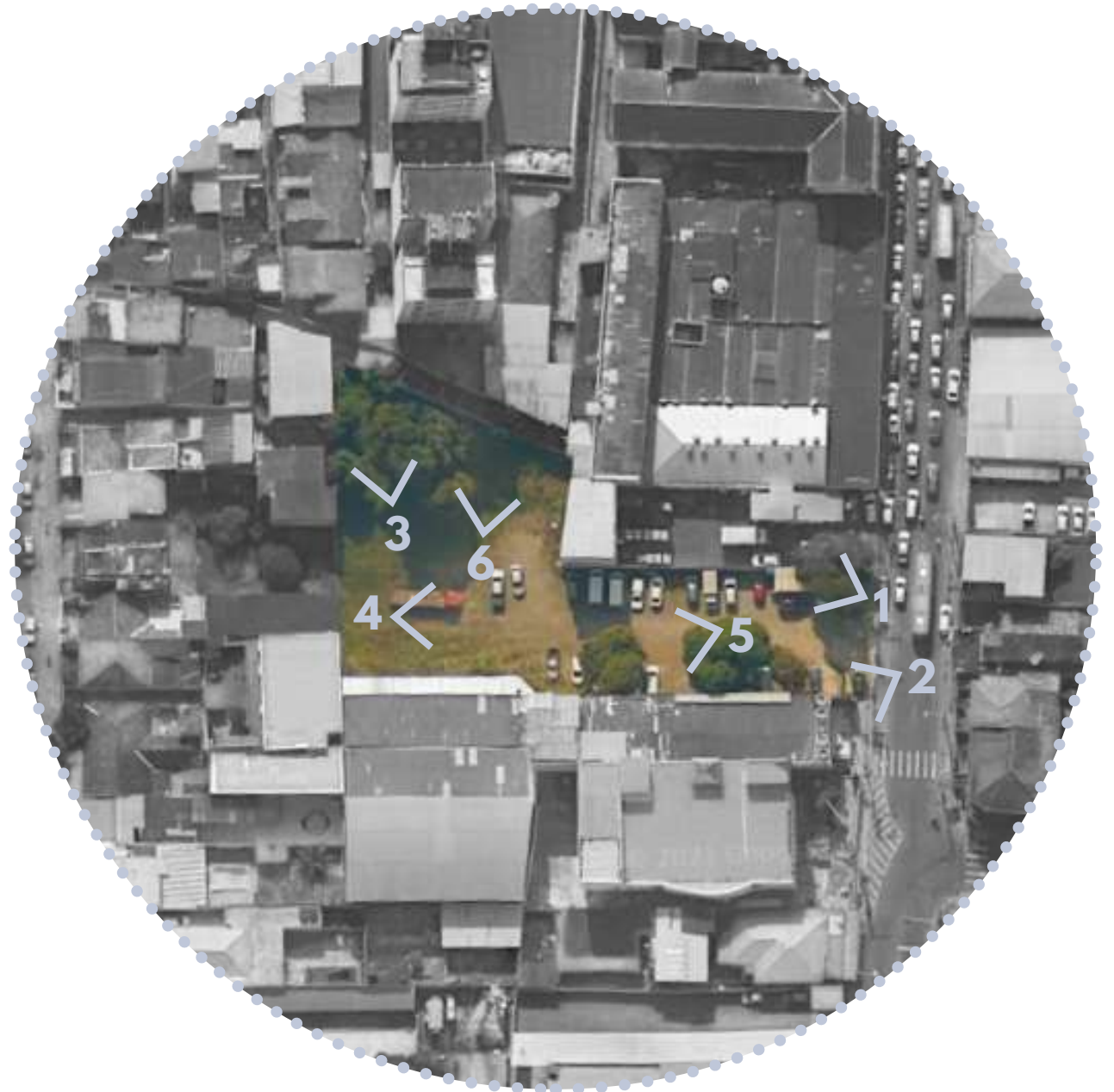


Com a construção do Centro Dia, a edificação se tornará um elemento ativador urbano, atraindo as pessoas que necessitam utilizar o espaço, aumentando a interação e aquecendo a economia local do entorno imediato.

Imagens do Terreno



Ângulo e posição das fotos no terreno



Endereço: Rua Desembargador Lima Castro , número 34, Fonseca - Niterói-RJ.

Estudo de Insolação

9 horas

12 horas

15 horas

20 de Março
Equinócio de Outono



21 de Junho
Solstício de Inverno



22 de Setembro
Equinócio de Primavera



21 de Dezembro
Solstício de Verão



Como é possível observar no estudo, o terreno não sofre grande influência de sombreamento dos edifícios do entorno imediato.

Ao longo do ano tem poucas áreas sombreadas, e os elementos vegetais do terreno são os encarregados de promover essas regiões de sombra.



O Bairro do Fonseca é Localizado na Região Norte (PB-11). Por essa razão, analisou-se a LEI 2233 de 19/10/2005, a qual dita o plano urbanístico da região (PUR) da Região Norte, com regulamentações sobre o seu zoneamento ambiental, a implementação de políticas setoriais, a aplicação de instrumentos de política urbana e a ordenação do uso da ocupação do solo na região.

O terreno está localizado entre duas frações urbanas da Região Norte, a FONS-02B e FONS-03D, por essa razão tem distintas indicações de regulamentação.

Endereço: Rua Desembargador Lima Castro , número 34, Fonseca - Niterói-RJ.

FONS-02B

- Gabarito: Até 6 Pavimentos + Cobertura
- Taxa de Ocupação: até 50%
- Taxa de impermeabilização: até 70%
- Afastamento Frontal: Pode seguir o alinhamento da via.
- Afastamentos Laterais: 1,5 metros apenas se existir abertura dos vizinhos voltada para o terreno
- Afastamento de Fundos: 1,5 metros apenas se existir abertura dos vizinhos voltada para o terreno

FONS-03D

- Gabarito: Até 4 Pavimentos + Cobertura
- Taxa de Ocupação: até 60%
- Taxa de impermeabilização: até 70%
- Afastamento Frontal: Pode seguir o alinhamento da via.
- Afastamentos Laterais: 1,5 metros apenas se existir abertura dos vizinhos voltada para o terreno
- Afastamento de Fundos: 1,5 metros apenas se existir abertura dos vizinhos voltada para o terreno

Terreno

2.240m² de área total

- Área referente a fração FONS-02B=864m²
- Taxa de ocupação de 50%=432m²
- Área referente a fração FONS-03D=1.310m²
- Taxa de ocupação de 60%=786m²



1.218m² de área total de
construção disponível

Programa de necessidades

Jogos e Atividades

Saúde

- Sala de Repouso
- Atendimento Psicológico
- Acupuntura

Centro Dia para Idosos



Serviços



- Artesanato, Costura e Pintura
- Jardim
- Biblioteca
- Alongamento e Yoga
- Espaço de Informática
- Sala de TV
- Jogos de Mesa

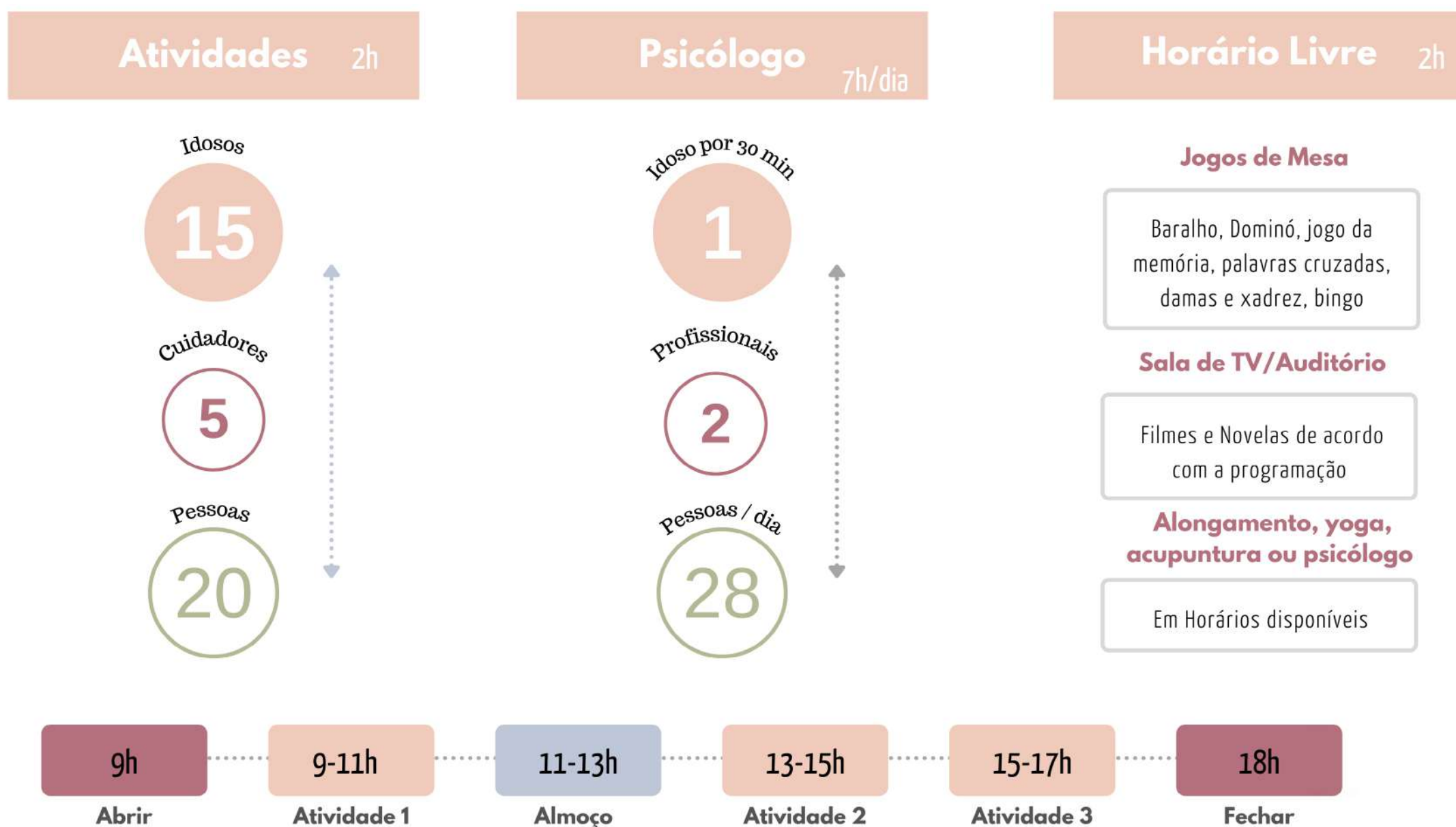


- Administração/Recepção
- Lavanderia
- Área de Convivência
- Nutricionista
- Vagas de Embarque e desembarque



Programação

O Centro Dia funcionará de 8 horas da manhã até 6 horas da tarde de segunda a sábado. Algumas atividades programadas serão propostas de acordo com os espaços a serem construídos.



A proposta acima visa uma permuta de atividades, onde em um mesmo dia um grupo de 45 idosos possa realizar 3 aulas em horários diferentes. Cada grupo contém 15 pessoas, além da previsão de 5 cuidadores que venham acompanhar pessoas mais debilitadas.

Atividades como Yoga, Alongamento, Acupuntura e atendimento Psicológico serão oferecidos diariamente. O Psicólogo ficará disponível ao longo do dia e atenderá de acordo com a demanda. As aulas de Yoga e de Alongamento são oferecidas duas vezes por dia, sendo uma aula pela manhã e a outra em horário vespertino.

Chegamos a uma média de 130 pessoas utilizando o local por dia de forma simultânea, somando as que estariam em atividades programadas, livres e em áreas abertas.



Referências Bibliográficas



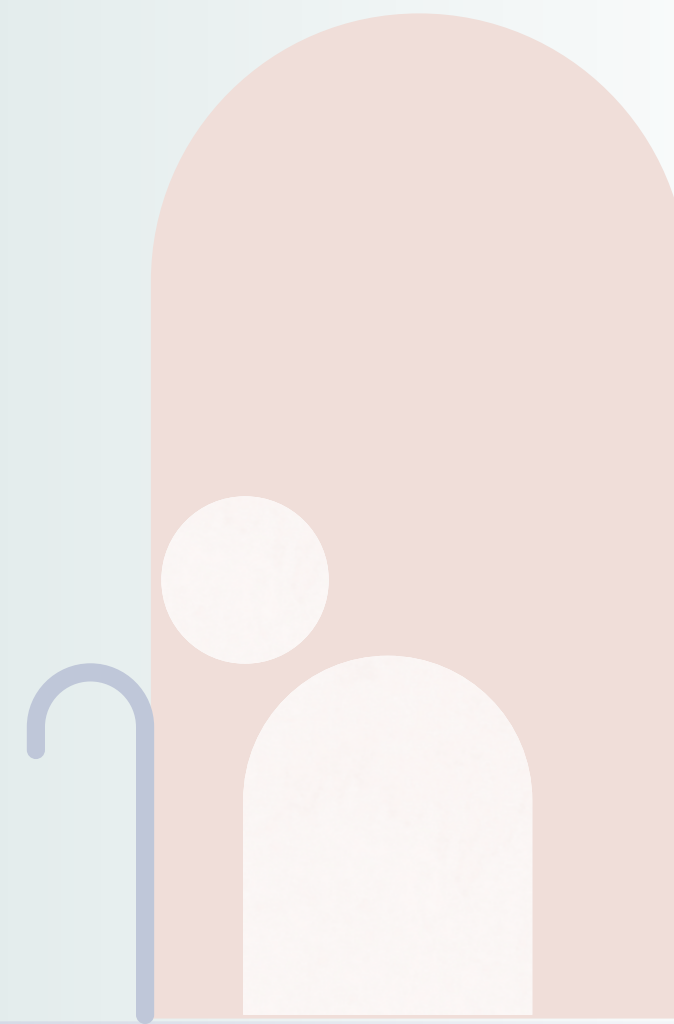
- **Envelhecimento e o Curso da Vida** - Grita Grin Debert (Artigo)
Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/12564/11720>
Acesso em :30/03/2021
- **A invenção da terceira idade e a rearticulação de formas de consumo e demandas políticas.** - Grita Grin Debert (Artigo)
Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revusp/article/viewFile/28456/30313>
Acesso em :30/03/2021
- **A invenção da terceira idade** - Grita Grin Debert (Vídeo)
Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=3QmyTF_-9Uk&t=682s
Acesso em :21/04/2021
- **Habitação para Idosos. O Trabalho do Arquiteto, arquitetura e cidade.** - Maria Luísa Trindade Bestetti (Tese de Pós Graduação)
Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/16/16131/tde-04032010-085452/pt-br.php>
Acesso em: 02/04/2021
- **Jogos de Mesa na Terceira idade e sua importância para a aprendizagem: Um olhar psicopedagógico** - Ana Cristina Pereira dos Santos (Tese de Conclusão de Curso de psicopedagogia)
Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/297195318.pdf> e https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/1816?locale=pt_BR
Acesso em: 19/04/2021
- **O desenvolvimento de políticas públicas de atenção ao idoso no Brasil** - Maria Teresinha de Oliveira Fernandes e Sônia Maria Soares (Artigo de Revisão)
Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n6/29.pdf>
Acesso em: 14/04/2021
- **Terceira idade: nova identidade, reinvenção da velhice ou experiência geracional?** - Luna Rodrigues Freitas Silva (Artigo para Revista de Saúde Coletiva)
Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312008000400011
Acesso em :06/03/2021
- **Velhice e o curso da vida pós-moderno** - Grita Grin Debert (Artigo para Revista USP)
Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revusp/article/download/28456/30313>
Acesso em :08/04/2021
- **Saúde pública e envelhecimento** - Maria Fernanda Lima-Costal e Renato Veras (Editorial)
Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/csp/v19n3/15872.pdf>
Acesso em :18/05/2021
- **Atividade física e estado de saúde mental de idosos** - Tânia R Bertoldo Benedetti; Lucélia Justino Borges; Edio Luiz Petroskil; Lúcia Hisako Takase GonçalvesII (Artigo)
Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rsp/2008.v42n2/302-307/>
Acesso em :18/05/2021

- **Abordagem do idoso em programas de saúde da família** - Jorge Alexandre Silvestre e Milton Menezes da Costa Neto (Artigo) - Disponível em: https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csp/v19n3/15887.pdf Acesso em :30/03/2021
 - **Manual da Acessibilidade Espacial para Escolas** - Ministério da Educação - Secretaria de Educação Especial Disponível em: http://www.mp.go.gov.br/portalweb/hp/41/docs/manual_escolas_-_deficientes.pdf.pdf Acesso em :30/03/2021
 - **Habitação para Idosos. O Trabalho do Arquiteto, arquitetura e cidade.** - Maria Luísa Trindade Bestetti (Tese de Pós Graduação) Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/16/16131/tde-04032010-085452/pt-br.php> Acesso em: 02/04/2021
 - **Qualidade de vida na terceira idade: um conceito subjetivo.** - Roberta Dalla Vecchial; Tania RuizII; Silvia Cristina Mangini Bocchilli; José Eduardo CorrentelV (Estudo financiado pela FAPESP) Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rbepid/2005.v8n3/246-252/pt/#> Acesso em: 15/04/2021
 - **Estudo comparativo da qualidade de vida de idosos asilados e frequentadores do centro dia.** - Sandra Fiorelli de Almeida Penteado Simeão; Géssika Araujo de Lima Martins; Marcia Aparecida Nuevo Gatti; Marta Helena Souza De Conti; Alberto De Vitta; Sara Nader Marta (Artigo de Pesquisa) Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2018.v23n11/3923-3934/pt/#> Acesso em: 20/04/2021
- **Outros Links Acessados ao longo da pesquisa:**
 1. <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2010/10/822262-risco-de-demencia-e-4-vezes-maior-entre-idosos-deprimidos.shtml> (**Idosos e Depressão**)
 2. http://niteroi.rj.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id=1773:indice-de-desenvolvimento-humano-de-niteroi-e-o-setimo-maior-do-pais-e-o-melhor-do-estado-do-rio-de-janeiro (**IDHM de Niterói**)
 3. <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rj/niteroi/pesquisa/23/25888?detalhes=true&localidade1=33> (**IBGE**)
 4. <https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/index.html> (**IBGE - Projeção da população**)
 5. <https://www.aseguirniteroi.com.br/post/niter%C3%B3i-tem-overdose-de-mais-de-300-farm%C3%A1cias-saiba-o-que-est%C3%A1-por-tr%C3%A1s-desse-boom-de-drogarias-1#:~:text=No%20caso%20de%20Niter%C3%B3i%2C%20os,Estado%20do%20Rio%20de%20Janeiro.> (**Overdose de Farmácias em Niterói**)
 6. <https://extra.globo.com/economia/tudo-de-graca-aprenda-se-divirta-sem-gastar-um-tostao-683385.html> (**Atividades gratuitas para idosos em Niterói**)
 7. http://www.niteroi.rj.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id=6624:2020-05-11-17-50-11 (**Atendimento para a terceira idade durante isolamento social em Niterói**)
 8. <https://jus.com.br/artigos/71311/breve-historico-dos-direitos-dos-idosos-no-brasil-e-no-mundo> (**Idosos no Brasil e no Mundo - histórico**)
 9. BRASIL, 1999. Portaria do Gabinete do Ministro de Estado da Saúde de no 1395, de 9 de dezembro de 1999, que aprova a Política Nacional de Saúde do Idoso e dá outras providências. Brasília: Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, no 237-E, pp. 20-24, 13 dez., seção 1.

Centro Dia para Idosos

**Alternativa para
Cuidadores e abrigos
tradicionais**

Talita Lacerda F. da Silva
Orientadora: Wanda Vilhena Freire



Atividades



Psicologia/Acupuntura



Horário Livre

Jogos de Mesa

Baralho, Dominó, jogo da memória, palavras cruzadas, damas e xadrez, bingo

Sala de TV/Auditório

Filmes e Novelas de acordo com a programação

Alongamento, yoga, acupuntura ou psicólogo

Em Horários disponíveis

9h

Abrir

9-11h

Atividade 1

11-13h

Almoço

13-15h

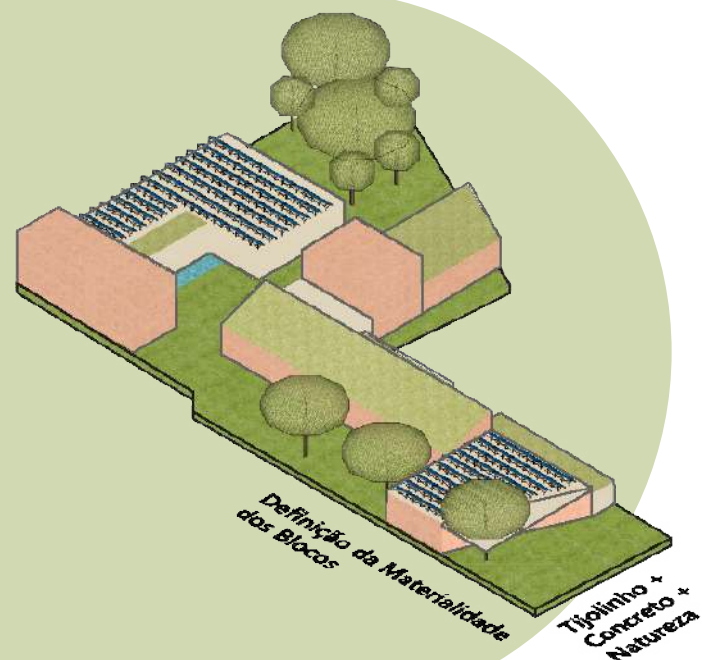
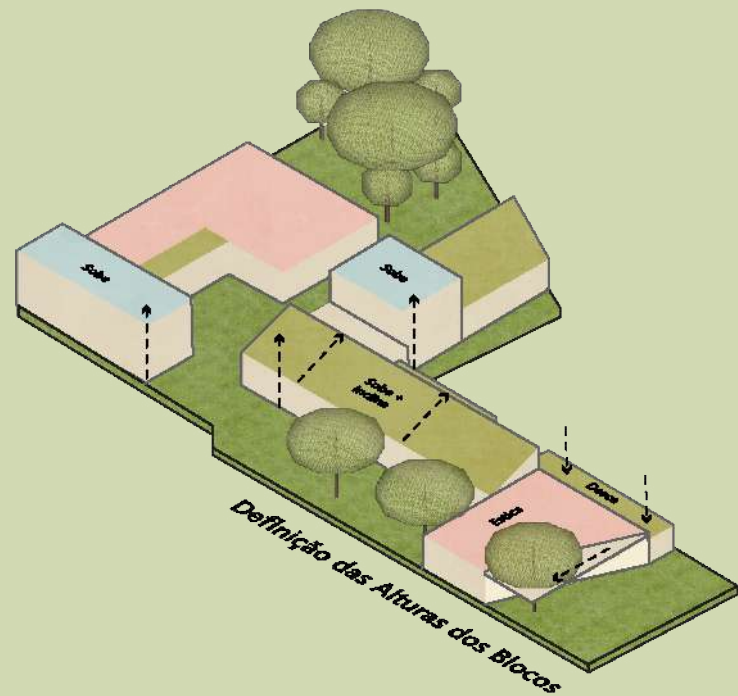
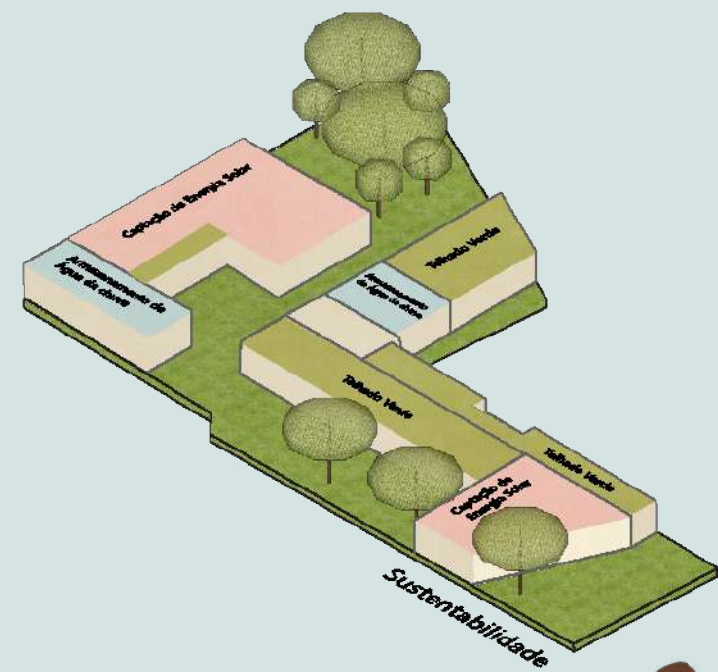
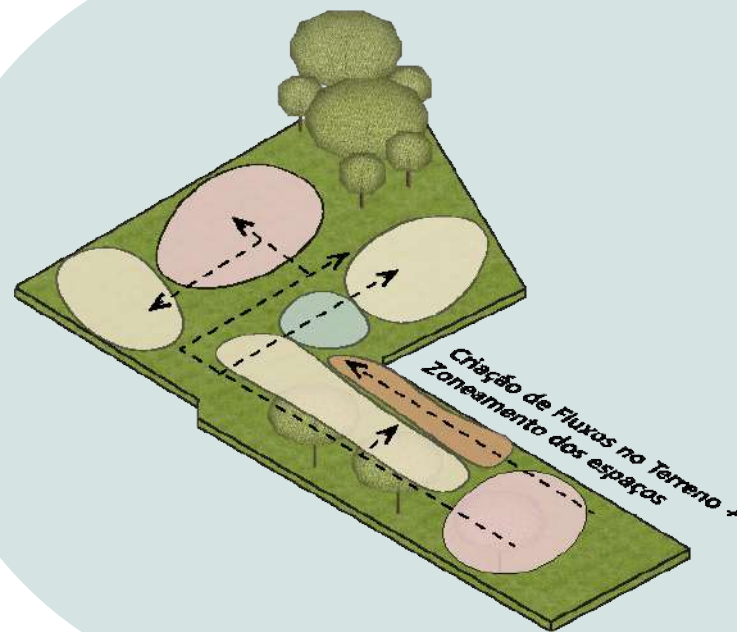
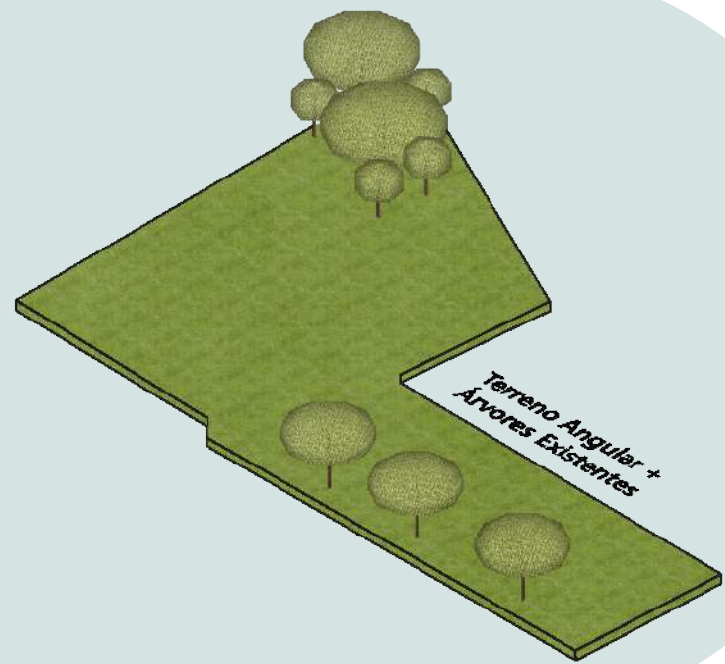
Atividade 2

15-17h

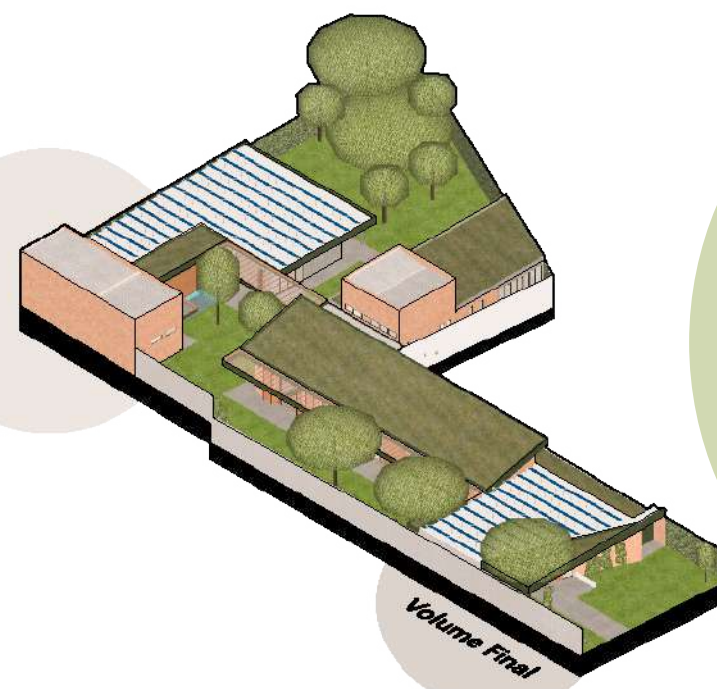
Atividade 3

18h

Fechar



Tijolinho + Concreto + Natureza



Concepção da Forma



Implantação / Cobertura



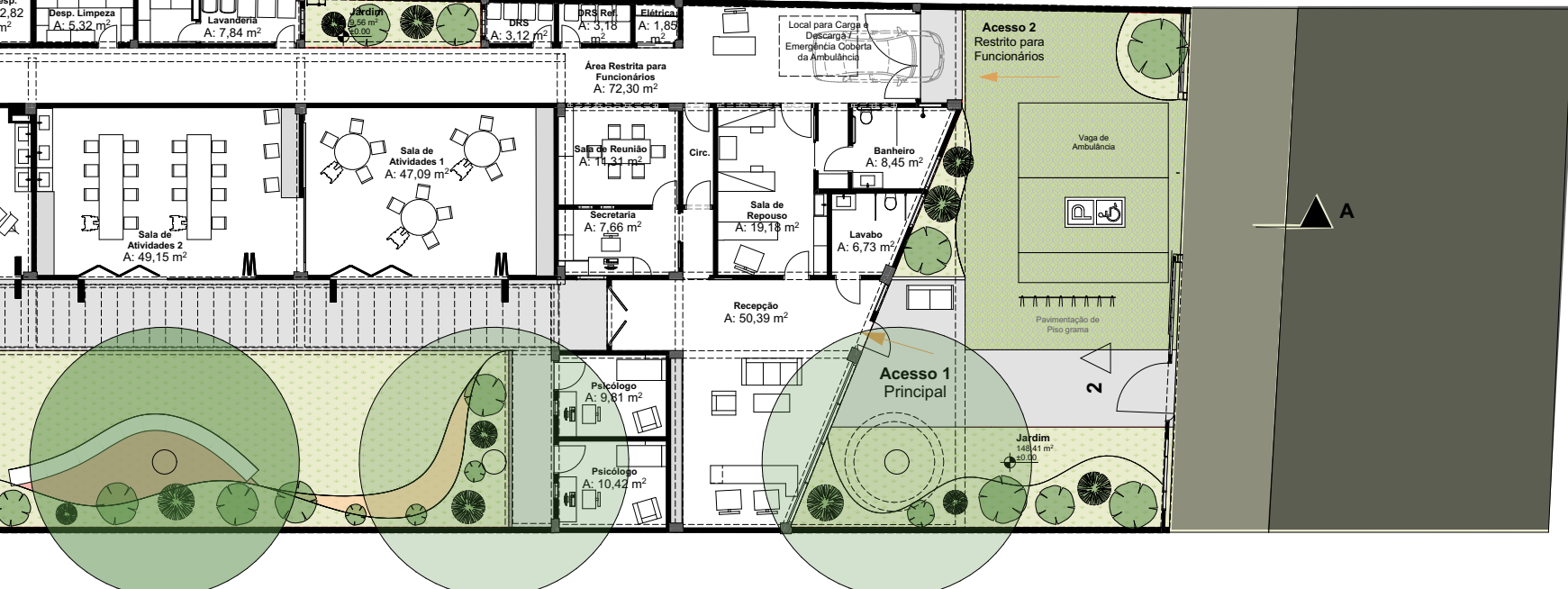
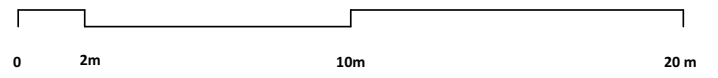
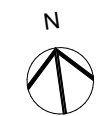
Planta Pav. Térreo

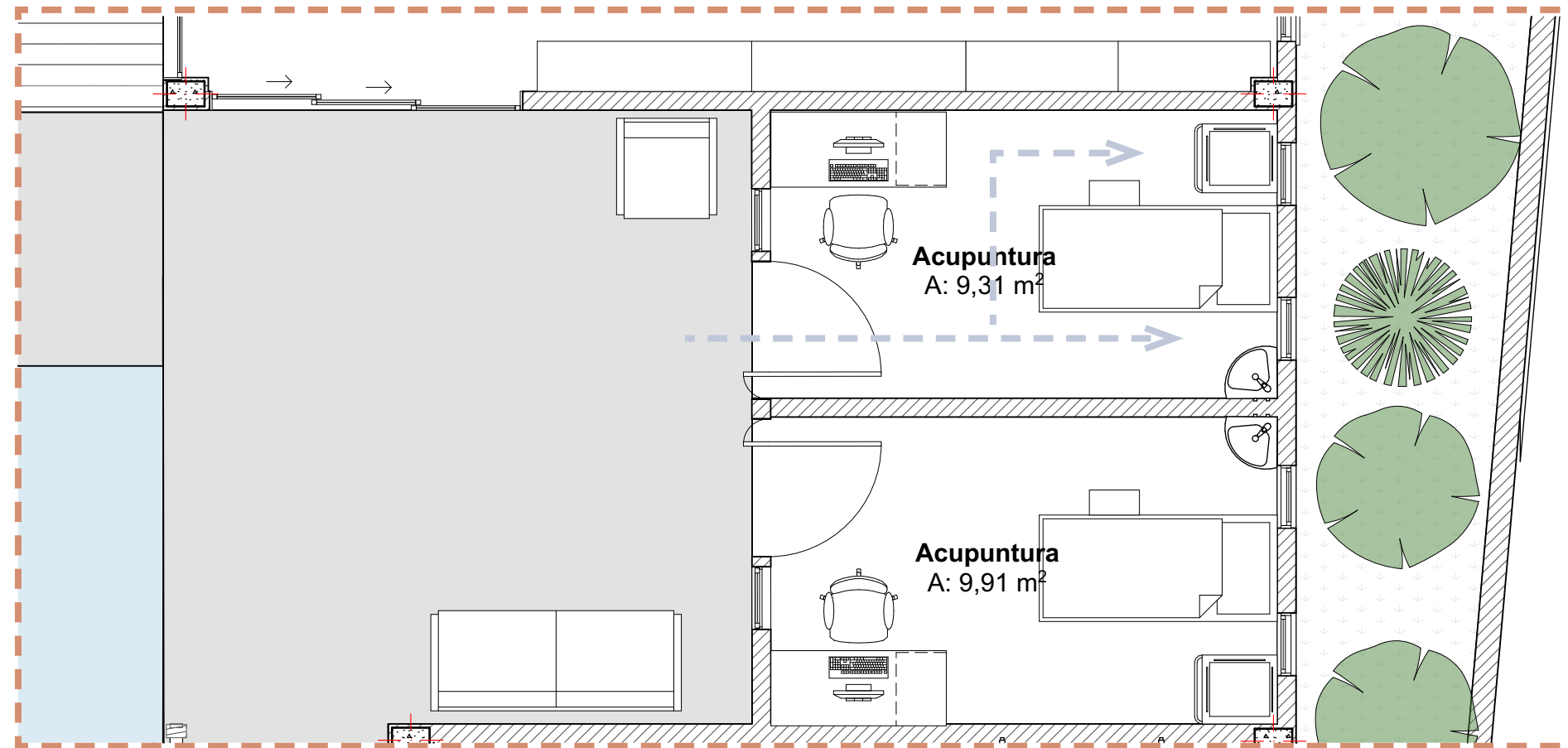


Pavimento Térreo
Escala: 1:100



FACHADA PRINCIPAL





Salas de Acupuntura
Escala 1:50

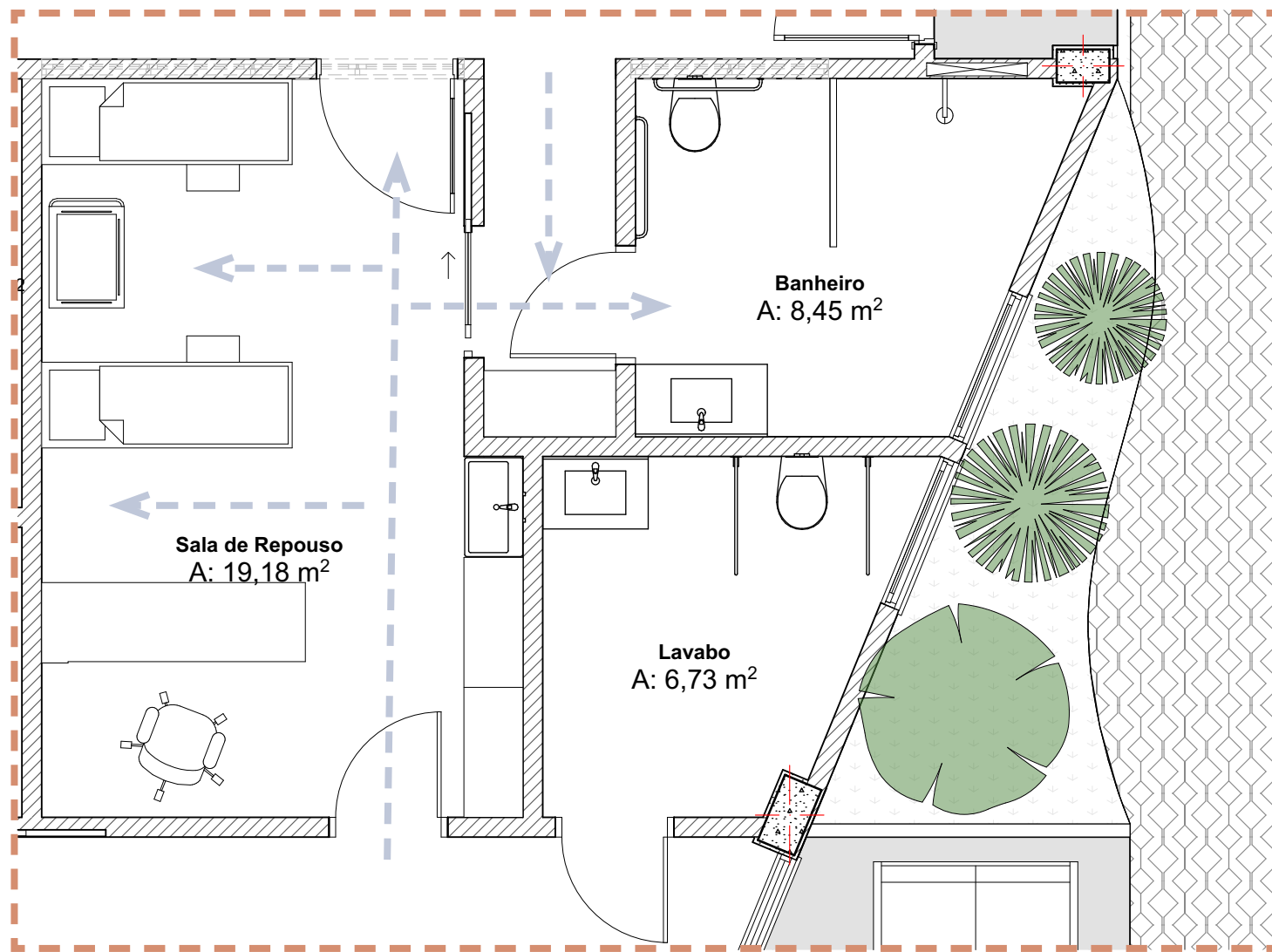


Legenda Gráfica dos Espaços Ampliados:

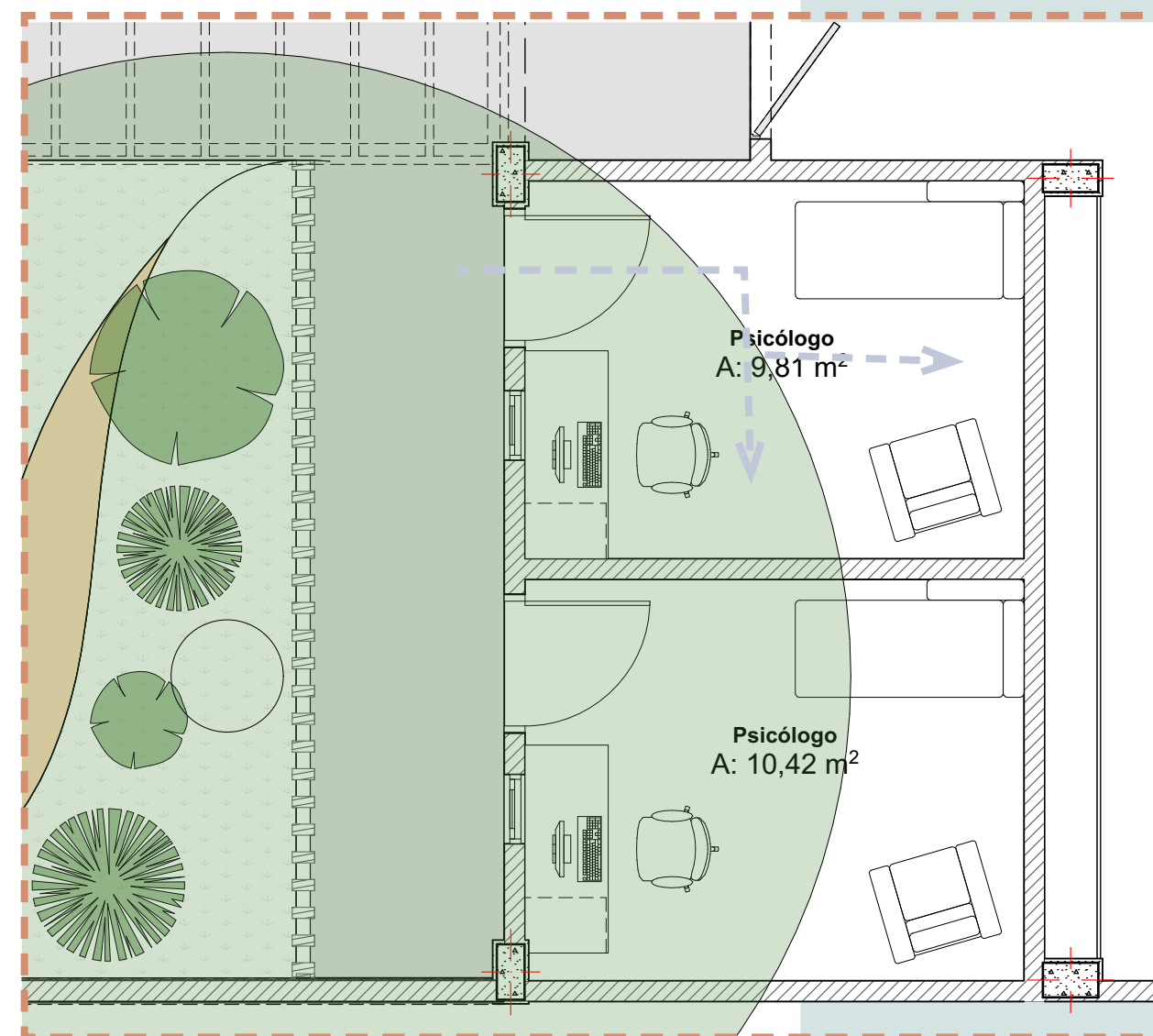
Fluxos dentro dos Ambientes



Espaços Ampliados



Sala de Repouso
Escala 1:50



Salas de Psicologia
Escala 1:50



Legenda Gráfica dos Espaços Ampliados:

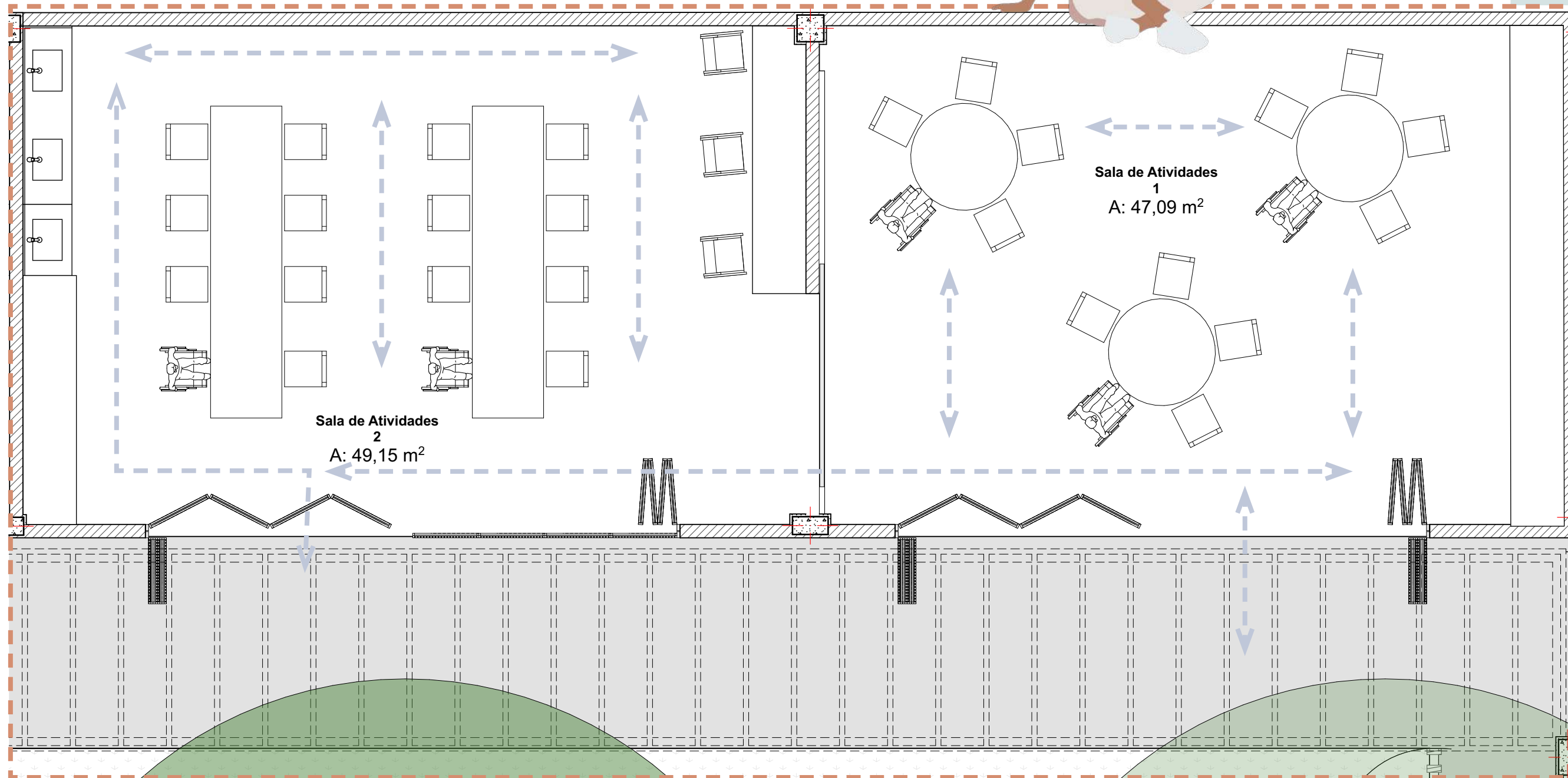
Fluxos dentro dos Ambientes



Espaços Ampliados

As Salas de Atividades 1 e 2 tem a possibilidade de integração a partir de uma porta de correr que interliga os ambientes

Espaços Ampliados



Salas de Atividades 1 e 2
Escala 1:50

LEGENDA

- 01 Caixa d'Água
- 02 DTRS
- 03 DTRS - Ref.
- 04 Estoque Refrig.
- 05 Estoque
- 06 Desp. Limpeza
- 07 DRS Ref.
- 08 DRS
- 09 Lavanderia
- 10 Elétrica
- 11 Água/Gás/CS.Bomba
- 12 Desp.
- 13 Sala de Repouso
- 14 Banheiro
- 15 WC
- 16 Banheiro Masculino
- 17 Banheiro Feminino
- 18 Lavabo
- 19 Área de Convivência
- 20 Cozinha
- 21 Biblioteca
- 22 Nutricionista
- 23 Acupuntura
- 24 Sala de Atividades 1
- 24 Sala de Atividades 2
- 25 Sala de Arte Terapia
- 26 Psicólogo
- 27 Sala dos Funcionários
- 28 Área Restrita para Funcionários
- 29 Sala de Reunião
- 30 Secretaria
- 31 Circ.
- 32 Recepção
- 33 Auditório / Sala de TV
- 34 Área Técnica

Legenda Gráfica:

Fluxos de Funcionários
Dentro da Edificação

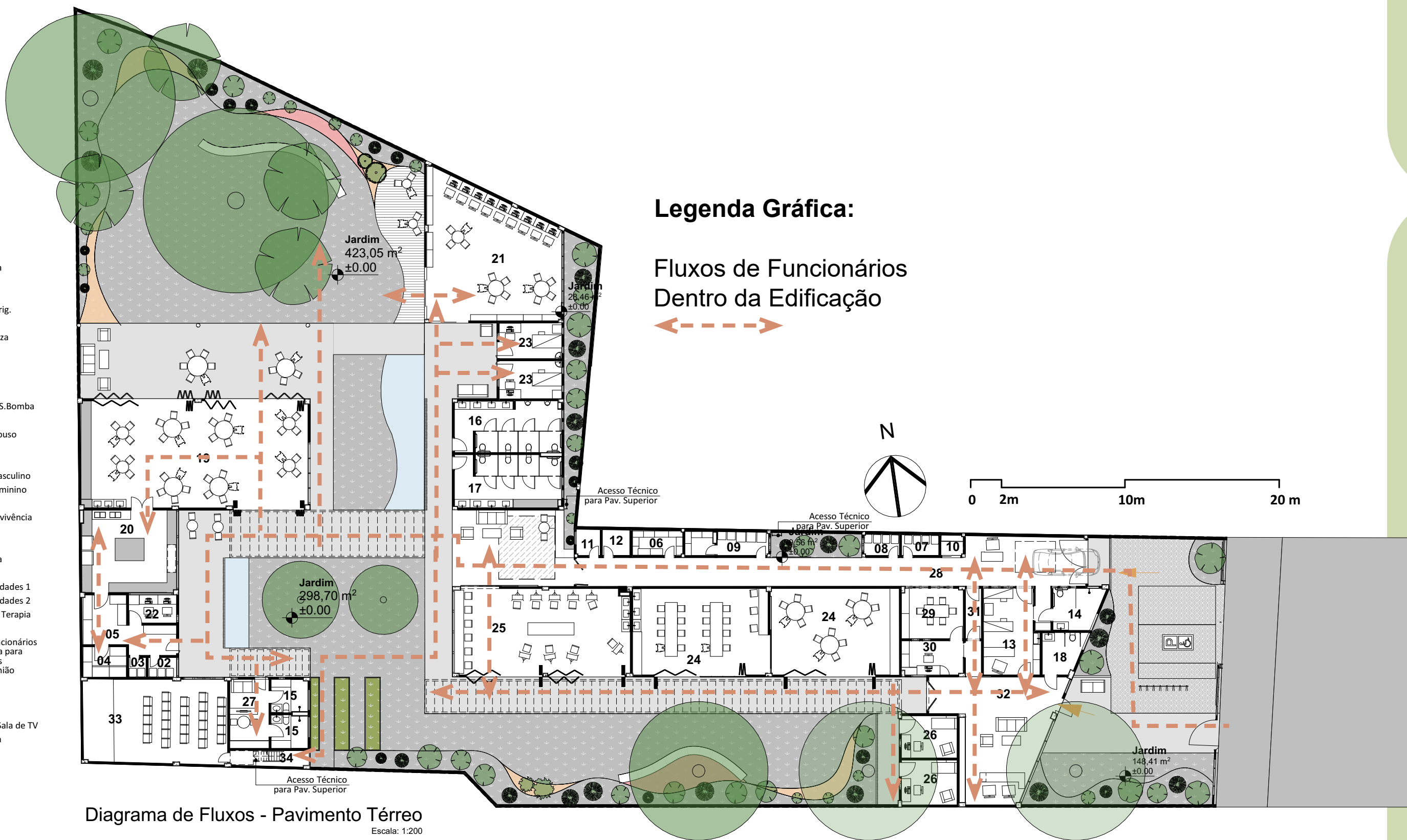


Diagrama de Fluxos - Pavimento Térreo

Escala: 1:200

LEGENDA

- 01 Caixa d'Água
- 02 DTRS
- 03 DTRS - Ref.
- 04 Estoque Refrig.
- 05 Estoque
- 06 Desp. Limpeza
- 07 DRS Ref.
- 08 DRS
- 09 Lavanderia
- 10 Elétrica
- 11 Água/Gás/CS.Bomba
- 12 Desp.
- 13 Sala de Repouso
- 14 Banheiro
- 15 WC
- 16 Banheiro Masculino
- 17 Banheiro Feminino
- 18 Lavabo
- 19 Área de Convivência
- 20 Cozinha
- 21 Biblioteca
- 22 Nutricionista
- 23 Acupuntura
- 24 Sala de Atividades 1
- 24 Sala de Atividades 2
- 25 Sala de Arte Terapia
- 26 Psicólogo
- 27 Sala dos Funcionários
- 28 Área Restrita para Funcionários
- 29 Sala de Reunião
- 30 Secretaria
- 31 Circ.
- 32 Recepção
- 33 Auditório / Sala de TV
- 34 Área Técnica



Diagrama de Fluxos - Pavimento Térreo
 Escala: 1:200

Planta Pav.Superior





SALA DE ARTE TERAPIA



Corte F.F. - Perspectivado

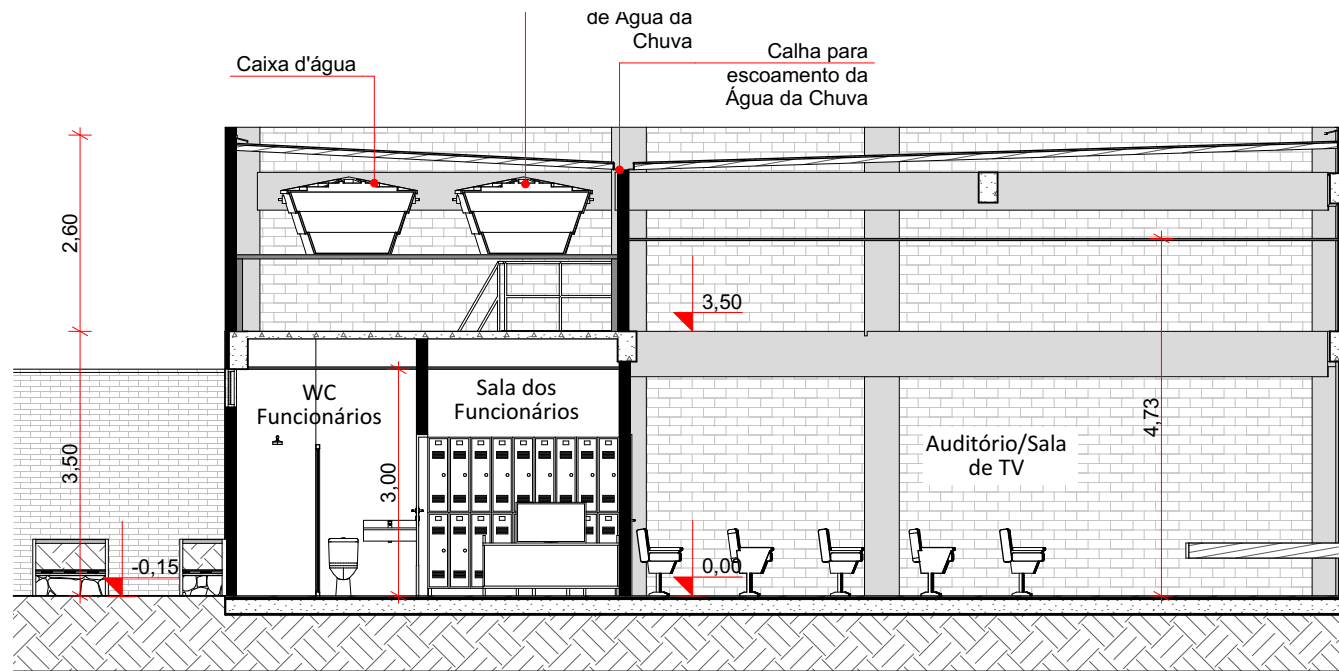
Escala: 1:50



Corte A.A. - Perspectivado

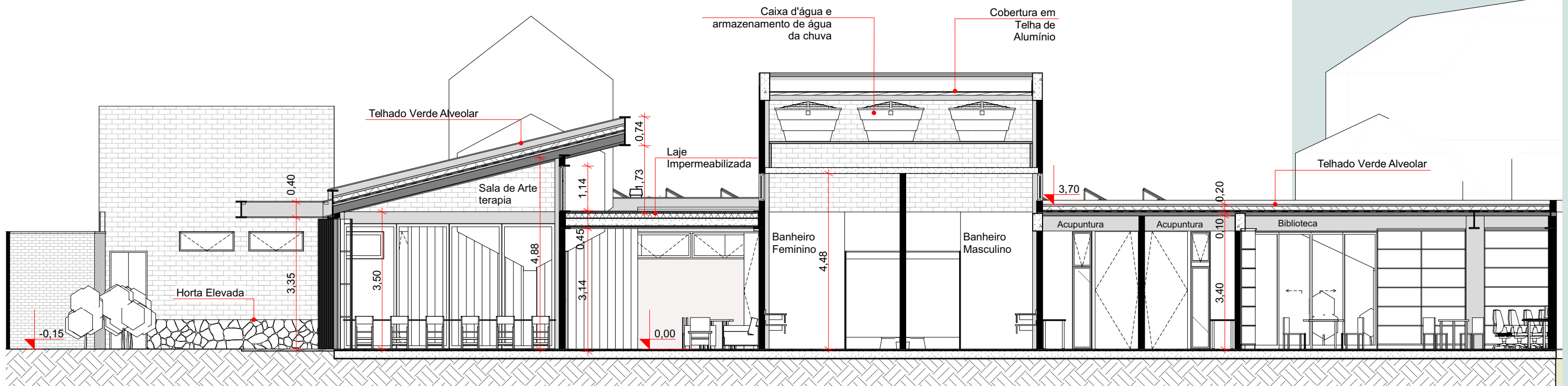
Escala: 1:100

Cortes



Corte D.D.

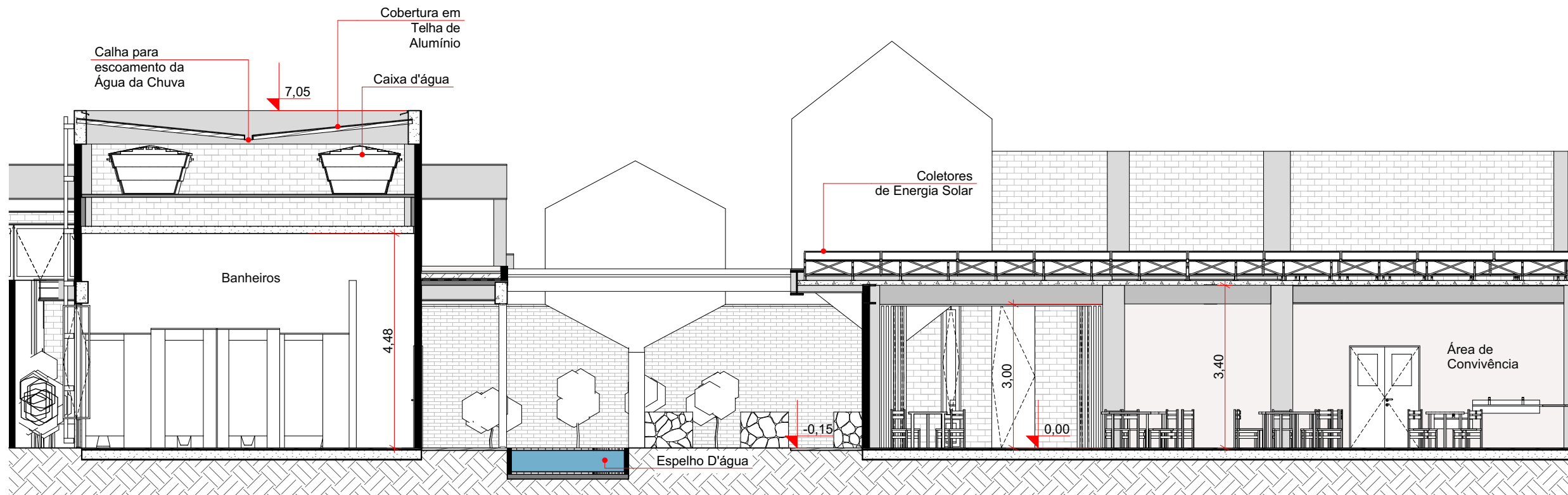
Escala: 1:100



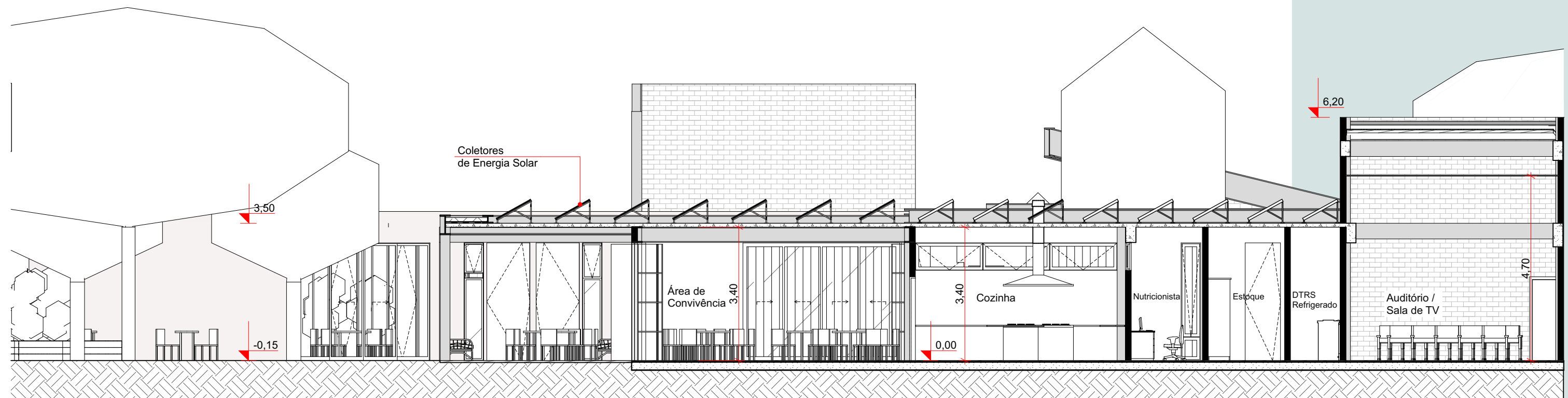
Corte B.B.

Escala: 1:100

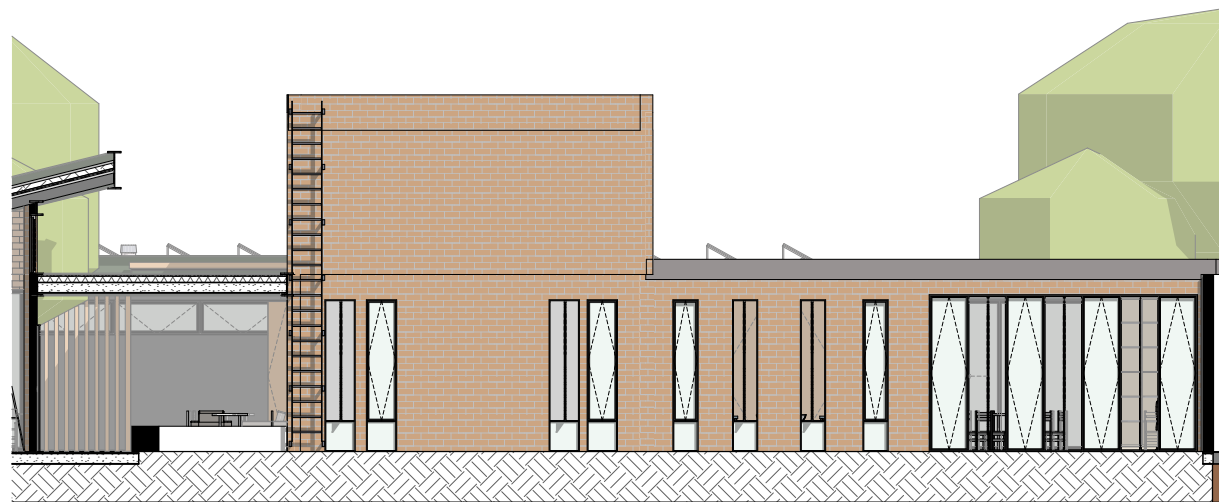
Cortes



Corte E.E.
Escala: 1:100



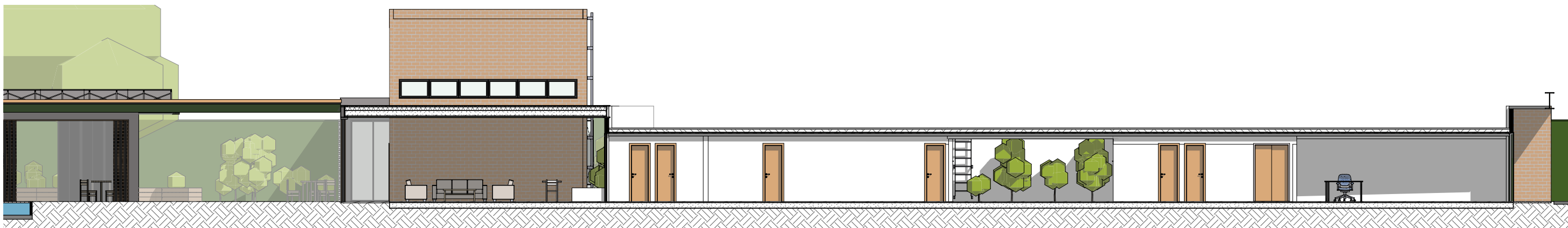
Corte C.C.
Escala: 1:100



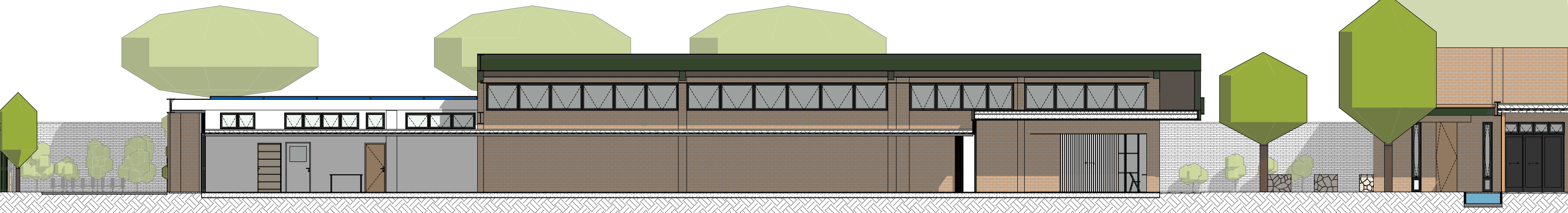
Elevação 7
Escala: 1:100



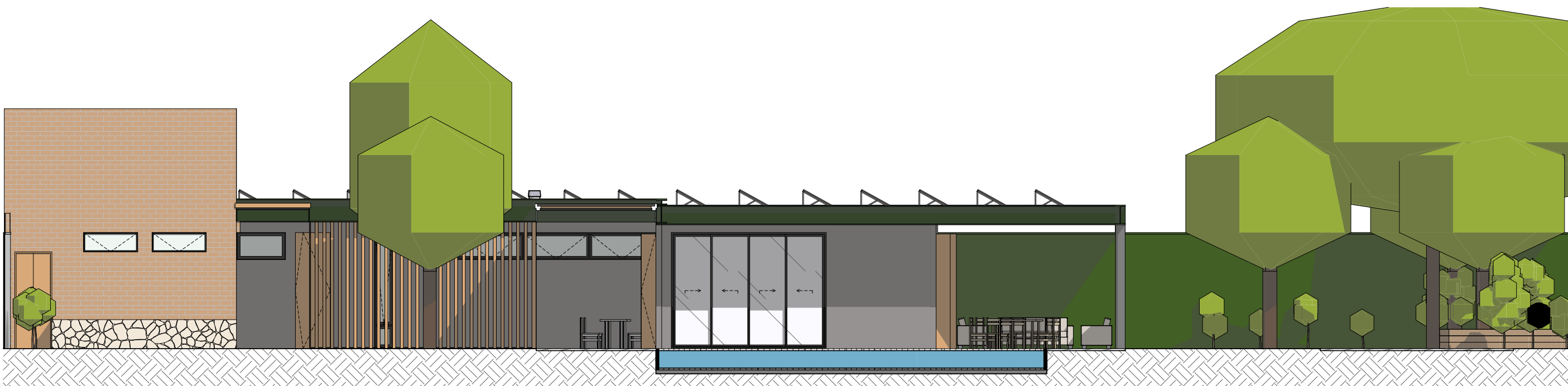
JARDIM DO MEIO



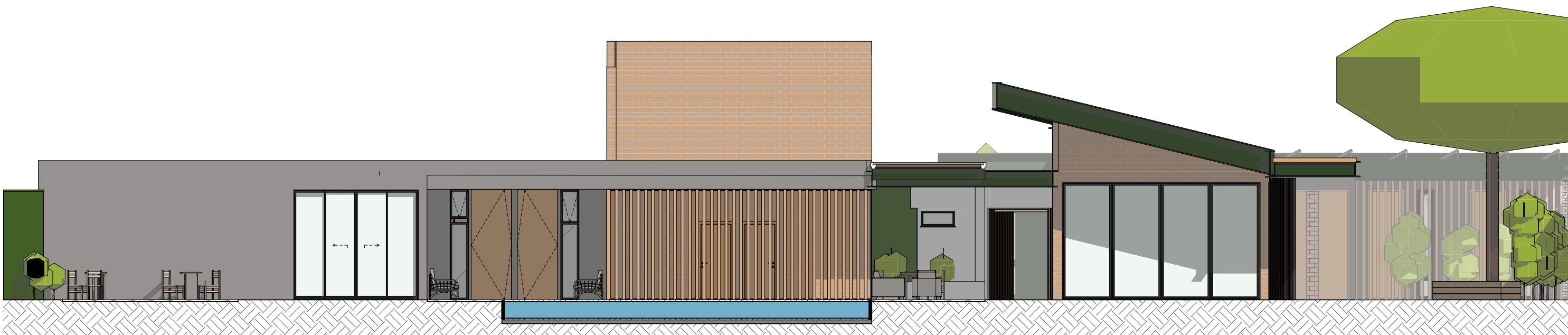
Elevação 6 - Acesso dos Funcionários
Escala: 1:100



Elevação 8
Escala: 1:100

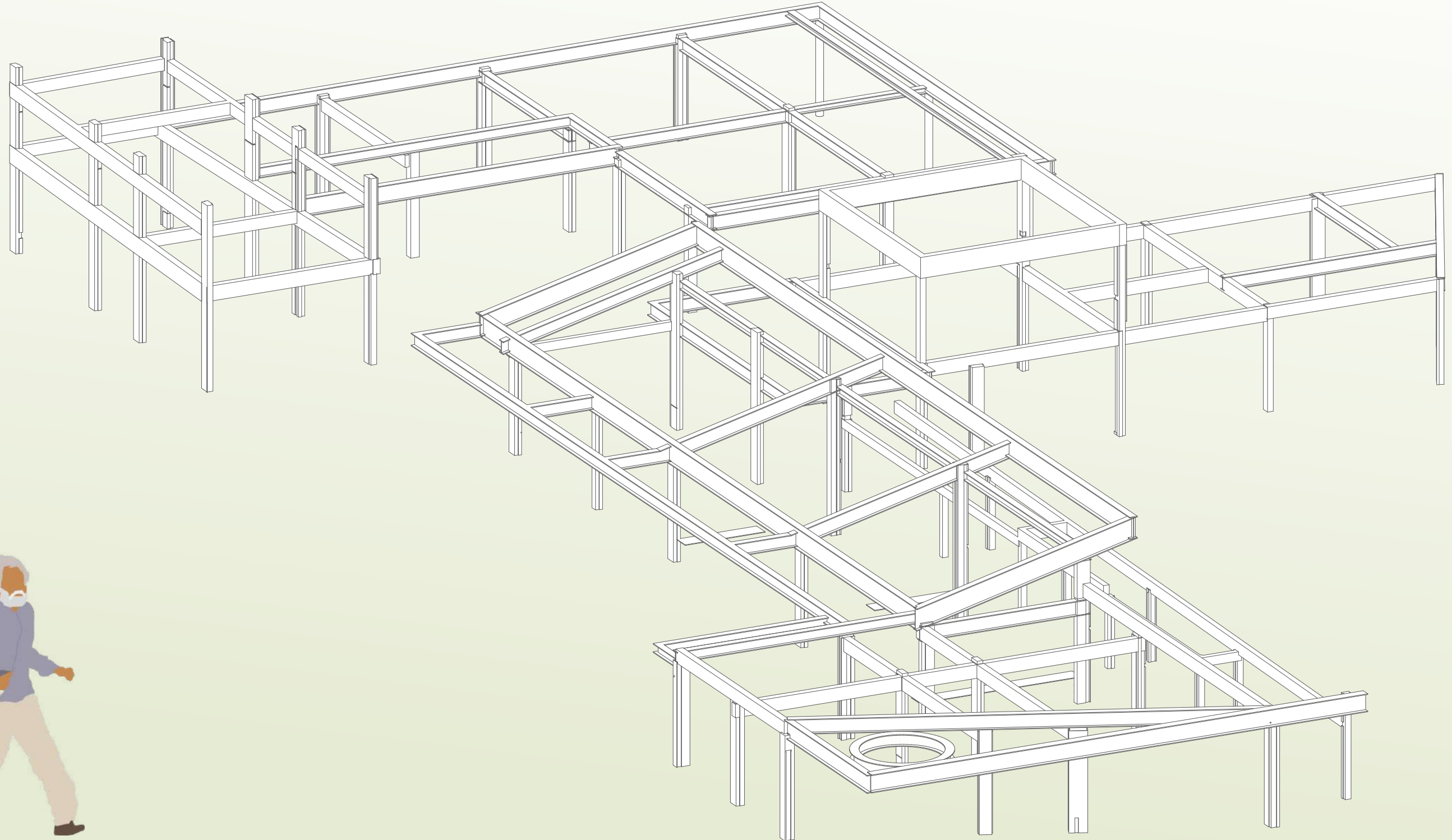


Elevação 3
Escala: 1:100



Elevação 4
Escala: 1:100

Estrutura



TIJOLINHO



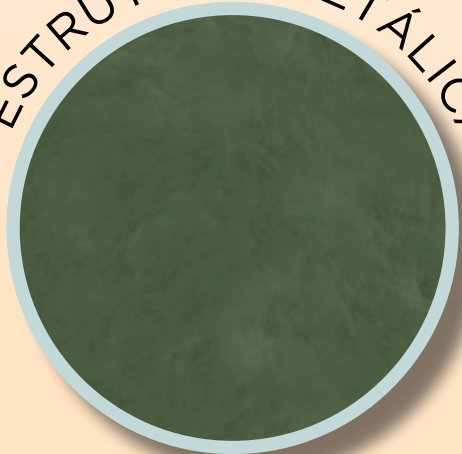
VEGETAÇÃO



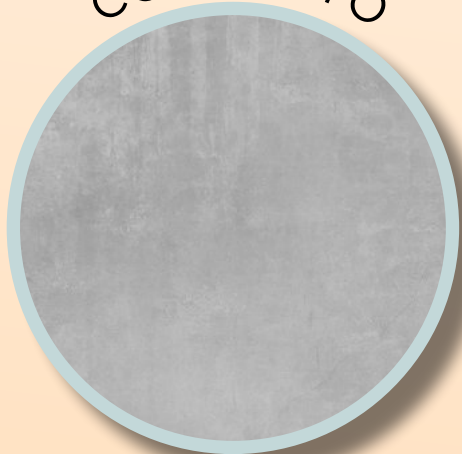
PERFIL DE ALUMÍNIO



ESTRUTURA METÁLICA



CONCRETO



MADEIRA



JARDIM DO MEIO - SALA DE ARTE TERAPIA

