



CURSO DE ARQUITETURA E URBANISMO

DÁLIA DO NASCIMENTO OSÓRIO

**PROPOSTA ARQUITETÔNICA DE IMPLANTAÇÃO DE UMA
POUSADA SPA EM SINOP-MT**

**Sinop/MT
2025/01**



CURSO DE ARQUITETURA E URBANISMO

DÁLIA DO NASCIMENTO OSÓRIO

**PROPOSTA ARQUITETÔNICA DE IMPLANTAÇÃO DE UMA
POUSADA SPA EM SINOP-MT**

Trabalho de Iniciação Científica apresentado à Banca Avaliadora do Departamento do curso de Arquitetura e Urbanismo, do Centro Universitário Fasipe - UNIFASIPE, como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Arquitetura e Urbanismo.

Orientador (a): Prof. Valesca Raquel Ferreira de Matos

Professor da Disciplina: Prof. Cecília Janete Limberger

Sinop/MT

DÁLIA DO NASCIMENTO OSÓRIO

**PROPOSTA ARQUITETÔNICA DA IMPLANTAÇÃO DE UMA
POUSADA SPA EM SINOP-MT**

Trabalho de Iniciação Científica apresentado à Banca Avaliadora do Curso de Arquitetura e Urbanismo – do Centro Universitário Fasipe – UNIFASIPE, como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Arquitetura e Urbanismo.

Aprovado em

Professor(a) Orientador(a): Valesca Matos
Departamento de Arquitetura e Urbanismo – UNIFASIPE

Professor(a) Avaliador(a): Jennifer Beatriz Uveda
Departamento de Arquitetura e Urbanismo – UNIFASIPE

Arquiteto(a) Convidado(a):

Professor(a) Avaliador(a): Jennifer Beatriz Uveda
Departamento de Arquitetura e Urbanismo – UNIFASIPE
Coordenador do Curso de Arquitetura e Urbanismo

Sinop/MT

DEDICATÓRIA

-Primeiramente a Deus e Nossa Senhora, por ser minha força, meu acalento e meu amparo, durante todo esse processo.

-A minha persistência, e dedicação ao longo dessa trajetória.

- Aos meus pais Mauro e Francisca que não mediram esforços e derramaram muito suor para eu chegar até aqui debaixo da sombra e com água fresca.

- A minha amiga Tayara, Khadija e Renata e a minha irmã Daliane, que me acompanharam e apoiaram durante toda essa fase.

AGRADECIMENTOS

- Acima de tudo e todos, quero agradecer a Deus que é minha força todos os dias, e por ser o motivo da minha persistência;
- Aos meus pais que trabalharam muito para me ver chegar até aqui;
- A todas as empresas que já passei ao longo dessa jornada que contribuíram para esse processo;
- A minha orientadora, que me instruiu de forma clara e coesa para obter êxito no meu trabalho;
- A todos os meus amigos e colegas que deixaram essa caminhada mais leve e dinâmica de ser enfrentada;
- Aos demais professores do curso de graduação, que nos transmitiram seus conhecimentos e contribuíram muito para nossa formação.

EPÍGRAFE

Aqueles que olham para as Leis da Natureza
como apoio para seus novos trabalhos
colaboram com o Criador.

– Walter Gropius

OSÓRIO, Dália do Nascimento. PROPOSTA ARQUITETÔNICA DE IMPLANTAÇÃO DE UMA Pousada-SPA EM SINOP/MT.2024.50. Trabalho de Conclusão de Curso – Centro Universitário FASIPE – UNIFASIPE

RESUMO

Com a necessidade de um espaço que busque desconexão com a vida cotidiana e aprimoramento dos serviços de lazer, além do incentivo ao turismo e de cuidados com o corpo e a mente na cidade de Sinop-MT, o presente trabalho tem como objetivo propor a implantação de uma Pousada-Spa para a cidade de Sinop, moderna e mais bem planejada. Que através da arquitetura consiga promover acessibilidade e integração com a natureza, além de projetar ambientes de lazer que propiciam o bem-estar, o sentimento de felicidade, calma e relaxamento, com o objetivo de inovar no turismo. Ademais, por meio da estética, provocar e atrair o público em geral, findando, o trabalho busca estratégias arquitetônicas para promover uma experiência personalizada. Com esse intuito, é elaborada uma pesquisa bibliográfica bem fundamentada a respeito dos assuntos e são analisados alguns estudos de casos, utilizados como referência para uma arquitetura única. Simultaneamente, com a pesquisa, foi desenvolvida uma pesquisa local quantitativa realizada virtualmente pelo *Google Forms* a respeito de necessidades que o público demanda, a fim de que, sejam solucionadas com estratégias e técnicas modernas a proposta, de modo mais exequível possível.

PALAVRAS-CHAVE: Experiência; Lazer; Turismo.

OSÓRIO, Dália do Nascimento. ARCHITECTURAL PROPOSAL FOR THE IMPLEMENTATION OF A SPA HOTEL IN SINOP/MT,2024. 50 sheets. Completion of Course Work I -Centro Educacional Fasipe-UNIFASIPE.

ABSTRACT

With the need for a space that seeks disconnection from everyday life and improvement of leisure services, in addition to encouraging tourism and care for the body and mind in the city of Sinop-MT, this work aims to propose the implementation of a modern and better planned Inn-Spa for the city of Sinop. Through architecture can promote accessibility and integration with nature, design leisure environments that provide well-being, feelings of happiness, calm and relaxation, with the objective of innovating in tourism, in addition, through aesthetics to provoke and attract the public, finally, the work seeks architectural strategies to promote a personalized experience. With this purpose, a well-founded bibliographic research is prepared on the subjects and some case studies are analyzed, used as a reference for a unique architecture, together with the research, a local research was developed on the needs that the public demands, so that they can be solved with modern strategies and techniques, in the most feasible way possible.

KEYWORDS: Experience; Leisure; Turism.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 01 –Dados da primeira pergunta.....	39
Gráfico 02 - Dados da quarta pergunta.	40
Gráfico 03 - Dados da quinta pergunta.....	40
Gráfico 04 - Dados da sexta pergunta.....	40
Gráfico 05 - Dados da oitava pergunta.	41
Gráfico 06 - Dados da nona pergunta.....	42
Gráfico 07 - Dados da décima pergunta	42

LISTA DE FIGURAS

Figura 01 – Hotel Ritz, 1954.....	17
Figura 02 – Termas Públicas, Roma.....	20
Figura 03 –Integração da Edificação as Vegetações, Projeto Bernardes Arquitetura.....	28
Figura 04 – Lilelo-Eco hotel Pousada- Chalé Vigna.....	29
Figura 05 – Planta baixa chalé Vigna.....	30
Figura 06 – Esquema volumétrica chalé maior	31
Figura 07 – Chalés de La Pinta em meio a natureza	32
Figura 08 – Planta baixa Chalés de La Pinta	33
Figura 09 – Plantas <i>Layout</i> Chalés.....	34

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO	12
1.1	Problematização.....	13
1.2	Justificativa.....	14
1.3	Objetivos	15
1.3.1	Objetivo Geral.....	15
1.3.2	Objetivos Específicos.....	15
2.	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	16
2.1	Surgimento das Pousadas na Europa	16
2.1.1	Surgimento no Brasil.....	18
2.2	Conceito de Pousada-Spa	19
2.2.1	Biofilia aplicada a espaços de lazer.....	21
2.2.1	Neuroarquitetura aplicada a Espaços de Lazer	23
2.3	Arquitetura aplicada a Pousada Spa	25
2.3.1	Acessibilidade em Pousadas	25
2.3.2	Sustentabilidade	26
2.3.3	Conforto Ambiental.....	27
3.	ESTUDOS DE CASO	29
3.1	Internacional – LILELO Eco hotel Pousada (Itália).....	29
3.2	Nacional – Chalés de La Pinta (Rio Grande do Sul)	31
3.3	Regional – Malai Manso (Mato Grosso)	33
4.	METODOLOGIA DE PESQUISA	36
5.	ANÁLISE DE DADOS	38
5.1	Análise dos Dados da Pesquisa de Campo para Implantação de Pousada-Spa em Sinop-MT	38
6.	CONSIDERAÇÕES PARCIAIS.....	70
	REFERÊNCIAS.....	72
	APÊNDICE.....	77

1. INTRODUÇÃO

Estamos em uma fase da evolução humana em que a qualidade de vida, a saúde, e o bem-estar deve ser uma preocupação na vida das pessoas. Com as perspectivas de aumentar a longevidade humana cada vez mais viável, especialmente em países em desenvolvimento, novos hábitos podem ser adotados. Pelos progressos científicos e tecnológicos, que são constantemente aplicados nas práticas de saúde, nunca foi tão importante refletir e debater sobre a qualidade de vida neste planeta. Em outras palavras, sobre como o indivíduo pode aproveitar ao máximo a sua vida, viver na Terra com total vigor, clareza, contentamento e harmonia físico-mental desde que esteja em equilíbrio com o meio em que vive (Felippe et al. 2024).

Neste contexto, entende-se o lazer como uma necessidade humana e uma dimensão cultural, que representa um campo de práticas sociais vivenciadas de forma lúdica pelos indivíduos, necessárias para seu equilíbrio mental e psíquico. Compreende-se que o lazer é uma necessidade fundamental, inerente à vida humana em todas as épocas e lugares, evidenciando-se que a condição do lazer é essencial, a solicitar a atenção de todos nós e da sociedade em geral. Ademais a demanda por lazer está correlacionada a industrialização e a urbanização (Gomes, 2014).

Este trabalho, apresenta a preocupação sobre questões do impacto físico e emocional do ser humano, ao ser submetido a uma rotina exaustiva diariamente e não ter um tempo de lazer de qualidade, e como isso afeta seu bem-estar físico e psíquico. Sendo assim, o estudo tem como objetivo geral propor uma Pousada-Spa para Sinop-MT com ênfase em cuidados com o corpo e com a mente. Com essa perspectiva os objetivos específicos buscam estudar as pousadas, bem como suas contribuições no lazer, turismo, convivência e economia local; compreender e aplicar uma arquitetura biofílica, e princípios da neuroarquitetura a espaços de conexão.

Na revisão bibliográfica inclui-se um breve histórico de como surgiu a hotelaria no mundo e no Brasil, e a ramificação para o conceito de pousada, dando ênfase a compreender e aplicar a neuroarquitetura e a arquitetura biofílica para se obter um ambiente mais humanizado aos hóspedes. O trabalho também explorou locais de referência existentes no mundo, no país e na região de Mato Grosso observando o fato de não existir um local como o que está sendo proposto.

1.1 Problematização

Ao longo dos últimos anos, o foco em saúde e bem-estar tem sido cada vez mais notado, induzindo a maneira como viajar e vivenciar a hospitalidade. No ano passado, o turismo de bem-estar lucrou cerca de US\$ 651 bilhões (R\$ 3,19 trilhões) globalmente, de acordo com informações da *Research and Markets*. A previsão é que o mercado global do segmento atinja US\$ 1,2 trilhão até 2027, um crescimento de 63% em comparação a 2020. Portanto, hotéis e resorts passaram por um contínuo ajuste de serviços para suprir o consumo crescente por serviços de bem-estar, fascinando novos hóspedes e comandando os lucros dos proprietários (Granchi, 2024).

A finalidade surge da atual situação de Sinop, que apresenta diversas oportunidades no setor turístico, mas enfrenta uma carência de incentivos no ramo hoteleiro e no desenvolvimento de serviços personalizados. Esses fatores são essenciais para impulsionar a geração de empregos, melhorar a qualidade de vida e atrair mais visitantes. Embora existam princípios fundamentais para uma boa gestão dos segmentos turísticos da cidade, alternativas não têm sido devidamente estudadas ou consideradas (Nora et al. 2009).

Outro aspecto crucial ligado ao bem-estar, mas frequentemente negligenciado, são as condições de vida de uma pessoa, particularmente nas metrópoles. No Brasil, a poluição do meio ambiente, como também a poluição sonora é uma realidade frequente e preocupante. Esses fatores impactam diretamente a vida das pessoas, pois a qualidade do sono é comprometida, o medo aterrorizante, a dificuldade na respiração, o estado de alerta se mantém constante e a paz é perturbada. Mesmo que a maioria da população não reconheça, esses elementos estão diretamente ligados a qualidade de vida, que é constantemente afetada e resulta em várias doenças (Souto, 2020).

A integração do lazer à rotina do ser humano, também se dá pela importância de se ter um olhar mais aberto para o parâmetro de manifestação dessas doenças crônicas como *burnout* depressão, obesidade e doenças cardiovasculares, que são agravadas pela vida cotidiana do ser

humano atual, que se dá pela quantidade excessiva de tarefas, vícios em aparelhos eletrônicos, má alimentação, falta da prática de exercícios físicos, além da falta de momentos de descanso com a família e olhar interior para si. A arquitetura tem o poder de criar espaços e ambientes que proporcionem sentimentos de bem-estar, desde que sejam feitos estudos e o levantamento de informações necessárias para o hesito.

Em uma sociedade que cada vez busca mais por atividades que preencham sua rotina, evidencia-se que o ser humano excede seus limites mentais e físicos, onde o convívio se torna *online*, as refeições em família são isoladas, e há uma defasagem do olhar interior e coletivo familiar. A proposta se dá, na criação desse espaço que gere oportunidades de emprego, aumento socioeconômico local, concepção de locais de convívio íntimo e familiar, relaxamento profundo, desconexão com a vida na cidade e conexão com a natureza com corpo e mente.

Os itens citados, são todos fundamentos para questionar-se: qual a importância da proposta de uma Pousada-Spa para o ramo de turismo e hotelaria em Sinop?

1.2 Justificativa

O turismo pode ser visto como uma relevante atividade econômica, capaz de estimular o desenvolvimento de certas áreas que possuam condições favoráveis para sua expansão. Dentre as vantagens que esta atividade pode proporcionar, estão a diminuição das disparidades regionais e pessoais de renda, a geração de divisas e a geração de empregos. Em particular, por ser predominantemente uma atividade do setor de serviços que emprega mão de obra intensiva, o potencial de criação de empregos do turismo é significativo, sendo também um pilar para o desenvolvimento econômico de regiões (Rabahy, 2020).

Os ecossistemas têm um papel fundamental na economia e na sociedade, atuando como alicerce para as atividades econômicas e para a qualidade de vida dos indivíduos. O turismo é uma expressão significativa da conexão entre a natureza e a sociedade, com o intuito de conscientização da preservação ambiental, desempenhando um papel estratégico para diversas economias globais por sua habilidade de gerar riqueza e trabalho, além de impulsionar o progresso das regiões (Mota, 2019).

O turismo, importante fonte de renda para o setor terciário da economia, é uma forma relevante de promover a educação ambiental. Através do turismo em regiões naturais, é possível promover várias atividades, como o turismo de aventura e o ecoturismo, ambos focados na conservação da natureza e na sustentabilidade, incluindo seus três pilares fundamentais: ambiental, econômico e social (Santos, 2014).

A qualidade de vida está intrinsecamente relacionada à saúde mental. Quando uma pessoa está em paz consigo mesma, seu mundo interno e externo se preserva em equilíbrio. Para alcançar essa sensação, é imprescindível conviver e frequentar locais que proporcionem essa sensação de bem-estar. Assim, a arquitetura contribui para o processo de reabilitação mental através da concepção de ambientes e aplicação de materiais e métodos construtivos, visando criar ambientes onde os usuários se sintam confortáveis. Ambientes associados à natureza contribuem de maneira positiva para o bem-estar e a qualidade de vida (PESSOA, 2020).

A decisão da proposta dá-se, pelos benefícios relacionados a região de localização que a Pousada-Spa estará inserida, ademais a procurar soluções que visem o bem-estar dos hóspedes do local e as vantagens sociais e econômicas elevados aos espaços projetados com essa finalidade.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo Geral

Elaborar uma proposta arquitetônica para implementação de um Pousada-SPA baseada nas normas vigentes e no código de obras e plano diretor da cidade de Sinop-MT, com ênfase na sustentabilidade e na regeneração do corpo humano no âmbito físico e mental, proporcionando atividades de lazer e relaxamento profundo da mente.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Estudar e desenvolver o referencial teórico em relação aos primeiros hotéis e Pousadas Spas;
- Contextualizar a história dos Pousadas Spas no mundo e no Brasil;
- Compreender todos os tópicos sobre a arquitetura aplicada a espaços de lazer com ênfase em biofilia e neuroarquitetura;
- Estudar e propor a criação de espaços que possuam aspectos funcionais, acessibilidade, sustentabilidade e conforto;
- Propor uma Pousada Spa que ofereça serviços de estética facial, corporal, terapias e contato com a natureza, na cidade de Sinop.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Surgimento das Pousadas na Europa

Aproximadamente no ano 400 d.C., assinalou o término do império romano e início do período histórico do Turismo. As guerras constantes danificaram as vias e o tráfego. O comércio se tornou extremamente complicado. As viagens deixaram de ser vistas como um passatempo. A partir desse ponto, as coisas começaram a mudar. O Turismo adquiriu ares de aventura ou de expressão da fé. Até então, as pousadas eram principalmente voltadas para os viajantes religiosos, mas em nome da caridade samaritana, assumiram aspectos de negócio rentável, e começou a existir um fluxo intenso de soldados, peregrinos e comerciantes nas rotas europeias. Durante esse período, muitos novos negócios foram inaugurados. O perfil da hotelaria, agora consolidada como profissão, tem como ponto importante a fundação do primeiro clube de proprietários de pousadas, em Florença, Itália, em 1282 (Colantuono, 2015).

A trajetória da hospedagem remonta às antigas civilizações sumérias e egípcias, onde havia a necessidade de encontrar um local para descansar durante as viagens. Contudo, os primeiros registros de hospedagem organizada ocorreram na Grécia, impulsionados pelos Jogos Olímpicos. Para esses eventos, foi erguido um estádio, seguido pela construção de balneários e uma hospedagem com aproximadamente dez mil metros quadrados, destinada a acolher os visitantes. Esse local é considerado o primeiro hotel documentado, oferecendo descanso, segurança e privacidade aos participantes dos jogos olímpicos que eram de fora da cidade, incluindo tanto convidados para cerimônias religiosas quanto competidores (Almeida; Brambilla; Vanzella, 2016).

Ao longo dos séculos, a história da hotelaria passou por diversas transformações. Durante a Idade Média, mosteiros e abadias serviam como abrigo para viajantes, incluindo peregrinos e comerciantes. Mais tarde, castelos utilizados pela rica aristocracia rural também passaram a oferecer acomodações em quartos vagos como uma forma de aumentar sua renda.

Foram surgindo, ainda, estalagens coloniais e hospedarias inglesas (Almeida; Brambilla; Vanzella, 2016).

A escolha do terreno próximo foi analisada, e pensada, em qual seria a melhor localização. Foi escolhido um local próximo ao centro histórico, situado em um quarteirão adjacente ao Parque Eduardo VII, limitado pelas ruas Castilho, Marquês de Suberra, Rodrigo da Fonseca e Joaquim António de Aguiar, com uma vista excepcional da cidade. Esse terreno foi comprado em 1953, através de um leilão público, pela Câmara Municipal de Lisboa (Batista, 2022).

A versão final do projeto, como podemos ver na figura 1, consiste em um vasto corpo de quartos em paralelepípedos, apoiados em pilotis na zona sul e sobre o corpo das salas e salões, na zona norte. No entanto, os pilotis não se elevam diretamente ao solo, mas se posicionam formalmente em um pódio na altura da avenida Rodrigo da Fonseca, conforme evidenciado na perspectiva final, "ao lado do Parque Eduardo VII", assinada por Porfírio Pardal Monteiro. Este esboço faz parte da "Memória Descritiva do Anteprojeto para o Grande Hotel de Luxo", que foi apresentada à Câmara Municipal de Lisboa em 18 de dezembro de 1954, para ser avaliada (Batista, 2022).

Figura 1: Hotel Ritz, 1954



Fonte: ArchDaily, 2023

Neste contexto, é possível destacar exemplos de progresso no setor hoteleiro, como a construção de pousadas à beira de estradas e próximas a portos, criadas para atender as necessidades dos primeiros viajantes. No final do século XIX, César Ritz destacou-se na hotelaria ao introduzir um conceito inovador. Ele percebeu que os hóspedes estavam se

tornando mais exigentes e buscavam um atendimento diferenciado, marcado por acolhimento e comodidade. Ritz aplicou o conhecimento adquirido ao longo de sua trajetória em diversos setores, alcançando a posição de gerência com grande sucesso e, por fim, consolidando-se como um líder visionário na indústria hoteleira (Oliveira; Spena, 2020).

2.1.1 Surgimento no Brasil

Os hotéis pousadas de luxo começaram a aparecer em antigas mansões, como o Hotel Ravot (antiga casa do Visconde de Cachoeira, na Rua do Ouvidor), ou em locais distantes do centro do Rio, alguns localizados em bairros distantes. Esta alternativa proporcionava mais conforto, sofisticação e uma paisagem deslumbrante, sem as complicações da bagunça urbana e da ausência de saneamento básico na cidade, surgindo o conceito das pousadas para descanso. De maneira bastante parecida com o que se vê atualmente em resorts e hotéis rurais, os hotéis rurais também apresentam características semelhantes. Até o momento, os visitantes procuravam refúgio em locais tranquilos, como a Chácara das Mangueiras, propriedade do Conde d'Eu, convertida em Hotel Grande (Versalhes) ou no Hotel White a antiga residência de verão do Conde de Itamarati, localizada no Alto da Boa Vista (Castro et al. 2023).

A Cartilha SBClass (Sistema Brasileiro de Classificação dos meios de Hospedagem) é um instrumento de reconhecimento internacional, oficialmente para compartilhar informações de forma transparente e clara sobre os tipos de acomodação, sendo um mecanismo importante de comunicação, com o mercado e a maneira mais apropriada para a aplicação, e assim o consumidor seleciona quais métodos de hospedagem utiliza. O documento divide o ramo da hotelaria por setores e de acordo com cada serviço diferenciado oferecido por cada um (Brasil, 2016).

O documento estrutura os meios de hospedagem no Brasil abrangem diferentes tipos, cada um atendendo as expectativas específicas dos turistas. Os hotéis são estabelecimentos tradicionais que oferecem recepção e alojamento temporário, com ou sem alimentação, variando de 1 a 5 estrelas conforme a infraestrutura e os serviços disponíveis. Já os hotéis fazenda, localizados em áreas rurais, combinam hospedagem com atividades agropecuárias e experiências no campo, também classificados de 1 a 5 estrelas. Para uma opção mais intimista, o Cama & Café oferece hospedagem em residências menores, com até três unidades habitacionais, onde serviços como café da manhã e limpeza são incluídos, com classificação de 1 a 4 estrelas (Brasil, 2016).

Outros tipos de hospedagem atendem a diferentes perfis de turistas. Os resorts oferecem ampla infraestrutura de lazer e entretenimento, incluindo atividades como spa e esportes, sendo classificados entre 4 e 5 estrelas. Para quem busca uma experiência cultural, os hotéis históricos estão instalados em edificações preservadas ou restauradas, variando de 3 a 5 estrelas. As pousadas, com estrutura horizontal, possuem até 30 unidades habitacionais e podem incluir chalés ou bangalôs, classificando-se de 1 a 5 estrelas. Por fim, os flats ou apart-hotéis combinam dormitórios, cozinhas equipadas e serviços de recepção, limpeza e arrumação, com categorias de 3 a 5 estrelas. Essa diversidade reflete as variadas práticas de mercado e permite aos turistas escolherem o tipo de hospedagem que melhor atenda às suas necessidades (Brasil, 2016).

Ademais, no ano de 1950 o turista foi apresentado ao conceito de “*all inclusive*”, iniciado pelo Club Med, e pelos resultados no aumento do turismo, desde aquele momento, centenas de resorts aderiram ao sistema. Principalmente no Caribe e, mais recentemente, no Brasil. O conceito de férias com tudo incluído, e que tenha a opção de aproveitar todas as vantagens e serviços do local de forma mais prática. Conseqüentemente, hotéis amplos e independentes, que costumam satisfazer quem viaja com crianças, em lua de mel ou simplesmente deseja passar alguns dias conversando, comendo e bebendo sem restrições, sem a necessidade de pesquisar os melhores restaurantes da área ou gastar dinheiro, o hotel se torna o destino do turista (Ligero, 2024).

2.2 Conceito de Pousada-Spa

A origem dos Spas é referente à água e as vantagens que ela propicia à saúde, com o passar do tempo, a importância da água se intensificou. Civilizações antigas ergueram construções em torno de fontes e instalações de banhos, criando ambientes para socialização, relaxamento e até mesmo terapias médicas. O conceito de Spa tange ao termo: “*Aqua*” ou “*Solus per Aqua*” personifica a ideia de “saúde procedente da água”. Para alguns, essa palavra tem relação com uma cidade na Bélgica chamada Spa, localizada perto de Liège, famosa por sua fonte de água quente, muito visitada por aqueles em busca de banhos relaxantes e revigorantes (Simões; Bernardino, 2024).

A figura 2 representa as Termas públicas romanas, que se tratava de espaços de banho. As termas romanas eram grandes complexos de banhos públicos muito apreciados na Roma Antiga, utilizados não apenas para higiene, mas também para entretenimento e interação social. As termas não se limitavam a oferecer locais para banho, mas também disponibilizavam

diversas instalações, tais como piscinas com temperaturas variadas, saunas, espaços para exercícios (Tui, 2013).

Figura 2: Termas Públicas, Roma



Fonte: Tui (2013)

O significado de SPA e o provento das águas termais têm seus vínculos na Grécia Antiga e na cultura romana. Ao avassalar a Europa, os romanos carregaram consigo o conhecimento sobre a vantagem das águas termais e as procuraram por toda parte. Com o passar das décadas as cidades que possuem fontes quentes se tornam bastante procuradas. Os denominados *Day Spa* foram surgindo a partir desse costume (Tui, 2013).

As termas desempenhavam um papel importante na vida romana e um olhar para os benefícios da saúde que provinha desses banhos, sendo frequentadas por indivíduos de *status* sociais. Os grandes complexos de banho, como as Termas de Caracala e as Termas de Diocleciano, apresentavam uma estrutura típica composta por três áreas principais: Figidarium: sala com água gelada, perfeita para a adaptação do corpo ao calor e ao frio; Tepidarium: sala com água quente, perfeita para a adaptação do corpo ao calor e ao frio; Caldarium: sala com água quente (Tui, 2023).

A diversidade das práticas de saúde e seus contextos tornou-se cada vez mais presente e relevante no cotidiano social ao longo do tempo. Apesar dos desafios e obstáculos enfrentados, novos significados e funções foram gradualmente atribuídos à saúde. Na civilização romana, ocorreu o primeiro grande avanço nesse campo, com o reconhecimento social da saúde por meio do estabelecimento do conceito de saúde pública. Essa evolução se

concretizou com a criação de diversas infraestruturas públicas, como sistemas de saneamento e balneários, que marcaram um importante progresso para a época (Tui, 2023).

2.2.1 Biofilia aplicada a espaços de lazer.

Por essa razão, em estudos com especialistas em psicologia, observou-se que a arquitetura biofílica cumpre boa parte das expectativas em termos de sensibilidade. Isso ocorre porque o conceito estabelece uma ligação entre o ser humano e a natureza, por meio da arte e técnica de estruturar espaços e criar ambientes. O autor esclarece que "a biofilia, que significa 'amor às coisas vivas', é utilizada em materiais naturais, na otimização da iluminação e ventilação cruzada, além, é claro, da presença de plantas". Isso explica a importância de manter a saúde mental e emocional das pessoas, especialmente em situações de isolamento social (Azevedo; Brito, 2023).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), aproximadamente 23,93% da população brasileira sofria de algum transtorno de ansiedade e 5,8% foram impactados pela depressão. Foi pensando no tratamento dessas enfermidades que surgiu a necessidade de reinterpretar os métodos empregados, incluindo o espaço físico reservado para esse tipo de suporte psicológico. Portanto, questionou-se de que maneira a arquitetura biofílica e o contato humano com a natureza poderia impactar a mente humana de maneira positiva e eficiente para a cura das doenças do século XXI (Azevedo; Brito, 2023).

O setor da hotelaria hoje em dia tem diversos segmentos, entre eles a pousada, que tem um papel crucial na relação do homem com a natureza, que corresponde ao desenvolvimento econômico, a sustentabilidade, e apreensão com a preservação ambiental. Segundo Alves, os espaços públicos e particulares na arquitetura contemporânea estão agregados a conceitos e suas diversas aplicações do *design* que beneficia ao cliente: conforto, comodidade, segurança e espaços amplos com áreas de lazer. Todos esses itens têm como incoação projetar a identidade de um lugar (Alves, 2017).

Em meados de 2020, a sociedade começou a viver em uma cultura tecnológica, isto é, a cultura tem sido cada vez mais gerada através da tecnologia. Portanto, através dela, são estabelecidos novos rumos para a indústria do entretenimento, proporcionando mais do que apenas entretenimento, quantidades exatas de fantasia, desejo e euforia para os indivíduos. Esta indústria, como ressaltado, busca compensar o profundo empobrecimento da vida social, cultural e emocional, levando as pessoas a uma celebração incessante das mercadorias, classificadas como belas imagens, novidades ou como um verdadeiro espetáculo. No entanto,

nesse mesmo cenário - consumista, alienado, sem diálogos e reflexões, o lazer e a educação ambiental podem se apresentar como oportunidades de transformação, como locais de descanso (Marinho, 2003).

O contato com a natureza pode auxiliar na formação da sensibilidade ecológica, proporcionando ainda a oportunidade de desfrutar da natureza. Sob a ótica da ecologia corporal, procura-se a interação com os elementos naturais como uma forma de mergulhar nas sensações corporais, incluindo a respiração, o naturismo, a energia, a luz, a caminhada, a meditação e outras formas de experimentação. Essa interação também serve para fomentar estilos de vida coletivos, associativos, solidários e cooperativos, buscando alternativas de vida ecológica, mesmo que de forma lenta, mas segura, para escolhas sociais e estilos de vida mais solidários e harmoniosos (Pereira, 2018).

A arquitetura biofílica utiliza o paisagismo, um princípio bastante básico que promove o bem-estar e o conforto emocional, para abordar a eficácia da construção moderna. Isso introduz um conceito científico acerca da importância do ser humano interagir com a natureza. Portanto, a importância para designers e arquitetos aumentou ao criar espaços que conectam as pessoas à natureza. Ademais, surge a possibilidade de conceber e criar ambientes que tenham um impacto positivo no comportamento humano, combinando materiais, texturas, cores, iluminação, plantas, entre outros elementos, para estimular mais concentração, motivação, criatividade e relaxamento. Com base nesse conceito, a pesquisa sobre biofilia está se tornando mais frequente, como consequência dessa noção (Nunes, 2022).

É importante salientar a categorização, agrupando padrões biofílicos de *design* em categorias, como "orgânico ou naturalista", "local ou vernacular", entre outros. A primeira categoria do *Design Biofílico*, orgânico ou naturalista, engloba elementos que fazem referência direta ou indireta as formas naturais. É marcada pela interação com elementos de autossustentabilidade característicos, como a predominância de luz natural, plantas, animais e ecossistemas naturais (Nunes, 2022).

As representações indiretas do mundo natural incluem imagens, metáforas e símbolos. Também é possível obter a forma indireta através da experimentação com elementos naturais manipulados por humanos, tais como vasos de plantas, fontes de água ou aquários. A segunda dimensão atribuída, conhecida como "local ou vernacular", diz respeito a cenários e edificações que refletem o contexto histórico e cultural de uma entidade social, vinculada a um local ou região geográfica. Pode ser interpretada como ações que alteram o meio ambiente natural,

fundamentadas em princípios que compõem a identidade coletiva de uma comunidade (Nunes, 2022).

Há várias maneiras de incorporar a biofilia no projeto, o projetista Stephen Kellert, um dos pioneiros do *design* biofílico, estabeleceu seis componentes e mais de setenta características para a implementação de experiências biofílicas. Os elementos ambientais no *design* envolvem aspectos como cor, água, ar, ventilação natural, plantas, animais, materiais naturais e vistas, que ajudam a criar uma harmonia com o ambiente ao redor. Formas naturais, como padrões botânicos, conchas e arcos, influenciam o *design*, utilizando a biomimética para soluções inovadoras (Sá, 2021).

A natureza também contribui com padrões sensoriais e variações ao longo do tempo, criando espaços que transitam entre diferentes ambientes. A luz, seja natural, difusa ou refletida, desempenha um papel importante na criação de atmosferas agradáveis. A relação com o local é fundamental, incorporando aspectos geográficos, históricos e culturais, enquanto o uso de materiais regionais e o respeito pela paisagem reforçam o "espírito de lugar". Por fim, a conexão humana com a natureza é expressa através de reverência, espiritualidade e a busca por espaços de refúgio e transformação (Sá, 2021).

2.2.2 Neuroarquitetura aplicada a Espaços de Lazer

O ser humano, biologicamente, sente a necessidade de estar próximo as coisas vivas. Apesar da função básica da arquitetura ser o abrigo, ou seja, proteger o indivíduo das intempéries do meio ambiente, a conexão de um edifício com o seu exterior é um dos fatores de maior influência na concepção de espaços arquitetonicamente saudáveis, principalmente, no que diz respeito as possibilidades de contato do usuário com elementos naturais. Abordando o tema, o arquiteto Richard Neutra, ainda na década de 50, conceituou o “biorealismo”, princípio teórico que orientou toda a sua produção arquitetônica e que buscava associar a fisiologia humana ao *design*, estabelecendo um equilíbrio fisiológico que, segundo o autor, solicitava que a arquitetura estivesse próxima a natureza (Souza; Pezzini, 2021).

A neurociência é um ramo da medicina destinado ao estudo do sistema nervoso humano. Suas descobertas têm sido manuseadas em várias áreas, incluindo a arquitetura. Esse tema é chamado de neuroarquitetura, que analisa como o ambiente físico influencia o cérebro humano. A finalidade é entender como as características do espaço podem persuadir o comportamento das pessoas. Por meio da arquitetura, busca-se criar ambientes que promovam bem-estar e produtividade. Essa interseção entre ciência e *design* revela a importância do espaço

em nossa vida cotidiana. Assim, a neuroarquitetura tem um papel fundamental na criação de ambientes mais saudáveis e funcionais (Rosa, 2019).

Considerando que a experiência humana na arquitetura e no ambiente construído tem sido extensivamente investigada desde a década de 1960, porém a importância do cérebro humano nesta experiência só foi recentemente introduzida no campo no início dos anos 2000. Nesse aspecto, destaca-se a classificação sobre a conexão entre neurociência e arquitetura, crucial para que não se leve em conta apenas os conceitos resultantes da análise dos cérebros das pessoas em relação a sua reação ao ambiente, existe a neurociência do processo de *design*, que analisa o cérebro de arquitetos; a arquitetura neuromórfica, que analisa o cérebro de construções; a neurociência da experiência arquitetônica, que analisa o cérebro de pessoas que vivenciam um ambiente construído (Villarouco et al. 2021).

O arquiteto procura resolver problemas através de alterações no ambiente físico que possam influenciar sutilmente o inconsciente dos indivíduos, através de soluções visíveis e invisíveis. Para tal, é importante compreender as necessidades ambientais dos usuários e seus comportamentos, determinando assim quais valores serão mais importantes na elaboração do projeto. A iluminação dos espaços, seja ela natural ou artificial, desempenha um papel crucial na qualidade dos espaços, visando o bem-estar dos residentes, sendo personalizada para cada usuário. A luz influencia diretamente o ciclo físico e mental das pessoas, conforme a cronologia climática (Harrouk, 2021).

Os sons originados de elementos naturais, principalmente da água, como cachoeiras e fontes, possuem um efeito tranquilizador e relaxante. Podem ser utilizados tanto em ambientes internos quanto externos, e provocam reações emocionais e mudanças positivas de humor. O aroma é outro elemento importante para a qualidade dos espaços. Através do olfato, a pessoa rapidamente envia sinais e estímulos ao cérebro que evocam memórias passadas. Quando apreciados, os aromas podem oferecer uma sensação de bem-estar e redução do estresse, além de exercerem um efeito tranquilizador e relaxante. No entanto, quando desconfortáveis, podem provocar aceleração da respiração e, conseqüentemente, elevação dos batimentos cardíacos, provocando a sensação de desconforto (Harrouk, 2021).

A proposta da Pousada se conceitua em cima dessas referências, onde o intuito é explorar o potencial da Neuroarquitetura aplicada ao espaço de lazer projetado, trazendo uma experiência única e sensorial para os hóspedes. Ao reconhecer o efeito do ambiente na percepção humana, fica claro seu potencial terapêutico, que se manifesta diretamente na saúde e no bem-estar. Além de reduzir impactos negativos, espaços bem planejados podem

proporcionar vantagens restaurativas, possibilitando ao usuário se reconhecer e ter controle sobre o ambiente. Estes lugares devem incentivar movimentos direcionados e proporcionar interação com a natureza, oferecendo experiências multissensoriais. A força terapêutica do ambiente reside na sua habilidade de existir sem causar prejuízos aos seus ocupantes. Portanto, a arquitetura, mesmo sem curar, é um meio de tratamento (Souza; Pezzini, 2021).

2.3 Arquitetura aplicada a Pousada Spa

2.3.1 Acessibilidade em Pousadas

Em geral, antes da primeira publicação da NBR 9050 (ABNT, 1994) e da NBR 15575 (ABNT, 2013), a produção de edifícios na etapa de projeto não se preocupava muito com a adaptação de espaços para pessoas com deficiências físicas. Contudo, com o avanço das legislações, incluindo o código de defesa do consumidor, que proíbe o fornecedor de colocar no mercado qualquer serviço ou produto que não esteja em conformidade com as normas técnicas brasileiras, notou-se a necessidade de alterar o ambiente construído para atender as necessidades desses usuários (Kunst; Santiago, 2015).

A norma atualizada NBR 9050:2020 define critérios e padrões técnicos que devem ser seguidos em relação ao projeto. Ela orienta de forma objetiva a elaboração, implementação e ajuste do ambiente urbano e rural, bem como de edificações de circunstâncias locais acessíveis. Ao definir esses critérios e parâmetros técnicos, várias condições foram levadas em conta como por exemplo, a de locomoção e de percepção do ambiente com ou sem o auxílio de dispositivos específicos. Esta norma tem como objetivo garantir o uso autônomo, independente e seguro do ambiente. Também, busca garantir edificações, mobília, infraestrutura urbana e elementos acessíveis ao maior número possível de indivíduos, sem considerar idade, altura ou restrições de mobilidade ou percepção (ABNT, 2020).

O usuário do espaço não se limita apenas àquele que possui boa condição física e saúde para realizar suas atividades e facilidade de acesso em suas áreas de residência, mas também inclui aqueles com variações em suas condições físicas que resultem em restrições na realização de suas atividades, incluindo indivíduos com necessidades especiais. Os obstáculos construtivos que isolam esses usuários limitam o exercício de sua cidadania e de uma vida mais engajada. A acessibilidade é uma exigência essencial e deve ser incorporada em qualquer concepção arquitetônica de projeto, para garantir condições justas aos usuários com qualquer tipo de deficiência (Caldas; Moreira; Sposto, 2015).

Para maximizar esse potencial, é essencial entender as necessidades, desejos, motivações e características sociais do público que fará uso dos espaços projetados dentro da Pousada-SPA, procurando atender todas as suas limitações. O domínio técnico, não só em relação a hospitalidade em geral, mas também em aspectos específicos, atravessam os campos da ergonomia e acessibilidade. A mesma, possibilita ao público idoso não mais enfrentar graves falhas na assistência. O fato ocorre, não apenas na acessibilidade das instalações como também no trato cordial das pessoas, mas também, conforme a Constituição do Brasil que garante o direito de ter as mesmas chances para cada indivíduo na sociedade atingir seus objetivos. Em sua luta pela cidadania e pelo direito à inclusão social o ser humano passa diariamente por desafios (Kunst; Santiago, 2015).

2.3.2 Sustentabilidade

O conceito de sustentabilidade investiga as conexões entre crescimento econômico, preservação do meio ambiente e justiça social. Ele começou a ser desenhado em 1972, durante a Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente Humano, realizada em Estocolmo, na Suécia. Sustentabilidade pode ser definida como a propriedade de um processo ou sistema que possibilita sua existência por um período específico ou indefinido. Nas últimas décadas, o conceito evoluiu para um preceito que afirma que a utilização dos recursos naturais para atender às necessidades atuais não deve prejudicar a satisfação das demandas das futuras gerações (Mecca et al. 2023).

Assim, os elementos ambientais, sociais e econômicos que compõem o tripé da sustentabilidade se conectam aos pilares do ESG (social, ambiental e governança). Este vínculo (tripé da sustentabilidade e eixos ESG) está implícito, de algum modo, no setor turístico. O turismo procura integrar elementos econômicos, sociais e ambientais, utilizando a governança como uma forte parceira para o progresso das áreas turísticas e de seus participantes como comércio, serviços, atrações, entre outros (Mecca et al. 2023).

O turismo é um fenômeno que envolve quatro elementos interconectados, cada um com uma perspectiva distinta: o visitante, que busca vivências diversificadas e satisfação tanto espiritual quanto física; os prestadores de serviços, que enxergam no turismo uma oportunidade de geração de renda; o governo, que percebe o turismo como um motor de desenvolvimento econômico e prosperidade para sua região; e a comunidade local, que vê na atividade turística uma fonte de empregos e um estímulo para o intercâmbio cultural (Muza, 2021).

Com o aumento da competitividade no mercado e das exigências dos consumidores, a produção sustentável tornou-se uma importante vantagem estratégica. Na construção civil, a sustentabilidade vai além da redução do desperdício de materiais, abrangendo também ações que reduzam custos e insumos, promovam o reaproveitamento e incentivem o uso inteligente de recursos naturais nos projetos de engenharia. Essas práticas não apenas contribuem para o progresso econômico, regional e social, mas também são fundamentais para o sucesso do setor. No entanto, incorporar a sustentabilidade de forma eficaz só é possível quando ela é considerada desde a concepção inicial dos projetos (Roque; Pierri, 2019).

Há diversos elementos que impactam e orientam a adoção de práticas e tecnologias que empregam recursos naturais de forma sustentável na indústria da construção. Entre eles, destacam-se: eficiência hídrica e energética, diminuição de impactos ambientais, saúde, conforto e contentamento dos residentes, além da imagem e reputação da companhia. O reaproveitamento de resíduos e as certificações são fatores adicionais a esses fatores (Roque; Pierri, 2019).

2.3.3 Conforto Ambiental

Elaborar um projeto de arquitetura apresenta várias complexidades, incorporando soluções técnicas e artísticas com o objetivo de produzir um edifício belo, funcional e sustentável. O projeto é um procedimento que combina várias informações em um conjunto coerente de conceitos, levando a sua materialização por meio da construção. Em termos gerais, pode-se dizer que o produto representa uma solução integrada para os diversos problemas (Lukiantchuki, 2022).

O conceito de conforto ambiental, visto sob a perspectiva de higienização dos espaços através da ventilação e insolação das fachadas das construções, espelha os debates acadêmicos. O foco está na prevenção de bolor e condensação e na relevância da ventilação natural para fornecer oxigênio e reduzir os níveis de CO₂ nos ambientes, além da higienização através da captação adequada da radiação solar em ambientes úmidos (Barbirato, 2020).

Existem diversos métodos consolidados atualmente para alcançar um conforto ambiental adequado em edificações, promovendo um ambiente interno saudável, eficiente e alinhado aos princípios de sustentabilidade. Esses métodos englobam estratégias de controle térmico, iluminação natural, ventilação cruzada, uso de vegetação e materiais de alta eficiência energética. Cada uma dessas estratégias possui fundamentos técnicos que, em conjunto, asseguram qualidade ambiental e eficiência energética (Gelpi; Kallil, 2018).

Entre essas técnicas a proposta da Pousada-SPA, se dá por uma dessas estratégias de conforto térmico. A integração de vegetação, como mostra o exemplo da figura 3, é uma estratégia que auxilia na regulação da temperatura quanto na qualidade do ar. Plantas em áreas internas e externas atuam como filtros naturais, absorvendo CO₂. Inserir vegetação nas fachadas, seja através de jardins verticais, paredes verdes ou floreiras, pode proporcionar isolamento natural, diminuir a absorção de calor e aprimorar a qualidade do ar. As plantas também auxiliam na sombra e no resfriamento evaporativo através da transpiração, intensificando o conforto térmico e intensificando a representação do ambiente tropical na arquitetura (ArchDaily, 2022).

Figura 3: Exemplo Integração da Edificação as Vegetações, Projeto Bernardes Arquitetura.



Fonte: ArchDaily (2023)

As estratégias bioclimáticas são fundamentais para isso, permitindo que as construções se adaptem ao clima local, incentivem a eficiência energética e melhorem o conforto dos residentes. Elas dizem respeito aos princípios e métodos de projeto que empregam elementos naturais para desenvolver arquiteturas sustentáveis em diversas dimensões, reduzindo o impacto ambiental das construções e maximizando o conforto dos moradores (ArchDaily, 2022).

3. ESTUDOS DE CASO

3.1 Internacional – LILELO Eco hotel Pousada (Itália)

Localizado no centro de Monferrato-Itália, no Piemonte, Lilelo proporciona uma experiência inigualável de camping ecológico, onde o visitante se sentirá envolvido pela natureza. Os alojamentos autônomos foram projetados considerando a sustentabilidade e a eficiência energética, e com foco nos materiais naturais em sua execução. Está localizado em uma área ampla, rodeada por vinhedos. Vigna (figura 4) Quercia e Rosmarino foram os nomes dados para os três alojamentos de madeira independentes ligados a uma quarta unidade a recepção, que se localiza através de uma trilha. Cada cabana ou *lodge* possui suas particularidades únicas - Rosmarino mais elevado no horizonte, Vigna situada entre os vinhedos e Quercia desfrutando de um ambiente mais privado - enquanto a recepção é o local onde todas as instalações e serviços compartilhados estão disponíveis (Lilelo, 2024).

Figura 4: Lilelo Eco hotel Pousada- Chalé Vigna



Fonte: ArchDaily (2023)

Localizado em Grazano Bodoglio na Itália projetado pelo Atelier LAVIT, o projeto foi inserido em uma paisagem de plantação de vinhedos, a pequena pousada conta com 4 chalés independentes de madeira e vidro. Três cabanas abrigam suítes e a quarta se trata de um espaço comum para os hóspedes. O interior das suítes obedece a uma sequência, com espaço para café próximo ao deck que leva em direção ao quarto, e que leva ao banheiro em extremidade oposta. O resultado é um lugar exclusivo e de refúgio (ArchDaily, 2023).

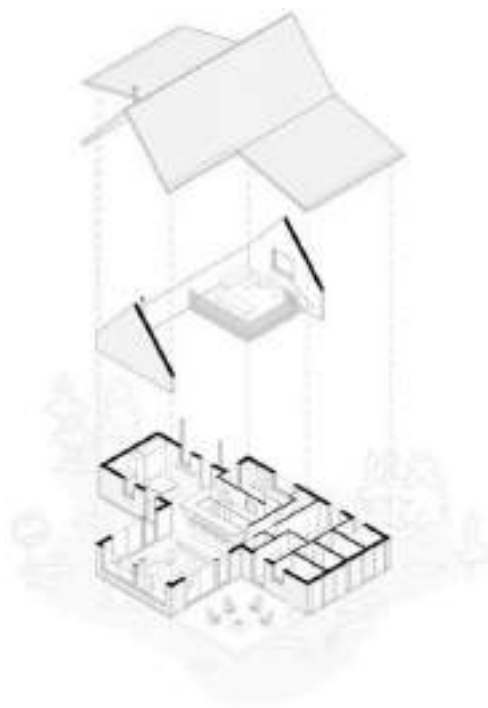
Figura 5: Planta baixa chalé Vigna



Fonte: ArchDaily (2023)

A última cabana, como pode ser vista na volumetria da figura 6, foi projetada com um espaço de ar livre generoso e uma grande cozinha. O lugar se refere a um ponto de encontro do que uma área de recepção e uma mesa onde os hóspedes podem compartilhar e interagir (ArchDaily, 2023).

Figura 6: Esquema volumétrica chalé maior



Fonte: ArchDaily (2023)

Os chalés foram projetados utilizando materiais naturais e eco compatíveis. As cabanas foram construídas elevadas do solo para corresponder com o terreno acidentado. Foram utilizados elementos pré-fabricados, mas sem levar a padrão. Os resultados se dão pela cobertura em forma de A com duas elevações triangulares com vidro, que fazem papel estrutural. Com uma planta retangular e pé direito de 5m, as cabanas se misturam a paisagem do terreno e ficam camufladas (ArchDaily, 2022).

3.2 Nacional – Chalés de La Pinta (Rio Grande do Sul)

Os chalés localizados na cidade de Pinto Bandeira, no Rio Grande do Sul, se trata de duas cabanas idênticas com estrutura em formato de A, em imersão com a natureza, seus hóspedes têm uma bela vista do local. O conceito do projeto foi baseado na memória que os clientes queriam ter e a experiência do contato com a natureza. Na figura 7, vemos claramente a concretização desse conceito, com enfoque no contato imersivo com o meio natural (ArchDaily, 2022).

Figura 7: Chalés de La Pinta em meio a natureza



Fonte: ArchDaily (2023)

Os dois chalés estão localizados na extremidade do terreno, conforme definido pelo masterplan, e cada um possui 90m² de área construída. No térreo, os chalés oferecem um SPA com hidromassagem, uma área de estar aconchegante com lareira e vista para o rio, além de integração com a cozinha, a churrasqueira e uma sala de TV equipada com sofá-cama. O quarto, situado no mezanino, proporciona aos hóspedes uma vista privilegiada, garantindo conforto e conexão com o ambiente natural (ArchDaily, 2022).

Figura 8: Planta baixa Chalés de La Pinta



Fonte: ArchDaily (2023)

No interior foi usada a madeira de reflorestamento Pinus, que se trata de um material natural e que agrega muito mais o contato imersivo com a natureza, além de contribuir para a sensação de aconchego e relaxamento. A esquadria de destaque da fachada funciona como uma claraboia no telhado, como um detalhe. As esquadrias das portas podem ser totalmente abertas, permitindo a entrada da ventilação e integração entre os espaços. A natureza condicionou o projeto em todos os aspectos, para trazer uma arquitetura especial e única (ArchDaily, 2022).

3.3 Regional – Malai Manso (Mato Grosso)

O Malai Manso Resort, é a principal referência de local com acomodações e instalações de Spa que temos dentro da região de Mato Grosso. É reconhecido pela Associação Brasileira de Resorts como o único *resort all inclusive* na região Centro-Oeste, situado em uma das principais áreas turísticas do Brasil, às margens do Lago do Manso na enigmática Chapada dos Guimarães, no coração do maior centro agroindustrial da América Latina. Possui um Centro de Convenções totalmente equipado para a realização de eventos e oferece uma experiência única de lazer, gastronomia e conforto em meio a natureza. O Malai Manso Resort possui duas categorias principais de acomodações em sua estrutura principal. Adicionalmente, disponibiliza os encantadores Bangalôs e as únicas Casas Boutiques espalhadas por toda a propriedade. Além de restaurantes e bares, o resort possui um complexo esportivo, atividades de aventura, piscina, Spa e espaços destinados a crianças e adolescentes (Malai - site).

Figura 8: Malai Manso Resort



Fonte: ArchDaily (2023)

O empreendimento proporciona diversos tipos de acomodações, desde familiar até privativas, com espaços de lazer e contemplação da natureza. As acomodações são em bangalôs

ou casas menores, diferenciadas pelas quantidades de quartos e a localização. O bangalô acomoda um casal com até dois filhos e se localiza próximo à beira do lago. A suíte principal tem proximidade com piscinas e com o prédio principal, comporta no máximo até 2 adultos com 2 filhos. O bangalô família proporciona uma experiência de interior e se adequa a até 4 adultos e 2 crianças com todos os confortos (Malai - site).

A acomodação de suíte família, atende até 4 adultos e 2 crianças, com dois quartos sendo um deles suíte, localizado no prédio principal. O resort também oferece, a moradia casa boutique, que atende até 4 adultos e 2 crianças, trata-se de uma casa no meio da natureza na região do lago, a casa é espaçosa conta com churrasqueira privativa e hidromassagem. A suíte 'superluxo', proporciona vista privilegiada do lago, e atende até 2 adultos e 2 crianças e proporciona uma experiência mais exclusiva (Malai - site).

Figura 9: Plantas *Layout* Chalés



Fonte: ArchDaily (2023)

Ao longo dos últimos anos o Resort iniciou jornada rumo à sustentabilidade, seguindo as orientações do ESG e do Sistema de Gestão Ambiental, o empreendimento se destaca por diversos fatores: O primeiro resort brasileiro a se autossustentar, apostando em energia solar – 100% limpa e renovável. O destaque mais recente se dá, pelo parque solar mais extenso do estado de Mato Grosso, todo o empreendimento é abastecido pelo parque. Primeira Unidade de

Geração de Energia Fotovoltaica (UFV) equipada com um sistema de MT (que se move em direção à luz para maximizar o aproveitamento). Ademais, o local possui uma Horta sustentável destinada ao cultivo de verduras e temperos, cujos produtos colhidos são usados na dieta dos colaboradores. A unidade de compostagem fornece o composto orgânico para adubação da horta. Projeto Malai Sempre Verde - Foram plantadas e acompanhadas mais de 3.000 mudas de espécies nativas e frutíferas (Malai - site).

4. METODOLOGIA DE PESQUISA

A investigação científica é a aplicação prática de um conhecimento teórico, envolvendo um conjunto de processos claros e sistemáticos utilizados por um pesquisador para gerar novos conhecimentos e integrá-los ao saber já existente. Esse processo ocorre em etapas logicamente organizadas e racionais, que precisam ser compreendidas e aplicadas adequadamente pelo pesquisador. De forma resumida, as fases da investigação científica incluem: a escolha do tema a ser explorado, a definição do método de pesquisa, o planejamento do estudo, a organização da pesquisa, o desenvolvimento do método escolhido, a coleta e análise de dados, a tabulação dos resultados, a avaliação e interpretação desses resultados, culminando na publicação dos achados (Fontelles et al. 2009).

A metodologia de pesquisa empregada para o trabalho de iniciação científica, se concluiu de uma investigação do contexto histórico, social e cultural sobre as primeiras hospedagens existentes, e como foi sua evolução a nível mundial, nacional e regional, até a criação de novos conceitos como a pousada, que foram sendo personalizados a partir de necessidades humanas que foram surgindo, derivando entre eles a pousada-Spa. Ademais, a pesquisa inclui fontes para o desenvolvimento de estudos e análises bibliográficas aplicadas por escritos em artigos científicos, dissertações e teses, monografias, páginas da web, pesquisa de estudos de caso, e uma pesquisa regional, com perguntas de cunho humanizado e especulativo aos entrevistados.

Com o objetivo de contextualizar e exemplificar referências relacionadas ao tema abordado, foram analisados critérios como infraestrutura, humanização dos ambientes, acessibilidade e conforto ambiental em estudos de casos de referência, abrangendo os âmbitos internacional, nacional e regional. Essas análises serviram como base teórica para o desenvolvimento deste trabalho.

A metodologia de pesquisa adotada incluiu a coleta de dados (APÊNDICE A) por meio de um questionário aplicado a pessoas de diferentes faixas etárias, residentes tanto em Sinop quanto em outras regiões do país. A pesquisa extrapolou o contexto regional, considerando que o tema abordado é um potencial impulsionador do turismo em Sinop-MT. O questionário continha perguntas relevantes, com foco em destacar a importância de um novo nicho: os cuidados paliativos voltados à saúde e ao bem-estar socioeconômico, com potencial para gerar rentabilidade para o município. Disponibilizado pela plataforma virtual *Google Forms*, o questionário foi aplicado no período de 16/10/2024 a 28/11/2024.

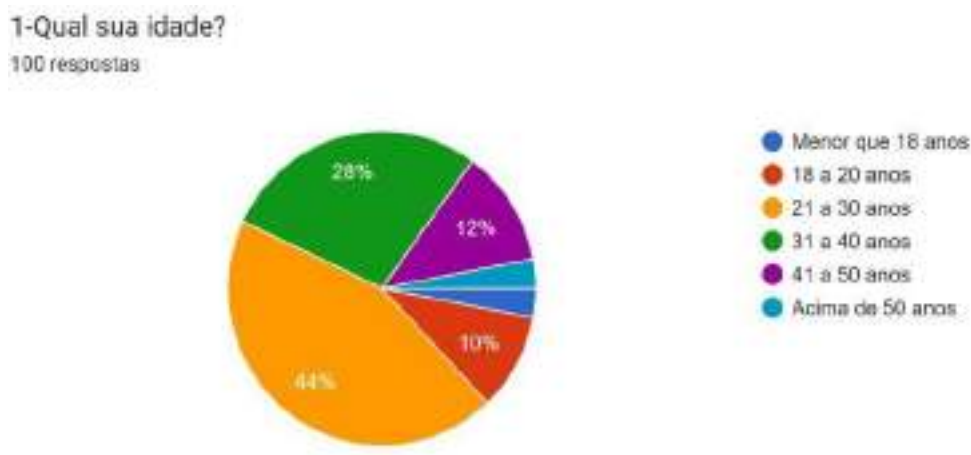
5. ANÁLISE DE DADOS

5.1 Análise dos Dados da Pesquisa de Campo para Implantação de Pousada-Spa em Sinop-MT

Os dados da pesquisa de campo realizada com o objetivo de avaliar a receptividade e as preferências da população em relação à proposta de uma pousada-spa em Sinop-MT revelam importantes tendências demográficas e de interesse, que podem orientar as decisões arquitetônicas e operacionais para o empreendimento. Abaixo, analisa-se detalhadamente cada categoria com base nos dados percentuais extraídos das respostas.

5.1.1 Perfil Demográfico

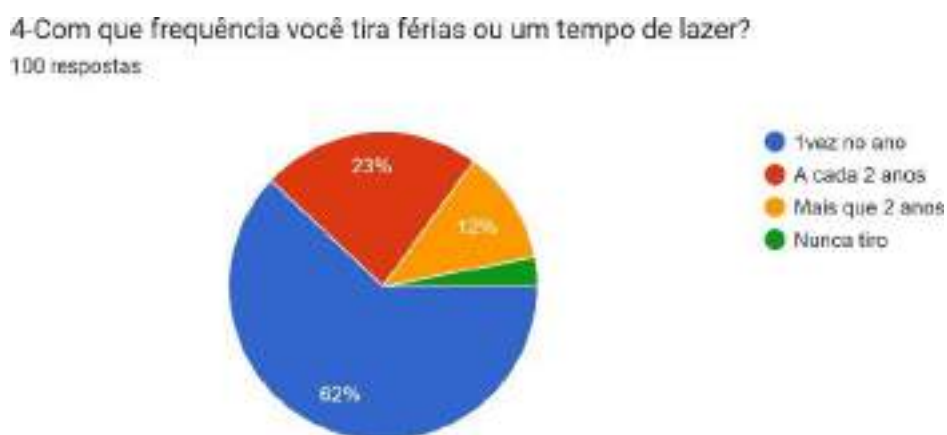
A maioria dos entrevistados, aproximadamente 44%, encontra-se na faixa etária de 21 a 30 anos. Esse perfil sugere uma predominância de jovens adultos interessados em serviços de lazer e relaxamento, o que pode influenciar a abordagem de *design* para incluir espaços contemporâneos, áreas de socialização e atividades voltadas para uma clientela mais jovem. Cerca de 28% dos respondentes estão na faixa de 31 a 40 anos, enquanto as faixas etárias menores de 18 anos e acima de 50 anos representam uma pequena porcentagem, cerca de 5% cada. Essa concentração etária indica que os serviços da pousada-spa devem priorizar atividades que engajem principalmente adultos jovens e de meia-idade.

Gráfico 01: Dados da primeira pergunta

Fonte: Própria (2024)

5.1.2 Frequência de Viagem e Tipo de Acompanhante

A pesquisa revela que 62% dos respondentes tiram férias ou um tempo para lazer pelo menos uma vez ao ano. Destes, 48% viajam principalmente acompanhados pela família, 34% com o parceiro ou parceira e 16% com amigos. Essas informações indicam que a pousada-spa deve oferecer uma variedade de ambientes adaptados para diferentes tipos de grupos, como espaços de descanso e atividades familiares, além de áreas mais reservadas.

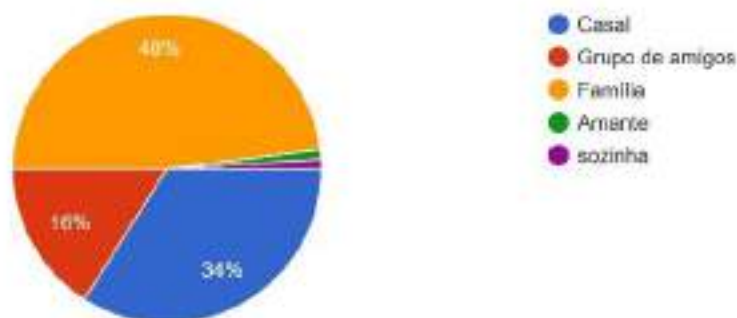
Gráfico 02: Dados da quarta pergunta

Fonte: Própria (2024)

Gráfico 03: Dados da quinta pergunta

5-Na maioria das vezes em que você viaja, a viagem é realizada em casal, grupo de amigos ou família?

100 respostas



Fonte: Própria (2024)

5.1.3 Preferência por Ambientes e Equipamentos

Entre as preferências por ambientes destinados ao lazer infantil, 43% dos entrevistados indicaram o parque infantil como a opção mais atrativa, enquanto 22% apontaram a brinquedoteca como preferencial. Opções como sala de jogos foram mencionadas por 19% dos respondentes. A escolha por parque infantil sugere que o empreendimento deve considerar espaços amplos e ao ar livre para crianças, enfatizando um *design* que integra natureza e segurança.

Gráfico 04: Dados da sexta pergunta

6-Caso viaje com crianças pequenas, qual tipo de ambiente julgaria necessário existir em uma Pousada?

100 respostas

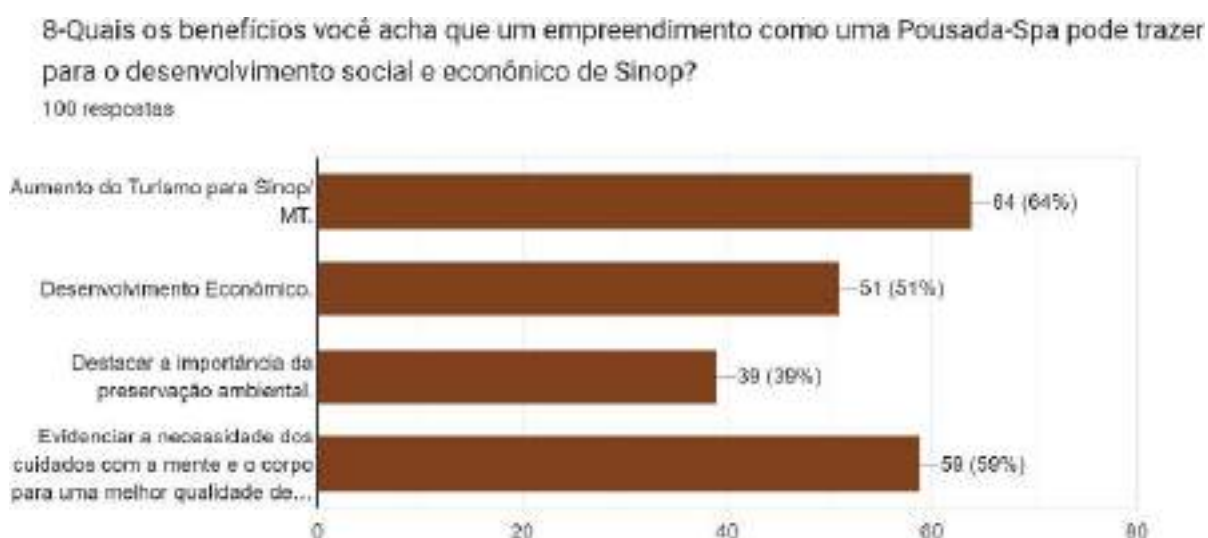


Fonte: Própria (2024)

5.1.4 Benefícios do Empreendimento

No que diz respeito aos benefícios esperados para a cidade de Sinop, 64% dos entrevistados acreditam que o empreendimento contribuirá para o aumento do turismo na região, enquanto 51% destacam o impacto positivo no desenvolvimento econômico local. Isso ressalta a importância de desenvolver uma estrutura que não apenas atraia visitantes de outras cidades, mas que também se posicione como um polo turístico relevante, oferecendo serviços únicos na região.

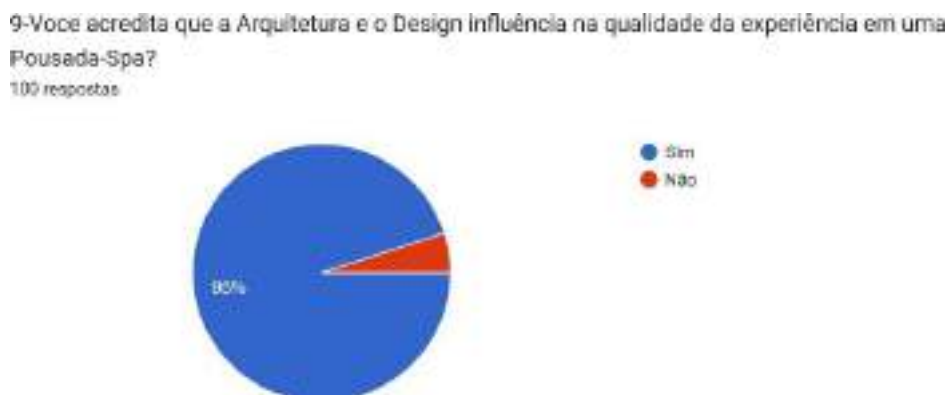
Gráfico 05: Dados da oitava pergunta



Fonte: Própria (2024)

5.1.5 Relevância da Arquitetura e Design

Cerca de 95% dos participantes afirmaram que a arquitetura e o *design* do espaço têm grande influência na atratividade do local. Essa preferência sugere que o projeto arquitetônico da pousada-spa deve integrar elementos estéticos diferenciados, com atenção especial ao paisagismo e ao uso de materiais naturais, visando um ambiente acolhedor e que enfatize a interação com a natureza.

Gráfico 06: Dados da nona pergunta

Fonte: Própria (2024)

5.1.6 Serviços e Facilidades Desejadas

Entre os serviços desejados, opções de relaxamento e bem-estar (como spa, massagens e terapias) foram valorizadas por cerca de 90% das pessoas. A procura por atividades de lazer, incluindo espaços para exercícios físicos e práticas ao ar livre, foi citada por 72% dos entrevistados. Esses dados apontam para a necessidade de incluir áreas de contemplação natural, trilhas para caminhadas e práticas de bem-estar na estrutura da pousada.

Gráfico 07: Dados da décima pergunta

Fonte: Própria (2024)

Esses dados evidenciam a importância de incorporar áreas de contemplação natural, trilhas para caminhadas e espaços voltados a práticas de bem-estar na estrutura da pousada. A integração desses elementos não apenas enriquece a experiência dos hóspedes, mas também promove uma conexão mais profunda com o ambiente natural, valorizando os recursos locais e incentivando o turismo sustentável. Além disso, esses espaços podem atender a um público diversificado, que busca momentos de relaxamento, lazer e contato com a natureza, contribuindo para o fortalecimento do turismo ecológico e para a criação de um diferencial competitivo no mercado hoteleiro. Dessa forma, tais iniciativas podem se traduzir em maior atratividade e rentabilidade para o empreendimento, ao mesmo tempo em que oferecem benefícios tanto para os visitantes quanto para a comunidade local.

6. MEMORIAL JUSTIFICATIVO

6.1. A Cidade

Sinop é a quarta maior cidade de Mato Grosso, localizada a aproximadamente 500 km de Cuiabá, no Norte do estado, às margens da rodovia federal BR-163 (Cuiabá–Santarém), rota fundamental para escoar a produção regional. A cidade se consolida como polo logístico e econômico, impulsionando especialmente o agronegócio, tendo sua economia baseada na produção de soja, milho, pecuária e avicultura. Em torno de Sinop, um conjunto de cerca de 23 municípios integra sua área de influência — entre os principais, destacam-se Itaúba, Santa Carmem, Cláudia, Tapurah, Vera e Sorriso — estabelecendo uma região coesa de desenvolvimento agroindustrial. Reconhecida por sua relevância, Sinop é frequentemente chamada de “Capital” do Norte de Mato Grosso, ofertando infraestrutura moderna, serviços especializados e ampla oferta empresarial que atendem a todo o entorno (Prefeitura de Sinop, 2023).

Figura10: Mapa de Sinop e seus municípios confrontantes



Fonte: Arquivo pessoal, 2023.

A imagem mostra como Sinop destaca-se como um polo regional estratégico no norte de Mato Grosso, exercendo influência sobre uma ampla área que abrange dezenas de municípios vizinhos. Sua posição geográfica privilegiada, às margens da BR-163, facilita a integração com cidades como Sorriso, Vera, Santa Carmem, Cláudia, Tapurah e Itaúba, além de estender sua atuação a localidades mais distantes, como Guarantã do Norte, Juara e União do Sul (Prefeitura de Sinop, 2023). Sinop é banhada pelo Rio Teles Pires, um dos maiores do estado de Mato Grosso, tem investido no fortalecimento do turismo local, por meio de eventos náuticos e de pesca. Em setembro de 2021, a cidade sediou o 1º Torneio de Pesca Esportiva com Iscas Artificiais, reunindo cerca de 90 embarcações na ponte da MT-220 (Prefeitura de Sinop, 2023).

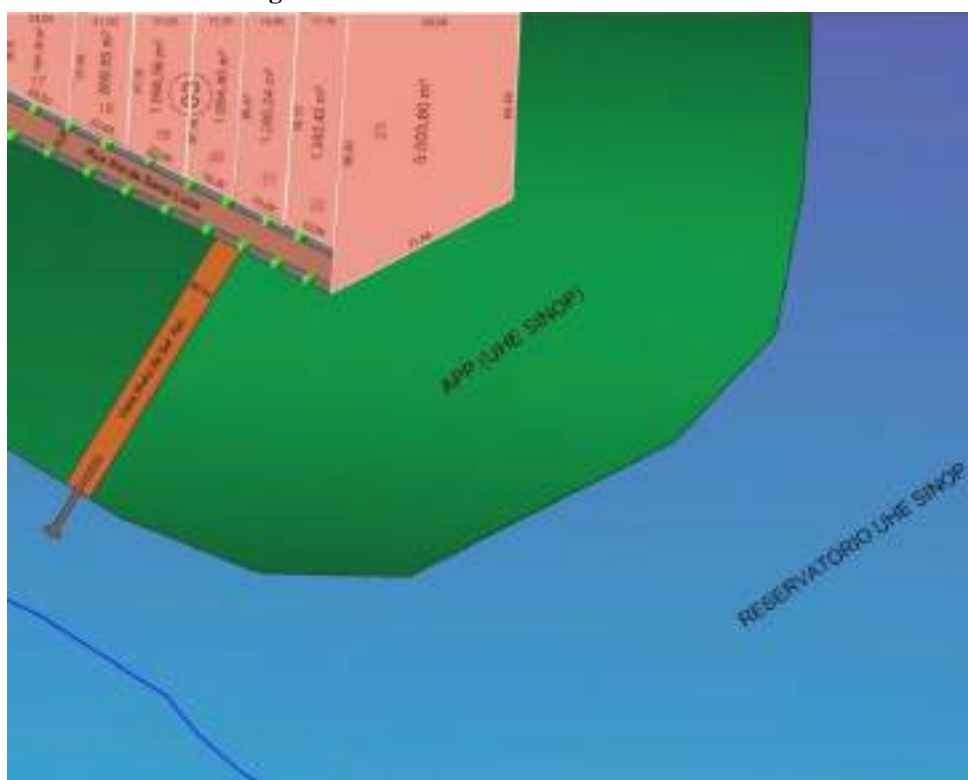
O evento, realizado após 15 anos sem competições municipais, contou com a participação da Marinha do Brasil, Corpo de Bombeiros, Polícia Militar e Guarda Civil Municipal, garantindo a segurança e a regularização das embarcações. No mesmo ano, ocorreu a 1ª Feira Náutica de Sinop, no Centro de Eventos Dante de Oliveira, com exposição de artigos de pesca e náutica, como lanchas, barcos e caiaques, além de estandes de empresas do setor. Esses eventos não apenas promovem o turismo, mas também incentivam a preservação ambiental, com ações de limpeza do Rio Teles Pires em parceria com o projeto Casa Limpa e a Secretaria de Meio Ambiente. Além disso, a Prefeitura de Sinop regulamentou a atividade de condutores de turismo local, oferecendo gratuitamente um curso que formou 18 profissionais aptos a atuar nos segmentos de

negócios, lazer, agrotecnologia, ecoturismo, eventos e cultura. Essas iniciativas reforçam o compromisso de Sinop em desenvolver o turismo sustentável, valorizando seus recursos naturais e promovendo a integração da comunidade. Onde, o Empreendimento proposto da Pousada Spa, integraria esse turismo de forma significativa para a região de Sinop e das cidades vizinhas.(Prefeitura de Sinop, 2023)

6.2. Terreno e Seu Entorno

O Condomínio Náutico Cabo Verde foi escolhido para a implantação da Pousada Spa, por ser um empreendimento exclusivo às margens do rio Teles Pires. O local fica a 72km de Sinop, sendo apenas 3km de estrada de terra. O local oferece três opções de localização: próximo à portaria, às áreas verdes ou às áreas de lazer. Conta com portaria com controle de acesso e equipe treinada para garantir segurança e acolhimento. As opções de lazer são variadas: área *gourmet*, *playground*, campo de futebol e quadra de areia. O rio proporciona experiências como pesca esportiva, *jetski* e banhos refrescantes. Possui guarda-barco com trator próprio, facilitando o transporte de embarcações. Infraestrutura moderna com ruas pavimentadas, rede de água eficiente e energia trifásica. Um espaço ideal para se hospedar com conforto, tranquilidade e contato com a natureza.

Figura 11: Terreno e confrontantes



Fonte: Condomínio Náutico Cabo Verde

O Terreno fica licalizado no final da Rua Ilha de Santa Luzia, na quadra 03, do lote 22, com 1382,42m², e o 23 com área total de 5.003,80m², totalizando a área de 2 terrenos com 6.386,22m². O lote foi escolhido com base em todas as vantagens do Condomínio Náutico Cabo Verde, e a favorecida localização as margens do Rio Teles Pires para oferecer aos hospedes contemplação do espaço e da paisagem, com a edificação inserida e camuflada pela natureza ao entorno.

Figura 12: Local do condomínio com vista para o Rio Teles Pires



Fonte: Condomínio Náutico Cabo Verde

Em relação à setorização do terreno, a escolha pelo terreno localizado na Zona Reserva evidencia o compromisso com a integração harmoniosa entre edificação e meio ambiente, conforme os preceitos do parcelamento urbano legalmente consolidado. Este recorte territorial prioriza a preservação da vegetação nativa, garantindo a permeabilidade do solo e mitigando os impactos ambientais. Além disso, a inserção da pousada nesse contexto busca valorizar os recursos naturais existentes, como cursos d'água, topografia original e sombreamento natural, promovendo uma ocupação sustentável e sensível ao entorno. A setorização adotada respeita os limites físicos e legais do terreno, possibilitando uma distribuição equilibrada entre áreas construídas, espaços de convívio e áreas verdes, reforçando o caráter ecológico do empreendimento e atendendo às diretrizes de planejamento ambiental urbano.

Figura 12: Divisão dos lotes do Condomínio



Fonte: Condomínio Náutico Cabo Verde

De acordo com a legislação vigente no município de Sinop, estabelecida pela Lei Complementar nº 205/2022, é obrigatória a manutenção de uma faixa mínima de 100 metros de proteção ao longo das margens de rios, córregos e demais cursos d'água. Essa área é destinada ao uso público, com fins de preservação ambiental, saneamento e ordenamento urbano. A norma municipal se sobrepõe aos limites estabelecidos pelo Código Florestal Federal, que prevê Áreas de Preservação Permanente (APP), variando entre 30 e 50 metros, conforme a largura do curso d'água. Em Sinop, a aplicação da faixa de 100 metros visa garantir maior proteção ambiental e prevenir ocupações inadequadas. Dentro dessa área, edificações são proibidas, independentemente de o imóvel estar situado em zona urbana ou rural. O descumprimento dessas regras configura infração à legislação ambiental e urbanística. Assim, qualquer projeto de construção deve respeitar integralmente o recuo mínimo estipulado. O município pode ainda utilizar essas áreas para fins de interesse coletivo, conforme planejamento urbano.

Figura 12: Terreno com recuo de 130,45m do Rio Teles Pires.



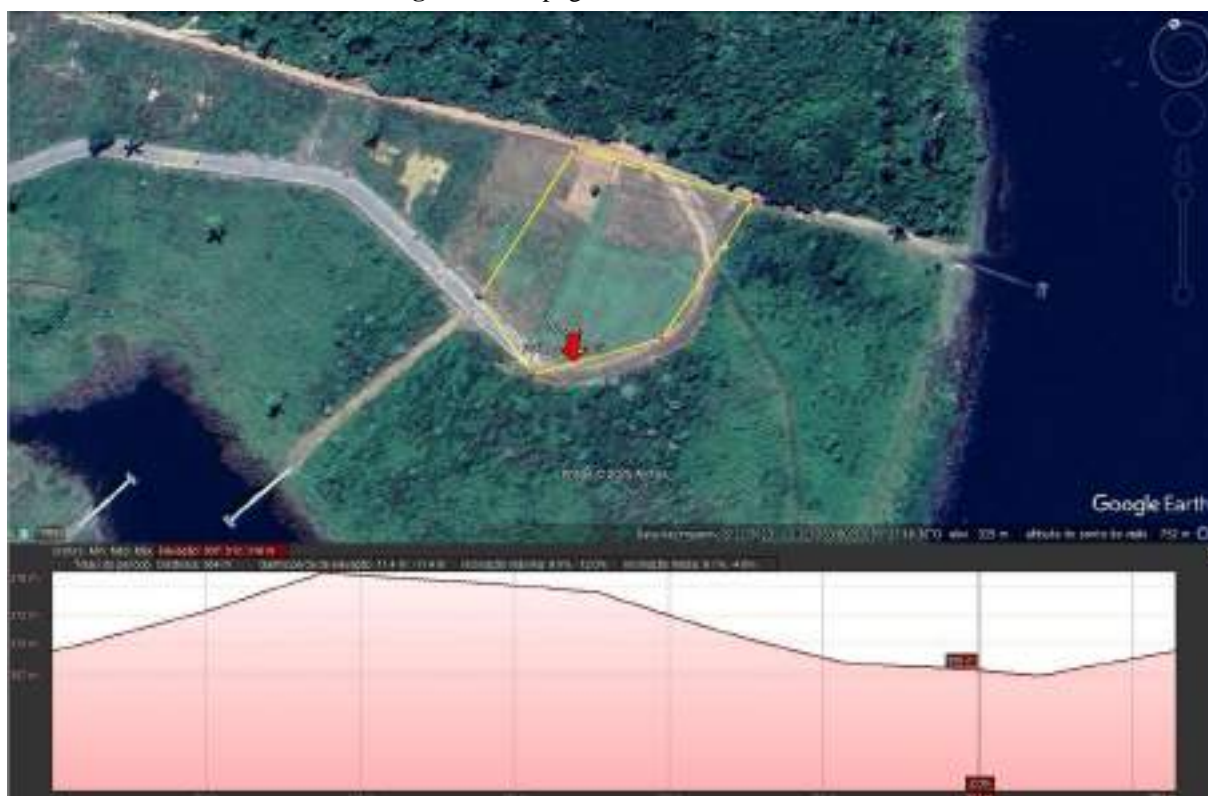
Fonte:Google Earth

Conforme a Lei 6.766/79, o parcelamento deve assegurar infraestrutura adequada, inclusive corredores ecológicos, respeitando áreas não edificáveis previstas no plano diretor. A destinação de parte da gleba à vegetação preservada atende à necessidade de áreas verdes de uso comum, previstas em normas de parcelamento e zoneamento. O projeto deve integrar-se ao tecido urbano existente, harmonizando mobilidade, escoamento de águas, saneamento e uso público do espaço. Além da conformidade legal, a opção pela Reserva promove qualidade de vida, ao aliar sustentabilidade, convivência social e valorização urbana.

6.3. Topografia do Terreno

A análise topográfica do terreno destinado à implantação da Pousada SPA, localizado no Condomínio Náutico Cabo Verde, revela um perfil com variações altimétricas significativas ao longo de um percurso de 364 metros. A elevação oscila entre 307m e 312,3m, indicando um desnível de 5,3 metros. Observa-se um terreno predominantemente inclinado, com inclinação média entre -6,1% e -4,6%, atingindo valores máximos de 12,0% em descida e 9,9% em subida.

Figura 13: Topografia do terreno



Fonte: Google Earth

Essas características, como podemos ver na figura 13, apontam para a necessidade de um planejamento cuidadoso na implantação das edificações, especialmente em relação à drenagem e estabilidade do solo. Apesar da topografia irregular, a área apresenta grande potencial paisagístico, dada sua proximidade com o espelho d'água e acesso por via pavimentada.

6.4. Corrente Arquitetônica

A corrente arquitetônica escolhida para ser desenvolvida no presente projeto foi a Arquitetura Contemporânea, que tem seu início ainda no século XX, entre as décadas de 80 e 90, estando presente até os dias atuais. A Arquitetura Contemporânea é resultado das mudanças na área da construção civil que se iniciaram com a Revolução Industrial em 1760, quando se percebeu a necessidade de novas formas de abordar problemas projetuais. Uma das principais obras desse período de 1760, é o Palácio de Cristal, idealizado por Joseph Paxton, construído em 1851 para a Exposição Universal de Londres (Vivadecora, 2024).

Figura 14: Palácio de Cristal



Fonte: Vivadecora, 2024.

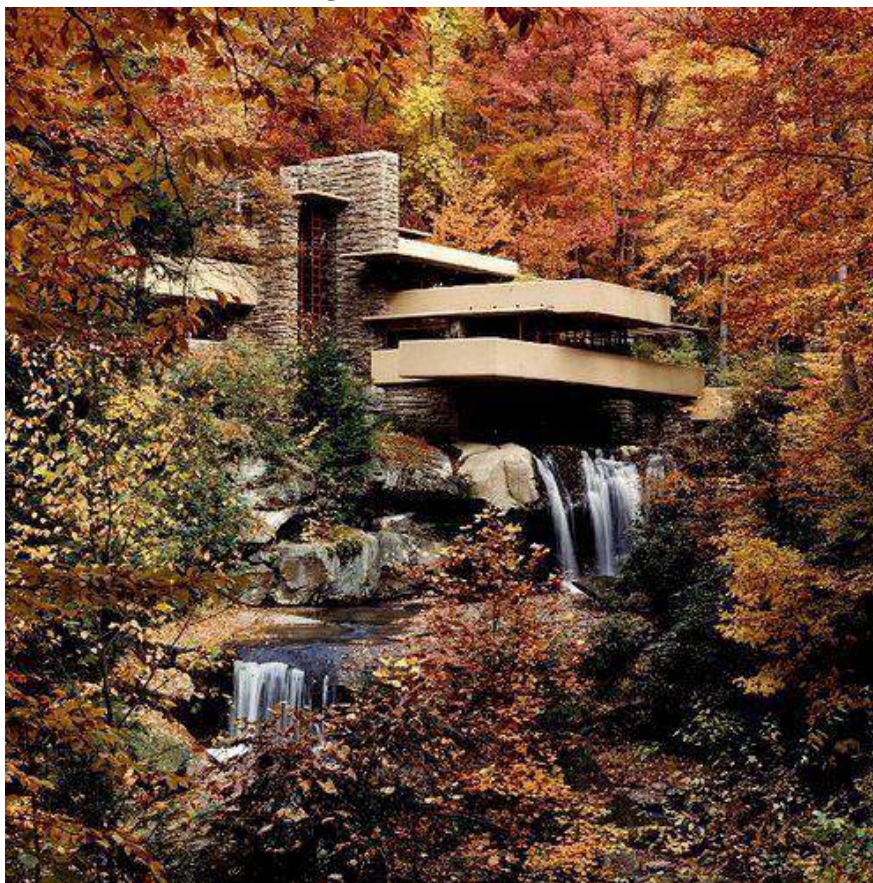
O projeto foi desenhado a partir do local da chaminé, que foi considerado o lugar de reunião da família. O projeto inicial contém ambientes simples, como uma sala de estar e cozinha no nível do térreo, suíte principal ampla e o dormitório do filho dos clientes no terceiro andar (Archdaily, 2009).

Todos os ambientes foram pensados para ter ligação com a natureza, onde na sala de estar se apresenta uma escada de acesso diretamente ao riacho e circulações estreitas, buscando a sensação de fechamento e abertura proporcional conforme a proximidade dos ambientes principais, como a sala de estar, para que haja essa comparação de abertura e sensação de fechamento (Archdaily, 2009).

6.5. Obra Correlata

Pensando na conexão com a natureza e o bem-estar local, a obra correlata escolhida foi a Casa da Cascata, desenvolvida por Frank Lloyd Wright. Essa obra tornou-se uma referência no mundo da arquitetura, podendo ser considerada um clássico. O projeto levou três anos para ser construído (1936-1939), sendo dividido em duas partes: a casa principal e o quarto de hóspedes (ARCHDAILY, 2009).

Figura 15: Casa da Cascata



Fonte: Archdaily, 2009

O projeto foi desenhado a partir do local da chaminé, que foi considerado o lugar de reunião da família. O projeto inicial contém ambientes simples, como uma sala de estar e cozinha no nível do térreo, suíte principal ampla e o dormitório do filho dos clientes no terceiro andar (Archdaily, 2009).

Todos os ambientes foram pensados para ter ligação com a natureza, onde na sala de estar se apresenta uma escada de acesso diretamente ao riacho, circulações estreitas buscando a sensação de fechamento e abertura proporcional, conforme a proximidade dos ambientes

principais, como a sala de estar. (ARCHDAILY, 2009).

Figura 16: Chaminé, sala de estar.



Fonte: Archdaily, 2009.

Além do *layout* elaborado para melhor convivência, no projeto utilizou-se a arquitetura biofílica. Mesmo se popularizando em 1984, Wright já aplicava os estudos e conceitos da biofilia em seus projetos. Um dos principais pontos da biofilia é o contato da natureza com o projeto arquitetônico, promovendo maior qualidade de vida, visando diminuir níveis de estresse e estimular a criatividade (Projetoublog, 2022).

Em relação à topografia do terreno, a casa foi construída em cima das rochas, respeitando a topografia já existente e aproveitando para criar elementos arquitetônicos que contribuíssem para a construção. Além da questão estética e sustentável, o riacho contribui para efeitos sonoros, podendo ser escutado ao longo de toda a construção (Projetoublog, 2022).

O projeto apresenta também grandes áreas em balanço, transformados em terraços e varandas. Foi necessário utilizar o concreto armado como principal material e revestimentos em pedra e tijolo no restante da construção (Projetoublog, 2022).

Figura 17: Vista aérea dos balanços citados,



Fonte: ProjetoBlog, 2022.

Em 2002, a edificação passou por uma restauração, entrando para a lista de Patrimônios Mundiais, junto com outras sete obras de Frank Lloyd. Atualmente, a casa funciona como museu, podendo receber visitas presenciais e *online* (passeio interativo no *site Planet Architectura*, com várias fotografias, desenhos e informações sobre a obra) (PROJETOUBLOG, 2022).

6.8. Partido

O seguinte projeto elaborado recebe o nome de Serena Flor, correlacionando ao estado de serenidade, calma e tranquilidade na flor da lavanda. A escolha da planta partiu dos benefícios que a mesma proporciona, seja em seu estado natural ou até mesmo transformada em óleo, agrega à saúde e ao bem-estar.

A lavanda tem inúmeros benefícios à saúde, como prevenir o envelhecimento precoce, ação anti-inflamatória e efeito calmante para queimaduras de sol. Mas é no combate aos sintomas da ansiedade que sua aplicação é mais conhecida. Estudos científicos vêm comprovando sua indicação de uso para seu efeito relaxante, quando inalado o aroma (Essentia Pharma, 2024).

A inalação de aromas do óleo de lavanda também é uma opção válida para distúrbios leves do sono, que, conforme estudos, não possui efeito colateral. Utilizando o método de massagem com aromaterapia de lavanda, pode ser recomendado também para bebês a partir de 6 meses, para distúrbios como insônia, interrupção do sono e sonolência excessiva (Essentia Pharma, 2024).

Figura 18: Flores de Lavanda



Fonte: Essentia Pharma, 2024

6.9. Acessibilidade no Projeto

A adoção de critérios de acessibilidade em empreendimentos de hospedagem é uma exigência normativa e uma demonstração de responsabilidade social. A NBR 9050:2020 da ABNT estabelece parâmetros técnicos que asseguram o uso seguro e autônomo dos espaços por pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida. Em especial, as rampas de acesso são fundamentais para garantir a conexão entre diferentes níveis da edificação, sobretudo em projetos onde há desníveis ou variações topográficas, como costuma ocorrer em pousadas inseridas em contextos naturais. A norma determina que as rampas devem possuir inclinação adequada, largura mínima de 1,20 metro, piso antiderrapante e corrimãos duplos em ambos os lados (NBR9050,2022).

No contexto da Pousada Spa Serena Flor, mesmo com todos os apartamentos acessíveis localizados no pavimento térreo, a presença de rampas continua sendo essencial. Isso porque o projeto inclui áreas comuns como recepção, restaurante, spa, jardins e espaços de lazer, que devem estar plenamente acessíveis a todos os usuários. A inclusão de rampas respeitando as exigências da NBR 9050 assegura a fluidez no deslocamento e reforça o princípio da equidade no uso dos espaços. Além disso, promove o bem-estar e a autonomia dos

7. PROGRAMA DE NECESSIDADES

As tabelas a seguir apresentam uma visão detalhada de todos os ambientes da biblioteca, organizados por pavimentos, com a indicação de seus respectivos nomes e áreas em metros quadrados (m²). Cabe ressaltar que as áreas verdes externas e as circulações entre os ambientes não foram incluídas nas tabelas. Por fim, é importante destacar que os espaços foram projetados levando em consideração a necessidade de atender o fluxo dos hóspedes, sendo que as aberturas para ventilação e iluminação foram estruturadas em conformidade com as normas vigentes, garantindo assim, condições adequadas de conforto ambiental.

Tabela 1: Térreo

AMBIENTES TÉRREOS	Área (m²)
ESTACIONAMENTO	1490,12
RECEPÇÃO	33,2
GUARDA VOLUME HÓSPEDES	6,46
DEPÓSITO	10,45
LAVATÓRIO	10,02
BWC PCD 1	3,6
LAVABO FEM	2,79
BWC MASC	2,79
DML	5,76
ADMINISTRATIVO	10,08
FINANCEIRO	10,08
MARKETING	10,04
DIRETOR	12,03
CENTRAL DE CONTROLE	1,8
LAVABO FUNC. 1	2,25
COPA	8,09
BAR	18,78
LAUNGE	47,07
BANHEIRO FEM.	9,18
BANHEIRO, MAS.	9,33
BWC PCD 2	3,69
LAVABO FUNC.2	3,57
LIXO REFRIGERADO	4,79
HIGIENIZAÇÃO E CONFERÊNCIA	12,55
ESTOQUE	7,57
COZINHA	34,86
LOUÇARIA	7,94
FREEZER	6,21
DML/ DEPOSITO	6,65
VESTIÁRIO FUNC. FEMININO	32,88

VESTIÁRIO FUNC. MASCULINO	32,06
LAVANDERIA	27
ROUPARIA	14,31
RECEPÇÃO/LOUNGE	34,4
SALÃO DE CABELEIREIRO	30,04
BRINQUEDOTECA	29,74
SALA DE MASSAGEM 01	6,67
SALA DE MASSAGEM 02	6,18
SALA DE MASSAGEM 03	6,56
SALA DE PROCEDIMENTO FACIAL	6,04
SALA DE PROCEDIMENTO CORPORAL 01	5,4
SALA DE PROCEDIMENTO CORPORAL 02	5,4
RECEPÇÃO PROCEDIMENTOS SPA	25,44
WC PCD	6,85
WC SOCIAL	6,67
VESTIÁRIO FEM.	13,51
VESTIÁRIO PCD	6,92
VESTIÁRIO MASC.	13,51
YOGA E MEDITAÇÃO	48,45

Fonte: Própria 2025

Tabela 2: Quartos Térreo

QUARTOS TÉRREOS	Área (m ²)
2 QUARTOS ACOLHER	
SALA	24,32
QUARTO 1	12,95
QUARTO CASAL	12,42
WC PCD	8,17
DECK	10,18
AREA TOTAL PISCINA	39,21
1 QUARTO ESSÊNCIA	
SALA	14,76
SUITE	17,07
BWC SUITE	4,82
DECK	10,18
1 QUARTO AMIZADE	
SALA	14,76
SUITE	17,07
BWC SUITE	4,82
DECK	10,18
1 QUARTO ACONCHEGO	
SALA	11,97
QUARTO 1	8,35
QUARTO 2	21,34
BWC	4,82
DECK	23,1

ÁREA DE PISCINA	84
-----------------	----

Fonte: Própria 2025

Tabela 3: Quartos 1 Pavimento

QUARTOS 1 PAVIMENTO	Área (m ²)
2 QUARTOS MEMÓRIAS	
SALA	31,13
QUARTO 1	11,51
QUARTO CASAL	10,98
WC	4,43
VARANDA	16,59
2 QUARTO ESSENCIA	
SALA	15,57
QUARTO 1	17,33
WC	5,05
VARANDA	10,77
1 QUARTO ACONCHEGO	
SALA	12,64
QUARTO 1	8,66
WC	5,13
WC	5,13
VARANDA	14,5

Fonte: Própria 2025

Tabela 3: Quartos 2 Pavimento

QUARTOS 2 PAVIMENTO	Área (m ²)
2 QUARTOS MEMÓRIAS	
SALA	24,32
QUARTO 1	12,95
QUARTO 2	12,42
SALA	8,17
VARANDA	12,04
2 QUARTOS ESSÊNCIA	
SALA	14,76
SUITE	17,07
BWC SUITE	4,82
VARANDA	12,04
1 QUARTO AMIZADE	
SALA	11,97
QUARTO 1	8,35

QUARTO 2	21,34
BWC	4,82
VARANDA	15,07

Fonte: Própria 202

7.1. Setorização

Após a definição do programa de necessidades, os ambientes foram distribuídos de maneira estratégica, respeitando a divisão por setores e priorizando a eficiência no uso de cada espaço. O único setor com mais pavimentos é o dos quartos, onde foi buscado um melhor aproveitamento e distribuição do espaço, ao fazer o acesso por uma escada única, o que proporciona melhor fluidez no deslocamento e facilita a integração entre os diferentes pavimentos. As ilustrações a seguir apresentam o percurso interno de cada pavimento da pousada, representado por setas indicativas e acompanhado da identificação dos espaços. Essa representação visual favorece a leitura e o entendimento da organização espacial, evidenciando a lógica de circulação e a funcionalidade do projeto.



Fonte: Própria, 2025

Figura 20: Setorização dos quartos por cores

Fonte: Propria,2025

A setorização apresentada na planta da pousada SPA foi organizada de forma funcional, buscando atender às necessidades operacionais e proporcionar conforto aos usuários. A recepção e a área administrativa (em lilás), foram posicionadas próximas à entrada principal, garantindo fácil acesso e controle eficiente do fluxo de entrada e saída. As áreas destinadas à cozinha e aos funcionários (em vermelho) estão localizadas em uma zona central, o que facilita o abastecimento e o atendimento a outras áreas, minimizando interferências com os espaços de hóspedes.

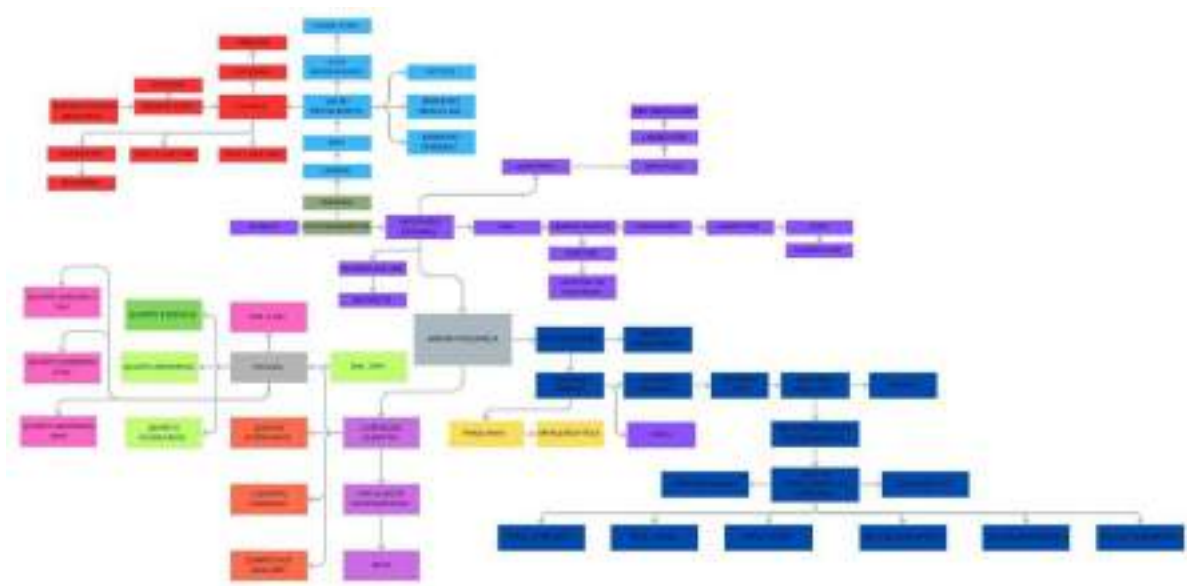
O setor do SPA (em azul escuro), foi estrategicamente disposto em uma área mais reservada, contribuindo para o silêncio e a tranquilidade desejados nesse tipo de ambiente. O espaço destinado ao lazer infantil (em amarelo), foi inserido em um ponto de fácil visibilidade e acesso, promovendo segurança e integração com os demais ambientes comuns. As áreas de uso comum (em azul claro), localizadas no centro do terreno, favorecem a convivência e oferecem conexão entre os diversos setores. O estacionamento (em cinza), está concentrado nas extremidades laterais, permitindo o

controle de veículos, sem comprometer as áreas de lazer e permanência. Por fim, os quartos (em verde) estão situados em uma zona mais afastada, voltada para o ambiente natural, o que garante privacidade, conforto acústico e visual aos hóspedes.

Essa distribuição setorial favorece um fluxo eficiente e intuitivo na pousada, separando os espaços de uso técnico dos ambientes de permanência, otimizando o funcionamento interno e oferecendo uma experiência mais agradável aos usuários.

7.2. Fluxograma

Figura 21: Fluxograma Pousada Spa



Fonte: Própria, 2025

O fluxograma apresentado da pousada SPA representa a organização funcional dos ambientes e setores, permitindo uma leitura clara da estrutura espacial e operacional do projeto. Cada setor é representado por uma cor distinta, facilitando a identificação e

a compreensão das funções atribuídas a cada área. Essa representação gráfica contribui significativamente para o desenvolvimento do projeto arquitetônico, pois evidencia os fluxos de circulação, as conexões entre os ambientes e a hierarquia de uso dos espaços.

A separação dos setores – como hospedagem, SPA, administrativo, lazer, serviços e apoio – foi estrategicamente pensada para garantir fluidez, acessibilidade e eficiência. Os quartos foram organizados em alas distintas conforme suas tipologias, oferecendo experiências personalizadas, enquanto os setores técnicos (como cozinha, lavanderia e áreas de funcionários) estão localizados de forma a não interferir nas áreas sociais e de descanso. O SPA possui um setor próprio, com recepção e salas de procedimentos sequenciais, proporcionando um fluxo contínuo e reservado aos usuários.

Além disso, o fluxograma revela a existência de pontos de transição bem definidos, como corredores, *decks* e jardins, que atuam como espaços de respiro e integração. A clara definição dos percursos internos e externos, bem como a localização estratégica das áreas de apoio e serviço, contribui para um funcionamento mais organizado da pousada, minimizando interferências entre usuários e equipe técnica, o que resulta em uma experiência mais confortável, segura e eficiente para os hóspedes.

8. SUSTENTABILIDADE

A Pousada Serena Flor, adotará o tijolo ecológico como método construtivo principal, alinhando-se aos princípios de sustentabilidade e respeito ao meio ambiente, que norteiam o projeto. Produzido a partir de solo-cimento e sem processo de queima, o tijolo ecológico reduz significativamente a emissão de gases poluentes e o consumo de recursos naturais não renováveis. Sua fabricação contribui para a diminuição do desmatamento e promove menor geração de resíduos na obra.

Além disso, sua estrutura com encaixes permite agilidade na execução, economia de argamassa e precisão no acabamento. Os furos internos facilitam a passagem de instalações elétricas e hidráulicas, otimizando etapas da construção. Com excelente desempenho térmico e acústico, este sistema garante conforto aos hóspedes em todas as estações. A estética natural do material valoriza a integração com o ambiente, reforçando o conceito de hospedagem consciente. Trata-se, portanto, de uma escolha técnica, ambiental e economicamente vantajosa. A pousada reafirma, assim, seu compromisso com a inovação e o equilíbrio ambiental (Amigoconstrutor,2023).

A adoção de estratégias voltadas à gestão sustentável da água na Pousada Spa Serena Flor justifica-se pela necessidade de integrar o ambiente construído ao meio natural de forma sensível e responsável. O controle do escoamento pluvial por meio de soluções como espelhos d'água, fontes ornamentais, lagos artificiais e piscinas naturais não apenas auxilia na drenagem das águas da chuva, como também promove equilíbrio térmico e melhora a umidade do ar, elevando a qualidade ambiental dos espaços (Ministério De Minas E Energia,2025).

Esses elementos aquáticos contribuem para criar uma atmosfera de contemplação e relaxamento, alinhada à proposta de bem-estar oferecida pelo spa. Além disso, serão incorporadas tecnologias de infraestrutura verde, como telhados verdes e jardins verticais, que otimizam a retenção hídrica e favorecem o conforto térmico dos ambientes internos. Tais medidas reforçam o compromisso da pousada com a sustentabilidade, agregando valor estético, funcional e ecológico à experiência do hóspede, ao mesmo tempo em que reduzem os impactos ambientais da ocupação urbana.

Figura 21: Lagos na Passarela



Fonte: Própria,2025

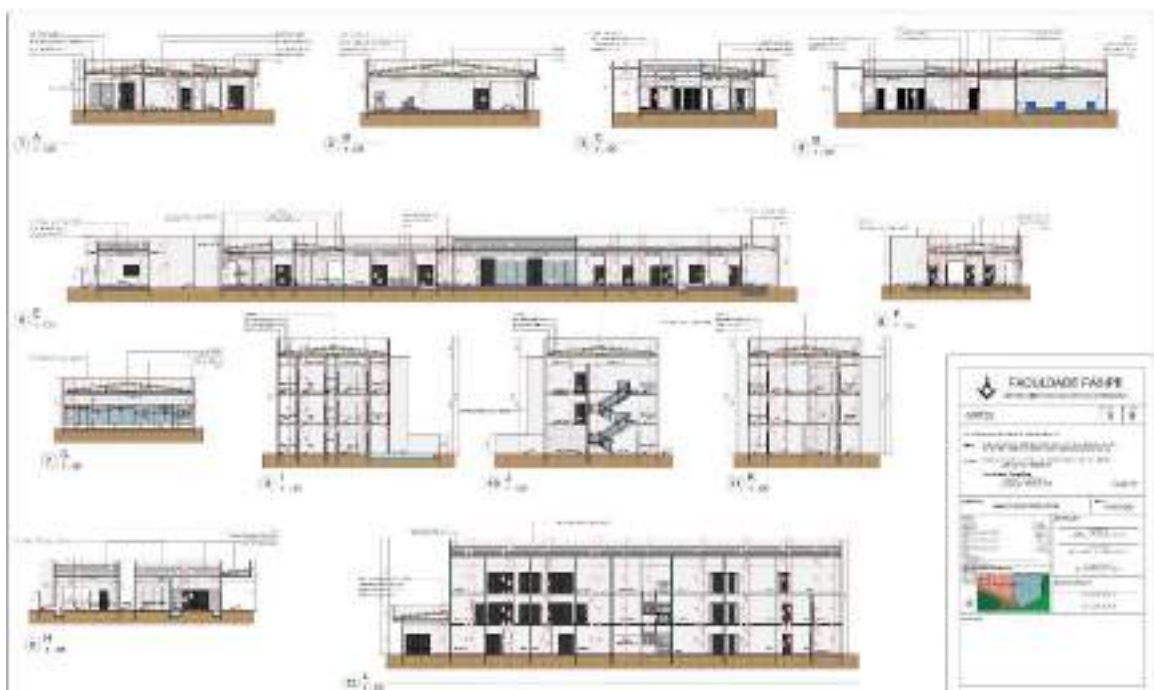


Figura:20



10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

No processo da pesquisa, analisou-se a necessidade de ambientes que disponibilizam lazer e cuidados terapêuticos para os residentes em Sinop, que seria um atrativo, tanto para os habitantes locais, como também para cidades que fazem fronteiras, além de outros estados. Ademais, analisa-se o interesse dos entrevistados na proposta de uma Pousada Spa na cidade, o que agrega no turismo regional e traz novas oportunidades de empregos, além de desenvolvimento socioeconômico.

Com a coleta de dados, foi possível perceber a vontade da população de trazer um local para Sinop que trouxesse aumento do turismo local, desenvolvimento econômico, e que evidencie a importância de momentos de lazer na cura e prevenção de diversas doenças do âmbito neurológico. Afirma-se a necessidade de ter um local que integre a natureza com a rotina interna, onde se destaque o bem-estar que ela pode promover e a importância da preservação ambiental.

A partir dos dados, verifica-se também, que grande parte das pessoas viajam com a família, assim se dá a necessidade de personalização desses espaços para as diferentes faixas etárias. Adiante, salienta-se a importância de planejamento na concepção de ambientes, onde desafios podem ser amenizados através de uma preocupação neurológica e biofílica, que será transmitida na arquitetura do espaço, o tornando mais acolhedor e capaz de tratar e prevenir patologias.

No decorrer deste trabalho, foi possível compreender a relevância de propor uma Pousada-Spa para a cidade de Sinop-MT, tendo como base o fortalecimento do turismo sustentável, o incentivo à qualidade de vida e o desenvolvimento socioeconômico regional. Por meio da pesquisa bibliográfica, dos estudos de caso e da análise de dados coletados, observou-se uma demanda significativa por espaços que promovam o bem-estar físico, mental e emocional. A proposta apresentada busca atender a essa necessidade por meio de uma arquitetura sensível, funcional e conectada à natureza.

Com a aplicação de conceitos como biofilia, neuroarquitetura, acessibilidade universal e sustentabilidade, o projeto se desenvolveu com base nas diretrizes da NBR 9050, nos princípios de conforto ambiental e nas especificações do plano diretor da cidade. A implantação da pousada no Condomínio Náutico Cabo Verde, às margens do Rio Teles Pires, reforça o

compromisso com a preservação ambiental e a valorização da paisagem natural como elemento terapêutico e estético.

Além de proporcionar uma experiência sensorial e personalizada aos hóspedes, a proposta busca estimular o turismo de bem-estar como uma alternativa viável e estratégica para a região. A arquitetura aqui, assume o papel de agente transformador, capaz de promover saúde, lazer, contemplação e reconexão com o meio ambiente. Assim, conclui-se que a implantação da Pousada-Spa Serena Flor representa não apenas um avanço na oferta turística local, mas também um exemplo de como a arquitetura pode contribuir com soluções integradas, humanas e inovadoras para os desafios contemporâneos das cidades.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Daniel Wendell Gonzaga; BRAMBILLA, Adriana; VANZELLA, Elídio. A evolução histórica da hotelaria na cidade de João Pessoa: uma revisão bibliográfica. **Revista Mangaio Acadêmico**, v. 1, n. 1, p. 36, 2016. Disponível em: https://www.academia.edu/download/46622457/A_evolucao_historica_da_hotelaria_na_c_id.pdf. Acesso em: 29 set. 2024.

ALVES, Manoel Rodrigues. Cidade contemporânea: questões conceituais da conformação de sua espacialidade. **Revista Tópos**, v. 1, n. 2, p. 29-57, 2007. Disponível em: <https://revista.fct.unesp.br/index.php/topos/article/view/2196>. Acesso em: 29 set 2024.

ARCHDAILY, **LILELO Eco-hotel / Atelier LAVIT" [LILELO / Little Leisure Lodge / Atelier LAVIT]** 02 Mar 2023. ArchDaily Brasil. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/997002/lilelo-eco-hotel-atelier-lavit> ISSN 0719-8906. Acesso em: 08 nov. 2024

ARCHDAILY, **La Pinta, Chalets/ Ramoni Balestro Arquitetura** [Chalés La Pinta / Ramoni Balestro Arquitetura] 21 Jul 2022. ArchDaily. Accessed 11 Nov 2024. <https://www.archdaily.com/985595/la-pinta-chalets-ramoni-balestro-arquitetura> ISSN 0719-8884. Acesso em: 05 nov. 2024.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos**. NBR 9050, 2020. Disponível em: https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/NBR9050_20.pdf. Acesso em: 10 nov. 2024.

AZEVEDO, Felipe; BRITO, Maria Eduarda Mareco dos Santos. Arquitetura biofílica e seus benefícios no processo de cura das doenças do século XXI. **Revista Científica Multidisciplinar do CEAP**, v. 5, n. 1, 2023 Disponível em: <http://periodicos.ceap.br/index.php/rcmc/article/view/172> Acesso em: 10 nov. 2024.

BARBIRATO, Gianna Melo. Arquitetura, urbanismo e conforto ambiental: reflexões em tempos de pandemia. **Revista Ímpeto**, n. 10, 2020. Disponível em: <https://www.seer.ufal.br/index.php/revistaimpeto/article/view/11476> Acesso em: 10 nov. 2024.

BATISTA, Paulo Jorge dos Mártires. **Arquivo Municipal de Lisboa|janeiro 2022**. Disponível em: <https://arquivomunicipal.lisboa.pt/atividades-e-difusao/documento-do-mes/detalhe/hotel-ritz>. Acesso em: 29 set. 2024.

BRASIL, **Ministério do Turismo. Cartilhas do Sistema Brasileiro de Classificação de Meios de Hospedagem**, 2016. Disponível em: <https://www.gov.br/turismo/pt-br/assuntos/assuntos-categoria/cartilhas-do-sistema-brasileiro-de-classificacao-de-meios-de-hospedagem>. Acesso em: 10 nov. 2024.

CALDAS, Lucas Rosse; MOREIRA, Mirellen Mara; SPOSTO, Rosa Maria. Acessibilidade para pessoas com mobilidade reduzida segundo os requisitos da norma de desempenho - um estudo de caso para as áreas comuns de edificações habitacionais de Brasília-DF. **REEC-**

Revista Eletrônica de Engenharia Civil, v. 10, n. 2, 2015. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/reec/article/view/33083> Acesso em: 29 set. 2024.

CASTRO, Celso; GUIMARÃES, Valéria Lima; MAGALHÃES, Aline Montenegro. **História do turismo no Brasil**. Editora FGV, 2013. Disponível em: https://books.google.com.br/books?hl=ptBR&lr=&id=84lIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA2&dq=turismo+no+Brasil&ots=k3t5SO_J0d&sig=47c6qpA5mV31UeurctG0htFdnU#v=onepage&q=turismo%20no%20Brasil&f=false Acesso em: 29 set. 2024

COLANTUONO, Aline Correia de Sousa. O processo histórico da atividade turística mundial e nacional. **Cadernos da FUCAMP**, v. 14, n. 21, 2015. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/532> Acesso em: 29 set. 2024.

FELIPPE, Maíra Longhinotti, et al. **Ciências cognitivas e do comportamento aplicadas à arquitetura e ao design para o bem-estar do ser humano**. In: Um novo olhar para o projeto 6: a ergonomia no ambiente construído-Vol. 6. Blucher Open Access, 2024. p. 86-103. Disponível em: <https://openaccess.blucher.com.br/article-details/9786555503203-04/>. Acesso em: 02 nov. 2024

FONTELLES, Mauro José, et al. Metodologia da pesquisa científica: diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa. **Revista paraense de medicina**, v. 23, n. 3, p. 1-8, 2009. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/3049277/mod_resource/content/1/DIRETRIZES%20PARA%20A%20ELABORA%20C3%87%20C3%83%20DE%20UM%20PROJ%20PESQUISA.pdf. Acesso em: 10 nov. 2024

GELPI, Adriana; KALLIL, Rosa Maria Locatelli. ARQUITETURA, CONFORTO AMBIENTAL E SUSTENTABILIDADE. **ANAIS DE RESUMOS**, p. 11. 2018. Disponível em: <https://www.fw.uri.br/storage/publications/files/48b0402c220b849c7cf6af639f7bbb15287.pdf#page=12>. Acesso em: 02 nov. 2024.

GOMES, Christianne Luce. Lazer: necessidade humana e dimensão da cultura. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**, v. 1, n. 1, p. 3-20, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/430/279>. Acessado em: 02 nov. 2024.

GRANCHI, Renata. **Spas e experiências wellness viram sonhos de consumo dos viajantes no Rio e ao redor do mundo - Diário do Rio de Janeiro**. Disponível em: https://diariodorio.com/spas-e-experiencias-wellness-viram-sonhos-de-consumo-dos-viajantes-no-rio-e-ao-redor-do-mundo/#google_vignette. Acesso em: 9 out. 2024.

HARROUK, Christele. **Psicologia do espaço: as implicações da arquitetura no comportamento humano - ArchDaily** Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/br/936143/psicologia-do-espaco-as-implicacoes-da-arquitetura-no-comportamento-humano>. Acesso em: 24 out. 2024.

KUNST, Marina Holanda; SANTIAGO, Maria de Fátima. **Hotéis e acessibilidade: uma forma de inclusão do idoso**. In: Congresso Internacional de Envelhecimento Humano. 2015. Disponível em: http://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2015/TRABALHO_EV040_MD4_S_A8_ID232_26082015092843.pdf. Acesso em: 29 set. 2024.

LILELO. **Página inicial**. Lilelo, 2024. Disponível em: <https://www.lilelo.it/en/>. Acesso em: 10 nov. 2024.

LIGERO, Bárbara. Como funcionam os resorts all inclusive. **Revista Viagem e Turismo**, 2024 Disponível em: <https://viagemeturismo.abril.com.br/manual-do-viajante/como-funcionam-os-resorts-all-inclusive>. Acesso em: 29 set. 2024.

LUKIANCHUKI, Marieli. João Filgueiras lima. Lelé: O conforto ambiental como o principal norteador do projeto de arquitetura. **Revista Jatobá**, v. 4, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/703>. Acesso em: 29 set. 2024.

MALAI MANSO (site). **O Malai Manso é o único resort all inclusive no Centro-Oeste**. Disponível em: <https://www.malaimansoresort.com.br/resort/>. Acesso em: 25 set. 2024.

MARINHO, Alcyane. Atividades na natureza, lazer e educação ambiental: refletindo sobre algumas possibilidades. **Motrivivência**, n. 22, p. 47-70, 2004. <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/1184/1919>. Acesso em: 10 nov. 2024.

MECCA, Marlei Salete et al. Sustentabilidade e ESG (Environmental, Social and Governance): estudo das operações turísticas de uma Pousada na Serra Gaúcha. **Turismo: Visão e Ação**, v. 25, n. 3, p. 425-444, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tva/a/L9CgV96pDFFLy3DRjfxZZy/?lang=pt>. Acesso em: 29 out. 2024.

MOTA, Ana Catarina Ferreira. **Turismo de Natureza como fator impulsionador da preservação ambiental: O caso dos Passadiços do Paiva**. Economia e Gestão do Ambiente, 2019. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/123514/2/363186.pdf> Acesso em: 29 out. 2024.

MUZA, Pedro Henrique Ferreira. **Design biofílico: ampliando o conceito de sustentabilidade de edificações**. 2021. Disponível em: <http://icts.unb.br/jspui/handle/10482/42356>. Acesso em: 29 out. 2024.

NORA, Giseli Dalla et al. **Demanda Turística e o Clima no Estado de Mato Grosso-Brasil**, Disponível:<http://observatoriogeograficoamericalatina.org.mx/egall1/Geografiasocioeconomica/Geografiaturistica/09.pdf>. Acesso em: 29 set. 2024.

NUNES, Kester Jonathan. Biofilia Aplicação na Arquitetura, e benefícios ao bem-estar humano. **Anais da Semana Universitária e Encontro de Iniciação Científica** (ISSN: 2316-8226), v. 1, n. 1, 2022. Disponível em: <https://publicacoes.unifimes.edu.br/index.php/anais-semana-universitaria/article/view/2274/1482>. Acesso em: 29 set. 2024.

OLIVEIRA, Giovanna Bonelli; SPENA, Rossana. **Serviços em Hotelaria**. Senac. 2020.

PEREIRA, Elenita Malta. **Sensibilidade ecológica e ambientalismo: uma reflexão sobre as relações humanos-natureza**. Sociologias, v. 20, p. 338-366, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/soc/a/prFX658H9cGKzknMJ4WPvjj/>. Acesso em: 24 out. 2024.

PESSOA, Vitor Lucas de Faria. Lazer, natureza e o saber da experiência. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**, v. 7, n. 2, p. 99-113, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/21910>. Acesso em: 29 set. 2024.

RABAHY, Wilson Abrahão. Análise e perspectivas do turismo no Brasil. **Revista Brasileira de Pesquisa em Turismo**, v. 14, p. 1-13, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbtur/a/9BTf68LkqpcdDDsKFvNxYSs/?lang=pt>. Acesso em: 24 out. 2024.

ROQUE, Rodrigo Alexander Lombardi; PIERRI, Alexandre Coan. Uso inteligente de recursos naturais e sustentabilidade na construção civil. **Research, society and development**, v. 8, n. 2, p. e3482703-e3482703, 2019. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/703>. Acesso em: 24 out. 2024.

ROSA, Maria S. B. de Paula, et al. Neuroarquitetura e Design Biofílico Aplicados ao Espaço de Contact Center. **Revista Eletrônica de Ciências Humanas, Saúde e Tecnologia**, v. 2, n. 16, 2019. Disponível em: <https://www.revista.fasem.edu.br/index.php/fasem/article/download/215/232>. Acesso em: 24 out. 2024

SANTOS, Norberto Pinto dos. **Turismo, gestão e território**. Caderno Virtual de Turismo, v. 14, 2014. Disponível em: <https://cvt.emnuvens.com.br/caderno/article/view/1025/411>. Acessado em: 02 nov. 2024.

SIMÕES, Ilana Lôbo; BERNARDINO, Fernando. Benefícios do Spa para a saúde e bem-estar. **Revista ft Arquitetura**, Volume 28 – Edição 135/JUN 2024 / 16/06/2024 . Disponível em: <https://revistaft.com.br/beneficios-do-spa-para-a-saude-e-bem-estar/>. Acesso em: 29 set. 2024.

SOUTO, Clara Nardini. Qualidade de vida e doenças crônicas: possíveis relações. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 4, p. 8169-8196, 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/13167/11074>. Acesso em: 29 set. 2024.

SOUZA, Rosana Alves; PEZZINI, Camila. Neuroarquitetura: Design biofílico aplicado ao espaço construído e o impacto no aspecto mental e físico do indivíduo. **Revista Thêma et Scientia**, v. 11, n. 2E, p. 334-352, 2021. Disponível em: <https://ojsrevistas.fag.edu.br/index.php/RTES/article/view/1413>. Acesso em: 29 set. 2024.

TUI, Kan. **História e origem dos Spas e banhos como terapia**. Sol & Ar Mundo Água, 2013. Disponível em: <https://www.mundoagua.com.br/blog/historia-e-origem-dos-spas-e-banhos-como-terapia/>. Acesso em: 29 set. 2024.

VILLAROUCO, Vilma et al. Neuroergonomia, neuroarquitetura e ambiente construído—tendência futura ou presente? **Ergodesign & HCI**, v. 8, n. 2, p. 92-112, 2020. Disponível em: <https://periodicos.puc-rio.br/index.php/revistaergodesign-hci/article/view/1459>. Acesso em: 29 set. 2024.

SÁ, Alice Araujo Marques de; VIANA, Dianne Magalhães. **Sustentabilidade em projetos criativos: contribuições da biofilia.** 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/228970>. Acesso em: 29 set. 2024. set. 2024.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SINOP. Turismo. Sinop: Prefeitura Municipal de Sinop, [s.d.]. Disponível em: <https://www.sinop.mt.gov.br/portal/servicos/1010/turismo/>. Acesso em: 16 jun. 2025.

FRACALOSSI, Igor. Clássicos da Arquitetura: Casa da Cascata / Frank Lloyd Wright. *ArchDaily Brasil*, 09 jun. 2012. Disponível em: <https://www.archdaily.com.br/01-53156/classicos-da-arquitetura-casa-da-cascata-frank-lloyd-wright>. Acesso em: 16 jun. 2025.

AMIGO CONSTRUTOR. Tijolo ecológico: o que é, tipos, vantagens e desvantagens. *Amigo Construtor*, [s.l.], [s.d.]. Disponível em: <https://www.amigoconstrutor.com.br/vantagens-tijolo-ecologico.html>. Acesso em: 16 jun. 2025.

MINISTÉRIO DE MINAS E ENERGIA. ProjetEEE: Projetando Edificações Energeticamente Eficientes. Disponível em: <http://www.mme.gov.br/projeteeee/>. Acesso em: 16 jun. 2025.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 9050:2020 – Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos. São Paulo: ABNT, 2020. Disponível em: https://drive.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/NBR9050_20.pdf. Acesso em: 16 jun. 2025.

APÊNDICE

QUESTIONÁRIO PARA A ANÁLISE DE DADOS

PESQUISA DE CAMPO: PROPOSTA ARQUITETÔNICA DA IMPLANTAÇÃO DE UMA POUSADA SPA EM SINOP-MT

1. Qual sua idade? *

- Menor que 18 anos
- 18 a 20 anos
- 21 a 30 anos
- 31 a 40 anos
- 41 a 50 anos
- Acima de 50 anos

2. Onde você mora?

- Sinop/MT
- Sorriso/MT
- Vera/MT
- Itaúba/MT
- Cláudia/MT
- Outro

3. Uma Pousada-Spa se caracteriza por oferecer a comodidade de uma pousada tradicional, juntamente com serviços e instalações de um Spa. Esses serviços variam entre estética corporal e facial, terapias alternativas, alimentação saudável e ambiente relaxante. Na cidade que você reside existe uma Pousada-Spa?

- Sim
- Não
- Não sei

4. Com que frequência você tira férias ou um tempo de lazer?

- 1 vez no ano
- A cada 2 anos
- Mais que 2 anos
- Nunca tiro

5. Na maioria das vezes em que você viaja, a viagem é realizada em casal, grupo de amigos ou família?

- Casal
- Grupo de amigos
- Família

6. Como você avalia os ambientes integrados com a natureza, influencia de alguma forma na experiência final? poderia trazer benefício em relação ao bem-estar e relaxamento?

- Pouca relevância
- Muita relevância

7. Quais benefícios você acha que um empreendimento como uma Pousada-Spa pode trazer para o desenvolvimento social e econômico de Sinop?

- Aumento do Turismo para Sinop/MT.
- Desenvolvimento Econômico.
- Destacar a importância da preservação ambiental.
- Evidenciar a necessidade dos cuidados com a mente e o corpo para uma melhor qualidade de vida.

8. Você acredita que a Arquitetura e o *Design* influenciam na qualidade da experiência em uma Pousada-Spa?

- Sim
- Não

9. Em sua opinião, quais serviços deveriam ser oferecidos na Pousada-Spa para proporcionar uma experiência completa aos hóspedes?

- Atividades físicas, como ginástica funcional, hidroginástica, musculação, entre outras;
- Técnicas de spa, como massagem com pedras quentes, massagem com velas, bamboo terapia, pindas chinesas, ofurô de pés e mãos, argiloterapia;
- Piscinas e quadras;
- Termoterapia- É uma técnica não invasiva que utiliza a mudança de temperatura dos tecidos do corpo para fins terapêuticos ou estéticos;
- Tratamentos terapêuticos;
- Estética Facial;
- Estética Corporal;
- Tratamentos Ofurô;
- Serviços de Beleza- Salão de Cabeleireiro;

10. O que mais você acha que poderia tornar a Pousada-Spa um espaço atrativo para a população de Sinop e de outras cidades?

R=