

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

CARLA STALCHMIDT DOS SANTOS

CENTRO DE RELAXAMENTO E ESTÉTICA:
SPA URBANO

CURITIBA

2012

CARLA STALCHMIDT DOS SANTOS

CENTRO DE RELAXAMENTO E ESTÉTICA:
SPA URBANO

Monografia apresentada à disciplina
Orientação de Pesquisa (TA040) como
requisito parcial para a conclusão do curso de
graduação em Arquitetura e Urbanismo, Setor
de Tecnologia, da Universidade Federal do
Paraná – UFPR.

Orientadora:

Prof^a. Dr^a. Josilena M. Z. Gonçalves

CURITIBA

2012

TERMO DE APROVAÇÃO

CARLA STALCHMIDT DOS SANTOS

CENTRO DE RELAXAMENTO E ESTÉTICA:

SPA URBANO

Monografia apresentada à disciplina de Orientação de Pesquisa (TA 040) como requisito parcial para a conclusão do curso de graduação em Arquitetura e Urbanismo, Setor de Tecnologia, da Universidade Federal do Paraná – UFPR.

Orientadora:

Prof^a. Dr^a. Josilena M. Z. Gonçalves:

Examinador(a):

Examinador(a):

Monografia defendida e aprovada em:
Curitiba, 24 de Outubro de 2012.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, pela bênção e proteção. A meus pais, pelo apoio nos momentos importantes da minha vida. Aos meus amigos e principalmente a minha orientadora pelo apoio e dedicação.

RESUMO

A presente pesquisa têm por objetivo estudar Spas como requisito para futuro projeto a ser desenvolvido em região urbana. Atráves de estudos de casos nos Municípios de Curitiba e Lapa foi possível conhecer a infra-estrutura, funcionamento e aspectos desses locais. O local de implantação do empreendimento será no bairro Ahú, na capital paranaense. Foi escolhido por possuir características importantes, como estar próximo à área central da cidade e abrigar o público-alvo desejado.

ABSTRACT

The following research has as a main goal to study spas as a requirement for a future project that will be developed in a urban area. Through studys based on cases in Curitiba and Lapa, It was possible to know the infrastructure, operation and the aspects of those places. The implantation of the enterprise's place will be at Ahú neighborhood in the paranaense metropolis. It had been chosen for having important characteristics like being close from the central area of the city and also for housing the expected target public.

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 – FACHADA DO SPA.....	21
FIGURA 2 – RECEPÇÃO DO SPA.....	21
FIGURA 3 – SALÃO DE BELEZA.....	21
FIGURA 4 – SALÃO DE BELEZA.....	21
FIGURA 5 – RECEPÇÃO/ESPERA SPA.....	22
FIGURA 6 – SALA DE ESTÉTICA FACIAL.....	22
FIGURA 7 – SALA DE MASSAGEM (DRENAGEM LINFÁTICA).....	22
FIGURA 8 – SALA DE ESTÉTICA CORPORAL (CORRENTE RUSSA).....	22
FIGURA 9 – OFURÔ (HIDROTERAPIA).....	22
FIGURA 10- CÂMARA DE FOTO.....	22
FIGURA 11 – SALA DE MASSOTERAPIA COM PEDRAS QUENTES.....	23
FIGURA 12 – AMBIENTE DE LAZER PARA OS FUNCIONÁRIOS.....	23
FIGURA 13 – ELEVADOR PARA P.N.E.....	23
FIGURA 14 – SALA DA ADMINISTRAÇÃO.....	23
FIGURA 15 – ESTACIONAMENTO PARA CLIENTES.....	23
FIGURA 16 – FACHADA DO SPA.....	23
FIGURA 17 – FACHADA E ACESSO PRINCIPAL.....	25
FIGURA 18 – ENTRADA E RECEPÇÃO DO SPA.....	26
FIGURA 19 – ESCRITÓRIO GERÊNCIA.....	26
FIGURA 20 – BIBLIOTECA, ESPAÇO DA LEITURA.....	26
FIGURA 21 – ÁREA DE EVENTOS, REFÚGIO.....	26
FIGURA 22 – JARDIM EXTERNO.....	27
FIGURA 23 – JARDIM EXTERNO.....	27
FIGURA 24 – SALA DE PILATES.....	28
FIGURA 25 – SALA DE MASSAGEM PARA CASAL.....	28
FIGURA 26 – BANHEIRO SALA DE MASSAGEM CASAL.....	28
FIGURA 27 – SALA DE ESPERA CONSULTÓRIO.....	28
FIGURA 28 – VISTA AÉREA DO SPA.....	30
FIGURA 29 – BLOCO PRINCIPAL.....	31
FIGURA 30 – BLOCO PRINCIPAL (CHÁS).....	31
FIGURA 31 – RECEPÇÃO.....	32
FIGURA 32 – SALA DE ESPERA/CONVÍVIO.....	32
FIGURA 33 – ACADEMIA E PISCINA.....	33

FIGURA 34 – LATERAL ACADEMIA.....	33
FIGURA 35 – INTERIOR DA ACADEMIA.....	33
FIGURA 36 – INTERIOR DA ACADEMIA.....	33
FIGURA 37 – PISCINA EXTERNA.....	33
FIGURA 38 – PISCINA EXTERNA.....	33
FIGURA 39 – PRÉDIO FITNESS ENTRADA PRINCIPAL.....	34
FIGURA 40 – PRÉDIO FITNESS VISTA LATERAL.....	34
FIGURA 41 – SALA DE PALESTRA.....	34
FIGURA 42 – LOJA DO SPA.....	34
FIGURA 43 – SALA DE AULAS AERÓBICAS.....	34
FIGURA 44 – SALA DE AULAS AERÓBICAS.....	34
FIGURA 45 – KNEIPP.....	35
FIGURA 46 – MANILÚVIO.....	35
FIGURA 47 – PEDILÚVIO.....	35
FIGURA 48 – DUCHA ESCOCESA.....	35
FIGURA 49 – SAUNA ÚMIDA.....	35
FIGURA 50 – SAUNA SECA.....	35
FIGURA 51 – IMAGEM AÉREA DO TERRENO E SEU ENTORNO.....	39
FIGURA 52 – MAPA DE ZONEAMENTO ENTORNO.....	40
FIGURA 53 – MAPA DE ZONEAMENTO ENTORNO ESCALA MENOR.....	41
FIGURA 54 – FOTO TESTADA DO TERRENO, R. ALBERTO FOLLONI.....	42
FIGURA 55 – FOTO TESTADA DO TERRENO, R. RICARDO LEMOS.....	42
FIGURA 56 – FOTO INTERIOR DO TERRENO.....	42
FIGURA 57 – FOTO ESQUINA DO TERRENO.....	42
FIGURA 58 – FOTO DA ESQUINA DO TERRENO, R. RICARDO LEMOS.....	43
FIGURA 59 – FOTO ENTORNO DO TERRENO.....	43
FIGURA 60 – FOTO ENTORNO DO TERRENO.....	43
FIGURA 61 – FOTO ENTORNO DO TERRENO.....	43
FIGURA 62 – MAPA RENDA MÉDIA POR DOMICÍLIO.....	44
FIGURA 63 – MAPA DENSIDADE DEMOGRÁFICA.....	45
FIGURA 64 – ORGANOGRAMA DO SPA.....	47

LISTA DE IMAGENS.....	i
SUMÁRIO.....	iii
1.INTRODUÇÃO.....	01
2. CONSIDERAÇÕES GERAIS.....	03
2.1 LAZER	03
2.2 LAZER E SPA.....	05
2.3 ESTÉTICA E BELEZA.....	06
3. CONCEITUAÇÃO TEMÁTICA.....	08
3.1 HISTÓRIA DO SPA.....	07
3.2 SPA HOJE.....	11
3.3 TIPOS DE SPA.....	14
3.3.1 DESTINAÇÃO.....	14
3.3.2 ESPECIALIDADE.....	15
3.4 PRINCIPAIS TRATAMENTOS.....	16
4. ESTUDOS DE CASO.....	20
4.1 ESTUDO DE CASO 1: SPA VILLA SERENNA.....	20
4.2 ESTUDO DE CASO 2: OHM SPA.....	24
4.3 ESTUDO DE CASO 3: SPA LAPINHA.....	28
5. INTERPRETAÇÃO DA REALIDADE.....	37
6. DIRETRIZES DO PROJETO.....	38
6.1 CARACTERIZAÇÃO E JUSTIFICATIVA DO TERRENO.....	38
6.2 PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ-DIMENSIONAMENTO.....	46
6.2.1 SETOR ADMINISTRATIVO.....	47
6.2.2 SETOR DE SERVIÇO.....	49
6.2.3 SETOR DE TERAPIAS.....	51
6.2.3.1 SECAS.....	51
6.2.3.2 MOLHADAS.....	54
6.2.4 SETOR DE ESTÉTICA.....	57
6.2.5 SETOR DE CONVIVÊNCIA.....	58

6.2.6 ESTACIONAMENTO.....	59
7. CONCLUSÃO.....	60
8. BIBLIOGRAFIA.....	61
9. WEBGRAFIA.....	62

1. INTRODUÇÃO

As cidades desenvolveram-se e cresceram nos últimos anos. A população aumentou e a demanda por produtos e serviços, em vários setores, também. Os números mostram que muitas pessoas trafegam durante longos períodos diariamente, indo e vindo por toda a cidade. O tempo, o trânsito e a pressa ajudam a causar problemas de saúde.

A vida agitada faz com que essas pessoas não tenham tempo para se dedicar a si mesmas. Não fazem atividades físicas e se sobrecarregam de trabalho para garantir melhores salários. Muitas vezes se alimentam inadequadamente, em locais próximos ao serviço, para poupar tempo. O cuidado com o corpo e bem-estar só surge quando doenças e seus sintomas aparecem.

Atualmente, muito se discute a respeito da saúde física e mental. A prática de exercícios físicos e boa alimentação geraram pessoas mais saudáveis e menos estressadas. O Brasil é um país de fartura, cuja tradição é comer bem e bastante. Porém, nos últimos anos esse quadro vem se modificando. Com a tecnologia e a globalização sabe-se muito a respeito do que é consumido no mundo. Produtos revolucionários para boa forma física chegam ao país com rapidez e facilidade. Nem sempre são baratos, mas muitas pessoas compram. Devido a essa demanda por corpos esbeltos e saudáveis, as tradições brasileiras estão mudando. Está se dando mais atenção ao corpo e à saúde, e para isso é necessário tempo.

O tempo para o lazer é essencial. Com o desenvolvimento das leis trabalhistas garantiu-se o direito dos trabalhadores a uma carga horária de trabalho menor, a finais de semana e férias; as pessoas passaram a ter maior tempo livre. A procura por atividades no tempo de lazer cresceu, e os urbanistas criaram meios e equipamentos que respondessem à essa demanda. As cidades modificaram-se. Grandes parques e praças foram criados e estruturados para uso da população.

Devido ao crescimento da economia e à preocupação com a saúde e bem-

estar, está se consumindo mais no Brasil. De acordo com a Associação Brasileira da Indústria de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos - ABIHPEC, *“O país mantém terceiro lugar no ranking global, crescendo 18,9% em 2011, contra 8,9% de expansão do Japão (segundo lugar no ranking) e 3,8% de aumento dos EUA (primeiro lugar do ranking) – dados Euromonitor / preços ao consumidor”* (ABIHPEC, abril 2012).

Em Curitiba, existem vários centros de estética e beleza. Alguns desses locais podem ser utilizados para atividades de lazer e relaxamento. Dentre estes, destacam-se os SPAs, que também possuem essa função, gerando bem-estar e tranquilidade para seus clientes.

A presente pesquisa tem por objetivo estudar edifícios para SPAs Urbanos de um dia, para subsidiar o desenvolvimento de projeto arquitetônico na disciplina TA041 (Trabalho Final de Graduação). Para alcançar este objetivo está estruturada da maneira que segue: um breve estudo a respeito do lazer, e de que maneira o SPA pode ser uma forma de lazer; uma análise da beleza e da estética, a maneira como vemos a beleza e de que forma ela pode ser interpretada para cada pessoa; uma breve história sobre o SPA e sua origem nas termas da Bélgica; os vários tipos de SPA que existem e de que forma eles são classificados atualmente; os principais tratamentos nas clínicas; estudos de caso, onde visitas em SPAs de Curitiba e Lapa foram feitas para analisar e observar o que ocorre nesses locais, e como é o seu funcionamento; interpretação da realidade de Curitiba e a viabilidade da implantação de um SPA na cidade; diretrizes do projeto que será feito futuramente, estudo e escolha do terreno no bairro Ahú em Curitiba, estudo e escolha dos ambientes e áreas necessárias para a implementação do projeto; e por fim uma breve conclusão analisando o que foi pesquisado.

Através dos estudos de caso e do que foi analisado, o objetivo é criar um Spa contemporâneo. Nota-se que existe uma preocupação, por parte da população, com o corpo, saúde e estética. Porém, esta mesma preocupação não é vista quando analisamos a estrutura dos ambientes. Através de uma arquitetura contemporânea, pretende-se criar locais adequados à finalidade proposta e mostrar a importância dos Spas para a cidade.

2. CONSIDERAÇÕES GERAIS

2.1 LAZER

A palavra lazer deriva do latim *licere*, que significa: ser permitido, ideia de ócio. Podemos entendê-la como: atividades que acontecem no período de tempo livre, quando estamos em estado de permissão e liberdade, como atividades produtoras de satisfação. (MENESCAL *et alli*, p.12, 1998)

Nas sociedades primitivas, pode se observar ações de caráter prazeroso como a pintura nas paredes das cavernas, objetos feitos para enfeitar as mulheres, objetos de caça que têm atributos artísticos etc. Na Antiguidade e Idade Média, as pessoas tinham vários momentos de lazer, tais como: festas, música, escultura, caça, dança, jogos, atletismo, teatro etc. Na Grécia, os Jogos Olímpicos eram sagrados e interrompiam até mesmo as guerras. Com a dominação romana, esse hábito foi perdido, pois não era da cultura romana a realização de jogos esportivos, preferindo batalhas em arenas, onde os gladiadores lutavam pela vida. Posteriormente, em 1896, o francês Pierri de Fredi trouxe de volta os jogos olímpicos; e criou o Comitê Olímpico Internacional - COI. Desde então os jogos são feitos de quatro em quatro anos e possuem mais de 20 modalidades. (MENESCAL *et alli*, p.20, 1998)

Na época do Brasil Colônia, não existiam muitas atividades de lazer. Apenas na capital eram celebradas algumas atividades festivas em datas do calendário real. Em sua grande maioria, eram festas em salões com música, teatro e banquete. As famílias reuniam-se ao redor de uma mesa farta e os escravos faziam seus batuques. Apenas com a chegada da família real foi que houve uma mudança nas festividades, danças francesas e inglesas aprimoraram as festas.

Com o passar dos anos, as cidades cresceram. Com a abolição da escravidão muitos imigrantes chegaram, mudando ainda mais a forma das festividades e do lazer. Clubes foram fundados, onde as pessoas iam para praticar esportes, ginástica e concertos musicais. Com a República, as cidades

se modernizaram e se industrializaram, e as atividades lúdicas e prazerosas também evoluíram.

As cidades cresceram e também aumentou a demanda por espaços de lazer. A ordenação do espaço urbano foi modificada, transformando a forma de morar, para fazer do lazer parte da rotina. Atualmente possuímos mais tempo livre devido à legislação trabalhista, como direito a férias, finais de semana, e também uma carga horária diária de trabalho menor.

Com mais tempo, outras atividades foram geradas; desenvolveram-se as mídias, como televisão, rádio e internet; o turismo, com viagens e passeios guiados; os transportes; e a metrópole aonde antes existiam pequenos espaços de lazer como uma praça e caixas de areia e, que agora dão espaço para grandes parques. Face a tanto desenvolvimento, foi gerada uma maneira de se obter mais lucro com as atividades prazerosas.

Existem diferentes tempos de lazer. Diariamente podemos usufruir do tempo livre, assistindo algo, lendo ou praticando algum exercício físico. Nos finais de semana, podemos nos divertir em um parque, viajar para praia, visitar museus, fazer passeios no campo ou nas montanhas, algo que nos desvie do quadro urbano. Nas férias onde temos um grande tempo livre, podemos fazer viagens mais longas, nacionais ou internacionais. Passar mais tempo visitando outros ambientes e lugares, agregando conhecimento, cultura e melhoria de vida. Outra boa opção seriam os hotéis e *resorts*, que trazem brincadeiras e passeios diferenciados. Porém, a forma e a maneira de lazer dependem do tempo e da disposição de cada um.

A recuperação psíquica proporcionada pelo lazer torna-se essencial para que possamos filtrar, compreender, criticar e assimilar ou recusar a enorme quantidade de estímulos sensoriais e intelectuais que recebemos constantemente pelos meios de comunicação, em especial, pela televisão. O lazer é um instrumento de defesa para compensar a avalanche sensorial e informativa em que vivemos- é a pausa que nos salva do excesso de ruído e de estimulação. (MENESCAL *et alli*, p.31, 1998)

2.2 LAZER E SPA

Lazer e SPA estão inter-relacionados: uma forma de se obter o lazer e ter seus prazeres é estar relaxado e tranquilo. Nesse ponto de vista, os SPAs são uma ótima opção; muitos estão vinculados a hotéis e *resorts* que oferecem tratamentos para o corpo e mente.

O SPA é um espaço cuja função está ligada a realizações de atividades humanas através da água, proporcionando saúde, higiene e purificação. Esse conceito está ligado à tradução de suas siglas: “*sanus per aquam*”. Porém, em alguns casos, em seu processo evolutivo, houve uma modificação da sua estrutura. Com o desenvolvimento da medicina, muitos remédios foram criados e a crença da água como fonte de purificação e cura acabou sendo deixada de lado.

Devido ao estilo de vida atual, outros tipos de doenças surgiram, principalmente os transtornos psicológicos. Ainda que esteja fortemente ligado à utilização de água, o SPA voltou a ter seu *status* de ambiente de cura, porém, também com outras várias funções, como estética e beleza.

Se quando você ouve falar em spa pensa apenas em emagrecimento, comece a rever os seus conceitos. É claro que a maioria dos hóspedes desses locais quer perder alguns ou muitos quilos, mas há quem os procure também para tratar de uma depressão, problemas cardíacos, parar de fumar, desintoxicar ou, simplesmente, relaxar. (VOLTAN, 2012)

2.3 ESTÉTICA E BELEZA

Segundo ECO(2004), o Belo e o Bom possuem um laço estreito; um se submete ao outro. Geralmente usamos o adjetivo “belo” para expressar o que é bonito e nos agrada. Aquilo que é belo é bom. Em muitas vezes quando definimos algo como sendo bom significa que também o queremos. Várias coisas nos agradam e gostaríamos de ter, como um amor correspondido, uma boa comida, uma viagem, uma boa companhia, entre outras. Boas ações também nos trazem sensações agradáveis, fazendo o bem.

Podemos analisar a beleza e o desejo sem que um se submeta ao outro. Aos olhos de quem vê, alguns seres humanos são belíssimos, mas nem por isso são desejados sexualmente. Estão distantes da nossa realidade e por isso temos consciência de que nunca serão nossos, fazendo com que o desejo se vá. Porém, se ocorrer o contrário, desejar alguém que por vezes pode até ser feio, mas que não podemos ter as relações almejadas sofremos.

Um outro critério a nos guiar é que a estreita relação que a época moderna estabeleceu entre Beleza e Arte não é assim tão evidente. Se determinadas teorias estéticas modernas reconheceram apenas a Beleza da arte, subestimando a Beleza da natureza, em outros períodos históricos aconteceu o inverso. (ECO, p.10, 2004).

Em determinadas épocas, as únicas coisas que eram reconhecidas como belas eram as naturais, como um belo luar, um fruto, uma cor, uma árvore. Deixando a arte com a incumbência de fazer corretamente o que fazia. Sendo tanto a pintura, quanto a escultura, quanto a obra de um barbeiro vistas como iguais. Somente mais tarde, para que houvesse a distinção entre pintura, escultura e arquitetura, do que hoje consideramos artesanato, foi que se criou a noção de Belas Artes.

Porém, só temos a noção do que foi tido como belo através das obras de pintura e escultura. E em alguns casos essa noção pode ser equivocada, devido aos pintores nem sempre se basearem na realidade da época. Por vezes deixaram escrituras de histórias com personagens de um certo tempo, porém com características de vestimentas de outras datas.

O que é considerado belo depende da época e da cultura. A beleza jamais foi igual e sem modificações. Assumiu diversas faces, dependendo do período e do lugar que estivesse sendo tratado. E não somente em beleza física, também vemos beleza no que é natural, o que já foi criado. E ela se modifica de pessoa para pessoa; é subjetiva. Existem maneiras diferentes de se ver o que é belo e a forma como descrever através de uma pintura ou de um testemunho escrito.

Os Deuses foram tidos como os mais belos, os superiores e por isso muitas vezes eram cobiçados e muito respeitados. Dessa maneira, também podemos entender um pouco do que vemos hoje em beleza. Mulheres muito bonitas são tidas como poderosas; a beleza traz o poder, como Deusas nos dias atuais. Muitas outras mulheres desejariam ser como elas, porém acreditam ser impossível, pois seriam inferiores e jamais alcançariam a beleza desejada.

3. CONCEITUAÇÃO TEMÁTICA

3.1 HISTÓRIA DO SPA

O termo SPA provavelmente derivou da palavra “*espa*” que significa fonte, em valão, língua românica falada na Bélgica e na França. Possui a conotação que conhecemos hoje porque foi o nome de um vilarejo, Espau, localizado na Bélgica. (MILL, 1947)

O tratamento com água é popular. Os gregos preferiam se banhar em águas naturais e frescas. Inicialmente, os banhos eram tomados em banheiras privativas e somente os nobres tinham esse privilégio. Posteriormente banheiras públicas foram feitas com maior movimentação e utilização por parte da população. Os banhos eram considerados lugares sagrados e foram dedicados a várias divindades.

Segundo Tubergen e Linden (2002), na época de Homero, os banhos tinham sentido de limpeza e higiene. Posteriormente, os banhos passaram a ser mais do que uma simples higiene: tornaram-se hábitos saudáveis e preveniam doenças. As pessoas tomavam mais banhos, andavam e faziam exercícios físicos. Os banhos geralmente eram vinculados com esportes e educação.

Influenciado pelos gregos, os romanos construíram seus próprios banhos termais. A presença militar ajudou no desenvolvimento dessa terapia. Os SPAs serviram não só para a recuperação de soldados feridos, mas também como centros de repouso e lazer para os soldados saudáveis. Em contraste com os gregos, que tomavam água termal depois de exercícios físicos intensos, os romanos consideravam os banhos mais importantes do que a prática de exercícios físicos. Além da limpeza, socialização, relaxamento e culto, os SPAs também serviram como tratamento médico. Acreditavam que as águas curavam. Imaginavam que o corpo deveria ficar submerso durante um período de tempo para se obter a cura.

Os médicos romanos acreditavam que a hidroterapia era um tratamento que poderia curar as pessoas. As diferentes propriedades da água ajudariam certos tipos de doença. Na Roma, foram criados três tipos de banhos: banhos em casa (*balnea*), banhos privativos (*balnea privata*), e banhos públicos (*balnea publica*) que foram feitos pelo Estado. Posteriormente com a construção de aquedutos, os banhos públicos evoluíram para grandes e monumentais termas com capacidade para milhares de pessoas. Durante o apogeu da cultura dos banhos romanos, os habitantes de Roma gastavam 1400 litros de água por pessoa por dia. As legiões romanas, longe de sua pátria, construíram seus próprios banhos com águas termais e minerais nas terras recém-conquistadas.

Ao longo dos anos, a cultura dos banhos romanos se modificou. As termas se tornaram um ambiente de relaxamento e prazer, ao invés de servir como tratamento médico, embora este ainda fosse praticado. Preferiam se banhar em águas quentes e renovar seu corpo e mente. Dessa forma, as termas tornaram-se centros de diversas práticas sexuais, gerando doenças. Por falta de cuidados com a higiene, acabaram por desaparecer com o passar do tempo.

Ainda de acordo com Tubergen e Linden (2002), com a queda do Império Romano em 476 e a ascensão do cristianismo, a cultura dos banhos foi oficialmente proibida. A fé e a oração eram consideradas formas mais importantes de cura do que um banho medicinal. Os locais onde antes existiam termas foram reformados e se transformaram em igrejas. Devido a esta proibição, grande parte da população passou a temer ao banho. As pessoas permaneciam maior tempo possível sem tomar banho, algumas por até um ano.

A partir do século XIII os banhos foram aceitos novamente. Os banhos públicos voltaram a ser lotados e as pessoas permaneciam lá por horas, às vezes dias. O maior prazer era o relaxamento, durante o Renascimento, no século XVI, a imagem dos banhos públicos novamente se deteriorou em muitos países. Eles foram considerados uma fonte de doenças contagiosas

como: sífilis, peste e lepra. Tornaram-se locais de reunião perigosos. Além disso, devido à escassez de lenha, ficou caro frequentar as termas aquecidas. A população estava pobre devido às guerras. No entanto, a aristocracia continuou as frequentando, embora preferissem fontes naturais com água morna e mineral ao invés de locais públicos.

Conforme Tubergen e Linden (2002), médicos italianos encontraram antigos tratamentos utilizando as águas termais e seu valor como modalidade terapêutica foi reconsiderado. Nesse período, foram feitas análises da água e de seus componentes minerais. Foi importante reconhecer a qualidade de cada mineral e seu efeito sobre o corpo, e como este se manifestava influenciado pelas águas. O que também se tornou essencial para se obter a cura foi uma vida tranquila com boa comida e bebida, e o máximo de conforto. Por isso, diziam que os banhos não eram bons para os pobres. Outros obstáculos práticos também impediram os pobres de frequentar os banhos: eles não tinham tempo para o lazer.

A cultura dos banhos em termas desenvolveu-se na Itália e gradualmente se espalhou pelo resto da Europa, e foi particularmente popular entre a elite. Na virada do século XVII, muitas termas foram redescobertas na França. Havia dois tipos: nascentes de água quente para beber e tomar banho e nascentes frias para beber e obter cura. Comer bem, fazer dietas balanceadas, e tomar banho eram outras formas de cura.

Após a Segunda Guerra Mundial (1939/45) e com o aumento da busca pelo bem-estar, o tratamento em SPAs tornou-se disponível para o homem comum em muitos países europeus. Outras atividades e tratamentos novos foram introduzidos, e a hidroterapia e a fisioterapia sofreram grande desenvolvimento.

Nas últimas décadas, vários ensaios clínicos estudaram os efeitos das terapias realizadas em SPAs. Os pacientes foram aleatoriamente selecionados para receber tratamentos utilizando a água. Globalmente, os resultados mostraram efeitos positivos.

Ao longo do tempo, o interesse pelo uso da água na medicina modificou-se de país para país. Os médicos tiveram diferentes opiniões, algumas vezes positiva outras negativa, e de benéfica para prejudicial. Hoje, as técnicas foram aprimoradas e as terapias em SPAs estão recebendo uma atenção importante na área da saúde e da medicina.

Atualmente, os SPAs estão mudando o seu enfoque. Ao invés da água, a maior preocupação é com o corpo e mente, buscando o equilíbrio. Os ambientes foram aprimorados visando atrair um público maior, e outros serviços como terapias, tratamentos estéticos, hospedagem e atividades diversas foram acrescentados. Porém ainda há muito que evoluir. O que podemos afirmar é que as técnicas de banhos e termas possuem efeitos sobre o corpo e mente, acalmando e relaxando as pessoas.

3.2 SPA HOJE

Até pouco tempo atrás, *spa* era sinônimo de dietas restritas, daquelas feitas de duas folhas de alface, uma colher de cenoura ralada e, máximo de felicidade, um pedaço de frango grelhado. Hoje não são mais. Esses espaços estão se transformando em centros de saúde, *fitness* e, principalmente, de promoção de bem-estar. (RODRIGUES, 2006)

Os SPAs promovem saúde e bem-estar, mas atualmente estão mais ligados à estética. Dentro desses ambientes existe possibilidade de fazer as unhas, ou até mesmo praticar yoga. As ofertas básicas destes centros de saúde e beleza estão crescendo; massagens, terapias alternativas de relaxamento, hidromassagem, emagrecimento e fortalecimento do corpo, entre outras opções, são encontradas.

O *stress* e a rotina fazem com que o corpo se canse. Pensando nisso muitos SPAs estão surgindo dentro dos grandes centros urbanos. Não é mais necessário sair da cidade para se ter a comodidade e o relaxamento que esses espaços oferecem. Existem os SPAs para um dia (*Day SPA*), que geralmente estão localizados em hotéis ou em outros edifícios, de rápido e fácil acesso.

Ainda assim, existem os SPAs de maior permanência. Geralmente, estão a alguns quilômetros dos centros urbanos. Alguns podem ser encontrados nas regiões metropolitanas ou um pouco mais afastados das cidades.

O interesse pelos SPAs tem aumentado, já são encontradas revistas, *sites* e alguns artigos sobre SPAs. A Associação Brasileira de Clínicas e SPA ABC Spas, é um exemplo de que o segmento vem crescendo no Brasil. *“No ano de 2002, Dieter Brepohl, fundador da Lapinha Spa, conversava com um consultor sobre o mercado de spas e clínicas de estética. Como o setor era muito pequeno, o amigo de Dieter sugeriu que ele e outros empresários se unissem para fortalecer o segmento e não competir entre si. Surgia aí a ideia de se criar uma associação. E a partir dela 70 proprietários de spas receberam um convite para ir ao Lapinha. Desses convidados, apenas 35 compareceram e deram início às primeiras discussões sobre o setor.”* (TEODORO, 2012). Este ano a ABC SPAS completa 10 anos e mostra como é possível organizar e ajudar novas clínicas que surgem todos os dias.

A questão inicial era: quais SPAs ou clínicas participariam da Associação. *“Eram poucos os consumidores desse mercado, não havia o hábito de frequentar spas e afins. Na época, foi um impasse. O grupo queria que só spas destino participassem, outros acreditavam que spas urbanos e day spas não poderiam ficar de fora, pois já se apresentavam como uma tendência do mercado. Diante dessas considerações surgiu também a questão de uma proposta mais inclusiva para os spas, inserindo também clínicas holísticas e naturistas. Em uma assembleia constituinte no Costão do Santinho, os estatutos da associação foram consolidados.”* (TEODORO, 2012).

Posteriormente, foi difícil fazer a junção de vários SPAs encontrados no Brasil. Algumas clínicas acreditavam que participar de uma associação não seria possível, pois existia muita concorrência dentro do segmento. Porém, se observou que muitos SPAs não possuíam as mesmas características.

A variedade de tipos e de tratamentos oferecidos era grande.

O pensamento mais comum naquele período era o de que todos eram concorrentes, o que não era verdade porque, de fato, ninguém se conhecia. O importante era mostrar que uma força institucional poderia nos ajudar, não só no âmbito do crescimento dos nossos negócios, mas na consolidação do mercado, para sermos um segmento atuante com referências de padrões, conceitualização, legislação e afins. (HAN, 2012).

Uma das intenções da ABC spas é aproximar os clientes das clínicas. Para isso criaram a Spa Week. O evento é feito todo ano, às vezes mais de uma vez, e tem como objetivo alcançar várias pessoas de diferentes classes sociais. Durante uma semana, spas e clínicas associadas fazem diversos tratamentos a preços mais acessíveis e convidativos. O crescimento da procura por esses espaços faz com que o bem-estar esteja presente na rotina das pessoas.

O Spa Week é um dos eventos nacionais mais aguardados do ano. Ao longo de suas seis edições atraiu mais de 100 mil pessoas em diversas capitais do país. Esse evento tem mudado a cultura do brasileiro, a percepção que as pessoas têm sobre o que é e o que oferece um spa. Antes do Spa Week, muitos pensavam que o spa era voltado apenas para tratamentos de emagrecimento, outros nem sabiam do que se tratava, e outros ainda achavam que era acessível somente para a alta elite brasileira. Hoje podemos notar uma mudança no comportamento das pessoas. Muitas já incorporaram o hábito de ir a spas com frequência e esperam ansiosos pelo evento. (TEODORO, 2012).

Curitiba apresenta grande variedade de opções em SPAs e clínicas de estética. O ramo de cosméticos cresce a cada dia. Feiras com produtos inovadores para cabelos, unhas, rosto, etc; acontecem sempre; cursos profissionalizantes também são ofertados.

3.3 TIPOS DE SPA

Com a criação da ABC Spas houve uma regulamentação a respeito dos vários tipos de SPAs. As clínicas que se associam a ABC Spas são fiscalizadas e então recebem ou não um certificado de qualidade.

O mercado brasileiro de spas tem se desenvolvido com extrema rapidez, o que tem impulsionado a proliferação de estabelecimentos de spas e a diversificação das suas atividades, seja em termos de localização quanto de segmento de atuação. Desta forma, a ABC-Spas houve por bem criar critérios de classificação dos spas, tanto em relação a sua destinação quanto a sua especialidade. Além disso, buscando traçar padrões e balizamentos para a identificação de uma operação de spa adequada, foi elaborado o Selo de Certificação e Excelência da ABC-Spas. (TEODORO, 2012).

Seguindo as orientações da Associação, observa-se que os spas são classificados quanto a sua destinação e sua especialidade. (ABC SPAS, 2012).

3.3.1 DESTINAÇÃO

- **SPA de Destino:** Estabelecimento com estrutura de hospedagem e alimentação que apresente foco integral na promoção do bem-estar e qualidade de vida.
- **SPA Resort/Hotel:** Estabelecimento independente localizado dentro de estrutura fixa de Resorts ou Hotéis, que apresentem serviços de bem-estar e qualidade de vida, lazer e entretenimento.
- **Day SPA:** Estabelecimento sem estrutura de hospedagem localizado em áreas urbanas, seja em estrutura própria, shopping centers, centros comerciais ou residenciais.
- **SPA Passeio:** Estabelecimento localizado dentro de estruturas voltadas para entretenimento ou transporte. Incluem estruturas fixas de entretenimento ou veículos de passeio como clubes de campo, golf, e praia, clubes de entretenimento, navios, aviões, trens.

3.3.2 ESPECIALIDADE

- **SPA Naturista:** Estabelecimento voltado para as práticas baseadas na Medicina Naturista, tais como Homeopatia, Fitoterapia, Acupuntura e outros, promovendo a saúde por processos naturais de tratamento e alimentação.
- **SPA Médico:** Estabelecimento que possua objetivos primários médicos ou clínicos visando à promoção da saúde humana e qualidade de vida, apresentando serviços completos na área da estética médica, terapias e tratamentos complementares com atividade física monitorada.
- **SPA Holístico:** Estabelecimento com foco na promoção da saúde humana através de serviços baseados na Medicina Tradicional, direcionadas ao bem-estar espiritual e equilíbrio entre corpo, mente e espírito.
- **SPA Esporte e Aventura:** Estabelecimento com serviços voltados para o lazer e entretenimento, com programas de qualidade de vida realizados através de atividades físicas e de exercícios direcionados.
- **SPA Nutricional:** Estabelecimento com o objetivo de orientação nutricional, desintoxicação e reeducação alimentar, apresentando cozinha especializada em alimentação dietética e balanceada bem como outros serviços terapêuticos de promoção da saúde humana.
- **SPA Estético:** Estabelecimento que oferece serviços e tratamentos estéticos faciais e corporais, com filosofia de beleza aliado à saúde e bem-estar, apresentando variedade de equipamentos e mão-de-obra especializada.
- **SPA Termal:** Estabelecimento que proporciona saúde e bem-estar através de tratamentos de hidroterapia e banhos termais, apresentando infraestrutura adequada para tal.

- **SPA Wellness / Bem Estar:** Estabelecimento que proporciona o bem-estar físico, mental e espiritual através de variados programas e serviços especializados, seja através de terapias corporais, banhos ou atividades físicas específicas. (ABC SPAS, 2012).

3.4 PRINCIPAIS TRATAMENTOS

Os principais tratamentos e terapias que são feitas atualmente estão relacionadas com a estética. Algumas clínicas trabalham também como salões de beleza, oferecendo serviços como pedicure e manicure. Podemos citar alguns deles, como:

- **Massoterapia:** Massagens corporais são ideias para pessoas que sofrem de estresse, pois promove equilíbrio e relaxamento. *“De acordo com uma pesquisa recente, realizada pela Associação Internacional de Spas, 74% dos pesquisados afirmaram que uma massagem muscular profunda é o tratamento oferecido mais desejado por um day spa.”* (MOREN, 2009). Pacientes que sofreram algum tipo de acidente também podem receber massagens. A terapêutica oferece alívio curativo para relaxar os músculos e descontraí-los. Também ajudam a reduzir cicatrizes e melhoram a flexibilidade.

Alguns benefícios da massagem:

- Fortalece e aumenta a elasticidade dos músculos.
- O toque faz bem para o emocional do cliente, pois o estímulo é prazeroso e pode aliviar a dor.
- Eficaz contra problemas de articulação e flexibilidade.
- Elimina a congestão, ajudando o corpo a se livrar do estresse, promove equilíbrio e relaxamento.
- Desintoxicação de ácido láctico e outras toxinas do corpo
- Relaxa o corpo
- Alivia dores e tensões musculares

- Melhora a circulação e o tônus muscular

Dentro da massoterapia, temos outras cinco classificações. Massagens mais específicas que atuam de maneira eficaz para cada região do corpo.

- Massagem Expressa: Dura em torno de 15 minutos, economizando tempo. É feita em uma cadeira de massagem e direcionada para o pescoço, ombros, braços e costas. É uma massagem ideal para quem não tem muito tempo disponível e que não se sente bem com outras massagens em que é necessário tirar a roupa.
- Massagem no Pescoço e nas Costas: Dura em torno de 30 minutos. É eficaz contra problemas de articulação e flexibilidade. Ajuda a aliviar dores e tensões musculares. O toque faz bem para o emocional da pessoa, pois o estímulo é prazeroso e alivia a dor.
- Massagem no Corpo Inteiro: Dura em torno de uma hora. Assim como as demais massagens ajuda no relaxamento, aumenta a elasticidade dos músculos e alivia as dores. É eficaz em casos de problemas de articulação e flexibilidade. Elimina a congestão, ajudando o corpo a se livrar do estresse. Desintoxicação de ácido láctico e outras toxinas, relaxa o corpo. Melhora a circulação e tônus muscular.
- Massagem Corporal Estendida: Semelhante à massagem no corpo inteiro, mas com um tempo mais longo para as pessoas que quiserem um trabalho mais prolongado em áreas específicas do corpo.
- Reflexologia: Dura em torno de 30 minutos. É uma massagem baseada em energia. Atua na região dos pés, fazendo uma pressão em pontos reflexivos auxiliando na desintoxicação do corpo e proporcionando equilíbrio.

- **Massoterapia com Pedras:** Essa massagem utiliza pedras quentes e frias, que podem trazer alívio para o corpo e músculos que estejam contraídos. *“A massoterapia com pedras pode ser incorporada a qualquer tratamento em que se utiliza massagem. Alguns exemplos são a massagem corporal, dos pés e das pernas nos procedimentos de pedicure, a facial e a massagem das mãos e braços no tratamento de manicure. Trata-se de um dos procedimentos mais populares nos institutos de beleza e spas.”* (MOREN, 2009).

As pedras podem estar besuntadas de óleos para auxiliar a massagem. São colocadas quentes e frias em pontos específicos do corpo conforme for necessário.

- **Aromaterapia:** A aromaterapia é a aplicação dos estudos dos aromas. Os incensos e óleos são suas principais fontes. O óleo pode ser utilizado na fabricação de cremes, loções e pulverizadores; ou até mesmo na sua forma pura em massagens. Essa é uma terapia que se preocupa com os efeitos psicológicos e fisiológicos. O relaxamento e tranquilidade são consequências dos estímulos do cheiro.

O cérebro recebe a mensagem do cheiro e o sistema nervoso gera um estímulo no corpo. *“As mensagens podem ter efeito estimulante ou calmante em uma variedade de condições e, em muitos casos, podem ter ambos os efeitos, deixando alguém alerta e calmo, equilibrando, portando, sua atual condição”* (MOREN, 2009).

- **Hidroterapia:** Através da transpiração, a elasticidade dos músculos aumenta, criando um estado de relaxamento profundo. Em geral, quando estão cansadas, as pessoas tomam um banho quente para relaxar. *“A pele pode absorver substâncias quando certas condições são adequadas; determinados tratamentos na banheira possuem minerais e ingredientes que se tornam ativos.”* (MOREN, 2009). Dessa forma, entrar em uma banheira e receber jatos de água ativam esses ingredientes e trazem alívio ao corpo, mente e espírito.

Alguns dos tratamentos da hidroterapia são:

- Banho relaxante de Aromaterapia: Dura em torno de 20 minutos. É feita a imersão de forma calma e relaxada em uma banheira de hidroterapia com óleos essenciais. Dá maciez à pele, revitaliza os nervos, reduz a fadiga e irritabilidade e relaxa os músculos. A pele absorve minerais durante a imersão e se torna mais hidratada.
- Banho tranquilizante: Dura em torno de 20 minutos. Também é feita a imersão na banheira de hidroterapia. Sua principal função é a de acalmar o corpo, principalmente de quem acabou de receber uma massagem. Ativa a circulação, faz a desintoxicação e é anti-inflamatório.
- Banho remineralizante de aromaterapia: Dura em torno de 20 minutos. É bom para remineralizar e rejuvenescer a pele. É um banho que possui grande concentração de cálcio, sódio e potássio. Ajuda a afinar a silhueta, além de relaxar acalmando o estresse de corpo e mente.
- Sauna aromática: Dura em torno de 10 minutos. Através do vapor são utilizados aromas que aliviam o estresse. A transpiração faz com que as toxinas sejam liberadas do corpo. Relaxa e solta o tecido muscular, aumentando a flexibilidade dos músculos. Ajuda a melhorar o humor, aumenta o metabolismo e alivia a congestão do rosto.

4. ESTUDOS DE CASO

Para aprofundamento da pesquisa será realizado o estudo de casos. Esse estudo trará resultados importantes para o desenvolvimento dos próximos capítulos da pesquisa, e futuramente para produção do projeto.

Existem poucos livros a respeito do funcionamento, dimensão, fluxo e classificação de SPAs. São produzidos mais artigos, reportagens e entrevistas em revistas a respeito do tema. Para uma análise aprofundada do assunto foram feitas algumas visitas a SPAs na cidade de Curitiba e Lapa.

4.1 SPA VILLA SERENNA

Nome: Spa Villa Serenna

Local: Município de Curitiba, Avenida João Gualberto, 1449, Juvevê.

Ano: Criado em 2005, mas com os proprietários atuais desde 2009.

Site: www.villaserenna.com.br

O Villa Serenna é um salão de beleza, Spa e clínica estética. Atualmente, o proprietário é o empresário Dário Alberto Castro. É um Spa Urbano onde o enfoque principal são a saúde e beleza do corpo. A principal atuação do Spa são os tratamentos estéticos e de beleza. As massagens e ofurôs também são procurados. O cliente chega e é levado até a área de espera do Spa. Em seguida um funcionário o encaminha para a sala onde será feito o tratamento. Um esteticista especializado irá fazer os procedimentos desejados.

O edifício possui três andares. O primeiro é destinado ao salão de beleza. O segundo e o terceiro são destinados ao Spa. No primeiro andar do Spa encontram-se salas de massoterapia, ofurô, drenagem linfática e depilação, além da área administrativa e uma sala para funcionários. No segundo andar do Spa, existem outras salas de massoterapia, esfoliação e hidratação, etc. Ainda no mesmo andar há um espaço para eventos fechados, onde um grupo pode ir passar o dia e fazer vários tratamentos.

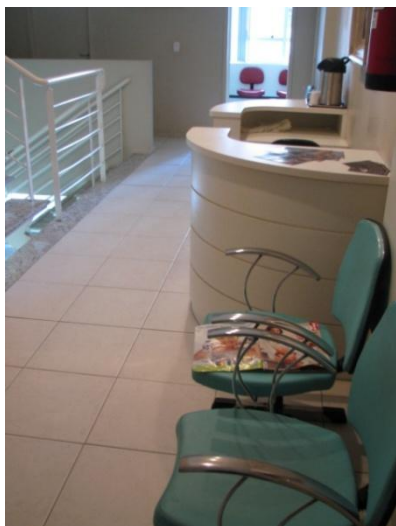
A cozinha e espaço de descanso para os funcionários também ficam nesse andar. O acesso tanto de automóveis como de pedestres é feito somente pela Av. João Gualberto, possuindo estacionamento próprio para seis veículos.



Figuras 1 e 2: Fachada e Recepção do Spa. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 3 e 4: Salão de Beleza (Térreo). (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 5 e 6: Recepção/Espera Spa e Estética Facial. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 7 e 8: Sala de Massagem (Drenagem Linfática) e Sala de estética corporal (Corrente-Russa). (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 9 e 10: Ofurô (Hidroterapia) e Câmara de Foto (Local aquecido para eliminar gordura, feito antes da drenagem linfática). (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 11 e 12: Sala de Massoterapia com pedras quentes e Ambiente de lazer para funcionários. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 13 e 14: Elevador para P.N.E e Sala da Administração. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figura 15: Estacionamento para clientes, nos fundos. (FONTE: A AUTORA, 2012).

O local é interessante, porém funciona mais como salão de beleza. As áreas destinadas ao Spa são mais voltadas para estética corporal do que para saúde e relaxamento. A clínica não é associada ao ABC Spas; talvez por isso não apresente um padrão de Spa que é o procurado para o projeto do presente trabalho.

4.2 OHM URBAN SPA

Nome: Ohm Urban Spa

Local: Município de Curitiba, Avenida Vicente Machado, 1794, Batel.

Ano: 2010

Site: www.ohmspa.com.br

O Ohm Urban Spa foi criado com o objetivo de agregar conhecimento e terapias com técnicas atuais. A proposta é trabalhar com a saúde, seja ela preventiva, curativa ou estabilizadora, oferecendo harmonia corporal. Segundo o Spa, Ohm é uma palavra com grande poder de evocação mística, pois traduz o som e do infinito, do universo, conduzindo a um completo relaxamento.

A característica desse local são o envolvimento com o cliente e a junção do Spa com a medicina. Médicos amigos das donas, as empresárias Elaine Quintella e Cíntia Ribeiro, foram convidados para trabalhar no Spa. Vindos de diferentes áreas da medicina, a intenção foi gerar integração de cuidados estéticos com a saúde. O Spa foi inaugurado em Maio de 2010. Antes de se transformar, o local abrigou a Casa Cor Paraná 2007. A arquiteta responsável pelo projeto foi Ana Letícia Loyola. Ela fez uma adaptação em uma casa, do ano 1950, do Engenheiro Rubens Meister. Com linhas modernistas, o local reflete sofisticação, limpeza e harmonia. A influência da luz e da transparência dos ambientes - alguns possuem paredes de vidro - faz com que a natureza esteja sempre presente.



Figura 16: Fachada do Spa. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figura 17: Fachada e acesso principal. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 18 e 19: Entrada e Recepção do Spa e Escritório e Gerência. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 20 e 21: Biblioteca, espaço de leitura e Área de eventos, refúgio e descanso. (FONTE: A AUTORA, 2012).

Os ambientes mostram-se iluminados e aconchegantes. A utilização do vidro é grande, proporcionando a relação interno-externo. A madeira e as plantas também ajudam a criar uma atmosfera tranquilizante.



Figuras 22 e 23: Jardim externo. (FONTE: A AUTORA, 2012).

O espaço para o jardim é amplo. As árvores refletem a natureza do local, porém um projeto paisagístico poderia melhorar a área externa. O interesse do Spa é aliar corpo, mente e saúde. Por ser urbano, o jardim poderia ser um diferencial no projeto. Geralmente, esses tipos de Spas são localizados em Resorts e Hotéis dentro da cidade, o que dificulta esse vínculo com a natureza.



Figuras 24 e 25: Sala de Pilates e Sala de Massagem para casal. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 26 e 27: Banheiro sala de massagem casal e Sala de espera consultas médicas. (FONTE: A AUTORA, 2012).

O OHM Spa reflete ser um lugar luxuoso e requintado. Seus ambientes tiveram um tratamento adequado de projeto de interiores, o que agrada muito aos olhos. O público-alvo é a alta sociedade curitibana. O Spa possui um caráter que enfatiza a estética corporal, porém também trabalha com a saúde do corpo através dos consultórios médicos.

4.3 LAPINHA SPA

Nome: Clínica e Spa Naturista Lapinha

Local: Município da Lapa, Estrada Lapa - Campo do Tenente, Km 16

Ano: 1972

Site: www.lapinha.com.br

O Spa localiza-se na Fazenda Margarida, no Município de Lapa, a 16km do centro da cidade. O Município possui uma população de 44.932 habitantes,

e uma área de 2.093 km² (IBGE, 2010), situando-se no Segundo Planalto e está a 907m acima do nível do mar.

Devido às características rurais do Município, o Spa é um bom lugar para descanso e relaxamento. A Lapinha é uma Clínica e Spa Naturista. Seu enfoque principal é a saúde e o emagrecimento, que são alcançados através de sete pilares:

- Trofologia: Alimentação saudável a fim de prevenir doenças e reestabelecer a saúde. Baseia-se em dietas que desintoxicam o organismo e buscam a reeducação alimentar visando um bem-estar integral.
- Terapia do Movimento: Combate o sedentarismo através de atividades físicas. É muito importante para uma vida saudável e de qualidade.
- Espiritualidade: O corpo e a mente devem estar equilibrados. Reconectar o lado espiritual através do silêncio, do convívio, de momentos de troca e de reflexão, e até mesmo através de momentos musicais.
- Terapia do Biorritmo: Recupera o ritmo do corpo, promovendo a saúde através da reeducação dos hábitos e da programação de atividades. Uma rotina equilibrada resulta em maior disposição, ânimo e bem-estar geral.
- Hidroterapia: Hidrata, regenera e limpa o organismo. Através da água, ajuda as pessoas a realizarem exercícios físicos, facilitando o movimento e diminuindo o esforço.
- Fisioterapia: Técnica para prevenção de lesões e recuperação de movimentos. É feita através de técnicas manuais, trabalho postural, fortalecimento e alongamento muscular.
- Fitoterapia: Trata e recupera a saúde através das plantas. Elas possuem princípios ativos que estimulam o sistema de defesa do organismo, prevenindo e curando doenças. Os produtos usados no tratamento são de origem orgânica.

O Spa baseia-se em uma vida mais saudável (LAPINHA, 2012). Pensando nisso, os hóspedes ao chegarem à clínica são atendidos por médicos e nutricionistas. Após fazerem alguns exames e relatarem o objetivo principal

da estadia, os médicos prescrevem o que deve ser feito para se obter resultados.

O tempo mínimo de permanência é de cinco dias ou uma semana para quem deseja fazer um tratamento de emagrecimento. Esse período mínimo é obrigatório, pois o Spa acredita que o corpo precisa de tempo para se adaptar a novos hábitos. Para que a estadia seja agradável e gere resultados, já estão incluídos no pacote: alimentação completa, consulta e acompanhamento médico, crédito para massagens e terapias, definição de um programa de saúde personalizado, palestras (médica, nutricional, educação física e fisioterapeuta), caminhadas, ginástica, alongamento, hidroginástica, atividades recreativas, aulas de dança e culinária, passeios de *bike* etc.

Os hóspedes desligam-se do mundo agitado e estressante; e focam no relaxamento e bem-estar. As refeições são balanceadas e programadas em determinados horários. Acordam cedo: as atividades começam a partir das 6h20 da manhã. E para que se tenha uma boa noite de sono se recolhem para os quartos às 21h30. Todos os dias são feitas atividades físicas, pois auxiliam e aumentam a resistência do organismo. O objetivo da clínica é que os ensinamentos que são passados sejam aceitos e levados para rotina das pessoas fora do Spa, modificando seu estilo de vida.

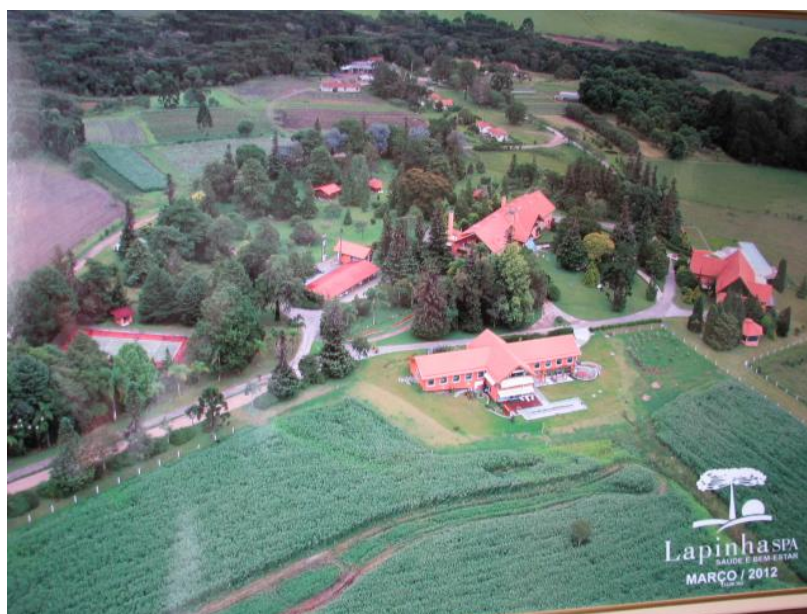


Figura 28: Vista aérea do Spa. (FONTE: A AUTORA, 2012).

A Lapinha foi fundada pela brasileira descendente de alemães, Dona Margarida Bornschein Langer, que em uma visita médica à Suíça, na década de 50, experimentou a cura por meio da terapia naturista. Retornando ao Brasil, ela decidiu criar um espaço onde as pessoas pudessem combater doenças com a força da natureza e adquirir hábitos saudáveis de vida. Assim, em 1972 nasceu a Lapinha, o PRIMEIRO SPA MÉDICO do Brasil. (LAPINHA, 2012)

Com 1260m², o bloco principal foi o primeiro a ser construído. Nele estão localizados a recepção, o restaurante e a maior parte dos quartos. Após alguns anos o edifício passou por uma reforma e foi ampliado. Foram anexados: uma biblioteca, uma sala de conferência e televisão, uma sala de leitura, e uma área administrativa. Em 1991, foi construída a entrada de vidro desse bloco principal e mais outro bloco. Neste outro bloco, encontram-se a piscina aquecida, onde são feitas aulas de hidroginástica; salas onde são feitas aulas aeróbicas; salas de hidroterapia, onde são feitas algumas terapias com água, além das saunas secas e úmidas; e a loja do Spa. Em 2010, mais um novo bloco foi construído. Neste, encontram-se os consultórios dos médicos (a clínica), fisioterapia, mais salas para terapias e o salão de beleza.



Figuras 29 e 30: Bloco principal. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 31 e 32: Recepção e Sala de convívio (Espera da Recepção). (FONTE: A AUTORA, 2012).

Devido ao tamanho da fazenda e sua arborização, a implantação dos três blocos gerou vistas muito interessantes e também espaços de encontro e confraternização. Como em frente ao bloco principal, onde foram colocadas cadeiras de praia e espreguiçadeiras.

A arquitetura dos blocos lembra a arquitetura alpina. Os telhados são de duas águas. Pelo fato de ser grande, o telhado é uma referência da arquitetura do local. A madeira é bem utilizada, principalmente nos blocos mais antigos. Observa-se seu uso tanto nas esquadrias como no piso, nas escadas e nos móveis. O vidro é mais utilizado no bloco mais recente, criando belas visuais da paisagem.

A Academia foi construída recentemente, inaugurada em Fevereiro desse ano, ocupando uma edificação só para ela com terraço-jardim e possui aproximadamente 50m². Logo ao lado, tem-se a piscina externa, com um deck de madeira e pedra.



Figuras 33 e 34: Academia e Piscina e Lateral Academia. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 35 e 36: Interior da Academia. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 37 e 38: Piscina Externa. (FONTE: A AUTORA, 2012).

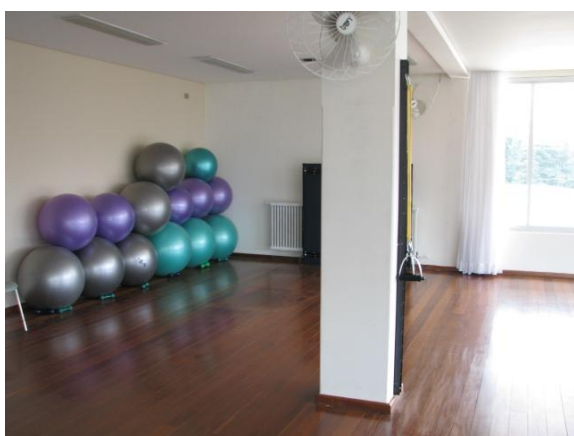
Ao lado da Academia e da Piscina externa, tem-se o segundo bloco. Ele é chamado de Prédio *Fitness*, pois nele são feitas as aulas de aeróbica e hidroginástica.



Figuras 39 e 40: Bloco dois (Prédio *Fitness*) Entrada principal e Vista lateral.(FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 41 e 42: Sala de Palestras e Loja do Spa. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 43 e 44: Sala de aulas aeróbicas. (FONTE: A AUTORA, 2012).

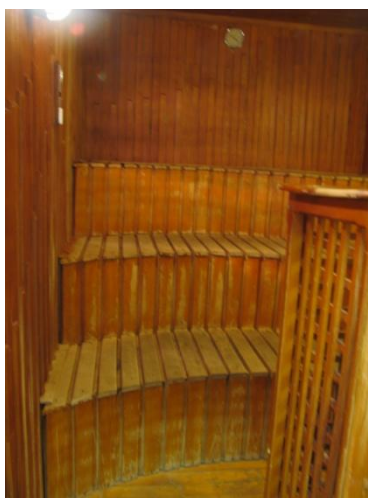
As terapias molhadas que esse bloco possui são as saunas, ducha escocesa, *kneipp* (contraste de água quente e fria), turbilhão, manilúvio e pedilúvio (tratamentos para mãos e pés com água quente e fria).



Figuras 45 e 46: Kneipp e Manilúvio. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 47 e 48: Pedilúvio e Ducha escocesa. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figuras 49 e 50: Sauna Úmida e Sauna Seca. (FONTE: A AUTORA, 2012).

Além dos blocos já citados, existem alguns quiósques espalhados pelo terreno. Neles são feitas outras terapias e massagens como a Massagem Tailandesa e o *Watsu*. Esses locais possuem a forma hexagonal, em uma das faces se encontra a porta de acesso; e, nas demais, amplas janelas de vidro. Devido à iluminação natural e à paisagem, o ambiente torna-se ótimo local para relaxamento.

O público alvo do Spa da Lapinha é composto por homens e mulheres adultos e idosos com alto poder aquisitivo. Em épocas de férias escolares, jovens e crianças também frequentam o local. Apesar de ficar no Paraná e ser próxima à capital, muitas das pessoas que procuram a clínica são de São Paulo, pois a divulgação e propaganda lá são maiores que aqui. Porém esse quadro vem se alterando nos últimos anos, devido à grande procura por locais adequados para tratamentos de saúde, relaxamento e emagrecimento.

Este ano, o Lapinha ganhou o prêmio de Melhor Spa de Destino das Américas, segundo o concurso *World Spa Awards*, que este ano foi realizado em Londres, na Inglaterra. O local realmente é fantástico. Os funcionários são atenciosos e educados. A estrutura é ótima e a localização é boa para os curitibanos. O contato com a natureza, boa alimentação e se desconectar da vida urbana faz com que as pessoas se sintam bem e dediquem um tempo para si mesmas. Acredito que uma estadia nesse ambiente mude a rotina e os costumes das pessoas.

5. INTERPRETAÇÃO DA REALIDADE

A proposta do trabalho é desenvolver um Spa Urbano para Curitiba com ênfase nas terapias com água e no relaxamento corporal. A cidade apresenta atualmente muitos centros de estética e clínicas de *Day Spa*. Através de visitas e pesquisa, foi observado que alguns desses estabelecimentos são mais voltados para questões estéticas do que de saúde médica. Portanto, a idéia e o projeto a ser desenvolvido serão um atrativo novo para cidade.

Curitiba tem hoje uma população de 1.751.907 habitantes e um dos maiores PIB's do país: R\$ 45,8 bilhões¹. Além disso é uma cidade reconhecida internacionalmente pelas soluções urbanísticas, tais como o transporte público. A capital do Paraná é uma cidade do Sul do país. Está localizada em uma região de relevos levemente ondulados. Situa-se a 900m acima do nível do mar, no 1º Planalto. Devido a isto, apresenta um clima pluvial quente-temperado. A temperatura média no verão é de 21°C e no inverno 13°C ².

Segundo a revista EXAME, a capital paranaense conquistou nos anos de 2000, 2001 e 2002 o título de melhor cidade para fazer negócios no Brasil. Atualmente, os brasileiros estão consumindo mais e até 2020, vão gastar 1,3 trilhão de reais a mais, fazendo do mercado nacional o quinto maior do mundo. (Revista EXAME, edição 1022, Agosto de 2012).

Com as características que a cidade possui, implantar um Spa Urbano é um projeto e um investimento viável. Devido ao seu PIB, nota-se que a cidade possui uma população com riqueza, o público-alvo do empreendimento seriam as classes A e B.

¹ Dados do site Jornal Gazeta do Povo: <http://www.gazetadopovo.com.br> (acesso em Outubro de 2012).

² Dados do site: <http://www.curitiba-parana.net> (acesso em Outubro de 2012).

6. DIRETRIZES DO PROJETO

Com base na pesquisa e nos casos analisados, pretende-se fazer um Spa Urbano em Curitiba. O enfoque será no relaxamento e cuidado com o corpo, através de terapias com água e procedimentos estéticos. As pessoas terão acesso a um espaço para desestressar, de lazer e de cuidado com a saúde.

O Spa será de médio porte e ocupará uma área urbana de Curitiba, e seguirá o conceito de Day Spa. O interesse é atrair mulheres e homens de idade variada para um ambiente aconchegante. O estresse por horas de trabalho e trânsito, entre outros problemas gerados pela vida em uma grande cidade, serão deixados para trás. Terapias com água para ajudar pessoas com problemas musculares, massagens relaxantes e revitalizantes e procedimentos estéticos para pele serão o enfoque do local para relaxar, acalmar e trazer harmonia entre o corpo e a mente.

Através da arquitetura pretende-se criar ambientes para que a vida urbana e o estresse sejam deixados de lado. A incidência da luz, o barulho da água e a textura dos materiais serão a chave para gerar um espaço tranquilizador.

6.1 CARACTERIZAÇÃO E JUSTIFICATIVA DO TERRENO

A localização do terreno é um ponto-chave para sucesso de um empreendimento como esse. A proximidade do Spa com seu público é uma questão importante. Pensando nisso, nas atividades físicas, no lazer, na densidade e na renda *per capita* procurou-se achar um local em comum com essas características. Os parques de Curitiba são uma ótima opção de lazer, e ótimos lugares para passar o final de semana ao ar livre. Outros lugares que também são atrativos são os pontos turísticos da cidade.

Através desse raciocínio, foi estabelecido que as regiões do Centro Cívico e Ahú eram boas opções¹. Perto da região central da cidade, esses bairros são de fácil acesso por parte da população. O Museu Oscar Niemeyer é um ponto turístico bastante conhecido. O local abriga exposições de arte, pintura, escultura, etc. É um referencial da cultura na capital. No local, também

ocorrem eventos, palestras e outras atividades em suas dependências.

Devido a essa diversidade, preferiu-se procurar um terreno próximo a esse local. Atender às questões de disponibilidade de área, de parâmetros construtivos e de ocupação e uso de solo tornaram a escolha complicada. Porém, nas proximidades do MON foi encontrado um terreno que atende as características necessárias e possui um grande potencial.

O terreno escolhido situa-se na esquina das ruas Alberto Folloni com Ricardo Lemos, no bairro Ahú. Possui um desnível de aproximadamente 5 metros e uma área de 3.121m², com testada para rua Alberto Folloni de 36,20m e de 79,90m para rua Ricardo Lemos. Uma grande vantagem nesse sentido é que a segunda rua possui um tráfego de veículos bem menos intenso que a primeira, facilitando o acesso dos veículos e pedestres.



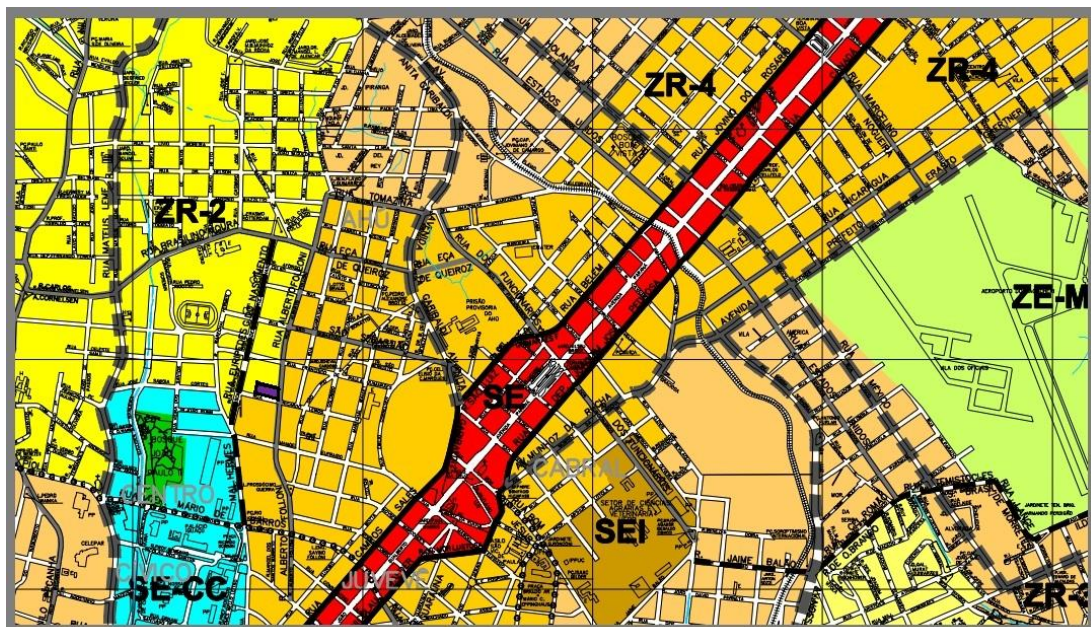
Figura 51: Imagem aérea do entorno com principais referências. (FONTE: GOOGLE EARTH, 2012)

¹ Veja a Figura 62: Mapa de Renda Média por Domicílio por Setor do IBGE; e a Figura 63: Mapa de Densidade Demográfica por Setor do IBGE.

O Zoneamento Urbano de Curitiba caracteriza o terreno como sendo ZR-2, Zona Residencial 2. Analisando a Guia Amarela do terreno temos as seguintes informações:

- Coeficiente de aproveitamento: 1
- Taxa de ocupação: 50%
- Taxa de permeabilidade: 25%
- Altura máxima: 2 pavimentos
- Usos permitidos: Habitacionais, Comunitário e Comercial. Segundo a Lei nº 9800/2000 - Comunitário– espaço, estabelecimento ou instalação destinada à educação, lazer, cultura, saúde, assistência social e cultos religiosos;

Zoneamento Entorno:

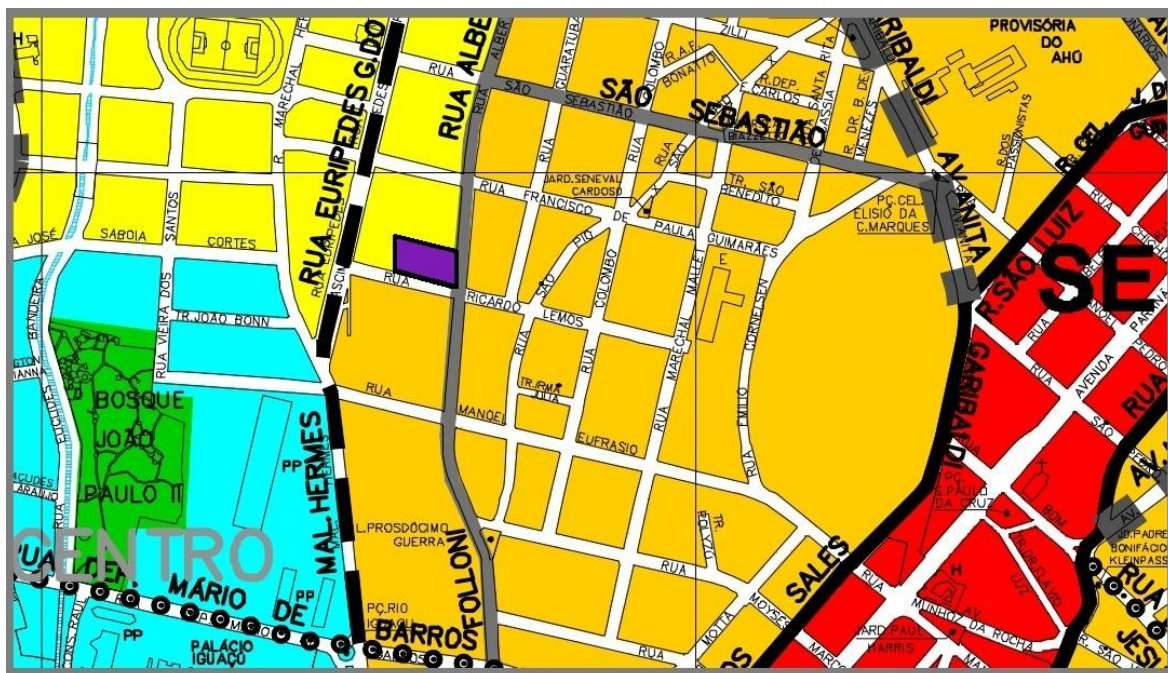


LEGENDA

	ZR-4 (ZONA RESIDENCIAL 4)		ZE (ZONA ESPECIAL)
	ZR-3 (ZONA RESIDENCIAL 3)		ZR-1 (ZONA RESIDENCIAL 1)
	ZR-2 (ZONA RESIDENCIAL 2)		SE (SETOR ESPECIAL ESTRUTURAL)
	SE-CC (SETOR ESPECIAL DO CENTRO CÍVICO)		SEI (SETOR ESPECIAL INSTITUCIONAL)
	PRAÇAS, PARQUES E BOSQUES PÚBLICOS		
	TERRENO ESCOLHIDO		

Figura 52: Mapa de Zoneamento de Curitiba (IBGE,2000)

Zoneamento Local:



LEGENDA

	ZR-4 (ZONA RESIDENCIAL 4)		SE (SETOR ESPECIAL ESTRUTURAL)
	ZR-2 (ZONA RESIDENCIAL 2)		PRAÇAS, PARQUES E BOSQUES PÚBLICOS
	SE-CC (SETOR ESPECIAL DO CENTRO CÍVICO)		TERRENO ESCOLHIDO

Figura 53: Mapa em Menor Escala de Zoneamento de Curitiba (IBGE,2000)

O local apresenta uma infraestrutura urbana adequada. Possui esgoto, energia elétrica, coleta de lixo e ruas asfaltadas. Esses serviços são de grande importância para implantação de construções habitacionais e comerciais, principalmente de um Spa.

Com as características apresentadas, pode-se dizer que o terreno responde às necessidades e exigências de um Spa Urbano para cidade de Curitiba. A seguir, apresenta-se fotos do terreno e seu entorno.



Figura 54: Foto testada do terreno, Rua Alberto Folloni. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figura 55: Foto testada do terreno, Rua Ricardo Lemos. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figura 56: Foto interior do terreno. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figura 57: Foto da esquina do terreno. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figura 58: Foto da esquina do terreno, visual da Rua Ricardo Lemos. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figura 59: Foto entorno do terreno. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figura 60: Foto entorno do terreno 2. (FONTE: A AUTORA, 2012).



Figura 61: Foto entorno do terreno 3. (FONTE: A AUTORA, 2012).

6.2 PROGRAMA DE NECESSIDADES E PRÉ-DIMENSIONAMENTO

O Spa Urbano a ser implantado segue o conceito de Spa por um dia. Dentro disso, pretende-se trabalhar com serviços variados que atendam às necessidades das pessoas. Com a vida agitada e corrida das grandes cidades, o tempo é precioso. Visando isso, pretende-se gerar relaxamento e bem-estar de uma forma prática e que possa pertencer a rotina das pessoas. O Spa de um dia é um lugar que oferece essa oportunidade.

Como **Spa terapêutico**, o que se pretende oferecer são massagens e terapias através da água que auxiliem na melhora do corpo. Também através da hidroterapia e da fisioterapia pretende-se buscar a reabilitação de pessoas que tenham algum problema de saúde.

Como **Spa estético**, será mais voltado para tratamentos como drenagem linfática, esfoliação e lipomassagem, entre outras opções. Também haverá um espaço de convívio social e um espaço para refeições.

O Spa Urbano divide-se nos setores que seguem:

- Setor Administrativo
- Setor de Serviços
- Setor de Terapias
- Setor de Estética
- Setor de Convivência
- Estacionamento

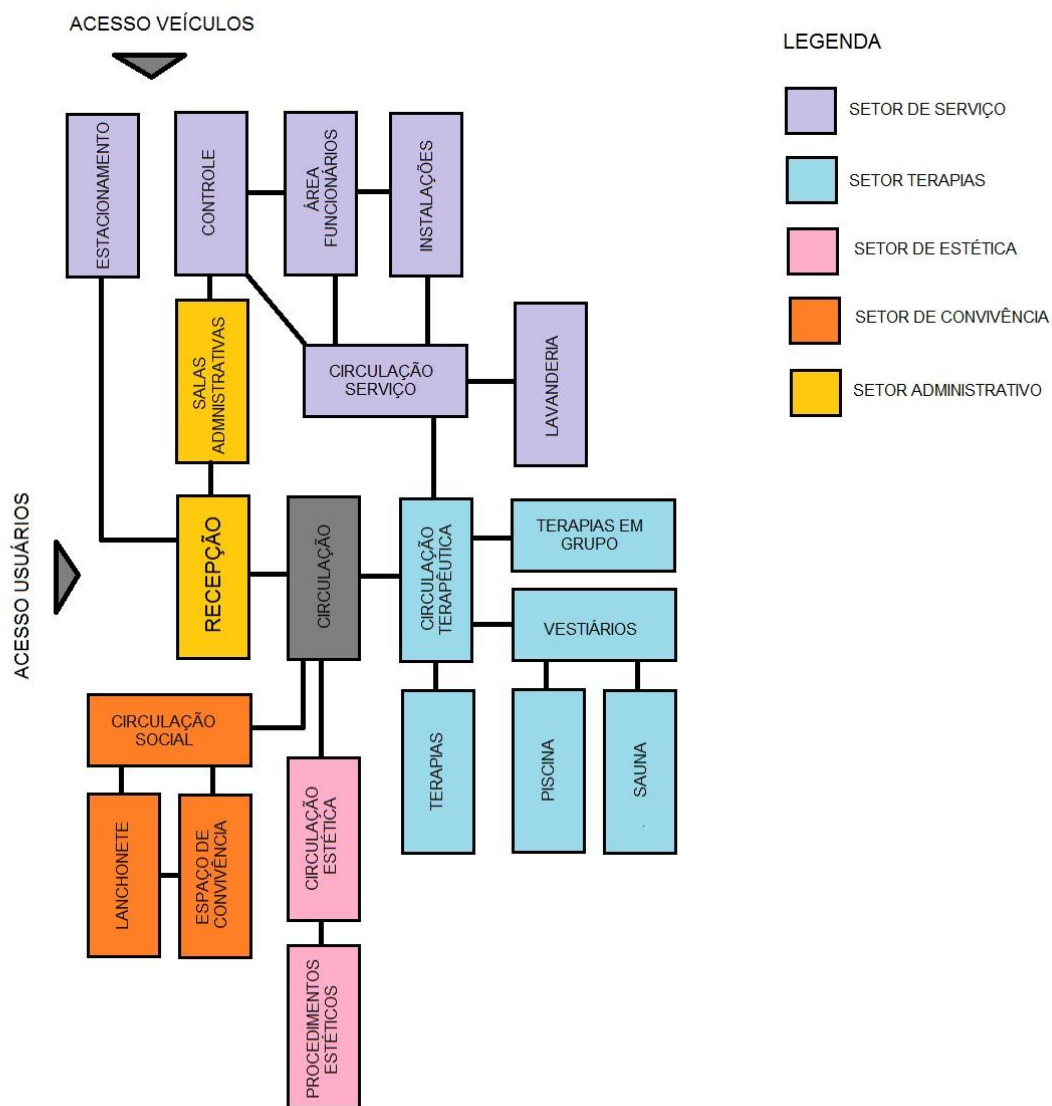


Figura 64: Organograma do Spa. (FONTE: A AUTORA, 2012).

6.2.1 SETOR ADMINISTRATIVO

O setor administrativo engloba áreas como:

Recepção

Está é uma área de acesso, a entrada do Spa. Por isso este espaço deve ser convidativo; será a primeira impressão do local, merece uma atenção especial. Deve conter um balcão para informações e se possível um local de permanência, com panfletos e informações a respeito do Spa. Calcula-se uma área em torno de 30m².

Gerência

Este espaço recebe um número razoável de pessoas envolvidas com o funcionamento do Spa. Principalmente funcionários, fornecedores, técnicos etc. Por isso, deve conter uma pequena sala de espera e uma área separada para secretaria. Calcula-se uma área em torno de 20m².

Recursos Humanos e Sala de Reunião

O espaço do RH serve para que os funcionários da empresa tenham uma qualificação adequada e um espaço destinados a reuniões e encontros. Deve ser um local onde haja um aprendizado e crescimento profissional. Também é necessário um banheiro. Calcula-se uma área em torno de 100m².

Segurança

O Spa conta com uma grande infraestrutura. Devido a isso, a segurança é um fator importante em um empreendimento como esse. Calcula-se uma área em torno de 10m².

Finanças

Este espaço cuida da contabilidade do Spa. Trata de assuntos como compra dos materiais necessários e também o pagamento dos funcionários. Calcula-se uma área em torno de 20m².

Marketing

É a área da empresa onde serão definidos os processos usados para determinar que produtos ou serviços poderão interessar aos clientes. Também é nesse espaço que as estratégias de venda, comunicação e desenvolvimento do Spa se darão. . Calcula-se uma área em torno de 20m².

Com base no que foi dito, o setor Administrativo gerou no total uma área de 200m².

6.2.2 SETOR DE SERVIÇO

O setor de serviço engloba áreas de funcionamento do Spa, tais como:

Instalações Técnicas

São instalações responsáveis pelo funcionamento do Spa. Como as elétricas, hidráulicas, de ar-condicionado, telefonia e internet e de som. A energia elétrica é importante para o funcionamento da iluminação, do ar-condicionado, das máquinas de tratamentos estéticos, do som do ambiente, e deve ter um espaço para o seu controle.

A água é um dos principais elementos do Spa. Estará presente em vários ambientes de terapias molhadas como nas banheiras, ofurôs e piscinas, entre outros. Será um dos principais atrativos do local. Deverão ser previstos cisterna, caixa-d'água e sistemas de aquecimento de água dimensionados adequadamente para o pleno uso destes espaços.

A ventilação também é outro ponto importante. Por ser um espaço urbano, o ar-condicionado e a calefação serão utilizados para amenizar os odores e a temperatura do local. Porém é importante que a relação interno-externo exista. Dessa forma, alguns espaços deverão ter ventilação e iluminação natural, mostrando que mesmo dentro de uma cidade pode-se ter espaços para relaxamento e contemplação da natureza. As instalações de comunicação como o telefone e a internet também deverão ser de fácil acesso para manutenção.

Almoxarifado e Depósitos

Esses locais fazem a separação, organização e manutenção das mercadorias utilizadas. Geralmente abrigam lençóis, toalhas, roupões, produtos de limpeza e cosméticos, entre outros. As principais áreas seriam depósitos de limpeza, depósito de produtos de beleza e cosméticos, depósito equipamentos de manutenção, além de áreas para abrigar a roupa em geral. Calcula-se uma área em torno de 70m².

Vestiários Funcionários

É necessário um vestiário para os funcionários com armários para a guarda de seus pertences. Devem ser separados em masculino e feminino. Calcula-se uma área em torno de 40m^2 .

Copa e Área de Estar Funcionários

Esta é uma área de descanso dos funcionários. Aqui eles podem comer alguma coisa e permanecerem enquanto esperam por alguma tarefa. Também é um espaço de convívio. Calcula-se uma área em torno de 15m^2 .

Controle

Área para controle de entrada e saída de funcionários e de mercadoria. Calcula-se uma área em torno de 10m^2 .

Lavanderia

Área para lavar, secar e passar as roupas de cama, mesa e banho do Spa. Calcula-se uma área em torno de 60m^2 .

Com base no que foi dito, o setor de Serviço gerou no total uma área de 275m^2 .

6.2.3 SETOR DE TERAPIAS

6.2.3.1 SECAS

As terapias secas são as que promovem o relaxamento e bem-estar do corpo através principalmente das massagens.

Acupuntura

Método terapêutico que utiliza os princípios da estimulação neural periférica, através de agulhas ou sementes para o tratamento de inúmeras doenças. Corporal e auricular. Indicado para alívio de dores e relaxamento. Calcula-se uma área em torno de 15m² para cada sala, como serão duas então serão 30m² no total.

Massagem do tecido conjuntivo

Massagem terapêutica feita com os dedos que libera a tensão dos tecidos musculares na coluna. São realizadas massagens que pressionam a região lombar, torácica e cervical fazendo com que as dores musculares sejam tratadas. Calcula-se uma área em torno de 10m² para cada sala, como serão duas então serão 20m² no total.

Massagem de liberação muscular

Massagem relaxante, realizada no corpo todo. Utiliza as mãos para fazer um amassamento muscular, liberando e relaxando os músculos. Alivia as dores musculares após exercícios físicos. Calcula-se uma área em torno de 10m² para cada sala, como serão três então serão 30m² no total.

Massagem expressa

É uma massagem ideal para quem não tem muito tempo disponível e que não se sente bem com outras massagens em que é necessário tirar a roupa.. É feita em uma cadeira de massagem e direcionada para o pescoço, ombros, braços e costas. Calcula-se uma área em torno de 20m² para quatro salas.

Neck massage

Massagem terapêutica realizada na região do trapézio, pescoço e cabeça, trabalhando os pontos da craneocupuntura, com principal indicação no tratamento de dores e tensão na região da cabeça e pescoço. Calcula-se uma área em torno de 10m² para esta sala.

Reflexologia

Massagem relaxante que utiliza pontos da reflexologia nos pés e coluna. Liberação e tratamento de tensões musculares e dores através dos pés, baseado que esses pontos possuem outros pontos correspondentes a todas as partes do corpo. Calcula-se uma área em torno de 10m² para cada sala, como serão duas então serão 20m² no total.

Shiatsu

Massagem relaxante profunda de reequilíbrio físico e energético. Atua por pressões, dos dedos, aplicadas em determinadas áreas e pontos do corpo. Ajuda no alívio das dores com estimulação da circulação local e relaxamento do sistema muscular. Indicado para problemas de coluna e de órgãos, dores musculares, depressão, baixa auto-estima, *stress* e insônia entre outros. Calcula-se uma área em torno de 15m² para cada sala, como serão quatro devido ser uma técnica bastante procurada, então serão 40m² no total.

Terapia Tailandesa

Terapia da medicina tradicional tailandesa. Utiliza exercícios básicos dentro de uma sequência completa de pressões nos músculos. Faz o alongamento, torção e manipulação das articulações, auxiliando no alívio das dores musculares e articulares. Reduz o encurtamento dos músculos estimulando a produção de fibras elásticas e melhorando a circulação sanguínea e energética. Calcula-se uma área em torno de 15m² para esta sala.

Terapia tailandesa para os pés

Massagem baseada na reflexologia. É realizada esfoliação com sal, massagem com a pressão dos dedos e bastão especial em movimentos suaves e precisos. Ativam os pontos de reflexo dos pés, joelhos e panturrilhas. Indicada para liberar tensões e cansaço muscular. Calcula-se uma área em torno de 15m² para esta sala.

Terapia pedras quentes

Massagem profunda e relaxante que utiliza pedras quentes. A temperatura é adaptada individualmente a cada caso. A energia que provém das pedras penetra profundamente nos músculos, permitindo a limpeza, a desobstrução e normalização do fluxo energético. Indicada para dores musculares, tensões, prisão de ventre, cólica menstrual, má circulação sanguínea, cansaço entre outros. Calcula-se uma área em torno de 15m² para cada sala, como é uma massagem requisitada serão três salas, totalizando 30m².

Tai Terapêutica

É um tratamento fisioterápico, feito por um Fisioterapeuta, baseado na massagem tailandesa. Utiliza técnicas da medicina tailandesa fazendo pressão em regiões específicas do corpo. Seu intuito é melhorar as articulações e atrofias musculares. Calcula-se uma área em torno de 20m² para esta sala.

Tratamento Fisioterápico

Tratamento realizado por um Fisioterapeuta e direcionado conforme a necessidade do paciente. Utiliza técnicas manuais para o fortalecimento e alongamento muscular. Também é feito um trabalho postural específico. Calcula-se uma área em torno de 20m² para esta sala.

Yoga

A palavra significa união. Essa terapia une o corpo, a mente e a respiração para fazer exercícios físicos. É uma prática holística.

Sua principal função é promover a flexibilidade, proporcionando relaxamento, tranquilidade mental e melhoria da concentração. É benéfica para a postura e para os sistemas circulatório, cardiovascular e respiratório, reduz o estresse e aumenta a resistência física. Deve ser uma sala isolada do barulho para que os praticantes tenham total concentração.

Pilates

É um método que melhora a flexibilidade, postura, condicionamento físico, concentração, coordenação motora, consciência corporal, equilíbrio e força muscular. São exercícios físicos feitos através do próprio peso das pessoas, requer concentração e equilíbrio corporal. É um exercício que se preocupa com a respiração e a meditação. Existem o pilates de solo, feito em colchonetes; e o de aparelhos, ambos auxiliam no desenvolvimento muscular.

As terapias secas ocupam uma área total de 240m². Para as aulas de Yoga e Pilates será construída uma outra sala, para terapias em grupo. Terá em torno de 80m². Totalizando 320m².

6.2.3.2 MOLHADAS

São terapias e massagens que utilizam a água e seus componentes para uma melhor eficácia dos procedimentos.

Tratamento Massoterapêutico com sal

Massagem relaxante e desintoxicante de sal grosso untado com óleo de semente de uva. Esfoliação superficial da pele de todo o corpo para desintoxicação. Retira as células mortas e ativa a circulação. Depois da esfoliação há um banho medicinal de camomila e calêndula para relaxamento da pele. Calcula-se uma área em torno de 30m² para esta sala.

Massagem Subaquática

O paciente permanece imerso em água aquecida, onde é realizada massagem através de jato que percorre o corpo todo, com objetivo de incrementar a atividade circulatória e obter relaxamento muscular. Calcula-se uma área em torno de 20m² para esta sala com banheira.

Ducha Escocesa

Ducha aplicada a uma distância de 3 a 4 metros do paciente. A temperatura varia de 32°C a 36°C para água quente e de 20°C a 26°C para água fria. Seu objetivo é criar um efeito estimulante de hiperemia superficial, que é o aumento da quantidade de sangue em um determinado tecido. Indicada para aumento do metabolismo e da resistência contra doenças como gripe e resfriado. Calcula-se uma área em torno de 20m² para esta terapia.

Watsu

Terapia realizada na água. Em piscina aquecida a 35°C são feitos movimentos de flutuação leves e alongamentos dirigidos passivamente na superfície da água, melhoram a percepção corporal e levam a uma sensação de leveza e relaxamento profundo. Calcula-se uma área em torno de 50m² para esta terapia, em uma piscina separada.

Sauna

Local onde se promove o contraste de temperatura. Propicia o relaxamento dos músculos, o alívio de dores de coluna, o aumento da circulação sanguínea, a hidratação da pele e desobstrução dos poros, o combate ao stress e a hipertensão e a desintoxicação de impurezas do corpo. A temperatura da sauna úmida deve ser em torno de 60°C e 80°C na sauna seca.

A sauna seca deve ter o seu interior revestido de madeira e de preferência com um banco contínuo para que as pessoas possam se sentar.

A sauna úmida pode utilizar revestimentos cerâmicos e porcelanato. Após feita a sauna é indicado que as pessoas tomem uma ducha fria para liberação das toxinas. Calcula-se uma área em torno de 20m² para cada sauna e uma área de 30m² para chuveiros e banheiras, totalizando assim uma área de 70m².

Banho Terapêutico Aromático

São banhos em ofurôs a onde são colocadas essências aromáticas a fim de tranquilizar e reequilibrar as energias. Podem ser de Lavanda: indicado como sedativo para pessoas com problemas de insônia e stress; Alecrim: indicado como estimulante do sistema nervoso para dores reumáticas, contusões etc; Camomila, Calêndula e Melissa: Indicado como calmante para pele, auxiliando no sono e prevenindo o stress; Chá Verde: indicado como rejuvenescedor e tonificante ajuda na desintoxicação da pele. Calcula-se uma área em torno de 30m² para cada sala com Ofurô. Como serão três salas, então serão 90m².

Hidrocinesioterapia

Tratamento realizado em piscina aquecida, individual, com supervisão de fisioterapeuta. Trabalho para necessidades específicas ortopédicas, musculares, pós-cirúrgicas, respiratórias, posturais, conforme indicação da fisioterapeuta após avaliação inicial. Utilizará o mesmo local do Watsu.

Hidroginástica

É uma ginástica realizada dentro da água aquecida. Pelo fato de ser feita dentro da água, ela minimiza a ação da gravidade. Dessa forma, a ginástica não causa grande impacto na coluna e nas articulações.

A temperatura da água deve estar entre 25°C e 29°C. A profundidade da piscina deve ser de 1,20m a 1,50m. A área da piscina deve ser de 80m² para uma turma de 20 alunos.

Juntas, as terapias molhadas necessitam de uma área de 360m².

6.2.4 SETOR DE ESTÉTICA

Procedimentos estéticos realizados visando a melhora das condições físicas dos pacientes.

Drenagem Linfática Manual

Massagem terapêutica leve. Com movimentos superficiais na pele, promove o deslocamento e drenagem de líquidos excedentes do corpo, melhorando edemas, inchaços nas pernas e retenções de líquidos em geral. Melhora o aspecto da celulite.

Drenagem Linfática Facial com Contraste

Massagem terapêutica que utiliza pedras quentes e frias na região da face e colo. É indicada para melhorar o aspecto da pele, renovar as células, diminuir os processos edematosos, pré e pós-operatório de cirurgias reparadoras, acelera a cicatrização dos tecidos, e promove relaxamento.

Spa Esfoliante

Técnica que faz a esfoliação da pele. Renova, hidrata, nutre, suaviza e proporciona elasticidade.

Hidratação Corporal

A hidratação é um procedimento onde se fornece substratos a pele para que esta consiga manter a água em suas camadas. É indicada para todos os tipos de pele, principalmente para peles secas e desvitalizadas. Uma pele hidratada apresenta um bom nível de umidade em sua camada mais superficial, o que se reflete em maciez, elasticidade e suavidade ao toque.

Spectra

Aparelho de ondas eletromagnéticas que produz aquecimento volumétrico controlado no combate a flacidez facial, corporal e celulite. O aquecimento promove regeneração do colágeno, quebra de tecido adiposo e fibroso, aumento da circulação e drenagem de fluídos.

Limpeza de Pele com Hidratação

Tratamento com extração, através de produto específico, vapor com ozônio, aparelho de alta frequência e máscara hidratante com drenagem.

Tratamento Contorno dos Olhos

Tratamento que atenua com eficácia olheiras e edemas. Através da ação de vitamina C e extrato de camomila. Possui efeito descongestivante, calmante, anti-radicais livres e reafirmante.

Peeling de Cristal

Micro cristais de óxido de alumínio, micro esferas de turmalina, esferas de quitosan. Renova e ilumina a pele, alisa o relevo cutâneo, minimiza os poros, manchas e imperfeições. Unifica o tom e tonos tornando-a mais jovem.

Peeling Diamantado

Basicamente a mesma técnica usada pelo peeling de cristal, porém com outras substâncias. Renova e ilumina a pele, alisa o relevo cutâneo, minimiza os poros, manchas e imperfeições. Unifica o tom e tonos tornando-a mais jovem.

Os tratamentos estéticos podem ser feitos em salas comuns, sem que haja uma especificidade para cada procedimento. Sendo assim, serão criadas oito salas para os tratamentos citados. Seis salas terão 10m² e as outras duas serão salas com banheiras, ofurôs, de 20m². Totalizando assim 100m².

6.2.5 SETOR DE CONVIVÊNCIA

Serão áreas para o convívio das pessoas, clientes e funcionários. Além das áreas ao ar livre também teremos a Lanchonete. Junto dela existirá uma área para as pessoas descansarem, lerem, e esperarem os seus procedimentos no Spa. Para essas funções estima-se uma área de 150m².

SETOR	ÁREA
ADMINISTRATIVO	200m ²
SERVIÇO	275m ²
TERAPIAS SECAS	320m ²
TERAPIAS MOLHADAS	360m ²
ESTÉTICA	100m ²
CONVENIÊNCIA	150m ²
TOTAL	1.405m²

A tabela resumiu as áreas necessárias para o Spa. Além disso deve-se estimar mais 30% em cima da área total para a circulação.

6.2.6 ESTACIONAMENTO

Para o número de vagas do estacionamento, precisa-se fazer um cálculo de acordo com os Decretos da Prefeitura Municipal de Curitiba. Segundo o Decreto nº183, que define o uso e ocupação do solo, o Spa Urbano caracteriza-se como Serviço de Bairro, no subitem Academia de Relaxamento.

Após obter conhecimento dessa classificação, analisou-se outro documento, o Decreto nº 582, Ele dá a relação de m² pelo número de vagas que o estabelecimento deve ter. Segundo o decreto, em construções caracterizadas como academias, a relação é de uma vaga para cada 12,50m² construídos. Nesse caso, são exigidas aproximadamente 150 vagas. O número é alto para o local, pois apesar de ser considerado uma academia, o Spa não tem esse fluxo de pessoas.

7. CONCLUSÃO

Essa pesquisa buscou mostrar e analisar dados a respeito do tema, Spa Urbano. É o embasamento teórico da primeira etapa do Trabalho Final de Graduação.

As análises feitas buscaram compreender a história e origem do que se conhece hoje como Spa. Através de visitas em clínicas das cidades de Curitiba e Lapa, também pôde-se ter uma idéia melhor do funcionamento e planejamento desses estabelecimentos. Esta pesquisa em campo foi fundamental para obter conhecimento desses ambientes, visto que foi difícil encontrar material teórico a respeito do tema. Em muitos casos, a internet foi a maior viabilizadora do estudo.

Uma análise de viabilidade foi feita para mostrar que Curitiba é uma cidade capacitada e com bons recursos para se construir um Spa Urbano. O bairro do Ahú foi o escolhido para implantação desse empreendimento por estar próximo tanto ao centro da cidade como também de áreas turísticas e de lazer. A região do bairro e ao redor concentra um número grande de habitantes e também é de alto poder aquisitivo, retratando o público alvo do empreendimento.

As pessoas estão buscando uma qualidade de vida melhor, principalmente as que vivem em cidades. Os Spas Urbanos são uma ótima opção para esse público, por isso estão crescendo e ganhando importância. Através da arquitetura, poderão oferecer espaços para que as pessoas obtenham o relaxamento e o bem-estar, cuidando do corpo e da mente.

8. BIBLIOGRAFIA

BRASIL. Decreto nº 183, de 03 de Abril de 2000. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Curitiba, PR.

BRASIL. Decreto nº 582, de 14 de Dezembro de 1990. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Curitiba, PR.

DAMIANI, Andressa Ferra. **Spa Urbano**. 77 p. Trabalho de Graduação (Arquitetura e Urbanismo) – Setor de Ciências exatas, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2007

ECO, Humberto. **História da Beleza**. Tradução Eliana Aguiar. Rio de Janeiro: Record, 2004

MENESCAL, L., GONÇALVES, M^ªH., VIANNA, M^ªC. **Lazer e recreação**. Rio de Janeiro : Senac Nacional, 1998.

MILL, Robert Christie. **Resorts**: administração e operação; tradução Sônia Kahl. Porto Alegre, RS, Bookman, 1947

MOREN, Sandra Alexcae. **Spas e Salões de Beleza**: Terapias Passo a Passo; tradução All Tasks. São Paulo: Cengage Learning, 2009.

NEUFERT, Ernest. 1900. **Arte de projetar em arquitetura**: princípios, normas e prescrições sobre construção, instalações, distribuição e programa de necessidades, dimensões de edifícios, locais e utensílios. Tradução da 21 ed. Alemã, 16 ed. São Paulo, Gustavo Gili do Brasil, 2002.

SANTINI, Rita de Cássia Giralddi. **Dimensões do lazer e da recreação**: Questões espaciais, sociais e psicológicas; São Paulo: Angelotti Ltda, 1993.

SUSKI, Luciano. **Spa Urbano para Curitiba**. 47 p. Trabalho de Graduação (Arquitetura e Urbanismo) – Setor de Ciências exatas, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2003

9. WEBGRAFIA

GALVÃO, R. **Planeta Sustentável**. Jaime Lerner, o realizador de sonhos. Out, 2012. Disponível em:

<http://planetasustentavel.abril.com.br/noticia/cidade/conteudo_258392.shtml>. Acesso em 04/10/2012.

RIOS, C. **Jornal Gazeta do Povo**. Curitiba sofre com as dores do crescimento. Jan, 2012. Disponível em: <<http://www.gazetadopovo.com.br/economia/potencialidades-parana/conteudo.phtml?id=1217718>>. Acesso em 04/10/2012.

RODRIGUES, G. **Revista Istoé**. Spas para relaxar. Nº Edição: 1934. Nov, 2006.

Disponível em:

<http://www.istoe.com.br/reportagens/3542_SPAS+PARA+RELAXAR?pathImagens=&path=&actualArea=internalPage> Acesso em 18/09/2012.

STEFANO, F., CRUZ, P. **Revista Exame**. O novo mapa do consumo. Nº Edição 1022

Ago, 2012. Disponível em: <<http://exame.abril.com.br/revista-exame/edicoes/1022/noticias/o-novo-mapa-do-consumo?page=2>>. Acesso em 04/10/2012.

TEODORO, L. **Revista Spa Brasil**. ABC Spas completa 10 anos. Nº Edição: 5. Set,

2012. Disponível em: < http://issuu.com/spaweekbrasil/docs/spabrasil_5edicao>. Acesso em 17/09/2012.

TUBERGEN, A; LINDEN, S. **A brief history os SPA therapy**. Maastricht, 2002.

Disponível em: < <http://ard.bmj.com/content/61/3/273.full#R2>>. Acesso em 20/05/2012.

VOLTAN, R. **Jornal Gazeta do Povo**. Um mundo relaxante perto da correria de Curitiba. Jul, 2012. Disponível em: < <http://www.gazetadopovo.com.br/viverbem/saude-bem-estar/conteudo.phtml?tl=1&id=1273893&tit=Um-mundo-relaxante-perto-da-correria-de-Curitiba>>. Acesso em 04/10/2012.