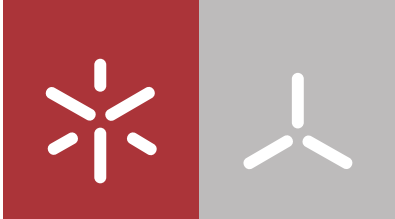


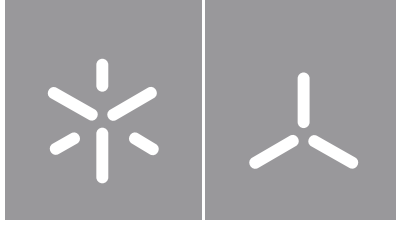


Patricia Pimenta Carvalho Machado Ferreira

**(Re)desenho do Habitar na Pandemia
Do Processo Cognitivo à Perceção Espacial**

Universidade do Minho
Escola de Arquitetura, Arte e Design





Universidade do Minho

Escola de Arquitetura, Arte e Design

Patricia Pimenta Carvalho Machado Ferreira

**(Re)desenho do Habitar na Pandemia
Do Processo Cognitivo à Percepção Espacial**

Dissertação de Mestrado
Mestrado Integrado em Arquitetura
Cultura Arquitetónica

Trabalho efetuado sob a orientação do
**Professor Doutor Eduardo Jorge Cabral dos Santos
Fernandes**

DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS

Este é um trabalho académico que pode ser utilizado por terceiros desde que respeitadas as regras e boas práticas internacionalmente aceites, no que concerne aos direitos de autor e direitos conexos.

Assim, o presente trabalho pode ser utilizado nos termos previstos na licença abaixo indicada.

Caso o utilizador necessite de permissão para poder fazer um uso do trabalho em condições não previstas no licenciamento indicado, deverá contactar o autor, através do RepositóriUM da Universidade do Minho.



**Atribuição
CC BY**

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

AGRADECIMENTOS

Ao meu Orientador, Professor Doutor Eduardo Fernandes, por ter aceitado este desafio, por me incentivar e por me inspirar ao longo deste percurso, onde me ajudou na descoberta do tema e à orientação científica e pedagógica do desenvolvimento desta dissertação.

À minha mãe, ao meu pai e ao resto da minha família, por me darem todas as bases e apoio ao longo destes seis anos. Em especial à minha mãe, por ser a pessoa maravilhosa que é, e ao meu pai porque este percurso só foi possível com todas as críticas construtivas que me fizeram crescer e evoluir enquanto ser e estudante de Arquitetura.

À Inês, por me acompanhar desde o primeiro dia da universidade, na qual se tornou um forte pilar no meu desenvolvimento académico.

À Ana Gabriela pela amizade que criámos e que perdura desde o princípio do curso de Artes na Escola Secundária D Dinis. Sempre unidas, fomos crescendo nesta aprendizagem em Arquitetura. Falando a mesma linguagem, não podia deixar de lhe agradecer pelas conversas e críticas construtivas que facilitaram a realização de alguns trabalhos que compuseram este percurso, inclusive na dissertação.

Ao Miguel por ser a minha companhia de todas as horas, pela compreensão e pela paciência desde que embarcou nesta viagem ao meu lado.

À minha filha, Maria Clara, por me ter dado uma motivação extra e trazer-me um olhar mais lutador para todas as minhas conquistas.

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Declaro ter atuado com integridade na elaboração do presente trabalho académico e confirmo que não recorri à prática de plágio nem a qualquer forma de utilização indevida ou falsificação de informações ou resultados em nenhuma das etapas conducente à sua elaboração. Mais declaro que conheço e que respeitei o Código de Conduta Ética da Universidade do Minho.

DECLARAÇÃO

Patrícia Pimenta Carvalho Machado Ferreira

Título da Dissertação:

(Re)desenho do Habitar na Pandemia
Do Processo Cognitivo à Perceção Espacial

Ano de Conclusão:

2025

Orientador:

Professor Doutor Eduardo Fernandes

Designação do Mestrado:

Ciclo de Estudos Integrados Conducentes ao Grau de
Mestre em Arquitetura

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO INTEGRAL DESTA DISSERTAÇÃO/
TRABALHO APENAS PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE
DECLARAÇÃO ESCRITA DO INTERESSADO,
QUE A TAL SE COMPROMETE.

Universidade do Minho, 02 de abril de 2025

Assinatura: _____

RESUMO

RESUMO

Esta dissertação apresenta os resultados de uma investigação centrada na relação ativa entre o Indivíduo e o Espaço.

Dado que esta temática é frequentemente abordada, procurou-se sintetizar parte do conhecimento existente, para depois criar uma reflexão pessoal sobre a percepção do espaço e sobre os respetivos mecanismos mentais, aplicados às questões do habitar.

Apresenta-se, inicialmente, um conjunto de conceitos gerais relacionados com a percepção – Espaço, Objeto e Indivíduo - para uma melhor compreensão da temática dos demais capítulos. A relação ativa entre o Espaço e o Indivíduo será analisada através de uma investigação direcionada para a problemática da Cognição Espacial, como justificação para o comportamento do utilizador nos espaços habitáveis.

Considerando que o conceito de espaço permite colocar-nos num determinado ponto do mundo que nos rodeia, explora-se o modo como o Indivíduo é emocionalmente influenciado no seu habitar, deixando o corpo e a mente tornar-se o foco de desenvolvimento dos restantes capítulos.

É neste contexto que o desenvolvimento deste trabalho apresenta uma análise científica de conhecimentos médicos, considerados relevantes. Deste modo, foi necessário analisar com um olhar mais aprofundado o cérebro, enquanto ferramenta catalisadora na percepção espacial, na produção de conhecimento e sobretudo, na sua integração com o campo arquitetónico. Assim, procurou-se compreender, especificamente, o processo da relação íntima entre o Indivíduo e o Espaço.

A análise da Experiência do Habitar, da natureza cognitiva do Indivíduo no espaço, ou seja, o habitar de uma determinada realidade tridimensional, são abordados numa fase final.

O condicionamento do espaço, pelos objetos e pela própria realidade tridimensional, e o papel do arquiteto nesse condicionamento, permitem entender a funcionalidade e a versatilidade dos mesmos.

Considerando que o Espaço, e a nossa própria percepção, interferem na experiência e nos modos de habitar, este trabalho termina com uma narrativa das diferentes formas de pensar e descrever o confronto com uma realidade nunca antes vivida: a Pandemia Covid-19, que originou um reequacionamento e uma reorganização do modo como habitávamos os espaços.

Assim, apresenta-se aqui um relato pessoal desta experiência, no encontro com a realidade vivida, dando um novo sentido a esta temática.

PALAVRAS- CHAVES:

Percepção; Cognição;
Experiência de Habitar;
Indivíduo; Espaço; Pandemia.

ABSTRACT

ABSTRACT

This dissertation presents the results of an investigation focused on the active relationship between the Individual and Space.

Given that this topic is frequently addressed, we sought to synthesize part of the existing knowledge. This served as a basis for a personal reflection on spatial perception, the respective mental mechanisms, and their application to housing issues.

To commence, general concepts related to perception: – Space, Object and individual – are presented to contextualise the themes of subsequent chapters. The active relationship between Space and the Individual will be analyzed through an investigation directed at the problem of Spatial Cognition, as a justification for user behavior in habitable spaces.

Considering that the concept of space allows us to place ourselves in a certain point in the world that surrounds us, the way in which the individual is emotionally influenced in his/her living environment is explored, allowing the body and mind to become the focus of development in the remaining chapters.

It is in this context that the development of this work presents a scientific analysis of medical knowledge considered relevant. Thus, it was necessary to analyze the brain in greater depth, as a catalytic tool in spatial perception, in the production of knowledge and, above all, in its integration with the architectural field. Thus, we sought to understand, specifically, the process of the intimate relationship between the individual and Space.

The analysis of the Experience of Dwelling, of the cognitive nature of the individual in space, that is, the inhabitation of a certain three-dimensional reality, are addressed in a final phase.

The conditioning of space, by objects and by three-dimensional reality itself, and the role of the architect in this conditioning, allow us to understand their functionality and versatility.

Considering that Space, and our own perception, interfere in the experience and ways of living, this work ends with a narrative of the different ways of thinking and describing the confrontation with a reality never experienced before: the Covid-19 Pandemic, which led to a rethinking and reorganization of the way we inhabited spaces.

Consequently, a personal account of this experience is presented, in the encounter with lived reality, giving a new meaning to this theme.

PALAVRAS-CHAVES:

Perception; Cognition;
Experience of Dwelling;
Individual; Space; Pandemic.

ÍNDICE

ÍNDICE

	Introdução	12
<u>Capítulo I</u>	<u>Conceitos Gerais</u>	18
	1. Espaço_ como Realidade Física	20
	2. Objeto_ como Matéria Física	26
	3. Indivíduo_ como Ser Ativo	31
<u>Capítulo II</u>	<u>Percepção Espacial</u>	47
	1. Comportamento do Indivíduo _ Cognição Espacial	49
	2. Condicionamento do Espaço _ Realidade Tridimensional	57
	_ Papel do Arquiteto	63
	_ Objeto	68
	3. Funcionalidade e Versatilidade do Espaço	77
<u>Capítulo III</u>	<u>O Habitar do Abstrato ao Concreto</u>	84
	1. Enquadramento	85
	2. Encontro do Corpo com a Realidade _ A Minha História	89
	3. Consequência da Pandemia	111
	_ Na Percepção, Cognição e Organização Espacial	112
	_ No (Re)desenho e (Re)organização do Espaço Doméstico	125
	Considerações Finais	137
	Fontes Bibliográficas	143

INTRODUÇÃO

INTRODUÇÃO

Este trabalho move-se na curiosidade, interesse e fascínio pela relação intrínseca entre o Habitar, o Espaço, e o Objeto; nascido de um pensamento que acompanhou todo o meu percurso académico, foi reforçado pela experiência prática.

A Arquitetura é um meio artístico, uma conceção criativa, que por vezes privilegia o carácter visual, na “obsessão” de impressionar o olhar. Assim, os lugares, por vezes, são esquecidos como espaços habitáveis, transformando-se em algo mais impessoal, que conduz o Indivíduo a ser mais observador do que ativo.

É neste contexto que se procura desenvolver e interpretar o processo perceptivo do Espaço de um Indivíduo, no que toca ao seu domínio espacial e à sua capacidade de potenciar o seu Habitar, baseando-nos nas suas emoções e necessidades.

Quando se fala de Percepção do Espaço, geralmente debruçamo-nos sobre aquilo que nos rodeia: os elementos, as funções, as pessoas, os materiais, etc. Porém, o Espaço também é sentido em função do pensamento do Indivíduo, em resultado de todas as suas experiências: a percepção espacial permite perceber não só o nosso entorno, mas também o nosso relacionamento com o Espaço.

Os arquitetos têm uma maior consciência do seu contexto, o que influencia a forma como eles concebem o espaço, como sujeito externo ao habitar do ambiente projetado.

Neste sentido, procurou-se igualmente explorar a forma como o Arquiteto poderá condicionar a vivência do indivíduo ativo, comparando o espaço construído e o espaço vivido, analisando a frequente sensação de desajuste entre a conceção arquitetónica e a sua vivência.

Além do carácter do Espaço, enquanto atmosfera limitada por paredes, a percepção espacial também passa pelo relacionamento do indivíduo com os objetos. É através deles que entendemos como se vive o Espaço. Existindo uma alteração no posicionamento dos objetos, ou mesmo a sua substituição por

outros, a percepção, a relação e o habitar do Espaço alteram-se, o que nos permite reinterpretar o habitar com diferentes combinações.

Para abordar todos estes temas, dedicamos um primeiro capítulo a desenvolver alguns conceitos gerais (espaço, Objeto, Indivíduo); a consideração do Indivíduo como ser percetivo, que remata este capítulo, explora o comportamento e a experiência do utilizador perante um determinado espaço, refletindo sobre conceitos que poderão estar na origem do seu condicionamento, como a Atmosfera, os Objetos e o próprio projeto.

No capítulo II, a Percepção Espacial do indivíduo é estudada em vários subcapítulos, procurando abordar os mecanismos mentais que interagem no processo cognitivo e, consequentemente, determinam e influenciam a percepção. Sabendo que o cérebro é uma ferramenta muito completa, capaz de processar informações num determinado ambiente e transformá-las em ações, em conhecimento, analisam-se componentes teóricas e científicas e filosóficas nesta área.

Estudaram-se as ideias de Martin Heidegger, Gaston Bachelard e Edward T. Hall, entre outros, com o objetivo de procurar evidenciar a íntima correlação existente entre a Ciência e a Arquitetura, e destacar a relação do indivíduo com os objetos e a sua capacidade de experienciar o lugar.

É neste contexto que a análise anteriormente realizada se desenvolve, aliada aos caminhos arquitetónicos explorados por mestres como Fernando Távora, Peter Zumthor, Álvaro Siza e Juhani Pallasmaa.

Pensando na Cognição como algo inerente ao comportamento do indivíduo, foi possível perceber a importância da experiência do espaço, a sua intensidade e o valor que assume na vida de um indivíduo. No entanto, considera-se que existirá sempre subjetividade entre indivíduos, e também a possibilidade de encontrar diferentes comportamentos e percepções perante um mesmo espaço.

É neste sentido que desenvolvemos um estudo experimental e comportamental do indivíduo, perante um espaço com ou sem função intimamente associada. Acreditando que os objetos estão inteiramente ligados à função espacial, enquanto condicionantes do usufruto do espaço, analisámos

a sua disposição, no sentido de compreender como definem e condicionam a experiência do habitar.

Um determinado espaço fica estritamente associado a uma função quando os objetos que nele se dispõem assim o condicionam, mas não nos podemos esquecer que a função implica a necessidade e o conforto de quem habita esse espaço.

Existindo esta ideia de condicionamento, ligado aos objetos e consequentemente à sua função, é inevitável abordar, por fim, espaços que são considerados polivalentes e versáteis. Estes conciliam múltiplas disposições e enfatizam a sensibilidade do arquiteto como ser que habita e cria a arquitetura.

Afirmamos que a arquitetura não é apenas o que o arquiteto idealiza, mas também o modo como os Indivíduos a exploram e a habitam, defendendo a necessidade de um maior ajuste entre estas duas realidades.

Assim, com uma ideia mais concreta dos mecanismos e conceitos que trabalham em conjunto nesta temática, exploramos, no terceiro capítulo, o indivíduo no seu estado mais ativo, ou seja, passamos do abstrato para o concreto.

A nossa própria experiência de habitar é aí explorada, sendo feito o enquadramento de toda a temática estudada anteriormente, face a uma realidade vivida - a Pandemia - que obrigou ao reequacionamento de todo este pensamento numa ótica nunca desenvolvida, até então.

A pandemia Covid-19, como outras doenças que atacaram grande parte da sociedade, fez da arquitetura um abrigo indispensável. Contudo, exigiu espaço de mudança e adaptação; neste sentido apresentam-se aqui outras temáticas que consideramos cruciais no desenvolvimento e conclusão deste trabalho.

Neste terceiro e último capítulo subdividimos o texto em duas partes; na primeira, organizada cronologicamente como se se tratasse de um diário, narra-se na primeira pessoa o encontro com esta realidade, as mudanças que passamos e as adaptações que fizemos: fomos forçados a recriar, reorganizar e redesenhar o nosso próprio habitar, o nosso espaço, a nossa casa.

Este momento tornou-se um caso de estudo que introduzimos e descrevemos da forma mais concreta possível. Fechados num espaço durante

meses, as nossas próprias necessidades mudaram e fomos levados a explorar os seus diferentes usos, consoante os objetos nele dispostos ou apenas pela nossa própria percepção. Esta reorganização e redesenho da nossa realidade, levou-nos à procura de soluções que se adequassem e se adaptassem às novas necessidades.

Por fim, criamos um último subcapítulo onde anotamos de forma mais distanciada as dificuldades vividas e os passos dados para as ultrapassar, rematando com alguns exemplos de mobiliário desenvolvido para solucionar este tipo de carências.

Assim, tendo plena consciência da extensão e complexidade deste tema de investigação, espera-se ter contribuído para uma reflexão mais abrangente. Pretendeu-se, acima de tudo, apresentar uma nova visão sobre o Espaço, o Objeto e a Arquitetura, como algo que remete e comunica diferentes emoções e experiências no habitar de um indivíduo.

OPÇÕES NORMATIVAS

A presente dissertação foi redigida segundo o novo Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa.

As citações, presentes no corpo de texto, são resultado da tradução livre da autora, permitindo assim uma leitura contínua; coloca-se a citação original em rodapé, seguida da respetiva referência bibliográfica.

Todas as referências bibliográficas são enumeradas no final do trabalho, em capítulo próprio, segundo a Norma APA. No caso de se referenciar mais do que uma obra do mesmo autor, enumeram-se por ordem de data de publicação.

Optou-se pela utilização de um código formal no corpo de texto para distinguir ou realçar expressões. Usa-se o itálico para palavras que não sejam da língua portuguesa, jogos dialéticos e nomes de artigos; o negrito ou o sublinhado são aplicados, de primeira para segunda ordem de importância, para realçar ideias, conceitos ou palavras-chave fundamentais aos temas abordados. As “aspas duplas” são usadas para citações de autor, enquanto os (parêntesis) são utilizados para referência a autores.

As legendas das imagens são compostas pelo tipo de imagem, seguida do autor, título e descrição, local, nome da fonte e data; existe uma listagem no índice de figuras, referenciando de forma mais completa a fonte de onde se retirou as mesmas.

CAPÍTULO I

CONCEITOS GERAIS

“Os Edifícios, os Objetos e os Espaços, não são tristes
nem alegres. Existem quando recebem gente e existem,
por isso e para isso.”

(Siza, 2018, p. 18)

1. ESPAÇO

“O espaço é o meio que arquitetos, designers e artistas utilizam para compor a forma. O espaço e a forma são co dependentes. Sem espaço, a forma não existiria, e sem forma, o espaço não poderia existir.”

(Postell, 2012, p. 60, tradução própria)

ESPAÇO_ como Realidade Física

O espaço físico é um dos componentes fundamentais da arquitetura. Como arquitetos, o nosso trabalho é projetar e criar espaços funcionais, esteticamente agradáveis e que atendam às necessidades das pessoas que os habitam ou utilizam. Neste capítulo, exploraremos a importância do espaço físico e como este influencia a nossa experiência e percepção do ambiente construído.

Aqui, o espaço físico é considerado como uma caixa com “quatro paredes” no qual ocorrem as atividades humanas. É o estágio em que interagimos, nos movemos e experienciamos o ambiente. A forma, dimensão e *layout* deste espaço têm impacto direto no modo como nos relacionamos com ele e como nos sentimos dentro dele.

O espaço físico é uma tela em branco na qual os arquitetos projetam e criam ambientes funcionais e esteticamente agradáveis. Tal como uma caixa, o espaço tem limites e fronteiras que definem a sua extensão e delimitam a sua utilização.

A forma e a dimensão do espaço são aspectos fundamentais que determinam como ele será usado e vivenciado. Um espaço grande pode ser adequado para atividades sociais, enquanto um menor pode ser mais íntimo e propício ao trabalho individual. A distribuição do espaço também é crucial, pois deve permitir uma circulação fluida e eficiente, evitando obstáculos e facilitando o acesso às diferentes áreas.

O espaço como atmosfera entre “quatro paredes” implica também considerar a relação com os objetos que o habitam. O mobiliário, a iluminação, os materiais e a decoração são elementos que interagem com o espaço e contribuem para a sua funcionalidade e estética. Um bom projeto deve ter em consideração a relação entre o espaço e os objetos que o ocupam, procurando um equilíbrio entre ambos e garantindo que se complementem.

Além disso, o espaço físico não se limita apenas às paredes e tetos, mas inclui também os espaços exteriores. Os jardins, pátios e terraços são extensões do espaço interior e podem ser utilizados para atividades ao ar livre, lazer e ligação com a natureza. Esses espaços externos também podem atuar como

transições entre o interior e o exterior, criando uma sensação de continuidade e conexão com o entorno.

É importante destacar que o espaço tem, além da sua função prática, a capacidade de influenciar as nossas emoções e experiências. Um espaço bem projetado pode criar sentimentos de calma, inspiração ou energia, enquanto um mal projetado pode criar stress, desconforto ou até claustrofobia. A relação entre o espaço e as pessoas que o habitam é fundamental, e um projeto arquitetônico de sucesso deve levar em consideração as necessidades e preferências dos indivíduos para criar um ambiente que os acolha e os faça sentir bem-vindos.

A sua forma, dimensão e distribuição são aspetos essenciais a ter em conta no projeto de arquitetura, bem como a sua relação com os objetos que o habitam. O espaço como caixa tem o poder de influenciar as nossas emoções e experiências, pelo que o seu design deve procurar criar ambientes funcionais, esteticamente agradáveis e que melhorem a qualidade de vida das pessoas que os utilizam.

Falando de dimensão é importante referir a escala e a proporção do espaço físico, sendo estes elementos-chave dos projetos arquitetónicos. Uma boa relação entre as dimensões dos espaços interiores e exteriores é essencial para criar uma sensação de harmonia e equilíbrio. A escala adequada também influencia a funcionalidade dos espaços, permitindo que as atividades sejam realizadas com eficiência e conforto.

Escala e proporção são aspetos fundamentais do projeto arquitetónico, pois desempenham um papel crucial na perceção e experiência do espaço físico. Esses elementos determinam as dimensões e as relações espaciais dentro de um ambiente construído que, por sua vez, influenciam o modo como nos relacionamos e sentimos nesse espaço.

O conceito de Escala implica mais do que a relação entre as dimensões reais de um objeto ou espaço e a sua representação no projeto. No contexto arquitetónico, a escala pode variar desde a escala urbana, que engloba a relação de um edifício com o ambiente envolvente, até à escala humana, que se refere à forma como o espaço se relaciona com o nosso corpo.

A escala urbana é importante para garantir que um edifício ou conjunto de edifícios estejam devidamente integrados no seu ambiente. Isso implica considerar a altura, a massa e a relação com os edifícios vizinhos, bem como a

relação com o espaço público circundante. Uma escala urbana adequada pode contribuir para a coesão e harmonia do ambiente construído.

A escala humana, por outro lado, implica o modo como o espaço se relaciona com o corpo humano e com as nossas capacidades de percepção e movimento. Um espaço pensado à escala humana é aquele que nos faz sentir confortáveis e nos permite deslocar e realizar atividades de forma eficiente, considerando a altura dos tetos, a largura das portas e corredores, a localização dos móveis e da iluminação, entre muitos outros aspetos.

A proporção, por sua vez, refere-se à relação entre as partes de um objeto ou espaço e o todo. A proporção adequada é essencial para alcançar o equilíbrio e a harmonia visual no projeto arquitetónico. Isso envolve considerar a relação entre a altura e a largura de um espaço, bem como a relação entre diferentes elementos arquitetónicos, como janelas, portas, paredes e pilares.

Escala e proporção também podem ser usadas para criar efeitos emocionais e psicológicos nos indivíduos que habitam um espaço. Por exemplo, um espaço com tetos altos e proporções verticais pode criar uma sensação de grandeza e elevação, enquanto um espaço com proporções horizontais pode evocar uma sensação de calma e estabilidade.

Sendo estes conceitos essenciais no projeto arquitetónico, podemos concluir que a escala adequada ajuda a que um edifício ou um grupo de edifícios se misture harmoniosamente com seu entorno, enquanto a proporção adequada cria equilíbrio e harmonia visual no projeto. Ambos os elementos influenciam o modo como nos relacionamos e sentimos num espaço, e uma consideração cuidadosa é fundamental para criar ambientes arquitetónicos funcionais e esteticamente agradáveis.

Outros pontos importantes a desenvolver quando falamos de espaço físico e da sua atmosfera são a luz e a ventilação, elementos cruciais na sua conceção. A luz não só melhora a qualidade visual de um espaço, como também tem efeitos positivos na nossa saúde e bem-estar. Por outro lado, a ventilação adequada garante a circulação de ar fresco e ajuda a manter um ambiente mais saudável.

A luz natural é uma fonte de iluminação indispensável num espaço, pois proporciona um ambiente mais harmonioso e suave em comparação com a luz artificial. A exposição aos raios solares promove a produção de vitamina D, ajuda

a regular os nossos ciclos perante as diferentes fases do dia e melhora o nosso humor e produtividade. Além disso, a luz natural valoriza a estética de um espaço, destacando as cores e as texturas dos materiais utilizados no projeto.

É importante considerar a orientação e localização de um espaço em relação à exposição solar. O projeto deve permitir a entrada de luz natural na medida do possível, evitando a obstrução de janelas ou utilizando estratégias arquitetónicas como claraboias. Da mesma forma, é crucial controlar a quantidade de luz que entra no espaço, usando elementos como persianas, cortinas ou vidros de controle solar para regular a intensidade da luz.

A ventilação adequada é outro aspeto essencial para garantir a qualidade do ar e o conforto de um espaço. Uma boa ventilação permite que o ar fresco circule, removendo ou diluindo poluentes, odores e excesso de humidade. Isso é especialmente importante em áreas onde ocorrem atividades que geram calor, humidades ou cheiros fortes, como cozinhas, casas de banho ou espaços de trabalho.

Existem diferentes estratégias para conseguir uma boa ventilação num espaço arquitetónico, como a colocação estratégica de janelas para permitir a entrada de ar fresco, ou de ventiladores e/ou sistemas de ventilação no projeto, garantindo uma boa distribuição do fluxo de ar.

A relação com o meio ambiente é outro aspeto fundamental no projeto arquitetónico, pois o ambiente em que um edifício ou espaço está inserido tem um impacto significativo na sua funcionalidade, estética e sustentabilidade. A arquitetura deve ser sensível e responder às características e particularidades do ambiente em que está inserida.

Em primeiro lugar, a relação com o meio envolvente implica considerar o contexto urbano ou natural em que se insere um edifício. Um projeto arquitetónico de sucesso deve levar em consideração a escala, a morfologia e os materiais dos edifícios vizinhos, para garantir que ele se integre de forma harmoniosa e respeitosa. Além disso, o projeto deve considerar os elementos e características do ambiente, como paisagem, topografia, clima e recursos naturais disponíveis.

A relação com o meio ambiente também implica aproveitar as oportunidades e benefícios que ele oferece. Por exemplo, a orientação e a localização de um edifício em relação ao sol podem maximizar a entrada de luz

natural e aproveitar a energia solar para iluminação e aquecimento. Da mesma forma, a orientação das aberturas e a localização estratégica dos espaços exteriores podem tirar partido das vistas panorâmicas e da ligação com a natureza.

Finalmente, a relação com o meio ambiente também tem impacto na experiência e percepção dos ocupantes de um espaço. Um espaço bem idealizado e em harmonia com a sua envolvente pode gerar sensações de ligação, conexão e tranquilidade. Ao contrário, um ambiente mal projetado ou que não considere as características do ambiente pode gerar sensação de isolamento, desconexão e dissonância.

Um projeto harmonioso garante a integração adequada de um edifício ou espaço no seu contexto urbano ou natural. Além disso, a relação com o meio ambiente implica aproveitar as oportunidades e benefícios que ele oferece, considerando os aspetos sustentáveis e de conservação ambiental, e criando ambientes que gerem sentimento de pertencimento e conexão. Pensar bem na relação com o meio ambiente é fundamental para criar espaços funcionais, esteticamente agradáveis e que melhorem a qualidade de vida dos indivíduos que os habitam.

2. OBJETO

“Muitas soluções surgem da experiência, da evolução e do aperfeiçoamento dos objetos, através da história.”

(Siza, 1995, p. 137)

OBJETO_ como Matéria Física

A palavra “objeto” não deve ser entendida como algo estático e simplista.

O objeto cria um sistema de relações com o sítio e o indivíduo; se assim não fosse reduziria a arquitetura a uma mera construção.

Para Josep Muntanola, arquiteto e teórico catalão, "o lugar não é um intervalo nem um vazio espacial sem a intervenção do que o preenche"; este arquiteto refere-se ao objeto como um “intervalo corporal” (Muntanola, 2001, p.24).

Neste capítulo analisamos teorias e conceitos relacionados com a materialidade, a forma e a função do objeto num determinado espaço.

A forma é um elemento fundamental na arquitetura e a sua relação com os objetos encontrados na casa é de extrema importância. Através das diferentes teorias arquitetónicas, pode-se compreender como a forma dos objetos influencia a experiência do indivíduo e a funcionalidade do espaço habitacional.

No livro *A Função da Forma - The Function of Form*, Farshid Moussavi, investiga a relação entre forma e função na arquitetura contemporânea. Moussavi examina como a forma dos objetos arquitetónicos pode responder às necessidades funcionais e expressar a intenção arquitetónica. Esta ideia é fundamental tanto na conceção dos edifícios como nos objetos encontrados numa casa.

Quando aplicamos esta ideia a objetos de uma casa, como móveis, a forma torna-se crucial. Os móveis devem ser projetados de forma ergonómica, ou seja, levando em consideração o conforto e as necessidades físicas dos indivíduos. Por exemplo, uma cadeira deve ser moldada para se ajustar à curvatura natural da coluna e fornecer suporte adequado. Da mesma forma, uma mesa de trabalho deve ter altura e formato que permitam uma postura de trabalho confortável e saudável.

Além da funcionalidade, o formato dos objetos de uma casa também podem expressar uma intenção arquitetónica. Objetos com formas e linhas minimalistas podem transmitir uma sensação de modernidade e simplicidade. Por outro lado, objetos com formas curvas e detalhes ornamentais podem evocar uma sensação de elegância e tradição. Então, a forma dos objetos pode

contribuir para a estética geral da casa e refletir o estilo arquitetônico subjacente.

É importante notar que a forma não se refere apenas à aparência visual dos objetos mas também à sua estrutura e construção. A forma dos objetos deve ser consistente com os materiais utilizados e os métodos de fabricação. Por exemplo, um objeto concebido de forma sustentável deve ter uma forma que minimize o desperdício de material e facilite a eficiência da produção.

Consequentemente, no mesmo livro, Moussavi mostra-nos como a forma dos objetos arquitetônicos podem responder às necessidades funcionais e expressar uma intenção arquitetônica. Esta ideia também se aplica a objetos encontrados numa casa, onde o formato dos móveis, por exemplo, deve ser adaptado às necessidades dos indivíduos. A forma não se refere apenas à aparência visual, mas também à estrutura e construção dos objetos (Moussavi, 2019).

O livro *A Poética do Espaço - La Poétique de l'Espace*, uma obra clássica de Gaston Bachelard (2006) filósofo francês, é relevante para a compreensão da relação do objeto arquitetônico com o seu ambiente, aprofundando o modo como os objetos arquitetônicos geram uma experiência poética e emocional em relação a um determinado espaço. Bachelard destaca a importância da forma dos objetos de uma casa e a forma como podem estabelecer uma ligação simbólica e sensorial com o espaço habitacional.

A forma dos objetos numa casa não tem apenas uma função prática, mas também tem o poder de evocar emoções e despertar a imaginação. Bachelard defende que os objetos arquitetônicos, como luminárias, móveis ou mesmo janelas, têm uma presença poética que vai além da sua utilidade física. Estes objetos podem influenciar a nossa experiência e percepção de um espaço, criando uma atmosfera única e uma relação emocional com o ambiente.

Um exemplo concreto disto é o design de uma lâmpada. Através da sua forma e da luz que emite, um candeeiro pode transformar completamente o ambiente de um espaço. Este formato pode ser elegante e estilizado, ou pode ter um formato mais orgânico e artístico. Estas formas podem evocar diferentes sensações e transmitir uma estética particular. Além disso, a luz emitida pelo candeeiro pode ser quente e suave, criando um ambiente aconchegante e

poético. Esta combinação de forma e luz pode influenciar o nosso humor e a nossa percepção do espaço habitacional.

A ligação simbólica e sensorial estabelecida pelos objetos arquitetônicos com o ambiente habitacional também pode ser aplicada a outros elementos de uma casa. Por exemplo, projetar uma janela com um formato específico pode enquadrar uma vista panorâmica e estabelecer uma conexão sensorial com a paisagem externa. Da mesma forma, o formato de uma mesa de jantar pode estimular a interação e a comunicação entre as pessoas sentadas ao seu redor.

Assim podemos dizer que o livro *A Poética do Espaço* de Bachelard nos convida a explorar como os objetos arquitetônicos geram uma experiência poética e emocional em relação ao seu ambiente.

Já no livro *Interior Well-being: Philosophy, Design, and Value in Practice*, Elif Özcan-Tek (2020) investiga como o design de interiores pode promover o bem-estar do indivíduo. Destaca, que a forma dos objetos numa casa, como cadeiras, mesas ou prateleiras, podem ter um impacto significativo no nosso humor, produtividade e satisfação geral.

Neste contexto, o design de interiores não trata apenas de estética, mas também de criar espaços que sejam funcionais, enquanto os objetos podem influenciar os nossos sentimentos e comportamentos.

Um sofá, por exemplo, com formato confortável, pode proporcionar um ótimo espaço de relaxamento e descanso. O formato do sofá pode adaptar-se à anatomia do corpo, proporcionando suporte adequado para as costas e membros. Isto não só promove o conforto físico, mas também contribui para o relaxamento mental e emocional. Um sofá bem desenhado pode convidar as pessoas a fazer uma pausa, relaxar e desfrutar de momentos de tranquilidade em sua casa.

Além dos móveis, o formato de outros objetos de uma casa também pode influenciar o nosso bem-estar. Uma mesa de trabalho com formato adequado pode facilitar uma postura confortável e ergonômica, o que por sua vez melhora a produtividade e evita problemas de saúde relacionados à postura. Da mesma forma, uma estante com formato bem pensado e organizado pode facilitar o acesso aos objetos e promover sensação de ordem e controle no espaço.

Estes conceitos abordam o modo como o objeto se relaciona com o espaço. Através da sua análise, pode-se compreender o objeto e a sua

capacidade de interagir e responder ao ambiente, considerando a relação e a interação com o indivíduo. Os objetos têm a capacidade de promover diferentes emoções e interações, influenciando o habitar dos indivíduos.

3. INDIVÍDUO

“A Arquitetura não permite e não aceita o improviso, a ideia imediata e diretamente transposta. A arquitetura é revelação de desejo coletivo nebulosamente latente. Isso não se pode ensinar mas é possível aprender a desejá-lo. (...) A Arquitetura significa compromisso transformado em expressão radical, isto é, capacidade de absorver o oposto e de ultrapassar a contradição. Aprender isso exige um ensino à procura do Outro dentro de cada um.”

(Siza, 2000, p. 29-48)

INDIVÍDUO_ como Ser Ativo

Em arquitetura não se trata apenas de projetar espaços físicos, mas também de criar ambientes que respondam às necessidades e desejos dos indivíduos que os habitam. Neste capítulo realçamos a importância do indivíduo como ser ativo. Debruçamo-nos sobre teorias arquitetônicas para falar na experiência do indivíduo e como a sua participação ativa pode influenciar o projeto e a construção de espaços arquitetônicos.

A arquitetura evoluiu ao longo da história, passando por diferentes estilos e abordagens. Nos seus primórdios, a arquitetura estava mais focada na funcionalidade e na representação simbólica de poder e autoridade. No entanto, com o passar do tempo, a importância do indivíduo como utilizador e habitante dos espaços arquitetônicos foi cada vez mais reconhecida.

Durante o Renascimento, houve uma mudança na abordagem da arquitetura em relação ao ser humano. Arquitetos renascentistas, como Leon Battista Alberti, começaram a estudar e analisar as proporções e a relação entre o corpo humano e o espaço arquitetônico. Esses estudos humanistas influenciaram o desenho de edifícios e cidades, buscando criar espaços proporcionais e harmoniosos para o ser humano.

No século XX surgiram teorias fenomenológicas que se focavam na experiência subjetiva do indivíduo em relação ao ambiente arquitetônico. A fenomenologia, desenvolvida por filósofos como Martin Heidegger (2015) e Maurice Merleau-Ponty (2006), aborda a experiência e a percepção do indivíduo no espaço como pontos fundamentais para a compreensão da arquitetura. Esta perspectiva enfatizou a importância da relação entre o indivíduo e o ambiente arquitetônico, e como essa relação influencia a experiência e a forma como nos relacionamos com o espaço.

A experiência do indivíduo a projetar e a construir espaços tem-se tornado cada vez mais relevante na arquitetura contemporânea. Os arquitetos reconheceram que o principal objetivo da arquitetura é criar espaços habitáveis e significativos para as pessoas que os utilizam. Isso implica considerar as necessidades, desejos e experiências dos indivíduos para projetar espaços que sejam funcionais, esteticamente agradáveis e emocionalmente satisfatórios.

A experiência do indivíduo na percepção do espaço abrange diversos aspectos, como ergonomia, iluminação, acústica e interação social. Os arquitetos procuram compreender como os indivíduos se relacionam com o espaço, como se sentem nele, como se movimentam e como interagem com outros indivíduos. Essa compreensão permite projetar espaços que atendam às necessidades físicas, emocionais e sociais dos usuários, melhorando assim a sua qualidade de vida.

A arquitetura evoluiu para focar cada vez mais no indivíduo como habitante dos espaços arquitetônicos. A ascensão das teorias humanísticas e fenomenológicas influenciou esta mudança, reconhecendo a importância da experiência subjetiva do indivíduo em relação ao espaço.

Ao considerar as percepções e experiências dos indivíduos, os arquitetos podem projetar espaços que promovem também um maior sentido de apropriação e de ligação, o que contribui para o bem-estar e para a qualidade de vida.

A preocupação dos arquitetos com o habitar leva à criação de processos de interação com os futuros habitantes para compreender as necessidades e desejos destes durante o projeto. Por exemplo, a realização de reuniões nas quais os indivíduos podem expressar as suas ideias, necessidades e desejos em relação ao espaço idealizado. Geralmente, os arquitetos apresentam maquetes ou exercícios de visualização, que permitem comunicar as suas ideias de maneira mais eficaz.

A observação direta dos indivíduos em espaços existentes complementa este tipo de participação. São métodos valiosos para compreender como os utilizadores se envolvem com os espaços e como estes afetam a sua experiência. Essas técnicas qualitativas permitem obter informações detalhadas sobre as interações e percepções dos usuários, que podem orientar grande parte do projeto arquitetônico.

Apresentam-se seguidamente exemplos de projetos arquitetônicos que incorporaram a participação ativa do indivíduo na sua conceção e desenho:

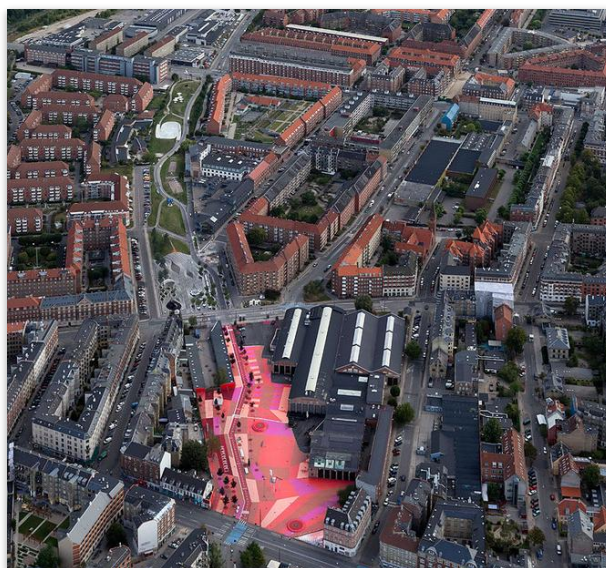


Imagem 1, Fotografia de *Dragor Luft*, Vista aérea de Superkilen
Copenhaga, Dinamarca, Archdaily (Big, 2013)

1. Superkilen, projeto da autoria: BIG (Bjarke Ingels Group), Topotek1, e Superflex, localizado em Copenhaga, Dinamarca, 2010 a 2012.

Este projeto de renovação urbana envolveu os residentes locais na concepção de um parque multicultural. Foram organizadas várias oficinas nas quais os moradores da região puderam expressar as suas preferências e desejos em relação ao desenho do parque. O resultado foi um espaço que reflete a diversidade e as necessidades da comunidade, com áreas temáticas que representam diferentes culturas e atividades.

Localizado no centro de Superkilen, este parque atravessa um dos bairros mais diversificados a nível social, onde vivem diversas etnias, desafiando ainda mais a concepção de um espaço urbano verdadeiramente original, com uma forte identidade em escala local e global. O parque é dividido em três zonas: a praça (red square), o mercado (black market) e o parque (green park), dividido por estas zonas e contendo uma coleção de objetos do quotidiano dos indivíduos globalizados, nascidos em mais de 60 países (Big, 2013).

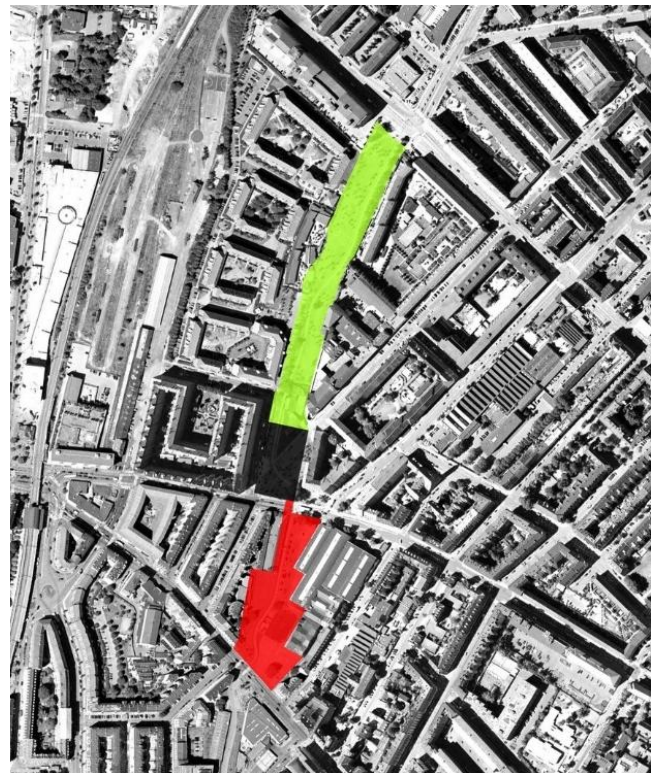


Imagem 2, "Parque Urbano Superkilen." Mapeamento
(Arquitetura Viva, 2012)



Imagem 3, "Parque Urbano Superkilen (Arquitetura Viva, 2012)

A Imagem 3 ilustra a diversidade cultural do parque, destacando os objetos, móveis urbanos, sinais e elementos arquitetónicos que foram selecionados para representar as diferentes origens das comunidades locais. Cada item no parque foi inspirado em um objeto real trazido de outro país, refletindo a multiculturalidade do bairro.

O Instituto dos Arquitetos Americanos (AIA) selecionou o projeto como um dos vencedores do prémio 2013 Institute Honor Awards, reconhecendo obras que exemplificam a excelência na arquitetura, interiores e desenho urbano com a influência e real contributo dos habitantes (Bustler Editors, 2013).

"Este projeto é uma alegria! Ele não é só original, mas impressionante de se ver. É notável pela sua abordagem estética, francamente artificial ao invés de fingir ser natural. Uma das dimensões mais interessantes do projeto é a inclusão da comunidade diversificada de usuários. O seu uso ousado de cor e arte pública em espaços que promovem a interação social e compromisso exalam um alto nível de excitação e energia onde antes parecia um espaço residual. Superkilen mostra o que pode ser feito com uma abordagem aberta e inventiva, dentro das limitações severas de custo. Isso demonstra o valor de poderosos movimentos visuais e espaciais, mantendo conectados à realidade de um contexto contemporâneo multicultural: a condição de muitas cidades europeias. A forma do projeto cresceu a partir de um processo de participação da comunidade que levou a uma identidade clara e agradável série de espaços. Como uma expressão formal, ele parte-se em pedaços e encaixa-se muito bem na escala da área circundante como uma interessante colcha de retalhos."

Júri, Institute Honor Awards for Regional and Urban Design
(Bustler Editors, 2013)



Imagem 4, fotográfica da Williane Magalhães, "*Morar na Colômbia*", Vista panorâmica de Medellín, Colômbia (Remessa Online, 2021)

2. "*Morar na Colômbia: Como é a vida no país?*"- Localizado em Medellín, Colômbia, 2021

Medellín destaca-se como exemplo inspirador de regeneração urbana, onde a comunidade desempenhou um papel fundamental na concepção e construção de espaços públicos. A cidade, conhecida como a “Cidade construída por várias mãos”, testemunhou uma transformação significativa através de projetos que envolveram ativamente os habitantes na criação de ambientes urbanos mais inclusivos e adaptados às necessidades locais. A essência da abordagem inovadora de Medellín reside na participação direta da comunidade na concepção de espaços públicos (Mazo, 2017).

Em vez de adotar uma abordagem de construção tradicional, a cidade abraçou a ideia de que os próprios habitantes são os especialistas das suas realidades locais. Através de palestras e processos colaborativos, os residentes foram convidados a expressar as suas necessidades, desejos e visões para o ambiente urbano que partilham. A cidade testemunhou a materialização desses princípios por meio da criação de parques, bibliotecas e centros comunitários idealizados e construídos pelos próprios habitantes (Magalhães, 2022).

Esses projetos não são apenas estruturas físicas, mas expressões tangíveis da identidade e aspirações locais. Os parques refletem as atividades e preferências recreativas da comunidade, enquanto as bibliotecas se tornam

centros de conhecimento adaptados às necessidades educacionais específicas. Ao envolver ativamente os residentes na construção desses espaços públicos, Medellín promoveu a apropriação desses ambientes pela comunidade. Os habitantes não utilizam apenas esses locais, mas também se tornam os seus guardiões e defensores.

Esse senso de apropriação não só contribui para a preservação e manutenção dos espaços, como também fortalece os laços sociais entre os residentes. A coesão social é um resultado direto desse processo participativo. A colaboração na criação de espaços partilhados gera um sentimento de pertença e responsabilidade coletiva. Os habitantes tornam-se co-criadores do tecido urbano, promovendo relações sociais mais fortes e uma comunidade mais robusta.

Os projetos de regeneração urbana em Medellín não são apenas intervenções de curto prazo, mas investimentos duradouros na qualidade de vida urbana. A participação comunitária não resulta apenas em espaços físicos bem-adaptados, mas também influencia positivamente aspetos mais amplos, como a saúde mental, o bem-estar e a satisfação geral. A experiência de Medellín mostra que o sucesso da regeneração urbana não deve ser medido apenas em termos de infraestrutura física, mas também em termos de capital social construído (Magalhães, 2022).

A cidade não só transformou a sua paisagem, mas também fortaleceu os laços sociais e a coesão comunitária, criando um modelo exemplar para outras regiões que enfrentam desafios semelhantes.



Imagem 5, Fotográfica de Iwan Baan, vista de *High Line*, parque linear elevado, Nova Iorque, Archdaily (Rosenfield, 2014)

3. *High Line*, projeto da autoria de Diller Scofidio + Renfro e James Corner Field Operations localizado em Nova Iorque, Estados Unidos, (2006 a 2014).

O projeto *High Line*, em Manhattan Nova Iorque, emerge como marco exemplar de renovação urbana ao transformar uma antiga linha ferroviária elevada num parque linear. Esta construção não revitalizou apenas uma estrutura antiga, mas também estabeleceu um novo padrão para a inclusão ativa da comunidade na determinação do destino dos seus espaços urbanos.

A singularidade do projeto *High Line* reside na abordagem colaborativa adotada durante a fase de projeto. A comunidade foi convidada a participar ativamente por meio de oficinas de projeto, proporcionando uma plataforma para que os habitantes expressassem os seus desejos e necessidades em relação ao espaço. Essas sessões, não garantiram apenas a representação diversificada de perspetivas, mas também integraram os utilizadores finais como coautores do projeto (Rosenfield, 2014).

O resultado dessa participação comunitária é um parque que reflete autenticamente os desejos e necessidades dos utilizadores. As áreas de descanso, jardins e espaços para eventos comunitários foram concebidas de acordo com as aspirações locais. O design não é imposto de cima para baixo, mas surge de uma compreensão íntima das dinâmicas locais, criando um

espaço que pertence verdadeiramente à comunidade. Ao transformar uma linha ferroviária elevada num parque linear, o *High Line* demonstra a capacidade de revitalizar estruturas urbanas abandonadas.

Este enfoque inovador não resgata apenas o espaço físico, mas também a história e a identidade local. O projeto preserva elementos da estrutura original, incorporando-os no novo design e proporcionando uma conexão tangível entre o passado e o presente. O *High Line* é uma resposta dinâmica às necessidades da comunidade. A criação de espaços verdes, áreas de descanso e locais para eventos não contribui apenas para a estética urbana mas também impacta positivamente a qualidade de vida da cidade.

A promoção da atividade física, interação social e acesso à natureza eleva significativamente o bem-estar dos residentes locais. O projeto *High Line* também destaca a importância do desenvolvimento sustentável e da ecologia urbana.

Ao incorporar áreas verdes e jardins, cria-se um equilíbrio ecológico no coração da cidade, mitigando os efeitos da urbanização intensiva. A introdução de vegetação nativa e a atenção à biodiversidade demonstram um compromisso com o presente, mas também com o futuro sustentável da cidade.

Em resumo, o *High Line*, é também um testemunho forte de como a participação comunitária pode moldar e revitalizar o espaço urbano. Ao envolver ativamente os habitantes na transformação de uma linha ferroviária elevada num parque linear, o projeto não redefine apenas a paisagem urbana, mas também fortalece a conexão entre a comunidade e o ambiente construído. Este exemplo inspirador ressalta a importância de uma abordagem inclusiva e centrada no utilizador no desenvolvimento urbano (Rosenfield, 2014).



Imagem 6, Fotografia de Nic Lehoux, Vista do projeto "*The Bentway*", espaço público linear localizado sob a rodovia Gardiner Expressway, em Toronto, Canadá, Archdaily (Lehoux, 2018)

4. "*The Bentway*", projeto da autoria de The Bentway Conservancy e Public Work, localizado em Toronto, Canadá, 2015 a 2018.

O projeto de regeneração urbana *The Bentway*, emerge como mais um exemplo inspirador de como a comunidade local pode ser um catalisador essencial no design e desenvolvimento de espaços públicos inovadores. Ao transformar um espaço sob uma autoestrada elevada, este projeto não revitalizou apenas uma área anteriormente negligenciada, mas também fortaleceu os laços comunitários e proporcionou um ambiente inclusivo e vibrante. O foco crucial do projeto "*The Bentway*" foi o envolvimento ativo da comunidade desde as fases iniciais, utilizando concursos como meio de participação (Pintos, 2019).

Tal como todos os outros exemplos anteriormente abordados este permitiu mais uma vez que os habitantes expressassem as suas necessidades e desejos em relação ao espaço, garantindo uma representação diversificada de perspetivas. Os concursos não deram apenas voz à comunidade, mas também criaram um senso de empoderamento, à medida que os residentes contribuíram ativamente para a conceção do ambiente que os cercava. Através dos concursos, os habitantes tiveram a oportunidade de expressar as suas aspirações para o espaço.

Isso resultou num projeto com áreas dedicadas a eventos culturais que destacam a importância da expressão artística e da celebração da cultura

local. A inclusão de espaços para atividades recreativas atende à falta de opções de lazer, enquanto a integração de espaços verdes responde à necessidade de conexão com a natureza num contexto urbano.



Imagem 7, Desenho de Paula Pintos. "*The Bentway*", Plano Ilustrativo, Archdaily (Pintos 2019)

O resultado do projeto é um espaço multifuncional que vai além da sua utilidade básica. Além de ser um local de passagem, tornou-se um ponto focal para uma variedade de atividades. A flexibilidade do design permite que o espaço se adapte dinamicamente às mudanças sazonais e às diversas necessidades da comunidade ao longo do tempo. Seja para eventos culturais, práticas desportivas ou momentos de tranquilidade no meio da natureza, "*The Bentway*" oferece uma resposta versátil às necessidades locais.

A revitalização de espaços urbanos muitas vezes implica a preservação e promoção da identidade local. Em "*The Bentway*", a expressão das necessidades e desejos locais resultou num espaço que reflete autenticamente a identidade da comunidade (Pintos, 2019).

Isso não abrange apenas a história local, mas também contribui para a construção de uma identidade coletiva mais forte e coesa.

Esta abordagem presente no *Bentway* e nos outros projetos referidos, pode servir de inspiração para outros projetos futuros, demonstrando que, ao capacitar a comunidade, é possível criar espaços urbanos autênticos, inclusivos e vibrantes. Assim, ao envolver a comunidade no projeto, cria-se diversos benefícios e uma maior ligação entre o espaço e os seus habitantes, contribuindo para uma melhor qualidade de vida e usufruto do mesmo.

Um dos benefícios é a compreensão mais precisa das necessidades e preferências dos habitantes, permitindo conceber espaços que se ajustem de forma ideal às atividades e utilizações específicas que neles serão realizadas. Como resultado, consegue-se maior eficiência e funcionalidade dos espaços, otimizando o fluxo, distribuição e organização dos elementos arquitetónicos.

Outro ponto benéfico é o facto dos indivíduos que têm a oportunidade de participar na conceção dos espaços e que os irão habitar, se sentirem ouvidos e valorizados. Isto gera uma sensação de satisfação, uma vez que os espaços são adaptados às suas necessidades e preferências individuais. Esta satisfação e bem-estar dos utilizadores estão diretamente relacionadas com a sua qualidade de vida, e o ambiente arquitetónico é concebido a pensar nas suas perspetivas e experiências contribuindo para uma arquitetura de excelência (Pintos, 2019).

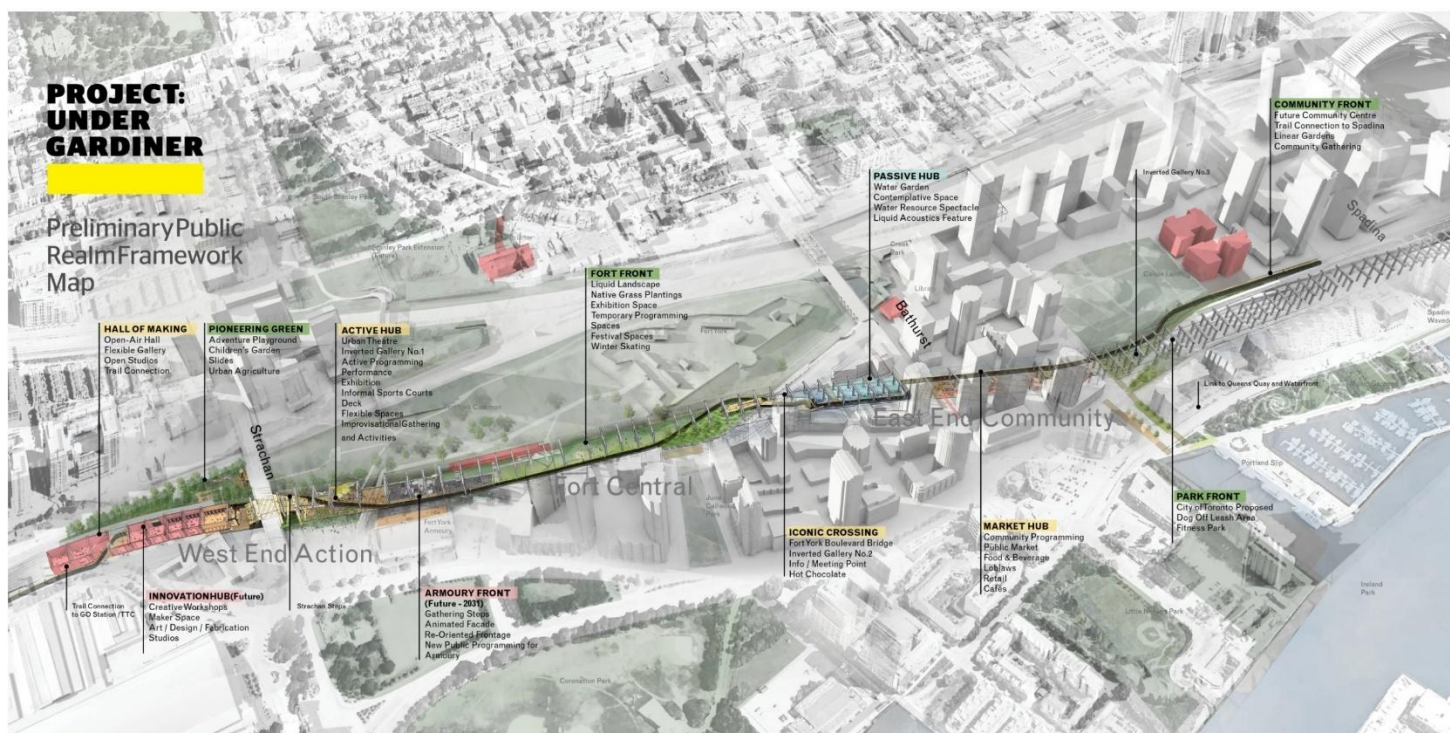


Imagem 8, Esquema de Public Work. "The Bentway", Planificação espacial
(Public Work, n.d.)

Os indivíduos sentem-se, assim, mais conectados com os espaços que ajudaram a projetar, o que promove o seu cuidado e manutenção a longo prazo. Esta apropriação e sentimento de pertença contribuem para a criação de ambientes mais cuidados e respeitados, gerando um maior sentido de

comunidade e responsabilidade partilhada.

A interação e a colaboração entre os habitantes, quando trabalham em comunidade na conceção dos espaços, também geram vínculos e relações sociais mais fortes e comunidades mais coesas.

Segundo o arquiteto e teórico finlandês Juhani Pallasmaa, conhecido pela sua abordagem sensorial da arquitetura, a arquitetura participativa é um método que procura capacitar os indivíduos e dar-lhes voz no processo de design, reconhecendo que são eles que vão habitar e usar os espaços arquitetónicos (Pallasmaa, 2014). Esse enfoque implica uma mudança de paradigma, onde os arquitetos não serão os únicos responsáveis por tomar decisões, mas serão os facilitadores e colaboradores no processo de design.

Já segundo Don Norman, autor e especialista em design centrado no indivíduo, “a participação ativa dos indivíduos no processo de design arquitetónico é crucial para garantir que os espaços sejam verdadeiramente funcionais e satisfatórios. Os indivíduos possuem um conhecimento profundo das suas necessidades e experiências, e a sua participação ajuda os arquitetos a projetar espaços que respondam de forma efetiva a essas necessidades” (Sharp, 2009).

Estas teorias reconhecem que os espaços arquitetónicos desempenham um papel ativo na formação e desenvolvimento das relações humanas.

Destaca-se ainda, de acordo com o arquiteto e teórico Richard Sennett, no seu livro *Building and Dwelling: Ethics for the City*, que a arquitetura relacional procura criar espaços que promovam a interação e a conexão entre as pessoas. Este reconhece que o design arquitetónico pode influenciar a maneira como as pessoas se relacionam entre si. Essa abordagem enfatiza a importância de considerar as necessidades sociais e emocionais dos indivíduos ao projetar espaços arquitetónicos (Sennett, 2018).

A arquitetura busca, neste sentido, criar ambientes acolhedores e acessíveis que incentivem a comunicação, a colaboração e a interação social. Isso pode ser alcançado por meio da disposição dos espaços, da escolha de materiais e cores, e da incorporação de elementos que promovam a participação e a comunicação.

Contudo é importante ter em conta que esta interação entre arquitetos e indivíduos no processo arquitetónico não beneficia apenas os habitantes mas também os próprios arquitetos. Ao envolver os habitantes neste processo, os arquitetos podem obter uma perspetiva mais ampla e diversificada, enriquecendo a sua própria compreensão e conhecimento do projeto.

CAPÍTULO II

PERCEÇÃO ESPACIAL

“E hoje: redescobrir a mágica estranheza, a singularidade
das coisas evidentes”

(Siza, 2019, p. 22-23)

1. COMPORTAMENTO DO INDIVÍDUO

“Somos uma aglomeração de experiências quotidianas do passado, incluindo as suas texturas espaciais e registos afetivos”

(Garde-Hansen e Jones, 2012, p.8, tradução própria)

COMPORTAMENTO DO INDIVÍDUO_ Cognição Espacial

O comportamento do Indivíduo ocorre no espaço que o rodeia, e, como tal, “para agir de forma eficaz, as pessoas precisam de representações mentais do espaço” (Tversky, 2003, p.66).

Este capítulo construir-se-á a partir de alguns fundamentos teóricos-científicos e das descobertas mais recentes de médicos no que respeita ao funcionamento do cérebro humano, utilizando a arquitetura e o raciocínio arquitetónico como campo experimental, entendendo-se que o objetivo deste estudo não é a análise nem a teoria em si mas as contribuições que, cruzadas com a arquitetura, podem levar a uma leitura mais sensível do nosso habitar.

Uma das chaves deste capítulo resulta na compreensão de uma nova disciplina de investigação, a “neurologia comportamental”, que consiste na ciência que estuda o comportamento do indivíduo, a partir das relações entre a percepção do lugar e a experiência de habitar.

Só as ciências do comportamento ou a neurologia comportamental poderão trazer novidades quanto ao modo como o nosso corpo se relaciona com o espaço, através dos nossos sentidos e experiências.

Considerando que a neurologia ocupa um lugar intermédio entre a percepção do indivíduo e o comportamento, entendendo-se por “percepção” o ato de conhecer através dos sentidos, e por “comportamento” as atividades do indivíduo e o modo como este se relaciona e habita o lugar.

Neste sentido, é óbvia a relação que este conceito mantém com o tema fundamental deste trabalho: o Comportamento do Indivíduo.

Para entendermos isto tomamos a percepção como ponto de partida para esta interpretação. O indivíduo como entidade existencial que pensa e se emociona, previamente informado pela sua única e exclusiva história pessoal e experiência social, cria o seu habitar pelo ato de conhecer, pelo entendimento e pela sua consciência.

Quando se fala de percepção temos de entender a sensibilidade dos lugares, não os podendo reduzir a uma leitura meramente analítica, racional ou científica; devem estabelecer relação com o indivíduo no qual se cruzam com os seus sentidos.

Juhani Pallasmaa, refere-se a este tema como “arquitetura sensorial”, considerando a fenomenologia do indivíduo como o centro do comportamento humano.

A arquitetura, torna-se, assim uma extensão da natureza humana, envolvendo todos os domínios sensoriais. Pallasmaa refere ainda que a arquitetura é uma interação constante com os nossos sentidos, contrariando toda a teoria meramente visual e analítica da arquitetura. Para este autor, os nossos movimentos estão em contante interação com o que nos rodeia, absorvidos pela percepção, num processo onde o olhar colabora com o corpo e com os outros sentidos (Pallasmaa, 2009).

Tal como a arquitetura não é algo que possa ser entendido com uma simples abordagem analítica, o nosso corpo também não poderá ser resumido a uma entidade física; tal como a arquitetura, ele “enriquece-se pela memória e pelo sonho” e deverá interagir com um pensamento sensorial (Pallasmaa, 2011, p.43).

Realçando as sensações, teremos de abordar a palavra sinestesia, que no campo da medicina significa um estímulo que é recebido por um dos nossos sentidos e que causa uma experiência multissensorial. Esta palavra provém da conjugação do latim Syn (juntamente) e Aisthesis (sensibilidade); esta experiência sinestésica processa-se no nosso cérebro, sendo uma condição neurológica.

Cientistas como Daphne Maurer apresentam a sinestesia como “uma profusão de ligações nervosas entre as partes do cérebro que controlam os cinco sentidos” (Geary, 2017, p.151). Assim, a visão, a audição, o olfato, o paladar e o tato estabelecem relações entre si, tornando-se ferramentas essenciais no entendimento do nosso comportamento num determinado lugar.

Pesquisas neste sentido afirmam que os bebés nascem com a capacidade sinestésica mais desenvolvida e que perdem essa capacidade a partir dos quatro meses, quando o cérebro está desenvolvido e retêm emoções ao relacionarem-se com outros indivíduos e lugares.

“Se o corpo tivesse sido mais fácil de entender, ninguém teria pensado que tinha uma mente” (Pallasmaa, Rorty 1979).

Abordando o Cérebro como mecanismo de relação entre as emoções e o comportamento humano, será necessário compreender mais sobre esta ciência.

O nosso sistema nervoso central é constituído por quatro partes num conjunto contínuo de formações nervosas que recebem informações do espaço e enviam aos músculos; estes proporcionam o movimento e, posteriormente, a experiência do indivíduo. Aprofundando um pouco mais sobre este sistema, encontramos inicialmente um tronco entre a medula e o cérebro onde recebemos a informação captada no espaço e é enviado à nossa cabeça; depois, encontraremos o cerebelo, responsável pelas derivações da estrutura anterior, onde são controlados os nossos movimentos.

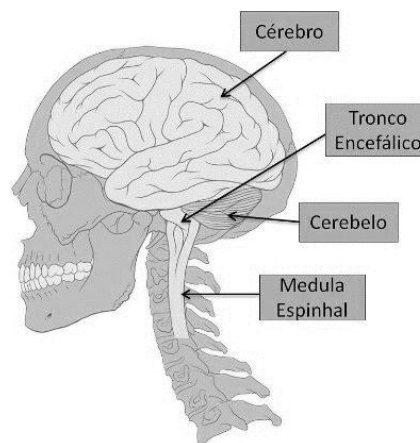


Imagem 9, Esquema de Lana Magalhães, Anatomia do Sistema Nervoso Central, Esqueleto Axial Craniano, Toda Matéria (Magalhães, n.d.)

Por fim chegamos ao cérebro, que tem funções muito mais complexas: é constituído por dois hemisférios distintos e é responsável pelas funções perceptivas, motoras e cognitivas, a cargo do córtex cerebral. O lobo frontal está programado para os atos e movimentos do nosso corpo, já o lobo parietal está relacionado com a nossa sensibilidade e linguagem. Continuando neste sentido, o lobo occipital está ligado à visão, o lobo temporal, à audição, à aprendizagem e à memória (Russo, 2023).

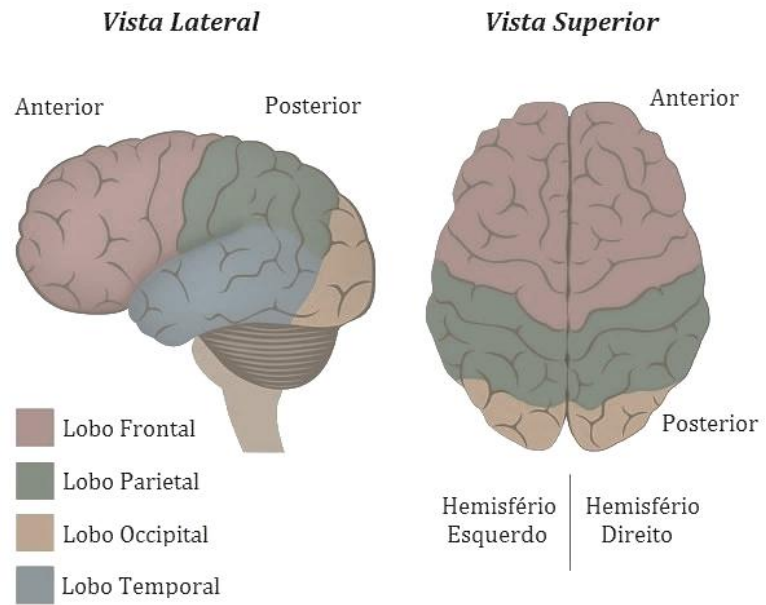


Imagem 10, Esquema de Lana Magalhães, Anatomia do Cérebro, Lobos e hemisférios cerebrais, Toda Matéria (Magalhães, n.d.)

O interesse pelas localizações cerebrais deve-se, essencialmente, às contribuições do neurocirurgião canadiano Wilder Graves Penfield, cujos estudos e tratamentos cirúrgicos dos epiléticos, realizados em finais dos anos 1950, permitiram estabelecer um mapa funcional do córtex cerebral humano. Foi a partir deste momento que se confirmou a localização das diferentes funções elementares (motora, sensitiva e sensorial) em zonas concretas do cérebro, legitimadas em paralelo com os avanços no campo da neurologia, nomeadamente através da possibilidade de visualização das estruturas cerebrais do doente (a imagiologia) (Porto Editora, n.d).

O desenvolvimento do cérebro - e, portanto, dos comportamentos - está ligado à intervenção de dois fatores: genéticos e epigenéticos. Os fatores genéticos são transmitidos por hereditariedade, fixados nas características dos nossos antepassados; os fatores epigenéticos incluem toda a informação não genética e a multiplicidade de fatores que interferem na constante modelação, tanto em criança como em idade adulta, do tecido nervoso cerebral, sob a influência da própria experiência do indivíduo, casual ou induzida, com o seu contexto físico e social.

Estudos mais recentes do domínio da relação entre o cérebro e o comportamento do indivíduo acentuam o papel das emoções como um conjunto formado pela experiência mental e pela experiência física.

Michel Habib em “*Bases neurológicas dos comportamentos*” esclarece que a emoção é desencadeada a partir da percepção sensorial de um estímulo acompanhado pelo comportamento emocional que este provoca. Esta estimulação sensorial é um processo inerente ao indivíduo normal, porque se não a tivermos teremos percepções distorcidas da realidade, ou seja, alucinações (Habib, 2000).

No centro do cérebro situa-se um conjunto de mecanismos que permitem reconhecer as propriedades afetivas de um estímulo, o que desencadeia uma determinada percepção ou uma experiência emocional específica, legitimando a consideração do nosso estudo sobre modos distintos de interpretar o lugar e também de expressar diferentes autores. Porém, Habib refere que a experiência das emoções é um dos aspetos mais difíceis de explorar (Habib, 2000).

Este tipo de estudos científicos e neurológicos levantam o véu sobre a importância dos nossos sentidos na percepção do espaço e no nosso comportamento, o que, para o campo da arquitetura, vem contribuir para uma importância acrescida do campo experimental.

Durante muitos anos, os espaços basearam-se na ideia de que a forma segue uma função, mas hoje, voltamos a considerar o poder das emoções, das experiências e dos modos de viver um espaço, com todos os sentidos, numa síntese quase perfeita entre o construir, o pensar e o habitar.

A arquitetura torna-se um processo de reinterpretação criativa e sensível do Habitar. O homem projeta um espaço com base no seu cérebro; habitar não é mais do que uma representação do nosso pensamento.

Então, podemos concluir que projetar é um modo de pensar, e que habitar é um modo de criar arquitetura. Sempre que pensamos em arquitetura devemos entender as relações entre o arquiteto/sujeito e o lugar, e o arquiteto/sujeito e a obra, essencialmente porque o sentido do seu Ser no mundo é espacial. É uma questão existencialista porque o lugar é a combinação das noções de espaço, movimento, experiência pessoal e percepção.

Considere-se uma ponte, por exemplo: pensamos nela como um percurso de ligação entre dois lugares anteriormente separados; sendo um percurso, induz naturalmente ao movimento do indivíduo. A sua experiência pessoal e a duração do seu “atravessar” vai fazer parte da sua memória.

A palavra Memória designa a capacidade de reter ideias; em termos práticos, será a atividade do pensamento, do cérebro, e do corpo que irá pôr em ação a percepção do indivíduo no momento presente, no reconhecimento das relações do lugar que habita. O reconhecimento, segundo este pensamento, dá lugar à experiência, que desencadeia naturalmente a memória, a recordação, a lembrança e a comparação; tudo isto faz parte da poesia arquitetónica.

Henri Bergson, filósofo francês, no estudo intitulado como “*Matéria e Memória*”, refere que qualquer percepção é interpretação, é reconhecimento, é um movimento cerebral que capta o objeto deixando uma imagem na memória. No nosso caso dá-se o processo inverso, o projeto arquitetónico resulta de uma representação mental do espaço (identificação formal). A memória desempenha um papel fundamental no processo de recordação e na experiência vivida pelo arquiteto ao visitar o lugar, no momento da criação do projeto (Bergson, 2019).

2. CONDICIONAMENTO DO ESPAÇO

“As condicionantes são a ferramenta número um do arquiteto”

(Siza, 2005, p.53)

CONDICIONAMENTO DO ESPAÇO_

Realidade Tridimensional

O espaço físico, muito para lá da sua materialidade tangível, assume o papel de um agente complexo que estabelece uma conexão entre o indivíduo e a sua atmosfera tridimensional. Este capítulo procura aprofundar a compreensão dessa relação, frequentemente definida por preconceitos e limitações conceptuais.

Além disso, importa destacar como a definição do espaço pode estar intrinsecamente ligada aos limites em relação à totalidade do ambiente, incluindo o papel significativo do “vazio” evidenciado pelas paredes brancas, ressaltando a sua importância na composição e percepção.

A compreensão do espaço muitas vezes é moldada por uma diversidade de influências culturais e individuais que podem gerar preconceitos e limitações conceptuais. Investigar como essas influências impactam a percepção do espaço é crucial para a criação de ambientes arquitetónicos que transcendam barreiras pré-estabelecidas. Autores como Kevin Lynch, projetista urbano e escritor americano, na sua obra “*A Imagem da Cidade*”, oferecem ideias sobre a formação da imagem mental que as pessoas constroem do ambiente urbano, destacando como essa imagem é influenciada por fatores sociais e culturais (Lynch, 1960).

A influência cultural também pode ser explorada por meio das obras de Edward T. Hall, antropólogo americano, que introduziu o conceito de “*proxémica*”, abordando como as diferentes culturas moldam a percepção do espaço e a relação interpessoal (Hall, 1966, p.1). Ao compreender essas influências, os arquitetos podem desenvolver espaços que considerem diversas perspetivas e proporcionem uma experiência mais inclusiva. Para Jorge Oteiza, escultor e pintor espanhol, o conceito do “*vazio*” é um elemento que transcende a mera ausência de objetos e torna-se um componente ativo na definição estética e experimental do espaço (Marques, 2019, p. 130-131).

Autores como Gaston Bachelard, filósofo francês, em “*A Poética do Espaço*”, exploram o simbolismo do “*vazio*” e como ele pode despertar a imaginação e as emoções na criação de ambientes que transcendem a mera

utilidade. A obra destaca que a atmosfera não é apenas um produto dos elementos de design, mas uma entidade em si mesma, capaz de influenciar as emoções e a percepção. Esta presença e ausência de elementos, são a chave na criação desse “vazio”, conforme explora Richard Serra, artista americano nas suas reflexões sobre a escala e a experiência do espaço (Louise, 2024).

Além disso, a teoria fenomenológica de Maurice Merleau-Ponty, presente em *“Fenomenologia da Percepção”*, oferece uma base filosófica para entender como o corpo e a mente estão integrados na experiência do espaço. Merleau-Ponty afirma que a atmosfera não é apenas visual, mas multissensorial, considerando que a interação entre luz, som, temperatura e textura, pode criar espaços que ofereçam uma experiência mais completa e envolvente (Merleau-Ponty, 2006).

A presença de “vazios” pode ser interpretada não apenas visualmente, mas também como espaços que convidam a uma participação sensorial e cognitiva mais profunda. Ao explorar essas referências, arquitetos podem adotar uma abordagem mais informada na criação de espaços que não desafiem apenas preconceitos, mas também incorporem o “vazio” como elemento dinâmico na concepção espacial.

Assim, ao compreender as influências culturais e individuais na percepção do espaço e ao explorar o “vazio” como elemento significativo, os arquitetos podem criar ambientes que transcendam as limitações conceituais, proporcionando experiências ricas e significativas para os seus ocupantes. Esta abordagem informada não enriquece apenas a prática arquitetônica, mas também contribui para a construção de espaços mais inclusivos e esteticamente cativantes.

A percepção e a experiência do espaço estão intrinsecamente ligadas aos objetos de design estrategicamente utilizados. Com isto, é importante explorar como a forma, os materiais, a iluminação, as cores e a distribuição dos objetos podem ser utilizados de maneira consciente para criar ambientes que transcendem a mera funcionalidade. Dando ênfase à atmosfera arquitetônica e como ela molda a interação com o ambiente e os indivíduos, ressalta a importância de considerar as necessidades e preferências na criação de espaços acolhedores, funcionais e estimulantes.

Para Eugénio Trías, filósofo catalão, “A arquitetura e a música são as artes ambientais que dão forma a um ambiente e que determinam o carácter e a qualidade da “atmosfera” ou do ar que se produz entre o corpo e o ambiente. O que põe a arquitetura como sistema relacional entre o corpo, o espaço e o vazio” (Trías, Hipólito, 2011, p. 7)

A atmosfera arquitetónica desempenha um papel fundamental na experiência do espaço, indo além das características físicas e tangíveis.

Em suma, ao compreender a importância da atmosfera arquitetónica e ao adotar estratégias de design específicas, os profissionais podem potenciar o impacto do ambiente construído na experiência humana. Integrar referências de autores e teorias consolidadas enriquece a prática, proporcionando uma base sólida para a criação de espaços que vão além da estética, promovendo a conexão emocional e o significado.

Christian Norberg-Schulz, arquiteto norueguês, influenciado pela filosofia fenomenológica, fundamenta a sua teoria na interação entre o ser humano e o ambiente físico. Na sua obra “*Genius Loci: Towards a Phenomenology of Architecture*”, destaca a dimensão espiritual do espaço arquitetónico. Ele argumenta que o espaço vai além da sua entidade física, tornando-se uma manifestação espiritual e emocional experimentada pelo indivíduo. Norberg-Schulz enfatiza a importância da experiência subjetiva na compreensão do espaço. A sua abordagem destaca a necessidade de criar ambientes que não sirvam apenas fins utilitários, mas também evoquem uma sensação de pertença e significado. A atenção ao *génio loci*, ou “espírito do lugar”, torna-se crucial na conceção de espaços que se conectam de maneira única com o seu enquadramento cultural e natural. Defende que o projeto deve levar em conta a história, a cultura e as características específicas do lugar para criar espaços autênticos e enriquecedores (Norberg-Schulz, 1980).

Já Juhani Pallasmaa, descreve em “*Os Olhos da Pele: A Arquitetura e os Sentidos*”, o modo como os nossos sentidos, especialmente o tato e a visão, influenciam a nossa experiência do espaço arquitetónico, e propõe uma abordagem sensorial para a experiência arquitetónica. A sua crítica à predominância da percepção visual na arquitetura contemporânea destaca a importância de envolver todos os sentidos para criar espaços mais ricos e

significativos (Pallasmaa, 2009).

Ele argumenta que a arquitetura contemporânea tem sido muito focada na visão, negligenciando os outros sentidos, quase forçando o indivíduo a habitar o espaço como um único sentido e, assim, priva as pessoas de uma experiência plena e enriquecedora do espaço.

Para Pallasmaa o toque, em particular, desempenha um papel fundamental na nossa experiência, é através dele que podemos estabelecer uma relação íntima com os materiais e texturas presentes num espaço, conectando-nos emocionalmente e ajudando-nos a interpretar melhor o seu caráter e qualidades. Além disso, ao integrar olfato e audição, os arquitetos podem criar ambientes que ressoem de maneira mais profunda com as experiências humanas (Pallasmaa, 2009).

Por último, Alberto Pérez-Gómez, arquiteto e teórico mexicano, conhecido pela sua abordagem filosófica, refere que o espaço dispõe de uma visão que desafia as concepções modernistas da arquitetura. E, destaca a importância da filosofia e da experiência completa na concepção do espaço (Gómez, 1983).

O espaço, para Pérez-Gómez, é mais do que uma passagem física, é um lugar de transição e transformação, onde ocorrem mudanças e alterações físicas e emocionais. Isso implica uma compreensão mais profunda da subjetividade e da diversidade das experiências humanas. A sua visão filosófica destaca que o construído não é apenas uma estrutura física, mas um campo de significados que influencia as emoções, a espiritualidade e a cultura. Pérez-Gómez critica a visão modernista da arquitetura, baseada numa concepção reducionista e científica do espaço. Ele argumenta que essa visão levou a uma perda da riqueza e complexidade do espaço arquitetónico; sustenta ainda que o espaço arquitetónico não pode ser reduzido a uma mera função utilitária, mas deve ser concebido como local de encontro e transformação dos indivíduos. O espaço, segundo Pérez-Gómez, proporciona a oportunidade de experimentar e refletir, e permite uma maior abertura à diversidade das experiências humanas (Pérez-Gómez, 1983).

Teorias como as de Norberg-Schulz, Pallasmaa e Pérez-Gómez oferecem perspectivas filosóficas que transcendem a simples concepção do espaço arquitetônico. Cada uma dessas abordagens proporciona aspectos valiosos sobre a dimensão espiritual e emocional do espaço, a importância dos sentidos na experiência arquitetônica e a visão do espaço como um lugar de transição e transformação.

Em suma, Norberg-Schulz, com a sua abordagem fenomenológica, convida a considerar a relação entre o indivíduo, o ambiente físico e cultural como aspectos que influenciam a criação de um sentido de lugar e de um significado para o espaço. Já Pallasmaa enfatiza a importância dos sentidos e da experiência sensorial na arquitetura, preocupando-se com que o espaço desperte um estímulo, proporcionando uma experiência mais completa, significativa e emocional. Finalmente, Pérez-Gómez apresenta uma visão relacionada com o espaço liminar, um espaço de transição que nos pode oferecer experiências diferentes, tornando-se fundamental para a nossa experiência e compreensão da arquitetura, permitindo-nos experimentar mudanças físicas e emocionais. Acaba, assim, por ter uma abordagem filosófica que nos convida a refletir sobre a importância da subjetividade e da diversidade nas experiências no projeto arquitetônico.

Pensar na relação do ser humano com o ambiente, na importância dos sentidos e da experiência sensorial e na noção de espaços de transição e transformação, é importante para o nosso tema. Todas estas teorias influenciaram, e ainda influenciam, a maneira como a arquitetura e os espaços são concebidos e abordados hoje em dia; de igual modo, encorajam-nos a projetar espaços autênticos, estimulantes e significativos, enriquecendo assim a nossa experiência e a compreensão do ambiente construído.

CONDICIONAMENTO DO ESPAÇO_

Papel do Arquiteto

Josep Muntanola, arquiteto e teórico catalão, refere-se ao arquiteto como poeta que desenhará os espaços onde vivem os indivíduos, habitando-os com a sua imaginação e tornando-os possíveis graças às técnicas de construção (do desenho à obra final).

O arquiteto é um indivíduo de ação e de responsabilidade: uma espécie de poeta que “desenha” um poema e transmite uma mensagem diferente a cada leitor, consoante as suas experiências e memórias. Muntanola refere que “poeticamente o homem habita porque projeta a partir do contruir e do habitar” (Muntanola, 1981).

Steven Holl, arquiteto americano, fala precisamente desta metáfora, uma vez que a arquitetura e o espaço devem criar uma ligação poética (Marques, 2013). Esta ligação era manifestada sem interação consciente, quer pelo uso de materiais, quer por técnicas locais, quer pela associação à paisagem ou aos factos históricos. Agora, a ligação com o sítio deve ser construída em função dos indivíduos.

O arquiteto cria os espaços que lhe são dados a projetar e o indivíduo transforma esses mesmos espaços, expressando modos de habitá-los. A arquitetura, mais do que interromper uma paisagem, serve para explicá-la.

A criação arquitetónica define a capacidade de tornar possível um habitar a partir de um construir, fundamentando-se no modo como “poeticamente o Homem habita esta terra” (Heidegger, 2002). A leitura perfeita de um projeto deve ter como centro poético o “construir”, o “habitar” e o “pensar” (Heidegger, 1951).

Esta poesia levada a casos concretos, leva-nos a ver que o arquiteto poderá criar tanto no construído como na relação do construído com a envolvente. Sabemos que alguns levaram esta preocupação da poesia mais além do que outros.

Por exemplo, a Casa da Cascata de Frank Lloyd Wright (1939) é incompreensível sem o seu contexto; pelo contrário a Villa Savoye de Le Corbusier (1931), não necessita da sua localização geográfica para a sua

leitura, valendo apenas como experiência, limitada pela sua forma.

Enquanto a poesia da Villa Savoye tem como foco a harmonia dos espaços, a Casa da Cascata também considera o seu relacionamento com a envolvente.

Se quem cria espaços é o arquiteto, será ele quem terá de atribuir a essência aos espaços que inventa, a partir da sua leitura dos lugares que lhe são dados; os lugares não poderão ter uma leitura meramente analítica, pois estes transformar-se-iam facilmente em entidades reprodutíveis; em vez de uma autoria que se defende e tem um propósito, cria-se algo que se repete.

Para Martin Heidegger, filósofo alemão, esta “essência” deverá ter sentido através da “matéria”, do “conteúdo”, que sintetizada com a sua forma resulta no objeto e posteriormente na leitura do habitar (Heidegger, 2001).

A obra não resulta apenas da mera presença formal, mas sim de um processo interpretativo da parte do indivíduo, confrontado com o espaço e com o objeto. Estamos perante um desenvolvimento conceptual inerente a cada indivíduo. Assim a tentativa de definir um habitar não deverá ser atingida de modo grosseiro e imediato, caindo nas barreiras do óbvio, mas pode colocar de lado os ilusórios conceitos comuns e assentar na nossa própria experiência.

O arquiteto exerce o seu direito de autor sobre as obras realizadas, através de um processo criativo que resulta do pensamento; já o indivíduo/sujeito/utilizador, recria os espaços consoante a sua necessidade, contando com a interligação entre o lugar e a sua experiência.

Segundo Bergson, a arquitetura de um espaço deve ser utilizada “*tocada, penetrada, vivida*” pelo contacto físico e sensorial; o utilizador encontrará o espaço já manipulado pelo arquiteto (Bergson, 2010, p.72-73). Bergson é fundamental para o desenvolvimento que se pretende fazer nesta dissertação, pois este autor estabelece contribuições importantes no entendimento da percepção, como uma interpretação do sítio, transformada em Memória. Esta mesma memória do sítio será reutilizada na arquitetura, inicialmente como matéria virtual para o estabelecimento de princípios e conceitos, e posteriormente como matéria presente e manipulada na

construção. Já do ponto de vista do observador, a percepção interpretativa da obra construída integra-se já num sítio manipulado, onde irá estimular a memória e permitirá abrir portas para a forma de decodificar as estratégias idealizadas pelo autor. Estas duas abordagens, aparentemente distintas, têm um ponto em comum: o Espaço.

Em resumo, a arquitetura tem um papel fundamental, como atividade do pensamento e como matéria concreta; o autor e utilizador complementam-se na percepção do espaço, como elemento comum às duas entidades. Se, neste contexto, o arquiteto transforma e operacionaliza o espaço, o observador/indivíduo que habita poderá decodificar e sistematizar um percurso de descoberta através das relações e experiências com o mesmo espaço. Entende-se assim a relação da percepção e da memória como motor tanto da criação/transformação, como do reconhecimento.

Os arquitetos, no entanto, também habitam e ativam a sua percepção dos sítios a partir de uma interpretação, utilizando os seus sentidos.

Esta experiência de vivenciar o espaço, por sua vez, enriquece a memória, que é solicitada quando projeta outros espaços, no seu trabalho. Tal como os outros indivíduos, ativará a sua percepção, a sua experiência e a sua memória quando o corpo reúne interpretações do espaço, utilizando os seus sentidos.

O condicionamento do espaço é um processo crucial na arquitetura; os arquitetos desempenham um papel fundamental na criação de ambientes que despertam emoções nas pessoas que os habitam. Estudos recentes abordam o papel do arquiteto na conceção do espaço.

O desafio atual da arquitetura na construção de novas cidades está presente na capacidade de os arquitetos influenciarem a experiência e o comportamento das pessoas através do design do espaço. Esta abordagem não se limita à criação de estruturas físicas, mas visa também estabelecer ambientes que vão além da funcionalidade básica, impactando emocionalmente os utilizadores. Ao considerar aspetos emocionais, os arquitetos equacionam o modo como os espaços podem afetar o estado de espírito das pessoas, através da escolha de cores, texturas e materiais.

O arquiteto ao adquirir um amplo conhecimento em áreas como,

Teoria da arquitetura, projeto e outras dimensões arquitetônicas, obtêm as bases necessárias para criar espaços que evocam emoções e experiências nas pessoas. A teoria da arquitetura permite a compreensão dos princípios fundamentais da disciplina (correntes estéticas e movimentos artísticos). O desenvolvimento do projeto, por sua vez, abrange habilidades de concepção, transformando ideias e conceitos em soluções concretas que consideram as necessidades dos utilizadores, tendo em conta as restrições locais e as normas regulamentares. Por fim, as dimensões da arquitetura referem-se à compreensão da forma, do espaço, da luz, da cor e dos materiais, que influenciam profundamente a criação de ambientes impactantes e esteticamente coerentes.

A neurologia comportamental revela que as características dos espaços podem estimular a criatividade das pessoas. Os arquitetos podem aplicar essa informação ao criar ambientes que promovam a inovação, considerando elementos como tetos altos (para criar uma sensação de amplitude e liberdade), paredes curvas (para gerar fluidez e movimento), cores brilhantes (para criar um ambiente que transmite mais energia) e a utilização de materiais naturais (para uma maior conexão com a natureza).

Esta abordagem destaca a importância de considerar aspetos sensoriais na concepção do espaço, indo além da funcionalidade básica. A neurologia comportamental também revela que espaços abertos e bem iluminados podem estimular a interação social. Os arquitetos podem aplicar essa informação ao projetar ambientes que influenciem a sua utilização; espaços abertos para encorajar a interação visual e verbal, com iluminação adequada para criar ambientes acolhedores; móveis e materiais apropriados, para estimular a interação social. Assim, torna-se evidente a importância de criar ambientes que facilitem o encontro e a conexão entre os indivíduos.

A neurologia comportamental também pode guiar o design de espaços acessíveis para pessoas com deficiência. Estratégias como boa iluminação, sinalização clara, uso de rampas e elevadores, além de materiais apropriados, podem melhorar a acessibilidade para todos.

Essas diretrizes visam criar espaços inclusivos e acessíveis, garantindo que todos os utilizadores possam desfrutar dos ambientes

projetados.

Em síntese, a concepção do espaço na arquitetura é um processo multidimensional. Os arquitetos desempenham um papel evocativo na criação de ambientes que vão além da funcionalidade, considerando aspectos emocionais, estéticos e funcionais. Ao adotar uma abordagem mais completa, os profissionais da arquitetura contribuem para a criação de espaços que impactam positivamente a vida das pessoas, promovendo bem-estar, interação social, inovação e acessibilidade.

CONDICIONAMENTO DO ESPAÇO_ Objeto

O condicionamento do espaço através dos objetos é um aspecto fundamental no campo da arquitetura e do design, desempenhando um papel crucial na forma como os indivíduos percebem, interagem e vivenciam os ambientes ao seu redor. A influência desses elementos vai muito além do aspecto estético, penetrando diretamente na experiência humana e no comportamento, moldando a maneira como nos conectamos com o espaço que habitamos.

A conceção cuidadosa dos objetos e da sua relação com o ambiente físico tem um impacto direto na percepção do espaço pelos indivíduos. A disposição e a presença dos objetos podem alterar substancialmente a sensação de tamanho de um ambiente. Um espaço aparentemente pequeno pode parecer mais amplo e acolhedor com uma escolha estratégica de mobiliário e a otimização da circulação. Os arquitetos e os designers devem considerar não só a função dos objetos, mas também o impacto psicológico da sua posição e presença no espaço (Gifford, 2007).

O design dos objetos pode moldar a forma como as pessoas interagem quando utilizam o espaço. A disposição do mobiliário em ambientes partilhados, como salas de estar, com disposição mais aberta pode encorajar a interação social, enquanto uma disposição mais modular pode influenciar a funcionalidade, mas permitir maior flexibilidade e personalização.

A escolha de cores é outro aspeto relevante nesse contexto. Cores mais claras e vibrantes podem criar ilusão de espaços mais amplos, enquanto tons mais escuros podem conferir uma sensação de aconchego. Essa interação entre cor e percepção do espaço destaca a importância de uma abordagem global no design, considerando não só a estética visual, mas também o efeito psicológico das escolhas cromáticas (Valdez e Mehrabian, 1994).

A iluminação artificial também desempenha um papel importante. Ambientes bem iluminados não afetam apenas a percepção visual, mas também podem criar uma atmosfera mais acolhedora, favorecendo a interação social. Em contrapartida, a iluminação mais suave e direcionada

pode criar espaços mais íntimos e propícios à reflexão individual (Küller; Ballal; Laike; Mikellides E Tonello, 2006).

Além do conforto visual, a iluminação é uma ferramenta estratégica utilizada para destacar elementos arquitetônicos. A manipulação inteligente da luz pode direcionar o foco, criando pontos de interesse e influenciando a percepção do espaço.

A compreensão da inter-relação entre elementos sensoriais e o condicionamento objeto-espaço destaca a importância de abordagens mais completas no design. É imperativo considerar não só a estética visual, mas também as experiências tácteis e visuais, para criar ambientes que cativem e envolvam os ocupantes (Pallasmaa, 2012).

O condicionamento objeto-espaço não se restringe apenas à visão; ele estende-se às experiências sensoriais, destacando a importância dos materiais, texturas e estímulos visuais na criação de ambientes envolventes.

A escolha de materiais naturais, tanto para objetos como para revestimentos - madeira, pedra entre outros - conferem uma estética agradável, mas também evocam uma sensação de conexão com a natureza, promovendo o bem-estar emocional. Estudos sobre estímulos visuais e experiências de cor no espaço interior destacam a influência direta na percepção das pessoas. O design de interiores pode utilizar cores de maneira estratégica para criar ambientes que estimulem ou tranquilizem, dependendo das necessidades específicas de cada espaço (Mais Finishings, 2024).

Com o avanço tecnológico, o condicionamento do espaço enfrenta novos desafios e oportunidades. A integração de sistemas inteligentes e dispositivos eletrônicos nos espaços oferece novas possibilidades de personalização e adaptação às necessidades individuais, permitindo que os ambientes se ajustem automaticamente às preferências do utilizador, proporcionando conforto e eficiência.

Considerar cuidadosamente a intersecção entre inovação e estética é crucial para criar ambientes que não apenas atendam às expectativas contemporâneas, mas que também antecipem e se ajustem às evoluções futuras, nas formas como interagimos com o espaço ao nosso redor. Este desafio, embora complexo, oferece oportunidades para moldar ambientes

verdadeiramente adaptativos e personalizados.

À medida que avançamos para uma era cada vez mais tecnológica, a adaptação a novas necessidades e a incorporação sensata de inovações são essenciais. A consideração cuidadosa desses elementos, baseada em pesquisas e teorias contemporâneas, é fundamental para arquitetos e designers que procuram criar espaços que não só agradem visualmente, mas também influenciem no bem-estar e na vida daqueles que os habitam.

A intersecção entre o condicionamento do objeto no espaço e a saúde mental é um campo de pesquisa em rápido crescimento, revelando a influência substancial que o design de interiores exerce sobre o bem-estar das pessoas. A compreensão dessa relação complexa não destaca apenas a importância de ambientes visualmente agradáveis, mas também evidencia o modo como o condicionamento objeto-espaço pode ser um catalisador direto para promover estados de espírito positivos e de saúde mental robusta.

Pesquisas recentes têm destacado que o design de interiores desempenha papel crucial na promoção da saúde mental, proporcionando estados de espírito positivos e contribuindo para um ambiente propício à introspecção e calma (Ulrich, 1991). Elementos específicos, como cores suaves e a incorporação de elementos naturais, têm sido identificados como facilitadores desses estados emocionais desejáveis (Kaplan e Kaplan, 1989).

O uso de cores suaves, como tons de azul e verde, tem sido associado à redução do stress e da ansiedade, criando ambientes que promovem uma sensação de tranquilidade (Mais Finishings, 2024). A presença de elementos naturais, como vasos com plantas, não adiciona apenas uma estética cuidada, mas também está ligada a benefícios psicológicos, como aumento da criatividade e melhoria do humor (Bringslimark, 2007).

A psicologia ambiental desempenha um papel vital ao analisar como os elementos físicos do ambiente influenciam o comportamento e as emoções humanas (Gifford, 2007). A associação entre a Psicologia Ambiental e o Design, numa abordagem centrada no indivíduo, fundamentada em princípios da psicologia ambiental, permite que

arquitetos e designers criem espaços que atendam às exigências emocionais dos indivíduos (Kotler, 1973).

A interação entre os objetos, o espaço e os elementos sensoriais é um campo fascinante que revela a importância de considerar não só a estética visual, mas também a experiência tátil na criação de ambientes.

Objetos com materiais mais frios, metálicos, transmitem uma atmosfera moderna e industrial, proporcionando uma experiência sensorial distinta. Esses elementos podem ser escolhidos para criar ambientes que buscam uma estética contemporânea e uma resposta sensorial mais sóbria (Gifford, 2007). Materiais que proporcionam uma resposta tátil positiva, juntamente com uma estética visual cuidadosamente planejada, contribuem para a criação de espaços que são percebidos de maneira mais completa e integrada. Ao abordar o condicionamento do espaço pelos objetos, a inclusão deliberada de elementos sensoriais abre portas para a criação de ambientes memoráveis e envolventes.

Esta influência do objeto, da tecnologia e inovação está representada no filme *Meu Tio (Mon Oncle)* de Jacques Tati, realizado em 1958. A personagem principal, o senhor Hulot, é um indivíduo comum e desajeitado, que se confronta com a vida moderna, sendo evidentes as suas dificuldades em habitar essa realidade.

A Villa Arpel, uma casa projetada com volumes puros e cores muito sóbrias (tons frios e metálicos como cinzas e brancos) reflete a eficiência mecanizada do mundo moderno, enfatizando o distanciamento e o isolamento experienciado pelos seus habitantes.

Esta casa reflete uma sensibilidade alimentada por Le Corbusier — uma inspiração da “máquina para viver”, com os seus dispositivos técnicos, a sua frieza decorativa e a sua notável falta de conforto (Weinberg Modern, 2015).



Imagem 11, Imagem de Anna Molloy, Villa Arpel cenário principal do filme, *Mon Oncle*, de Jacques Tati, Mediapolis Journal (Molly, 2023)

Nesse sentido, a casa dos Arpel é um ótimo exemplo, representado no filme. A caricatura começa logo ao chegar ao portão, quando o convidado ouve o ruído metálico da abertura automática, o que já antecipa o mundo em que ele está a entrar. Depois, o convidado depara-se com um típico jardim moderno, marcado por formas geométricas, pouca vegetação e caminhos que conduzem o indivíduo por onde o arquiteto pensou que ele deveria caminhar, projetando um caminho único percorrível. É de ressaltar que esse jardim, apesar de atraente, não é agradável para estar: não apresenta sombra, estando o visitante exposto ao sol e a um irritante ruído do chafariz.

Cada faceta da Villa Arpel enfatiza a impraticabilidade de uma dedicação à estética superficial, a algo que as pessoas desejavam apenas por curiosidade e uma necessidade de modernização, complicando as verdadeiras necessidades da vida diária e o condicionamento do seu uso. O chafariz, as pedras de passagem inconvenientemente localizadas, os móveis desconfortáveis, a cozinha cheia de eletrodomésticos barulhentos, o sensor de garagem, etc.

A precisão com que Tati critica não se revela apenas nessas grandes peças de cenário, mas também nos movimentos mais pequenos: é especialmente divertida a maneira como um grupo de convidados de uma festa pega em todos os móveis no jardim para fugir de um vazamento de água, carregando-os por caminhos sinuosos, pedras e plataformas, apenas para voltar ao mesmo local de onde saíram originalmente. Ao longo do caminho, enquanto descem um pequeno lanço de escadas, a mesa inclina-se e uma jarra

despeja chá numa chávena, num movimento suave e comum; qualquer engenho de alta tecnologia inventado para servir o mesmo propósito não faria um trabalho tão bom quanto essa ocorrência accidental.



Imagem 12, Imagem de Léa Lamoureux. Retrato da cena do filme em que a mesa é movida de lugar e a jarra despeja chá numa chávena, *Mon Oncle* de Jacques Tati, Academia d'Orléans-Tours (Lamoureux n.d.)

O minimalismo é parte integrante desta casa e naturalmente estende-se ao mobiliário/objetos dos cenários. Sendo a Villa Arpel minimalista, é meticulosamente executada, desde a seleção de móveis, que incluem obras de designers como “*Baltensweiler, Chambost, Mategot e Motte*”, até aos arranjos simples e elegantes das peças, os acentos vívidos de cor fortes, os móveis, as roupas e o paisagismo (Weinberg Modern, 2015).

Os objetos dispostos passam a percepção de ser um lugar voltado para as aparências, uma vez que são projetados para serem vistos, e não desfrutados.

O posicionamento de Tati em relação ao modernismo é evidente no mobiliário que criou (junto com Jacques Lagrange, seu cenógrafo de longa data) para a Villa Arpel. As quatro peças-chave — o sofá “*Harper*” (dois rolos conectados), o sofá “*Haricot*” (em forma de feijão), a cadeira “*Rocking*” (com assento amarelo e de balanço) e a poltrona “*Scoubidou*” (de cordas elásticas) — são projetados para transmitir desconforto.



Imagem 13, imagens de Film And Furniture e Les Ateliers Courbet, Mobiliário de destaque ao longo do filme, Mon Oncle de Jacques Tati, Ícones de Design atualmente, fabricados por Domeau & Péres (Film And Furniture, n.d)

O sofá “*Harper*” demonstra uma aparente dureza e rigidez “embora seja um dos sofás mais icônicos dos anos cinquenta” (Weinberg Modern, 2015) – refletindo a precisão da Era da Máquina. O sofá “*Haricot*” não tem encosto, parece impossível de se deitar, e Hulot é forçado a virá-lo de lado para poder dormir nele. A cadeira “*Rocking*”, de balanço tem um assento longo e um encosto curto, forçando o Sr. Arpel a curvar-se quando está sentado, mantendo um pé no chão para que não se incline totalmente para a frente. Este elemento cria uma assimetria que é visualmente provocadora. A poltrona “*Scoubidou*” em estrutura tubular e fios elásticos para costas e assento, obriga a ficar numa posição mais baixa do que o esperado, não podendo ser uma solução a utilizar à mesa. Estes objetos bem conseguidos e considerados uma referência no design, são visualmente excelentes e, no caso deste filme, são adequados ao seu propósito, que era parecerem desconfortáveis (Weinberg Modern, 2015).

Cada objeto da Villa Arpel é projetado estilisticamente, em vez de funcionalmente, criando um ambiente completamente indiferente ao conforto, ou falta de conforto, perante os indivíduos.

Assim, Mon Oncle estimula uma reflexão que vai além da funcionalidade dos objetos, que implica considerar o impacto deles na arquitetura e na experiência de habitar. Leva-nos a questionar a nossa relação com o ambiente construído e a importância dos objetos no meio que nos rodeia.

Em suma, a escolha sensível de materiais, texturas e iluminação molda a experiência individual dos ocupantes. Nesse sentido, emerge como princípio fundamental, capacitando os profissionais a projetar ambientes que transcendem o visual, proporcionando experiências sensoriais ricas e significativas.

Ironicamente, Tati antecipou o minimalismo dos anos 1960, e continua a lembrar-nos que a alma de um lugar pode moldar as nossas vidas de maneiras que nem sempre percebemos.

3. FUNCIONAMENTO E VERSATILIDADE DO ESPAÇO

“A flexibilidade é a criação de uma capacidade de ampla margem que permite diferentes e mesmo opostas interpretações e usos.”

(Koolhaas & Mau, 1995, p. 240, tradução própria)

FUNCIONAMENTO E VERSATILIDADE DO ESPAÇO

A concepção arquitetônica contemporânea reconhece a importância intrínseca da funcionalidade e da versatilidade do espaço como fatores fundamentais para a criação de ambientes que atendam às necessidades atuais, mas que também evoluam e se adaptem à constante mudança dos indivíduos. Este subcapítulo explora a ligação entre funcionalidade, versatilidade e eficiência, defendendo que essa abordagem não reflete apenas as tendências atuais mas também oferece benefícios ligados ao bem-estar e à produtividade dos indivíduos que os habitam.

A dinâmica social, tecnológica e cultural em constante evolução exige uma abordagem flexível na concepção de espaços arquitetônicos. A funcionalidade do espaço vai além de atender as necessidades imediatas e abraça a capacidade de adaptação do ambiente construído ao longo do tempo. Espaços versáteis são concebidos para se transformar e evoluir, garantindo que permaneçam relevantes e eficazes, independentemente das mudanças nas atividades humanas e nas expectativas sociais.

A eficiência do espaço é um princípio orientador na concepção arquitetônica contemporânea. A otimização do uso do espaço não se limita à sua ocupação física, mas também à capacidade de acomodar diversas funções e atividades. Espaços versáteis são projetados com a premissa de maximizar a sua utilidade, proporcionando uma diversidade de usos sem comprometer a qualidade ou a experiência do indivíduo. Esse exagero da eficiência espacial contribui não só para a sustentabilidade ambiental, mas também para a maximização do investimento da infraestrutura.

Estudos científicos reforçam a importância da versatilidade na concepção de espaços. O estudo publicado na revista *Frontiers in Psychology* destaca como a adaptabilidade do ambiente físico impacta diretamente a produtividade e o bem-estar dos utilizadores. Ao criar espaços flexíveis e adaptáveis, os arquitetos têm a capacidade de influenciar positivamente a dinâmica de grupos de trabalho, facilitando a colaboração, estimulando a criatividade e promovendo a satisfação no ambiente de trabalho (Kercher, Rahman e Pedersen, 2024).

Esta ideia implica que os espaços concebidos para serem versáteis não são apenas cómodos, mas também potenciam o desempenho humano. A relação direta entre espaços versáteis e a facilitação da colaboração e criatividade é um ponto central neste contexto. A capacidade de ajustar a configuração do espaço conforme as necessidades específicas de uma tarefa ou projeto permite uma resposta dinâmica às necessidades de interação e troca de modos de habitar. A flexibilidade espacial torna-se, assim, um facilitador ligado à inovação, contribuindo para o desenvolvimento de ambientes que fortalecem a criatividade e promovem soluções inovadoras.

A ligação entre funcionalidade do espaço e satisfação no trabalho é crucial. Espaços versáteis, ao se adaptarem às preferências individuais e coletivas, contribuem para um ambiente de trabalho mais harmonioso e agradável. A flexibilidade do espaço não responde apenas às necessidades operacionais, mas também considera o conforto e o bem-estar dos indivíduos, promovendo uma atmosfera que favorece a realização profissional e a satisfação pessoal.

A intersecção entre funcionalidade e versatilidade na conceção arquitetónica contemporânea transcende o simples arranjo de elementos físicos, como os objetos ou o mobiliário. É um compromisso com a adaptação, a inovação e o aprimoramento contínuo. À medida que a sociedade evolui, a arquitetura deve responder; a criação de espaços que são simultaneamente funcionais e versáteis emerge como princípio orientador para arquitetos comprometidos em moldar ambientes que enriqueçam a vida, promovam a produtividade e atendam às necessidades variadas de uma comunidade em constante transformação.

A ideia subjacente à resiliência urbana, através da conceção de espaços versáteis, é um campo fascinante e crucial na arquitetura contemporânea, abordando não só a funcionalidade imediata dos espaços, mas também a sua capacidade de se adaptar face a mudanças nas necessidades e condições urbanas. Procuraremos explorar os elementos fundamentais dessa teoria, destacando como a versatilidade na conceção espacial pode ser um impulsionador significativo nesta resiliência.

A resiliência urbana refere-se à capacidade de uma cidade se recuperar, adaptar e transformar face a perturbações e mudanças, sejam elas sociais, económicas ou ambientais. A noção de espaços versáteis sugere que a adaptabilidade dos espaços urbanos desempenha um papel fundamental nesse processo.

Espaços versáteis são aqueles que não estão rigidamente definidos por elementos que imponham uma única função, mas que podem ser reconfigurados para se adequarem a diferentes utilizações e circunstâncias, tornando-os altamente ajustáveis às exigências urbanas em constante evolução.

Uma investigação publicada na revista *Environment and Planning B: Urban Analytics and City Science* destaca a relação intrínseca entre a versatilidade espacial e a resiliência urbana. Espaços multifuncionais demonstraram uma capacidade única de se adaptar a diferentes usos e situações, resultando em eficiência e sustentabilidade a longo prazo. Ao permitir uma variedade de atividades e funções, esses espaços respondem de maneira dinâmica às necessidades emergentes, evitando a perda prematura e contribuindo para a durabilidade e relevância contínua na paisagem urbana (Sage Journals, n.d.).

A adaptabilidade é identificada como estratégia fundamental para fortalecer a resiliência urbana. Espaços versáteis agem como lugares flexíveis, permitindo que a cidade ajuste as suas dinâmicas em resposta a imprevistos, mudanças demográficas ou evoluções económicas. Ao contrário de espaços rigidamente especializados, a flexibilidade inerente desses ambientes contribui para uma resposta ágil a desafios urbanos, fornecendo soluções que se alinham de maneira mais eficaz às necessidades emergentes.

Um elemento-chave na teoria é a participação ativa das comunidades na conceção e adaptação desses espaços. A integração de utilizadores e a consideração das necessidades específicas dos indivíduos garantem que a versatilidade seja orientada pelas suas próprias dinâmicas. Isto não só reforça o sentido de pertença, mas também promove a sustentabilidade social, criando espaços que são verdadeiramente moldados pela identidade e aspirações das comunidades que servem.

Esta teoria é realçada pelos exemplos atrás apresentados, como a “*High Line*” em Nova Iorque e o projeto “*The Bentway*” em Toronto. Ambos demonstram como espaços anteriormente subutilizados foram transformados em ambientes versáteis que não só resistem a mudanças, mas também se tornam catalisadores de regeneração urbana. A adaptação desses espaços às necessidades locais específicas destaca a eficácia prática da teoria na promoção da resiliência urbana.

A teoria da resiliência urbana, concretizada com a concepção de espaços versáteis, proporciona uma visão estratégica para enfrentar os desafios dinâmicos enfrentados pelas cidades modernas. Esta abordagem não só define a arquitetura como disciplina vital na construção de cidades resilientes, mas também destaca a necessidade de uma colaboração contínua entre arquitetos, designers, e os próprios habitantes na busca de soluções sustentáveis e inovadoras.

Em suma, a funcionalidade e versatilidade dos espaços são conceitos cruciais na concepção arquitetônica contemporânea, desempenhando um papel fundamental na adaptação à evolução das necessidades dos indivíduos e na otimização da eficiência dos espaços. Através de uma concentração na flexibilidade, eficiência e adaptação, os arquitetos podem criar espaços que satisfaçam as necessidades em constante mudança dos indivíduos e promovam o bem-estar e o uso dos mesmos a longo prazo.

Este tema, sustentado pelos estudos referidos neste capítulo, oferece uma compreensão mais aprofundada sobre como a concepção de espaços versáteis não só responde aos desafios atuais mas, também, promove benefícios significativos em várias áreas, desde a produtividade até à saúde mental.

O estudo publicado na revista *Frontiers in Psychology* da autoria de Kercher, Rahman e Pedersen, destaca que a concepção de espaços versáteis está diretamente associada à melhoria da produtividade e do bem-estar dos utilizadores. A flexibilidade e adaptabilidade desses espaços são fundamentais para facilitar a colaboração, estimular a criatividade e aumentar a satisfação no trabalho. A arquitetura, nesse contexto, emerge como ferramenta que não só fornece abrigo, mas também molda

experiências e influencia estados emocionais (Kercher, Rahman e Pedersen, 2024).

Assim é necessário destacar a importância da compreensão e desenvolvimento no espaço humano. O ensino da concepção do espaço arquitetônico é abordado como um processo baseado nas descobertas da psicologia contemporânea, enfatizando as habilidades fundamentais de percepção no espaço. Essa abordagem não só forma profissionais capacitados, mas também promove uma compreensão mais profunda do impacto do espaço na experiência humana.

Nos estudos analisados é possível destacar a influência dos objetos em vários aspectos e um deles é o ambiente educacional. Desde a fachada dos edifícios até ao mobiliário, cada elemento espacial desempenha um papel na formação dos estudantes. Estes contextos realçam como a concepção cuidadosa dos espaços pode influenciar positivamente o processo de aprendizagem, criando ambientes adequados ao desenvolvimento educacional e ao bem-estar dos alunos.

Outro estudo sublinha o papel do design de interiores na promoção da saúde mental. Num mundo onde ansiedade e stress são prevalentes, a capacidade de criar ambientes que promovam introspeção, calma e conexão emocional é identificada como essencial. Aqui, a arquitetura é percebida como ferramenta terapêutica que pode contribuir para o equilíbrio mental.

Essa análise ressalta a variedade de sistemas e expressões do limite na arquitetura, proporcionando uma compreensão mais profunda de como o espaço é definido e percebido. Para isso é importante reconhecer o papel da arquitetura na compreensão e conhecimento do espaço, enfatizando as quatro dimensões convencionais: altura, largura, comprimento e tempo (Kercher, Rahman e Pedersen, 2024).

Desde a produtividade no local de trabalho até o impacto na educação e na saúde mental, a concepção de espaços versáteis não responde apenas às necessidades do presente, mas também prepara o terreno para ambientes arquitetónicos mais adaptáveis, centrados no utilizador e socialmente enriquecedores. Espaços que promovem segurança, seja por meio de objetos, iluminação ou planeamento urbano, contribuem para uma experiência urbana mais sustentável. A arquitetura,

assim, é percebida não só como construção física, mas como peça essencial na melhoria da qualidade de vida e no desenvolvimento dos indivíduos.

A flexibilidade destaca-se também como pilar essencial na criação desses espaços arquitetônicos significativos. A flexibilidade não só atende à diversidade de atividades das comunidades, mas também promove a utilização otimizada do espaço. A eficiência entra como elemento inseparável da funcionalidade. Espaços arquitetônicos eficientes são aqueles que atendem às necessidades dos habitantes de maneira direta, minimizando desperdícios de recursos e maximizando a utilidade. A eficiência é intrínseca à funcionalidade, contribuindo para a criação de ambientes que oferecem o máximo benefício com o mínimo de recursos.

A adaptabilidade, por sua vez, é a resposta à inevitabilidade da mudança. Ambientes que podem adaptar-se a novas tecnologias, padrões de comportamento e dinâmicas sociais garantem a sua relevância contínua ao longo do tempo. A concepção arquitetônica adaptável é a chave para a longevidade e a sustentabilidade dos espaços. Assim sendo, torna-se importante compreender competências fundamentais como Percepção e Construção sobre o espaço, na concepção de um espaço arquitetônico.

A competência para compreender e desenvolver um espaço é essencial para os arquitetos, e a metodologia aqui proposta reconhece a singularidade dessa capacidade, exigindo abordagens específicas de outras áreas de ensino.

Ao integrar flexibilidade, eficiência e adaptabilidade, os arquitetos podem criar ambientes que não atendem apenas às necessidades imediatas, mas também promovem o bem-estar, a resiliência e o uso sustentável a longo prazo. Estes princípios são universais e aplicáveis em diversos contextos, desde a educação até à mobilidade urbana e à habitação de interesse social, implicando a relevância contínua destes conceitos na arquitetura contemporânea.

CAPÍTULO III

O HABITAR DO ABSTRATO AO CONCRETO

1. ENQUADRAMENTO

“Todos precisamos de nos perder para nos voltarmos a encontrar”

(Santos, 2020, Subtítulo)

Enquadramento

“Estar em casa - a maior parte do tempo - mudou a relação com a existência. O trabalho e o descanso passaram a acontecer quase que simultaneamente, sem separação clara. Perdeu-se a noção das horas, da rotina e dos intervalos”.

(Brandtner e Wülfing, 2021, p. 108)

No fim do ano de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, foi identificado pela primeira vez em humanos um vírus que viria a converter-se numa das maiores pandemias mundiais reconhecidas até aos dias de hoje. No dia 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou como pandemia a doença provocada por esse novo vírus, o SARS-CoV-2 (Síndrome Respiratória Aguda Grave Corona Vírus), mais conhecido como Covid-19 (designação em Inglês- Corona Virus Disease of 2019). Esta doença, caracterizou-se, principalmente, pela sua capacidade de causar infeções respiratórias graves, como a pneumonia, podendo provocar a morte (Assunção, 2022, p.44-45).

Após a confirmação dos seus rápidos e perigosos níveis de propagação e contágio, a doença alastrou-se mundialmente e os casos começaram a surgir em muitos outros países, distantes da sua origem, como se pode comprovar com a imagem (SNS24, 2023).

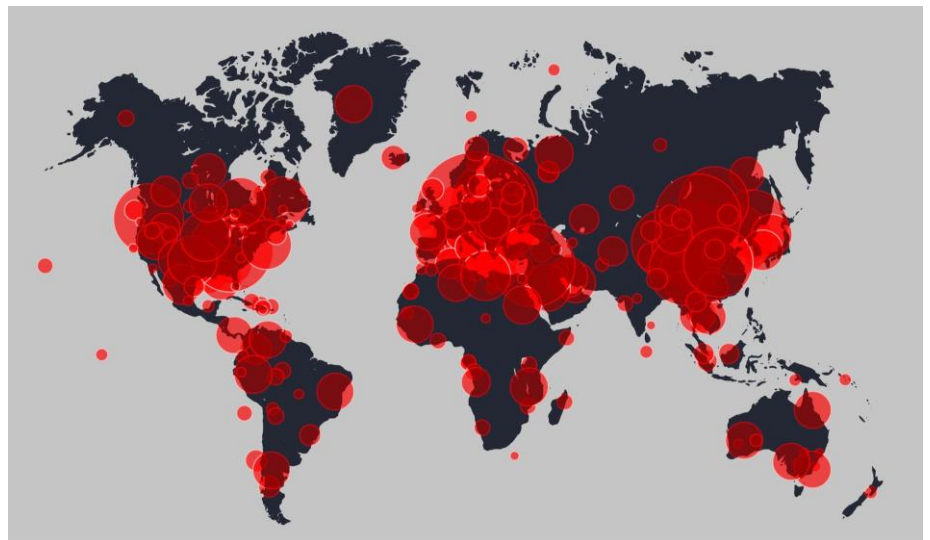


Imagem 14, Esquema de Ernesto Stein e Camila Valencia, Propagação do vírus Covid-19 a nível mundial Banco Interamericano de Desenvolvimento (BID) (Ernesto e Valencia, 2020)

O Covid-19 obrigou a que todos os indivíduos tivessem de alterar o seu quotidiano, com impactos significativos.

Em quase todo o mundo, os órgãos governamentais decretaram o fecho de fronteiras e ordenaram confinamento obrigatório das populações nas suas casas: impunha-se assim o distanciamento social.

Este isolamento serviu como meio para retardar a transmissão e o contágio da doença, evitando assim um colapso nos sistemas de saúde. Deste modo, diminuiu-se o contacto social e aumentou o tempo de permanência em casa. A vida pessoal e a vida profissional entrelaçaram-se (Assunção, 2022, p.44-45).

As famílias passaram a desempenhar todas as tarefas, atividades de trabalho, da escola e de lazer no mesmo espaço, diariamente. Este convívio que era criado no meio familiar ajudou a aumentar mais a intimidade e a proximidade entre os familiares, contudo também provocou desgastes pela intensidade e pela necessidade de adaptação rápida a uma nova realidade.

Com o confinamento obrigatório, as pessoas tiveram de adaptar os espaços da habitação a estas várias tarefas: trabalhar, estudar, fazer exercício e atividades de lazer.

Neste contexto, percebeu-se que o Covid-19 evidenciou lacunas já existentes nas casas e originou novos problemas.

Agora, neste período pós-Covid-19 em que vivemos, valorizamos mais certos requisitos, como a versatilidade e a flexibilidade (Assunção, 2022, p.44-45).

2. ENCONTRO DO CORPO COM A REALIDADE

“A arquitetura só é considerada completa com a intervenção do ser humano que a experimenta.”

(Ando, 1995, tradução própria)

ENCONTRO DO CORPO COM A REALIDADE_ A Minha História

O início

Paços de Ferreira, 24 de março de 2020

Nunca saberei por onde, ou como começar esta história. Desde o início foi uma incerteza.

Não sei se “história” será o termo mais correto, pois não se trata de um romance e muito menos acabará com a frase “todos viveram felizes para sempre”. No entanto, acredito que será desta forma que mais tarde recordarei esta fase da minha vida.

Nesta “história”, reside a partilha das minhas memórias e experiências, desde que o Covid-19 mudou a nossa vida; durante a Pandemia, tive de mudar os hábitos e adquirir lições que quero levar para o futuro.

O desafio é saber repensar os modos de habitar e coabitar neste cenário, como uma ponte para uma nova versão da nossa existência enquanto indivíduos.

Desde o dia 11 de março de 2020, a palavra “pandemia” inundou o nosso vocabulário, deixando aquilo que chamávamos de “normalidade” cair gradualmente ao nosso redor. Tudo era estranho, mas não muito assustador; a situação era encarada com ambiente irónico e até mesmo de brincadeira.

“É apenas mais uma gripe, como tantas outras que já tivemos”, dizia eu, na minha inocência.

Com o confinamento, tudo mudou. Dia após dia, estou a abandonar tudo o que caracterizava a vida anterior, uma vida ativa, de stress, sem tempo para nada, atolada em pensamentos e por tarefas, na qual até a própria noite se tornava insuficiente para acalmar o corpo e a mente.

Era assim, nos dias que considerava “normais”, dias em que dava como resposta “a Vida é assim...” para justificar todo o stress ao meu redor.

O stress estava presente em tudo o que fazia; tinha de almoçar durante o horário estipulado, nem tempo teria para esperar por uma mesa vazia num bar mais próximo. Stress na hora de ponta, onde o trânsito só me atrasava todos os dias a caminho de casa, da universidade ou até mesmo do ginásio. Stress sentido nos carros conduzidos por outros, cujas mãos pareciam

coladas às buzinas dos volantes. Tudo era feito em stresse, num modo automático, onde cada um estava focado na sua própria vida, sem dar conta do que realmente significava “Viver”.

Nós não vivíamos, o tempo passava simplesmente por nós a correr.

É triste olhar para trás e apercebermos que andávamos sonâmbulos em cada minuto que passávamos, como não soubemos “saborear” cada momento e dar valor a cada minuto que respiramos, para sentirmos toda a nossa envolvente.

Sentir o amor e o carinho das pessoas que mais gostamos, sentir o vento a bater-nos na cara, e o cheiro dos jardins que faziam parte do nosso caminho para casa, tudo isto são pequenos cenários que passavam despercebidos, e que, quando nos foram retirados, ansiámos por voltar a sentir novamente.

Páscoa

Paços de Ferreira, 12 de abril de 2020

Fechadas em casa, as pessoas veem-se agora, obrigadas a adaptarem-se rapidamente a novas rotinas; o caos instalou-se, um caos de silêncio e afastamento do mundo. Agora sim, tudo parece bem real.

Uma notícia publicada pelo Jornal Público, afirma: “Esta é a crise mais difícil desde a II Guerra Mundial” (Público, 2020).

Muita coisa mudou, aqueles com quem estava regularmente passaram a ser imagens nos ecrãs dos computadores ou até mesmo meras vozes no telemóvel.

Esta criatura invisível isolou-nos drasticamente em casa, afastados de tudo e de todos; as rotinas deixaram de ser como eram, nada mais há a fazer a não ser esperar. Contudo, o confinamento deu-nos aquilo que tanto precisámos, tempo e espaço, para reconhecermos tudo o que a vida nos dá de mais importante.

O tempo agora parece que se transforma em mais tempo, mas este tempo não nos traz nada de útil. Queremos mais tempo, sim, sem dúvida, mas tempo para fazer o que realmente nos dá prazer, e não um tempo que nos foi imposto, num estado de emergência, sem fim definido.

Assim passámos a Páscoa, altura em que habitualmente nos reunimos com a família e fazíamos jantares com os pratos típicos desta época. Confrontamo-nos com uma primeira época festiva separados de tudo e de todos. De igual modo, também já não passamos os aniversários juntos; a minha irmã fez anos no mês passado e nem um bolinho fizemos, como de costume, e tão pouco pude dar-lhe um beijinho, acompanhado por uma prenda.

Este ano foi assim... sem festas, sem tradições, sem rotinas. Tudo gira em torno deste infeliz ser microscópico.

Dia de Nossa Senhora

Paços de Ferreira, 13 de maio de 2020

Necessitamos ganhar consciência da constante abstração do espaço e da negação das características que o valorizam, no seguimento de não privar os nossos sentidos e consequentemente a Experiência de Habitar.

Isolada do mundo, detenho-me com coisas que nunca tinha reparado, numa autodescoberta; sentada no sofá, no chão da sala, ou na varanda de casa, estou num lugar completamente desconhecido. Olho e sinto o silêncio a percorrer a minha casa. A calma está instalada; se o início parecia brincadeira, agora é assustador, o mundo parece ter parado.

Hoje seria o dia de ver a rua de minha casa iluminada por velas; nos anos anteriores corria para a janela para ver passar a procissão da Nossa Senhora; este ano nada aconteceu. Não há mais ruído nas ruas, as janelas passaram a ser meras molduras de uma paisagem estagnada, sem movimento, sem pessoas nos passeios, os carros estão enraizados nos lugares de estacionamento, o silêncio acomodou-se e apenas existe o movimento do sol a ditar a vida a passar.

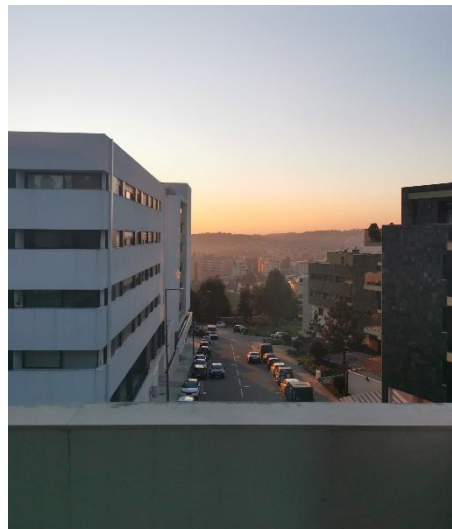


Imagem 15, O silêncio da paisagem;
Vista da janela de casa.
(Fotografia de Patricia Ferreira)

Deparo-me com um lugar completamente desconhecido, a minha casa. Apesar de ser a minha residência já há alguns anos, não a reconheço; as necessidades mudaram e o uso constante da mesma faz olhar de outro modo o que anteriormente chamava de “Lar doce Lar”.

A casa servia apenas como um refúgio do stresse da vida quotidiana, mas na verdade não era só para isso que deveria servir. Poderemos alcançar o maior conforto com uma ótima iluminação e espaços amplos; nada disto nos serve agora se a casa não passar a ser vista como um Sistema em vez de um simples edifício.

A casa é um conjunto de elementos que se reúnem e interligam por um propósito de harmonia, devendo sempre transformar-se conforme as nossas necessidades; só assim pode ser considerada um sistema.

No contexto presente, conhecemos uma constante abstração do espaço, onde consideramos estranho viver nesta casa, pois os espaços domésticos nunca foram habitados e ocupados como atualmente. A Pandemia, além de ter invadido as nossas rotinas, invadiu a nossa mente, colocando em causa preconceitos anteriores sobre o que seria cada compartimento. Temos de ser criativos. Somos forçados a criar vivências diferentes nos espaços, face a esta nova realidade, anteriormente desconhecida.

Partilho casa com o meu namorado, Miguel, e apesar de vivermos juntos nunca tivemos uma rotina coincidente. Ele é gerente de uma empresa, não tem horários de trabalho fixos, e necessita de muitas comunicações com outros trabalhadores. Já eu, nesta fase, necessito mais de estabilidade de horários e tranquilidade para conseguir ler, interpretar e escrever.

As nossas necessidades enquanto habitantes presos em quatro paredes, mudaram e, para isso, foi necessário que estas “quatro paredes” mudassem connosco.

Vivemos os dois na mesma casa, com necessidades opostas; isso obriga-nos a repensar as nossas necessidades e com isto olhar o nosso espaço de outra maneira.

É necessário (re)desenhar os compartimentos a partir das atividades de cada um, acreditando que, mais do que nunca, os espaços devem responder e adequar-se a uma maior versatilidade de funções. Assim, transformamos a casa em função de uma multiplicidade de propósitos, reforçando o que esta já teria, mas de modo pouco evidente.

Daqui nasceram várias soluções para facilitar e adequar a casa aos diferentes propósitos que esta passou a ter: escritório, escola, ginásio, sala de cinema, entre tantas outras coisas.

A manipulação dos objetos definiu uma determinada função, num determinado espaço e contexto. Eu e o meu namorado sentamo-nos e deparamo-nos com um monte de livros e cadernos, num dos cantos da mesa

de jantar, que definia o meu escritório. Do outro lado, a colocação de talheres e copos delimitavam a zona de refeições. A cozinha passou a ser a divisão mais dinâmica de casa, onde nos transformamos em autênticos *Masterchefs*, agricultores de uma pequena horta pendurada na janela ou até artistas plásticos a pintar quadros, apenas para ocupar e diversificar as nossas rotinas.

O quarto deixou de ser apenas um dormitório e passou a ser um segundo escritório, desta vez para o Miguel, onde o ruído das reuniões e videochamadas ficava abafado. A sala de estar, por sua vez, vive numa desorganização permanente, na qual filmes, livros, acessórios de ginásio e jogos se encontram abandonados no chão. Apesar da desarrumação, há uma distribuição por zonas; este é mais um espaço que habitámos sem restrições. Finalmente a varanda, que nunca tinha sido utilizada, pela ausência de mobiliário, torna-se agora uma autêntica bênção, uma zona de reflexão, de descanso de refúgio ao stress da vida quotidiana.

Os objetos nunca foram tão poucos, mas nunca demos tanto valor a cada um deles. É através deles que a casa responde às nossas atividades, como comer, trabalhar, treinar, dormir e divertirmo-nos.

Não é fácil uma pequena casa obedecer a tantos critérios, mas assim tem de ser. Torna-se evidente que cada casa deve ser desenhada e pensada não só pela utilidade imediata (da cozinha, sala, quarto, entre outros) mas também para necessidades imprevisíveis, criadas pelas atividades e hábitos dos indivíduos que a vão habitar.

Ida para Casa dos Pais

Santo Tirso, 12 de julho de 2020

Junho foi um mês em que alguns já podiam sair de casa mais tranquilos, depois de vacinados. Voltamos a sentirmo-nos úteis, vivos; não tão vivos como gostaríamos, mas, finalmente, podemos respirar alguma normalidade após o caos que se instalou há mais de um ano.

Lembro-me de que foi no início deste mês que decidi pegar nas minhas coisas e mudar-me para casa dos meus pais; necessitava de mudar de ares, ter a família por perto, antes que tudo voltasse a fechar. Com isto consegui, além de estar mais próxima da minha família, ficar a morar numa casa maior, com jardim, piscina e melhor exposição solar, o que facilitou bastante este recomeço.

Apesar de sermos agora quatro pessoas em casa e dos horários de trabalho ou de lazer coincidirem, a casa tornou-se, em poucos meses, pequena e sobreocupada.

Sinto que adormeci, que fechei os olhos em março e acordei agora. Se pensar no que fiz este tempo todo, a resposta é nada. Não fizemos nada; não saímos, não jantámos fora, não passeamos, evitámos as compras no supermercado.

Agora voltamos aos poucos a uma vida quase normal. Começo a espreguiçar-me e a tentar abrir os olhos deste sono profundo.

Olhando para trás percebo que, de todas as atividades que podíamos fazer em casa, nada nos compensava a falta de estar com as pessoas de que mais gostávamos.

Hoje saí de casa para ir ao supermercado. Saí com medo, com receio de parecer uma criminosa. Olhando ao meu redor este medo era comum. Toda a gente de máscara, afastada, ninguém falava, apenas olhávamos para os cestos uns dos outros para perceber o que os outros tinham e nós não. Nada podia ficar em falta.

Apesar de todos enfrentarmos o Covid-19 de maneira diferente, consoante os ideais de cada um, as rotinas, a idade e a maneira como encaramos a vida, o medo, é sem dúvida o sentimento predominante.

Chegámos a uma fase em que o medo e o cansaço se instalaram, em que umas acumulações de sentimentos se juntaram à mente de cada indivíduo. Uns começam a sentir revolta, outros atravessam este problema com mais paciência, outros deprimidos e ansiosos: a vida tornou-se uma luta constante contra os sentimentos.

Chega! Depois de vários meses de uma luta diária, chega!

Aquilo que mais parecia ficção num filme era a nossa realidade crua e nua; não valia de nada fechar os olhos e tentar acordar deste pesadelo, pois vivíamos (e vivemos) com a incerteza de quando isto irá acabar.

Agora, chegou a altura de tomar consciência e dar respostas a toda esta situação, que vai certamente marcar presença na história da humanidade.

A palavra crise no alfabeto chinês escreve-se com os mesmos caracteres que a palavra oportunidade. Ironia do destino: da China veio o vírus, mas pode não vir a oportunidade. Teremos de ser nós a ter a responsabilidade de voltar à “normalidade”, dentro da anormalidade, aprendendo alguma coisa com esta crise (Mair, 2009).

Férias de Verão

Santo Tirso, 26 de agosto de 2020

Sabendo que o Covid-19 não veio apenas passar férias de Páscoa nem de Verão, aproveitei as férias com a minha família. Hoje, deparei-me com pensamentos e reflexões sobre a situação atual que nos rodeia, e a ligação que esta pode ter com a arquitetura. O Covid-19 mudou as nossas vidas de uma forma que nunca tínhamos imaginado. Embora inicialmente pensássemos que esta pandemia não afetaria as nossas férias de verão, agora percebemos que a vida deve continuar, mesmo no meio da incerteza.

*A vida tem de continuar, a
rotina tem de voltar, e se a vida continua
não seremos nós a morrer para ela.*

A rotina deve voltar, mas não podemos ignorar que o vírus ainda está presente. A esperança de uma solução rápida e definitiva veio com a promessa de uma vacina. No entanto, rapidamente percebemos que a vacina não seria a solução que esperávamos. A realidade é que o combate ao Covid-19 é um desafio complexo e multifacetado que exige mais do que uma simples solução.

Como arquiteta, reflito sobre as questões colocadas por este desafio, procurando encontrar soluções criativas. No entanto, esta crise sanitária levou-nos a repensar que, como na arquitetura, a nossa própria vida se baseia na interação humana e na criação de espaços que promovam o bem-estar e a convivência.

Vivendo estes tempos, dou por mim a pensar na condição humana e nas emoções que nos definem. Esta pandemia despertou em nós medos e ansiedades que antes pareciam distantes. Percebemos a nossa vulnerabilidade e a importância de cuidar uns dos outros. Através da minha escrita, tentei capturar essas emoções e transmitir uma mensagem de esperança e resiliência.

A vida deve continuar, mas não podemos fazê-lo à custa da nossa saúde e do nosso bem-estar. A vacina pode ser uma luz no fim do túnel, mas também devemos estar conscientes de que a sua implementação exigirá tempo e esforço. Não podemos depender apenas dela para resolver todos os nossos problemas.

A pandemia Covid-19 mudou radicalmente as nossas necessidades e prioridades.

A adaptação dos espaços públicos e privados tornou-se essencial. Os restaurantes, por exemplo, tiveram de reconfigurar as suas áreas de refeições para garantir uma separação adequada entre os clientes. Os espaços de trabalho também tiveram de ser repensados, com a incorporação de barreiras físicas e a reorganização das secretárias para manter o distanciamento entre os colaboradores.

Além disso, a pandemia destacou a importância dos espaços ao ar livre. Parques, jardins e esplanadas tornaram-se refúgios para as pessoas, proporcionando um ambiente seguro onde podem desfrutar do ar livre. Como arquiteta, isso levou-me a considerar como integrar mais áreas exteriores nos meus projetos, criando espaços que estimulem a conexão com a natureza e a saúde mental.

Fui desafiada pela pandemia a refletir sobre o meu curso e sobre a vida atual. Porém, também encontrei oportunidades de crescer e me adaptar a esta nova realidade. Como arquiteta, aprendi a considerar cuidadosamente a saúde e a segurança nos meus projetos, procurando criar espaços que se adaptem às novas necessidades das pessoas.

À medida que avançamos para o futuro, é importante lembrar que a vida continua e que temos a capacidade de superar os desafios que surgem no nosso caminho. O Covid-19 veio recordar-nos a nossa vulnerabilidade mas, também, a nossa capacidade de adaptação e de encontrar soluções criativas.

Um recomeço

Santo Tirso, 18 de setembro de 2020

E agora? O que sentimos quando voltamos àquilo que deixamos para trás durante um ano? O que sentimos quando nos voltamos a vestir para ir trabalhar? Como está a nossa mente? Estamos felizes? Mais ansiosos?

Eu sim, sinto-me feliz, livre, e acredito que vou valorizar muito mais tudo o que me rodeia, inclusive a minha casa.

Finalmente, sem muito festejarmos e com medo de dar passos maiores do que a nossa realidade, regressamos ao que entendíamos como normalidade.

O simples facto de me vestir para ir trabalhar novamente, desperta emoções confusas. Por um lado, é emocionante voltar à rotina, sentir-me produtiva e interagir cara a cara com os colegas. Por outro lado, gera alguma ansiedade e stresse, principalmente depois de estar a trabalhar em casa durante muito tempo.

Podemos voltar a ver caras conhecidas em alguns lugares; podemos voltar a jantar fora e contemplar as dádivas da vida. Chegou a altura de voltar a viver depois de tudo o que passamos.

Sinto que estou com uma visão mais concentrada; não só em mim, no meu autoconhecimento como, sobretudo, nos outros. Daí a necessidade de partilhar a minha experiência e a capacidade de me adaptar ao longo desta fase.

Acredito que se estivermos abertos a aprender com esta situação, podemos alcançar algo de positivo, tanto como Individuos, como na nossa própria experiência de habitar.

Este recomeço é muito incerto e complexo. Como o Covid-19 continua a afetar o mundo, é difícil prever como será o futuro e que mudanças permanentes trará.

Uma das lições mais importantes que aprendemos com esta pandemia é a capacidade de adaptação. Muitas pessoas tiveram de mudar radicalmente os seus hábitos e estilos de vida para fazer face à crise. O teletrabalho tornou-se a norma para muitos, permitindo que as empresas se mantivessem em atividade e que as pessoas mantivessem os seus empregos. Esta experiência

mostrou que o trabalho à distância pode ser uma opção viável no futuro, o que poderá ter um impacto significativo na forma como as empresas estão estruturadas e os espaços de trabalho estão organizados.

Além disso, a pandemia acelerou a adoção da tecnologia em vários aspectos das nossas vidas. O ensino através do computador, as consultas médicas virtuais e as compras on-line tornaram-se comuns. É provável que estas tendências se mantenham no futuro, uma vez que as pessoas descobriram os benefícios destas soluções digitais.

O futuro pós-pandémico será um desafio mas, também, uma oportunidade para repensar e reconstruir as nossas vidas e sociedades. A adaptabilidade, a tecnologia e a resiliência serão fundamentais neste processo. É importante lembrar que todos temos um papel a desempenhar para garantir um futuro seguro e próspero, tanto para nós próprios como para as gerações posteridades.

À medida que começamos a recolher o que deixamos para trás durante este ano de pandemia, é normal sentir uma mistura de emoções. Por um lado, pode haver uma sensação de felicidade e libertação ao voltar a fazer as coisas que antes considerávamos normais, como encontrar amigos e familiares, viajar ou desfrutar de atividades ao ar livre. Valorizamos mais cada momento e percebemos a importância das pequenas coisas que antes não “existiam”.

No entanto, sente-se ainda uma ansiedade e incerteza neste processo de transição. Depois de tanto tempo ajustando-se a novos modos de vida, existe alguma apreensão. Preocupamo-nos com a nossa saúde e a dos nossos familiares e questionamo-nos se estamos a tomar todas as precauções necessárias.

Natal

Santo Tirso, 25 de dezembro de 2020

O Natal chegou com uma mistura de emoções e esperanças renovadas. Após um ano cheio de desafios e mudanças, esta data tão esperada oferece a oportunidade de celebrar, refletir e encontrar alegria no meio da incerteza.

Este ano, o significado do Natal torna-se ainda mais profundo. Lembra-nos da importância de estarmos juntos e de valorizar cada momento com os nossos familiares. Depois de termos experimentado a separação e a distância, o simples ato de nos reunirmos adquire um significado especial. As risadas, as conversas e os abraços tornam-se ainda mais apreciados e enchem os nossos corações de gratidão.

Neste dia, também nos lembramos do verdadeiro espírito do Natal: o amor e a generosidade. Após termos passado por momentos difíceis, aprendemos a importância de nos apoiarmos mutuamente. O Natal sempre nos inspirou a ser compassivos e ajudar aqueles que precisam, mas o deste ano, será vivido de uma forma mais sensível por todos. Seja por meio de doações, atos de bondade ou simples gestos de gentileza, podemos fazer a diferença na vida dos outros e levar um pouco de luz e esperança àqueles ao nosso redor.

Este ano, em específico, o dia de Natal vive-se mais intensamente e cada segundo é aproveitado como fosse o último. É como um reconectar com as nossas tradições e valores. Desde decorar a árvore de Natal até preparar as deliciosas refeições, cada gesto conecta-nos com as nossas raízes e proporciona-nos um sentimento de saudade. As luzes cintilantes, os cânticos natalícios e os risos preenchem o ambiente com calor e lembram a importância da família e da amizade.

Neste 25 de dezembro de 2020, lembrámo-nos que o Natal não é apenas um dia no calendário mas sim um estado de espírito e uma atitude perante a vida. É um lembrete de que, mesmo em tempos difíceis, podemos encontrar alegria, esperança e renovação.

Um Ano Novo

Santo Tirso, 7 de janeiro de 2021

Depois de ter deixado para trás um ano cheio de desafios e mudanças, esta data dá-nos a oportunidade de refletir sobre o que vivemos e traçar novos objetivos e desejos para o futuro.

O Ano Novo chegou com misto de emoções e expectativas renovadas.

Neste ano em particular, o Ano Novo assume um significado especial. Tendo enfrentado uma pandemia global e experimentado mudanças sem precedentes nas nossas vidas, encontramos-nos num momento de transição, um momento de fazer um balanço, para avaliar as conquistas e desafios, e definir novas intenções para este ano que se inicia.

Neste dia, é comum enchermo-nos de esperança e otimismo, deixar de lado o passado e começar de novo. É uma oportunidade de nos reinventarmos, aprendermos com nossas experiências e crescermos como pessoas. Sentimo-nos motivados a traçar novos objetivos, tanto pessoais como profissionais, e trabalhar para alcançá-los.

Além disso, o Ano Novo convida-nos a refletir sobre o que realmente valorizamos na vida. Após um ano cheio de incertezas, valorizamos mais do que nunca a importância da saúde, da família, da amizade e do amor. Percebemos que são essas conexões e experiências significativas que realmente dão sentido às nossas vidas. Por isso, temos o compromisso de cultivar e nutrir essas relações, dedicando tempo e energia ao que realmente importa.

O Ano Novo também nos dá a oportunidade de nos livrarmos de qualquer ressentimento ou negatividade que acumulamos. É hora de perdoar, deixar o passado para trás e abrir caminho para novas oportunidades. Libertamo-nos da carga emocional e abrimo-nos para a possibilidade de um futuro melhor. Comprometemo-nos a ser mais compassivos, mais tolerantes e a tratar os outros com gentileza e respeito.

No entanto, é importante lembrar que a mudança não acontece da noite para o dia. Definir novas metas e hábitos requer esforço e comprometimento. É fundamental estabelecer um plano realista e dar pequenos passos consistentes em direção aos nossos objetivos, nunca esquecendo do passado que vivemos. Também é importante sermos compreensivos e pacientes connosco, pois o processo de crescimento pessoal leva tempo e exige perseverança.

Neste Ano Novo aproveitarei a energia renovada para refletir sobre o que perdi, os momentos que não vivi, as coisas que não valorizei, e traçar novas metas e comprometendo-me a viver de forma mais plena e autêntica. Celebrar o início de um novo ciclo com gratidão e entusiasmo, sabendo que temos a capacidade de criar um futuro brilhante e cheio de possibilidades.

Dia de Aniversário

Paços de Ferreira, 14 de fevereiro de 2021

De volta a casa. Um passo atrás na realidade que achávamos que iria permanecer.

Tudo começou novamente, mas desta vez sabemos o que nos espera. O desejo de viver estas épocas festivas, com os nossos amigos e familiares trouxe um retroceder em todo o progresso que já tínhamos alcançado. Toda a saudade e entusiasmo pela normalidade, levou-nos a “retroceder” nesta realidade.

Hoje faço anos, tenho pena de não vivenciar este dia com normalidade. Ficaria certamente mais triste se tivesse vivido o Natal e o Ano Novo fechada em casa, sozinha. Este dia de aniversário é assim: sentada na sala ou à janela a ver o dia passar e a receber apenas chamadas das pessoas com quem costumava partilhar este dia. Custa muito não receber um beijo, um abraço, fazer uma festa ou mesmo um simples jantar, mas é assim este ano, marcado pelo vazio físico tornando a tecnologia como ponto de conexão humana.

Fiz um bolo com o meu namorado, pelo simbolismo de festejarmos o dia. Passámos assim a tarde, tentando levar este dia com mais tranquilidade e com menos ansiedade.

À noite fizemos uma videochamada a todas as pessoas que gostaria de ter presencialmente em casa e cantámos os parabéns. Sem velas, tive de soprar um isqueiro que tínhamos perdido aqui por casa. Sem dúvida que sermos criativos, nestas alturas, torna-se uma constante, para nos trazer mais leveza ao momento que voltamos a atravessar. Criar, inovar e reinventar são a essência de superar os desafios que a pandemia impôs.

A criação de novas visões em relação à nossa própria casa já foi um avanço grande para desenvolver a criatividade, agora a mudança dos nossos hábitos e a descoberta de tarefas que antes não fazíamos está a alcançar um lado desconhecido de nós mesmos. Nunca esperei ter de fazer um bolo, muito menos para o meu próprio aniversário e confesso que está demasiado bom. Será que toda esta dependência nos obriga a descobrir outras virtudes?!

Mais perto da Normalidade?

Paços de Ferreira, 2 de agosto de 2021

Já tivemos um recomeço e voltámos para casa como fosse um castigo. Vivemos novamente presos entre quatro paredes.

O regresso à normalidade após a pandemia é algo desejado com muita esperança e entusiasmo mas vivido com receio. Foi um longo tempo cheio de desafios e mudanças, e sentir que podemos deixar essa situação para trás e retomar o nosso dia a dia é algo que me enche de alegria, apesar de saber que poderá haver novamente um “voltar para casa”.

Aprendi a valorizar ainda mais as pequenas coisas da vida: um abraço, um encontro com os amigos, viajar livremente, praticar atividades ao ar livre sem preocupações. Essas experiências, que antes tínhamos como certas, agora são vistas como verdadeiros tesouros que espero desfrutar novamente.

A pandemia ensinou-nos a importância de cuidar da nossa saúde e da dos outros. Prometo continuar a praticar medidas preventivas, mesmo depois da situação melhorar, para proteger a mim e aos que estão ao meu redor. Não sei se o retorno à normalidade significa que tudo voltará a ser como antes, mas estou disposta a adaptar-me às mudanças necessárias para nos mantermos seguros e saudáveis.

Além disso, quero aproveitar esta oportunidade para estar mais consciente da importância das conexões humanas. Durante a pandemia, vivenciamos a falta de contato físico e limitações nas nossas interações sociais. Por isso, valorizo ainda mais o tempo que passo com minha família e amigos e estou empenhada em alimentar esses relacionamentos de maneiras mais ativas e significativas.

Também quero levar comigo as lições de resiliência e adaptabilidade que aprendi durante este tempo. A pandemia mostrou como as circunstâncias podem mudar rapidamente e como é necessário ser flexível e encontrar novas formas de enfrentar os desafios. Estou disposta a continuar a aprender, a crescer e aproveitar as oportunidades que surgirem no futuro.

Este teste de normalidade pós-pandemia tornou-se algo muito frágil e instável. Valorizarei ainda mais as experiências quotidianas. Cultivarei

relacionamentos significativos e estarei aberta a mudanças e desafios que possam surgir.

Em geral, a nossa mente pode experimentar uma combinação de emoções e pensamentos. Houve uma sensação de alívio e felicidade quando as coisas começaram a voltar ao normal, mas também deve haver uma certa cautela e preocupação com o futuro. É importante lembrar que cada pessoa pode ter uma experiência diferente e que não há problema em ter essas emoções confusas.

É importante reter que o tempo e a adaptabilidade ajudarão a encontrar o equilíbrio, para esta nova fase da vida pós-pandemia. Aprender com essa experiência e valorizar o que antes tínhamos como certo, permitirá crescer e encontrar novas maneiras de viver e aproveitar a vida.

Será desta? O último Regresso

Paços de Ferreira, 18 de setembro de 2021

*Um ano após o primeiro recomeço.
Desta vez com a consciência de que nada
será como antes.*

Hoje, o fim do uso obrigatório de máscara traz-nos, pela primeira vez, uma leveza e uma esperança na qual não vivemos até agora.

Finalmente, depois de tanto tempo de restrições e limitações, chegamos a um ponto em que podemos celebrar e dar passos em direção a uma nova normalidade. Com precaução e cientes das nossas limitações, começamos a experimentar novamente as coisas que antes tínhamos como certas.

Pouco a pouco, voltamos a ver rostos e sorrisos em alguns lugares. Já não estamos limitados apenas às chamadas de vídeo e podemos encontrar-nos com amigos e entes queridos. A simples alegria de compartilhar uma refeição num restaurante ou desfrutar de um passeio pela cidade torna-se ainda mais significativa depois de termos estado separados tanto tempo. Tinha saudades de estar com pessoas, e acima de tudo, de ver o rosto das pessoas por completo.

O fim da obrigatoriedade do uso de máscara traz-nos uma sensação de mais confiança e esperança em relação ao desfecho de todos os recomeços que tivemos anteriormente. Sentimo-nos mais livres e leves, podemos respirar sem restrições. É um sinal de que a situação está a melhorar e que estamos a avançar para uma nova fase em que podemos desfrutar de uma maior normalidade.

No entanto, é importante ter em mente que essa nova realidade não significa que tudo voltará a ser exatamente como era antes. Passámos por uma transformação profunda ao longo desta pandemia e aprendemos lições valiosas. A experiência ensinou-nos a apreciar as pequenas coisas e cuidar de nossa saúde e da saúde dos outros.

À medida que avançamos para esta nova etapa, é fundamental manter uma atitude de precaução e responsabilidade. Embora a situação possa estar a melhorar, não podemos esquecer as lições aprendidas. A higiene adequada, o distanciamento social e o cumprimento das diretrizes de saúde pública ainda são muito importantes para garantir a segurança de todos. A abertura de restaurantes, bares e discotecas, pela primeira vez depois de tanto tempo,

transmite uma falsa segurança de que tudo já passou, e acredito que com isto alimento ainda mais este desejo de normalidade e de vivência com os amigos. Mesmo assim teremos de ter consciência e cautela.

Em suma, este novo capítulo nas nossas vidas enche-nos de esperança e emoção. Estamos prontos para viver e aproveitar as pequenas coisas que antes considerávamos como garantidas. Valorizamos mais a companhia de nossos amigos, a oportunidade de explorar e desfrutar do nosso ambiente e a liberdade de viver sem as restrições que nos acompanharam por tanto tempo. Embora saibamos que o caminho à frente pode ser incerto, estamos prontos para enfrentá-lo com resiliência e otimismo, sabendo que aprendemos e crescemos ao longo desta experiência única na vida.

3. CONSEQUÊNCIA DA PANDEMIA

“A arquitetura é a vontade de uma época traduzida em espaço.”

(Mies Van der Rohe em HARROUK, 2020, tradução própria)

CONSEQUÊNCIA DA PANDEMIA_ Na Percepção, Cognição e Organização Espacial

A pandemia Covid-19 provocou transformações significativas na percepção e utilização dos nossos ambientes residenciais. O aumento substancial do tempo passado em espaços fechados despertou um interesse crescente em compreender como os processos cognitivos e a percepção espacial podem influenciar a reconfiguração das nossas casas neste período desafiador.

Encontramo-nos apenas nos estágios iniciais do processo que nos levará a compreender plenamente os impactos da pandemia na arquitetura; à medida que aprendemos mais sobre o vírus e as suas implicações a longo prazo, tornou-se mais evidente a necessidade de procurar soluções arquitetónicas que equilibrem as necessidades imediatas dos indivíduos com as realidades futuras ainda desconhecidas.

De facto, a pandemia mudou drasticamente a forma como vivemos e vemos os espaços, e é fundamental entender como os nossos pensamentos, emoções e experiências afetam o nosso relacionamento com o ambiente construído. Estamos perante uma transformação profunda na relação dos indivíduos com os seus espaços residenciais.

É necessário estar ciente que a adaptação dos espaços para o novo normal transcende a mera reorganização física e uma redefinição do significado de lar. Neste momento, passamos por uma transformação que vai além da estética e funcionalidade dos espaços, abraçando a importância da conexão emocional, do equilíbrio e do bem-estar dos indivíduos.

Diante desta realidade, a análise atenta da percepção do indivíduo e da sua cognição espacial emergem como aspetos cruciais para a criação de soluções cujo foco principal seja o bem-estar. A nossa experiência e conhecimento prévio moldam a forma como interpretámos as nossas casas, sendo que fatores como cultura e contexto social modulam essa percepção. Já o processo cognitivo, abrange atenção, memória, emoção e tomada de decisão e desempenha outro papel crucial no nosso bem-estar, na nossa relação e interpretação dos espaços.

Destacando estes aspetos numa época tão específica, como a que vivemos, motivada pela pandemia, recordamos a importância da saúde na sua relação com o ambiente construído.

No passado, as epidemias como a peste negra, a cólera, a gripe espanhola, a tuberculose, entre outras, estimularam mudanças positivas e modelaram as cidades e os indivíduos.

O mesmo se passará após esta pandemia. Desta vez, a mudança debruça-se sobre a necessidade de repensar os espaços para responder às preocupações impostas pelo isolamento e o bem-estar. A relevância desta questão é um desafio complexo e requer uma compreensão calculosa, levando os profissionais de arquitetura a procurar apoiar as suas análises no trabalho de outros especialistas, nomeadamente na área da Saúde.

Esta colaboração entre profissionais de arquitetura, saúde pública e outras áreas relacionadas é essencial para enfrentar os desafios trazidos pela pandemia. Esta troca de conhecimentos pode levar a soluções inovadoras e adaptáveis, que possam ser aplicadas em diferentes contextos.

Estamos numa altura de unir forças; esta integração de conhecimentos especializados e multidisciplinares, a troca contínua de experiências, e a criação de soluções adaptáveis são fundamentais para construir novos espaços arquitetónicos que respondam não só às necessidades imediatas, mas também às necessidades futuras, com o objetivo de oferecer uma solução integra e completa.

A arquitetura encontra-se cada vez mais direcionada para as necessidades e atividades do indivíduo, tornando-se, assim, capaz de responder de uma forma mais eficiente, para uma maior interação e adaptabilidade do indivíduo no espaço, ou seja, criando uma solução personalizada às necessidades de cada um, contribuindo significativamente para o bem-estar mental dos indivíduos.

A intensificação da necessidade de adaptabilidade e segurança destaca-se como um dos resultados mais evidentes.

A adaptabilidade tornou-se crucial para acomodar estas múltiplas funções desempenhadas nos espaços e reflete não só a necessidade imediata de acomodar atividades variadas, mas também uma resposta estratégica a

uma mudança de paradigma na forma como concebemos e utilizamos os nossos ambientes interiores.

O momento de isolamento, que vivemos ensinou-nos que os espaços domésticos precisam de mudanças com base nas necessidades imediatas e nos hábitos de cada indivíduo. Nasceram novas necessidades para facilitar e adequar as nossas casas à multiplicidade de propósitos.

O confinamento generalizado durante os períodos de quarentena e o aumento do trabalho remoto impulsionaram as primeiras grandes mudanças na forma como percebemos, utilizamos e projetamos as nossas casas.

A adaptação de espaços para acomodar o trabalho remoto e o ensino à distância tornou-se uma prioridade na reconfiguração arquitetónica e disposição do mobiliário. O *home office* e as salas de aula virtuais influenciaram diretamente na necessidade de criar ambientes que suportem eficientemente o trabalho e a educação. Essa mudança redefine os espaços residenciais, exigindo uma abordagem mais flexível na organização dos interiores e na escolha de mobiliário, que atenda às múltiplas funções desempenhadas dentro de casa.

Perante esta realidade, observa-se uma preocupação nos indivíduos na procura de adaptar as suas habitações para atender às exigências do teletrabalho, das aulas online e outras atividades recreativas e de lazer. Este fenómeno intensificou a procura por espaços versáteis, mas também, a preocupação com a qualidade do ar e a iluminação natural, que emergem como preocupações cruciais na conceção de novos projetos, considerando o reconhecimento do seu impacto na saúde e bem-estar dos indivíduos.

Nate Berkus, arquiteto e designer de interiores, ressalta a importância de espaços que promovam o bem-estar e a produtividade, incorporando elementos naturais como plantas e luz natural (Minha casa brilha, Berkus, n.d.).

Os espaços partilhados, como salas de estar e jantar, anteriormente percebidos como simples locais de convívio, agora são vistos como espaços que requerem um cuidado especial e que transmitam um ambiente mais tranquilo, ajustando-se às diversas atividades do quotidiano, desde atividades de lazer até ao aparecimento do trabalho remoto.

A criação e procura de ambientes calmos representa uma resposta tangível à necessidade crescente de bem-estar num contexto de stress prolongado: a pandemia, marcada por incertezas e desafios constantes, provocou um aumento na procura por espaços que promovam a serenidade.

Áreas de relaxamento e recantos tranquilos tornaram-se investimentos significativos na busca por um refúgio do mundo exterior.

A criação de espaços como cantos de leitura e quartos com casas de banho privativas representam uma resposta direta à procura por ambientes que proporcionem aos indivíduos a capacidade de escapar da agitação diária.

Os cantos de leitura, estrategicamente posicionados nas nossas casas, proporcionam nichos aconchegantes para a imersão em leituras inspiradoras e momentos de tranquilidade.

Além disso, as suítes com casa de banho privativas assumiram um papel central na oferta de privacidade e relaxamento. Esses espaços isolados dentro das nossas casas proporcionam um ambiente sereno, permitindo que os moradores desfrutem de momentos de descanso e rejuvenescimento, essenciais para lidar com o stress diário.

Essas áreas específicas, cuidadosamente planeadas para promover a privacidade e o relaxamento, refletem uma consciência crescente sobre a importância de equilibrar a funcionalidade dos espaços com a necessidade humana fundamental aos momentos de tranquilidade e introspeção, contribuindo para uma experiência de habitar mais abrangente e satisfatória.

Com o encerramento de ginásios e centros desportivos, muitas indivíduos procuraram alternativas para se manterem ativas dentro de casa. Isso resultou numa maior procura por espaços dedicados ao exercício, como salas de fitness ou áreas para a prática de ioga ou pilates.

O encerramento de locais de entretenimento desencadeou uma revolução nas nossas casas, transformando-as em centros de lazer autossuficientes. O surgimento de salas para ver filmes, brincar, ler e espaços dedicados a outras atividades evidencia uma mudança significativa na busca por experiências recreativas dentro dos limites da nossa casa. Esta evolução não preenche apenas a falta deixada pelo fecho de cinemas e teatros, mas também reforça a importância de criar ambientes multifuncionais que atendam às necessidades de entretenimento diversificado.

A pandemia fez com que as pessoas procurassem maneiras de se divertir e desfrutar de experiências nas suas casas. A criação de espaços dedicados às atividades como ver filmes, jogar jogos ou fazer projetos de artes permite-nos desfrutar de momentos de diversão e entretenimento sem precisar de sair de casa.

Estas mudanças não refletem apenas uma reação temporária às circunstâncias, mas uma evolução duradoura nas preferências e prioridades da organização espacial.

Outra necessidade espacial que surgiu durante a pandemia é a procura por áreas de armazenamento adequadas. Com o aumento das compras online e as medidas de quarentena, muitos indivíduos viram-se obrigados a armazenar maiores quantidades de mantimentos e alimentos em casa. Isso resultou numa crescente procura por espaços de armazenamento funcionais e organizados. Assim, podemos dizer que a pandemia despertou a consciência das pessoas para a importância de dispor de mais espaço de armazenamento nas suas casas. Isso implica a criação de armários bem planeados, despensas organizadas e outras soluções de armazenamento inteligentes que permitam manter tudo acessível, sem comprometer a funcionalidade e a estética dos ambientes.

Outro fator notável foi o aumento da procura por áreas exteriores. Com as restrições de circulação e o encerramento de espaços públicos, tornou-se necessário encontrar nas habitações refúgios e pontos de conexão com a natureza. Jardins, terraços e varandas ganharam um valor especial, proporcionando às pessoas uma sensação de liberdade e bem-estar, desfrutando do ar livre sem comprometer a sua segurança.

Estes espaços, caracterizam-se agora como uma extensão e um privilégio nas nossas casas, proporcionando locais seguros para relaxar, praticar desporto e conectarmos com a natureza.

O desejo por áreas exteriores emergiu como um tema fundamental na adaptação de espaços para o novo normal, catalisando uma mudança significativa na valorização de pátios e varandas como extensões vitais dos lares contemporâneos. Esta transformação reflete uma busca crescente por uma conexão mais profunda com o ambiente exterior e a necessidade de espaços que proporcionem uma transição suave entre o interior e o exterior.

Os pátios e varandas, antes vistos como áreas periféricas, agora assumem um papel central na definição do conceito de lar. Esses espaços são concebidos não só como áreas de lazer, mas como extensões funcionais dos interiores, proporcionando um equilíbrio harmonioso entre privacidade e conectividade com o entorno.

O investimento crescente em melhorias como jardins meticulosamente planeados, móveis exteriores confortáveis e áreas de entretenimento funcional indica uma procura consciente por ambientes que vão além do aspeto estético. Essas transformações refletem o reconhecimento de que os espaços ao ar livre desempenham um papel crucial no suporte à qualidade de vida - física e mental - suportando a oportunidade de respirar ar puro, aproveitar o sol e nos conectar com a natureza.

Esta preferência por ambientes abertos e ventilados é uma resposta imediata à busca por maior qualidade do ar e à redução de riscos relacionados à saúde. A ventilação adequada tornou-se uma consideração primordial nos espaços, destacando-se como uma medida preventiva essencial contra a propagação de bactérias. Espaços mais amplos e arejados não promovem apenas a circulação do ar, mas também proporcionam uma sensação de liberdade e expansividade, contrapondo a sensação de confinamento que muitos experimentaram durante os períodos de quarentena.

Ao criar ambientes agradáveis e funcionais, os indivíduos não investem apenas nas suas residências, mas também nutrem um senso de calma e equilíbrio face às incertezas da vida. Essa tendência não responde apenas às exigências da pandemia, mas sinaliza uma mudança duradoura na conceção dos espaços exteriores como componentes fundamentais para uma vida mais saudável e equilibrada.

Mardie Townsend, especialista em saúde e ambiente construído, destaca num artigo, a importância da exposição à natureza para melhorar a saúde mental (Rodríguez, 2015). Num momento em que a vida urbana muitas vezes se desconecta da natureza, a pandemia trouxe à tona a necessidade de espaços verdes acessíveis e áreas exteriores.

O renascimento dos ambientes exteriores e interiores reflete a resiliência da arquitetura e do design na capacidade de se adaptar e evoluir diante dos desafios do nosso tempo.

Outro fator que transmite esta ideia de tranquilidade e segurança perante o vivido é o material. A escolha de materiais de fácil limpeza e desinfecção, emergiu como um elemento essencial na seleção de acabamentos para projetos futuros. Superfícies que podem ser facilmente higienizadas agora são valorizadas pela sua praticidade, mas também como uma medida adicional de segurança. Isso reflete uma mudança na percepção dos materiais, não pela sua estética, mas também pela sua capacidade de promover ambientes mais higiênicos e seguros.

Nesse contexto, profissionais do setor são desafiados a equilibrar a estética com a funcionalidade, integrando elementos de materiais naturais que não só aprimoram o ambiente físico, mas também têm um impacto positivo na saúde mental e emocional dos indivíduos.

A arquitetura e o design de interiores emergem como ferramentas cruciais nesse contexto. O desafio agora é continuar a evoluir esses espaços para atender às novas necessidades pós-pandemia. Nesse cenário, os profissionais destas áreas têm a responsabilidade única de liderar a criação de ambientes que não respondam apenas aos desafios atuais, mas também a um futuro onde os espaços promovam o bem-estar coletivo.

Para além de destacar a influência da pandemia na percepção e adaptação de espaços residenciais é importante salientar como esta também influenciou a reconfiguração das cidades e comunidades, emergindo também como tema fundamental no âmbito da arquitetura e urbanismo nos últimos tempos.

A pandemia, neste contexto, sublinhou a necessidade de projetar espaços que estimulem a saúde e o bem-estar social, considerando aspetos como a qualidade do ar, a iluminação natural e a integração de espaços verdes nas cidades.

A crise global de saúde exigiu uma revisão profunda da forma como interagimos e ocupamos os espaços públicos construídos, respondendo às imposições das medidas de distanciamento social implementadas mundialmente.

A adaptação de espaços públicos para incorporar o distanciamento social apresenta desafios e oportunidades de design. Profissionais do design e urbanismo têm a oportunidade única de desenvolver estratégias inovadoras que

permitam a coexistência do distanciamento social com a construção de comunidades mais fortes. Durante a pandemia vimos pavilhões desportivos serem transformados em hospitais de campanha, hostels e hotéis a utilizarem os seus quartos como espaços de confinamento.

É incontestável que a pandemia desencadeou mudanças substanciais na percepção espacial e na adaptação de espaços públicos e privados. Assim, a arquitetura e o urbanismo emergem, como protagonistas na redefinição de cidades e comunidades, priorizando a segurança, a inclusão e o bem-estar, adaptando-se às novas necessidades da sociedade.

A reorganização do mobiliário tornou-se uma abordagem essencial para garantir o distanciamento social e servir as nossas necessidades, tanto em espaços privados como públicos. Depois do isolamento obrigatório, voltarmos ao trabalho, às escolas, aos restaurantes, às salas de espera e às áreas de convivência, entre outros espaços públicos, que exigem agora uma análise minuciosa para melhorar a sua funcionalidade e segurança. Em todos estes espaços se destaca a importância da disposição estratégica de secretárias/mesas/assentos, mantendo uma separação e um afastamento adequado entre eles; a implantação de barreiras, como painéis de vidro ou divisórias, é uma solução possível para manter a separação sem comprometer o contacto visual; a criação de zonas de circulação unidirecional, evita aglomerações e reduz o risco de transmissão de vírus.

Não se trata apenas de um aumento na distância entre indivíduos, mas também de encontrar soluções criativas que permitam uma interação segura, sem comprometer o conforto.

Nos escritórios, a adoção do trabalho remoto levanta questões sobre o layout dos espaços. O design precisa de criar ambientes colaborativos eficazes, mantendo a flexibilidade para acomodar modelos de trabalho híbridos. Soluções como áreas de trabalho modulares e flexíveis ganham destaque como abordagens adaptativas ao novo normal.

O escritório Perkins and Will, conhecido pelas suas análises e inovações no campo do design e da arquitetura, criou um conjunto de estratégias de orientação que oferece diferentes soluções, que podem ser adaptadas segundo as necessidades de cada escritório, proporcionando uma transição segura na volta ao trabalho presencial.

Este estudo apresenta como primeiro passo a análise das áreas de trabalho partilhadas, das casas de banho, das salas de reuniões e outros compartimentos; essa análise implica realizar uma circunferência de aproximadamente 2 metros para assim definir o distanciamento entre trabalhadores nas áreas de trabalho (Perkins and Will, 2020).

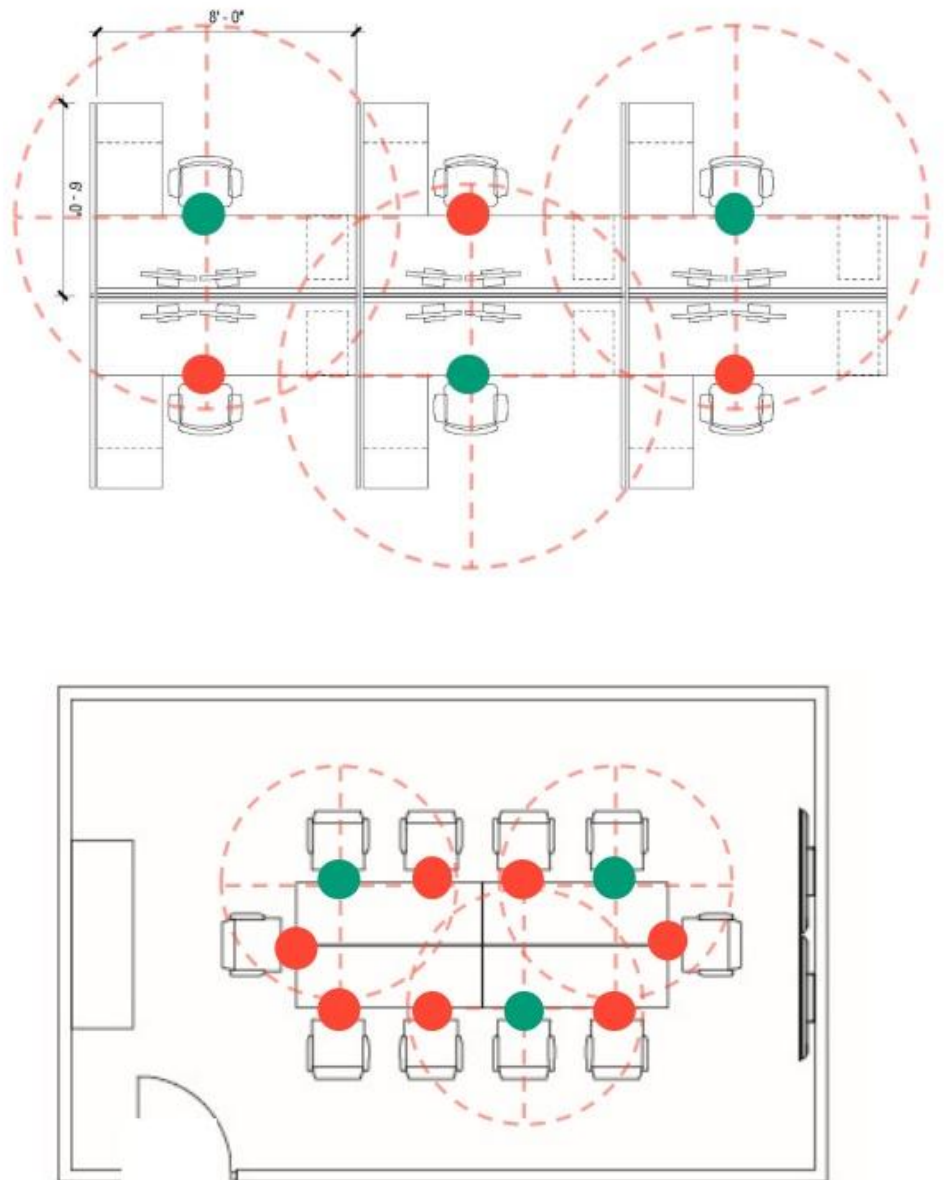


Imagem 24, Esquema desenvolvido por Perkins and Will, planificação do distanciamento social em zonas de trabalho e salas de reuniões (Perkins and Will, 2020)

Em compartimentos fechados, como salas de reuniões, é necessário considerar a ocupação máxima; na área descrita no exemplo anterior a ocupação máxima seria de três trabalhadores.

É importante referir que existem outras variáveis, como possíveis barreiras, mobiliários, secretárias maiores, secretárias partilhadas, entre outras hipóteses (Perkins and Will, 2020).

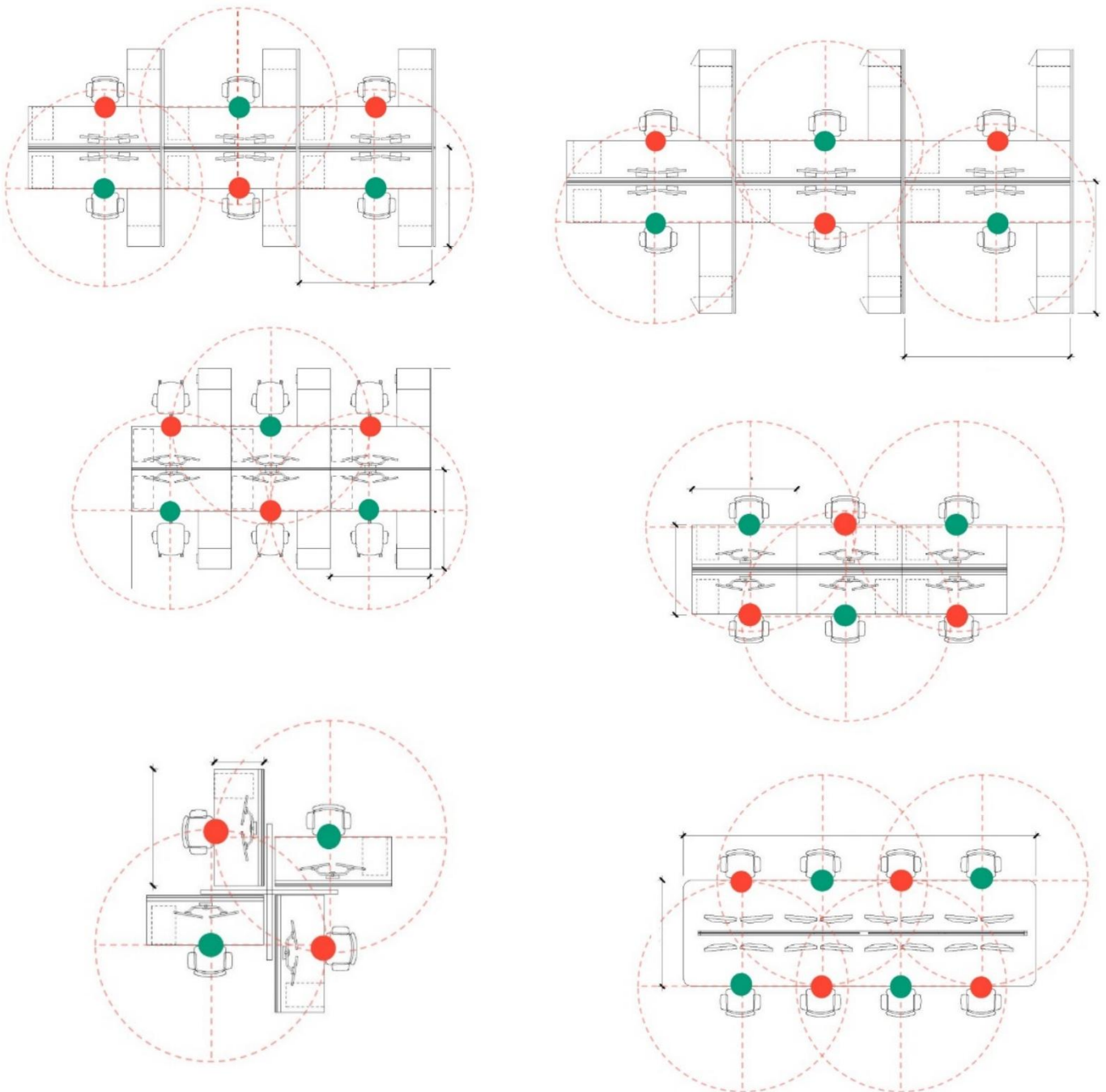


Imagem 25, Esquema desenvolvido por Perkins and Will, Variáveis do distanciamento social em zonas de trabalho (Perkins and Will, 2020)

Em espaços como refeitórios ou cantinas, será necessário criar demarcações no piso que representem uma separação de aproximadamente dois metros em filas, começando a demarcação pelo primeiro ponto de interação (a máquina de café, por exemplo) (Perkins and Will, 2020).

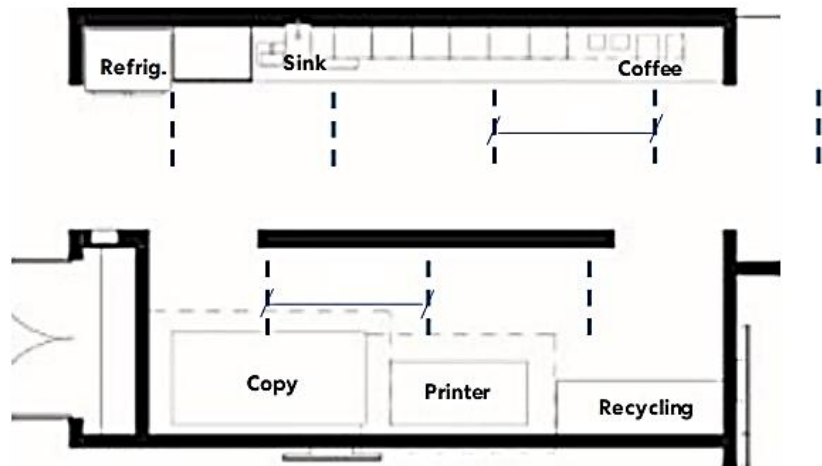


Imagem 26, Esquema desenvolvido por Perkins and Will, planificação do distanciamento social em zonas como refeitórios ou cantinas (Perkins and Will, 2020)

Contudo, nos espaços de circulação deve-se igualmente demarcar a distância de segurança e o sentido a percorrer.

O mesmo se propõem a outros estabelecimentos como cafés, restaurantes, entre outros (Perkins and Will, 2020).



Imagem 27, Esquema desenvolvido por Perkins and Will, exemplo de planificação do distanciamento social em restaurantes (Perkins and Will, 2020)

Assim, podemos afirmar que a pandemia Covid-19 alterou substancialmente a forma como concebemos e organizamos os espaços, introduzindo desafios inéditos para arquitetos e designers. O distanciamento social, o (re)desenho e a (re)organização dos espaços tornaram-se aspetos chave na conceção de ambientes resilientes ao mundo pós-pandémico. À medida que o tempo passa, arquitetos e designers adaptam soluções a essa nova realidade, contribuindo para a criação de ambientes que promovam a saúde e o bem-estar dos indivíduos. Isto assume-se como processo dinâmico que exige inovação, adaptação e uma compreensão profunda das necessidades em constante evolução.

O (re)desenho é, portanto, uma jornada em constante evolução, impulsionada pela necessidade de criar ambientes seguros, funcionais e esteticamente agradáveis num cenário pós-pandémico.

O distanciamento social emergiu como uma medida eficaz na prevenção da propagação do vírus. Os espaços arquitetónicos precisavam de ser repensados para permitir o distanciamento físico entre os indivíduos. Estratégias como a (re)organização do mobiliário, a criação de zonas de circulação unidirecional e a implementação de barreiras físicas tornaram-se imperativas para garantir o distanciamento social nos espaços. Essas mudanças oferecem oportunidades para repensar abordagens convencionais e adotar soluções mais adaptáveis e sustentáveis.

Em suma, a pandemia provocou uma reavaliação profunda da arquitetura, impulsionando uma busca por soluções inovadoras e adaptáveis. A integração de espaços, a consideração da cognição espacial, a atenção às necessidades emocionais e à colaboração multidisciplinar são elementos cruciais na criação de ambientes que não respondem apenas aos desafios imediatos, mas também moldam um futuro mais resiliente e sustentável para a arquitetura.

No futuro, a conceção de espaços numa arquitetura pós-Covid-19, terá de ser diferente e os arquitetos deveriam preocupar-se com a interação dos indivíduos e adaptabilidade. Essa abordagem não se limita apenas à disposição de móveis, mas também considera aspetos como a realidade física do espaço

(atmosfera espacial) e a versatilidade deles, pois influenciam diretamente a qualidade de vida dos indivíduos.

Não devemos dar todos os créditos destas mudanças e acontecimentos atuais à pandemia; no entanto, eles lembram-nos que a arquitetura, direta ou indiretamente, foi e será uma das formas mais antigas de contar a história da humanidade.

CONSEQUÊNCIA DA PANDEMIA_

No (Re)desenho E (Re)organização do Espaço Doméstico

A pandemia Covid-19 emergiu como ponto de viragem na conceção e utilização dos espaços domésticos, desencadeando uma profunda reavaliação dos princípios de design e organização. Este capítulo, propõem explorar algumas estratégias utilizadas nesta crise de saúde no design arquitetónico, abordando considerações essenciais para o (re)desenho e (re)organização do espaço. Procura-se, agora introduzir com maior ênfase à relação entre Espaço – Função e Espaço-Objeto.

O design, historicamente voltado para a criação de espaços esteticamente agradáveis e funcionais, encontra-se perante novos desafios. A necessidade de manter o distanciamento social e promover a higiene adequada, impulsionou uma revisão profunda dos paradigmas tradicionais. A pandemia não redefiniu apenas a função dos espaços, levou também a uma reflexão sobre os objetos/móveis neles dispostos.

A imposição do confinamento mudou drasticamente a forma como interagimos e habitamos as nossas casas. Esta interação permanente com o ambiente construído levou-nos a repensar e adaptar estes mesmos espaços às necessidades vividas.

O teletrabalho, a escola “*online*” e o convívio familiar interligados, levou à organização de momentos de concentração (para realizar as tarefas), momentos de silêncio sem interrupções (para as reuniões) e momentos mais agitados (para realizar atividade física e outras atividades de lazer) (Assunção, 2022, p.47).

Assim, a falta de flexibilidade e a ausência de espaços, interferiu diretamente com as necessidades destas ações, pois grande parte das famílias não contém compartimentos próprios para as atividades de lazer ou para trabalhar, sem distrações ao seu redor. Além disso, as exigências de higiene para evitar a propagação do vírus entre moradores geraram a necessidade de criar espaços que permitam o isolamento e a segurança dentro das casas (Brandtner, 2021).

Filipa Namora, arquiteta e designer portuguesa, acredita que é mais urgente que nunca repensar a organização espacial das habitações, e que

futuramente estes espaços deverão ser pensados como divisões completamente independentes da função. Neste contexto, será bastante importante a preocupação com o mobiliário, reduzindo a importância de aspetos meramente estéticos do espaço e tornando os objetos mais confortáveis e adequados para a função que vão exercer (Namora, 2020).

O redesenho dos espaços e a necessidade de melhoramento do usufruto deles, vincula-se principalmente com a manipulação dos objetos, funcionando como um mecanismo de percepção que responde às diferentes necessidades habitacionais. Esta percepção espacial faz uma aproximação à Neurologia, à parte mental do indivíduo, à experiência do habitar, à Neuro Arquitetura.

Salientamos que os objetos definem uma determinada função, num determinado espaço dentro de casa; por exemplo, as mesas de jantar funcionam como zonas de trabalho para os pais, ou como secretária para as crianças. A sala ou o hall servem para ler, praticar desporto ou para sessões de cinema. E os quartos para além de servirem para descansar começaram a ser um segundo recanto para trabalhos que exigem menos agitação e mais silêncio. Assim, estas divisões podem ganhar funções distintas daquelas a que estávamos habituados (Assunção, 2022, p.47).

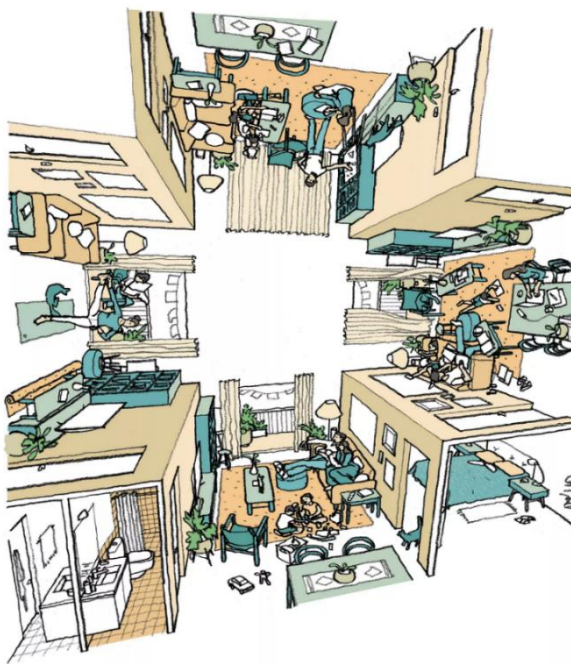


Imagem 16, Ilustração de Daniloz, “*Organismo vivo*”, Mudanças de Hábitos perante as necessidades do Confinamento, Casa Vogue (Daniloz, 2020)

Com o capítulo “A minha história” foi possível retratar estas necessidades e mudanças realizadas na minha própria casa, que era organizada como se pode ver na planta apresentada seguidamente: sala comum em *open-space* (com recanto para cozinha, espaços de estar e de jantar), aberta para o hall de entrada (que dá acesso ao wc de serviço) e para o corredor que dá acesso aos três quartos (cada um com a sua casa de banho privativa); no exterior, existe uma varanda com canteiros ajardinados.

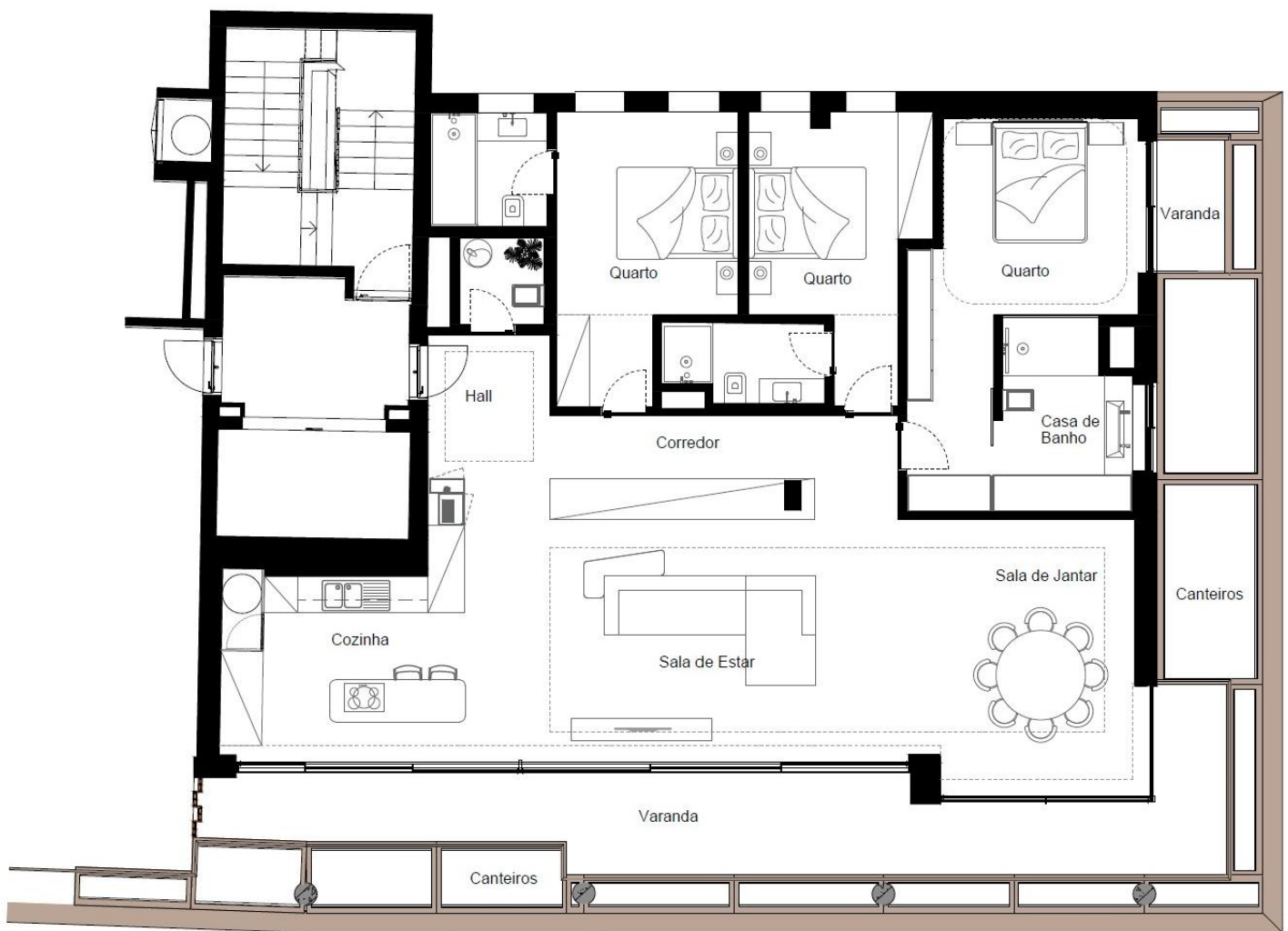


Imagem 17, Planta de minha casa, legendada por zonas, Paços de Ferreira, 2020

Este apartamento, de tipologia T3, cumpriu perfeitamente todas as nossas necessidades durante anos mas, com o Covid-19, houve necessidades de adaptação, devido às novas rotinas. Eu, como estudante e o meu namorado

como empresário tínhamos necessidades incompatíveis: eu precisava de ler e estudar; o Miguel de realizar reuniões e telefonemas.

O facto da sala ser organizada em open-space, era anteriormente uma vantagem, todos os espaços se interligam e podemos fazer diferentes tarefas sem estarmos sozinhos. Ou seja, sempre que alguém estava a cozinhar poderia estar em conversa com outra pessoa sentada no sofá, entre outras situações. Durante o confinamento, este facto não foi tão vantajoso; apesar de dispormos de mais área livre para as atividades, não existia a privacidade e o isolamento necessário. Por vezes um estava a cozinhar e o outro a estudar ou a realizar uma reunião, o que provocava um conflito. Por isso, passámos a dividir os espaços da casa por atividades.

A sala de estar e a sala de jantar passaram a ser locais de convívio e partilha onde víamos filmes, fazíamos atividade física e jantávamos. Era possível trabalhar na mesa de jantar, mas sempre que necessário íamos para o quarto, onde dispúnhamos, agora, de uma pequena secretária. Este tornou-se o espaço mais resguardado, para conseguirmos fazer reuniões ou ler um livro.

O hall e a casa de banho de serviço deixaram de ser espaços de passagem para começarem a ser utilizados como zona de higienização. Sempre que saíamos de casa, era aí que, no regresso, retirávamos a roupa, o calçado e outros pertences. Estes permaneciam no hall, dentro de um cesto, até serem devidamente desinfetados. Usávamos a casa de banho de serviço para lavar as mãos e desinfetá-las. Já no aparador do hall colocávamos as máscaras, o álcool, e todos os outros acessórios. Todos estes novos hábitos levaram à compra de mobiliário para auxiliar as novas rotinas: um banco, um bengaleiro e um cesto de roupa suja.

A cozinha começou a necessitar de mais arrumação; os dias de visita ao supermercado eram mais espaçados, havia a necessidade de comprar mais mantimentos e produtos, perante as incertezas do confinamento. A despensa tornou-se pequena, e com isso passamos grande parte das nossas coisas para um dos quartos, utilizando-o como zona de armazenamento. Neste quarto aproveitávamos os roupeiros para colocar a comida, e compramos uma estante modelar. É desmontável e reconfigurável, perfeita para o seu propósito, ser

provisória. Essa estante, depois, serviu para vários efeitos: estante, aparador e móvel de televisão. Atualmente ainda a utilizamos nos arrumos da garagem.

O terceiro quarto sempre permaneceu vazio, mas no Covid-19 tivemos a necessidade de colocar um sofá-cama, uma televisão e outros objetos para servir de espaço de isolamento, sempre que necessário. Este era utilizado igualmente para tarefas em simultâneo, como complemento à área social; por exemplo, quando um praticava desporto na sala de estar, o outro poderia estar a ver um filme neste quarto.

Com a necessidade de nos sentirmos mais próximos da natureza, cuidávamos das flores dos canteiros da varanda; aproveitando o bom tempo, optamos por comprar umas espreguiçadeiras dobráveis para disfrutarmos da nossa pequena varanda.

Esta procura por cadeiras dobráveis foi devido à necessidade de as conseguir guardar mais facilmente quando não utilizadas.



Imagem 18, Planta de minha casa, Esquema de cores, representando as mudanças e áreas para diferentes usos no Isolamento, Paços de Ferreira, 2020

Na figura anterior apresenta-se o novo esquema de atividades que decorriam no nosso apartamento: Zona vermelha (higienização); Zona Lilás (Armazenamento); Zona Amarela (cozinha); Zona Azul (Lazer); Zona Verde (Atividades físicas); Zona Turquesa (Refeições e Trabalho); Zona Laranja (Isolamento); Zona Cinza (Relaxamento).

Nesta realidade, o mobiliário já disposto no espaço nem sempre conseguem adaptar-se às nossas necessidades; na procura por novos móveis escolhemos aqueles que promoviam maior versatilidade ao uso do espaço. Este tipo de mobiliário é agora o mais estudado e desenvolvido, emergindo como protagonista de soluções mais inteligentes.

Existe hoje uma grande procura por peças transformáveis, adaptáveis, dobráveis e móveis, que possam atender a diferentes funções, redefinindo a forma como abordamos o design de interiores.

Consequentemente, existe também uma maior oferta de peças inovadoras, projetadas com uma estética cuidada, de modo que se integrem perfeitamente na decoração; a fusão de funcionalidade e beleza proporciona não só a eficiência, mas também um toque de elegância aos espaços: camas com arrumação, mesas de jantar que se convertem em aparadores, mobiliário modelar, objetos dobráveis, capazes de transformar cada canto da casa num espaço multifuncional e dinâmico. A criação de uma peça de mobiliário deste tipo exige inspiração e o compromisso de dar prazer a quem o utiliza. (Assunção, 2022, p.51).

Bobby Berk, arquiteto e designer de interiores destaca que, ao reavaliar o layout e o design das casas, surge uma oportunidade para integrar funcionalidade e estética (Berk, 2023).

Face às mudanças repentinas dos comportamentos e, portanto, das atividades realizadas nos interiores domésticos, os móveis devem permitir a utilização de várias funções num só objeto, facilitando a reconfiguração contínua do espaço. Uma peça de mobiliário com caráter flexível garante um impacto ambiental positivo, uma vez que, quanto mais utilizações um produto oferecer, mais longo será o seu período de vida útil, portanto evitará a hipótese de cair em desuso e ser descartado (NOMADS, 2007, p.5).

Apresentam-se, seguidamente, alguns exemplos de mobiliário desenvolvido antes e durante a pandemia Covid-19 e que correspondem aos requisitos necessários após esta crise.

1. “MOON” Corresponde a um armário de madeira inspirado nas fases da lua. Com um aspeto atemporal, este armário permite várias configurações diferentes na sua montagem modular. A estrutura deste móvel transforma-se para atender às diferentes necessidades, como as fases da lua. Tem portas de armário, arrumação aberta e gavetas que abrangem contemple todo o tipo de soluções de armazenamento numa única peça de mobiliário. Caso a peça não esteja a ser utilizada para arrumação, pode servir para assento e mesa, porque foi construído para suportar o peso humano. A “MOON” é um exemplo de mobiliário duradouro e funcional que maximiza a flexibilidade através do seu minimalismo (Thukral, 2020).



Imagem 19, Esquema de Chi Thukral, *MOON*, Designer: Chia Chun Chuang (Yanko Design, 2020)

2. “*INFINE*” é uma cadeira dobrável que tem apenas 23 milímetros de espessura quando está fechada e pode ser pendurada na parede, como um componente decorativo. Tem um acabamento em bambu natural, apesar de estar disponível noutro tipo de acabamento e cores. Esta é uma peça premiada, tendo ganho em 2009 os prémios Coup de Coeur Press Ideat e Decouverte Now (Made Infine, n.d)



Imagem 20, Cadeira dobrável, “Infine”,
Designer: Christian Desile, 2009 (Made Infine, n.d)

O seu design foi sofrendo alterações. A ideia original era partir de um painel de madeira com apenas um corte digital, para fazer uma cadeira que, uma vez dobrada, também pudesse ser usada como tampo de mesa sobre cavaletes (Made Infine, n.d).

3. “AS IF FROM NOW HERE...” criação de Orla Reynolds, é uma estante multifuncional que funciona em módulos de forma independente e inclui os móveis de jantar: uma mesa e quatro cadeiras (imagem 21). Esta estante de dupla função, é destinada a espaços pequenos ou para quem precisa de receber alguém inesperado em casa. “*As if from now here...*” foi inspirada no teatro, nas mudanças de cena no decorrer das peças. A arrumação das mesas e das cadeiras, quando não são necessárias, dá vida à estante, pelas cores que as peças lhe fornecem. (Orla Reynolds, 2022).



Imagem 21, estante em diferentes configurações, “*AS IF FROM NOW HERE...*”, Designer: Orla Reynolds (Orla Reynolds, 2022)

A estante pode ter várias configurações, nomeadamente em forma quadrada, composta pelas seis peças sobrepostas, ou organizada de outras formas, criando um separador de espaço na divisão.

Assim, a peça de Orla torna-se imprevisível, com um carácter surpreendente (Assunção, 2022, p.58).

4. “GIRO” é um móvel multifuncional que pode servir como mesa de jantar, aparador ou local para trabalhar, com arrumação. É um sistema composto por dois tampos dobráveis com um sistema mecânico rotativo. O compartimento de armazenamento pode ser personalizado colocando portas ou deixando a estante aberta (Cleij, 2021).



Imagem 22, Representações de diferentes usos do móvel. “Girò”, Designer: Cleij (Cleij, 2021)

5. “HOME OFFICE” é um móvel com duas configurações possíveis: fechado assemelha-se a um caixote e aberto transforma-se numa zona de trabalho com espaço para realizar vários tipos de tarefas. O móvel dispõe de bastante espaço para armazenar material de escritório e instalar equipamento informático, como computadores e impressoras. No exterior, tem um gancho para pendurar um casaco ou mesmo uma mala e uma fechadura para garantir a privacidade e a segurança. O material utilizado é o alumínio, que é um excelente dissipador de calor. O “Home office” é um modelo anunciado pelo Atelier Opa em 2010, sendo lembrado em 2020, pela “*Architectural Furniture Foldway Office*”, como solução para as dificuldades que se fizeram sentir no confinamento, com o trabalho remoto (Atelier Opa, s.d.).



Imagem 23, Representações do móvel, “HOME OFFICE”, móvel desenvolvido pela empresa Atelier Opa em 2010 (Atelier Opa, s.d.).

A análise presente neste subcapítulo complementa a narrativa apresentada em “A Minha História”, documentando um caso pessoal de confronto com uma situação de confinamento; alguns dos exemplos de mobiliário apresentados nestas páginas teriam sido extremamente úteis na otimização dos espaços do meu apartamento, naquela situação.

Em síntese, a pandemia Covid-19 levou a uma nova abordagem espacial e a uma reconceptualização dos espaços que habitámos. Integrar o distanciamento social e a flexibilidade dos espaços não é apenas uma resposta temporária, mas uma transformação duradoura na abordagem arquitetónica.

A necessidade de (re)desenhar e de (re)organizar os espaços domésticos torna-se uma oportunidade para a inovação e para a criação. Arquitetos e designers têm agora a responsabilidade e a oportunidade de criar espaços domésticos que acolham a versatilidade e promovam o bem-estar dos indivíduos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No decorrer da pandemia Covid-19 a disciplina de Arquitetura mostrou-se, simultaneamente, um elemento indissociável para a resolução de problemas e um campo aberto à aprendizagem. O isolamento social impôs desafios inéditos, provocando uma profunda reflexão sobre a forma como habitamos e interagimos com os espaços.

Neste contexto, na análise das transformações resultantes da resposta à pandemia, destaca-se o papel crucial do espaço e dos objetos na adaptação a esta realidade.

Considerando a questão do condicionamento do espaço perante a sua realidade tridimensional, o papel dos objetos na percepção espacial das nossas casas, foi fundamental. Esta nova realidade levou a maiores preocupações com a flexibilidade e a versatilidade, para responder às necessidades, o que impulsionou inovações no campo da arquitetura e do design.

A Arquitetura e o Design deram novas respostas, repensando a função dos espaços e a disposição do mobiliário, procurando promover o distanciamento social e incentivando o uso seguro desses espaços. Estas disciplinas surgem como parte do método criativo, ampliando as oportunidades e as soluções, que apoiam o potencial do espaço e a experiência do habitar.

À medida que refletimos sobre as transformações em resposta à pandemia, emerge a necessidade urgente de integrar a versatilidade como pilar fundamental nas construções futuras, procurando criar espaços capazes de conter diferentes atividades. Zonas multifuncionais, objetos polivalentes, e uma ênfase na iluminação e ventilação otimizadas tornam-se princípios essenciais dos espaços.

Assim, a pandemia reforçou a importância da nossa percepção e conexão com os espaços, destacando a necessidade de uma maior qualidade de vida ao (re)pensarmos os ambientes construídos. Através da percepção e da cognição espacial do indivíduo, a experiência otimizada do espaço conduz a um estímulo importante para o seu bem-estar.

A recente consciencialização sobre o impacto dos ambientes

construídos na nossa saúde mental e física desencadeou uma renovação nas práticas e abordagens tradicionais, sendo a arquitetura e o design desafiados a incorporar estes princípios, refletindo uma mudança do paradigma cultural em direção a espaços mais conscientes.

Este novo paradigma engloba especialistas da área da saúde e de arquitetura em pesquisas colaborativas promovendo uma compreensão mais profunda dos desafios enfrentados e na criação de soluções possíveis.

Esta troca contínua de conhecimentos com profissionais de saúde, resulta numa ajuda essencial para a evolução das práticas e abordagens na arquitetura e no design pós-Covid-19, levando a critérios mais consolidados.

Este trabalho sustenta-se por meio de um retrato da experiência vivida; o (re)desenho e a (re)organização do espaço doméstico suporta-se através dos conhecimentos adquiridos, registados no diário, e pela adaptação das necessidades descritas nos subcapítulos seguintes, levando à procura de diferentes soluções.

As necessidades repentinamente sentidas nas residências devido ao trabalho e à educação a distância fez com que os espaços de convívio se tornassem multifuncionais. A casa deixou de ser apenas um abrigo consagrado às atividades domésticas e começou a desempenhar novas funções. De modo geral, as necessidades que se fizeram sentir foram similares em quase todas as casas: a falta de espaço para as novas atividades, para a higienização, para o armazenamento; a falta de privacidade e de contacto com o exterior.

Neste trabalho procurou-se contribuir para dar resposta aos novos desafios e exigências habitacionais, indicando algumas estratégias para permitir maior adaptabilidade e versatilidade. Acredita-se que as carências sentidas na pandemia moldaram não só esse momento já passado, mas também o futuro da arquitetura e do design.

Neste contexto, o desenvolvimento do pensamento criativo do indivíduo pode nascer do estímulo encontrado na experiência de habitar a sua própria casa. Sente-se a necessidade de ser criativo para levar a um caminho com um resultado mais satisfatório.

À medida que avançamos para o futuro, a arquitetura tem a responsabilidade de liderar uma revolução na forma como concebemos, projetamos e habitamos os nossos espaços. A pandemia, apesar dos seus desafios, abriu portas para a inovação, resiliência e sustentabilidade, proporcionando uma oportunidade única de criar ambientes mais inclusivos, saudáveis e adaptáveis.

“Raramente surge um livro com a premissa de nos fazer parar, obrigando-nos a olhar em redor para considerar verdadeiramente o lugar onde estamos.”

(Rosenbaum, 2017, tradução própria)

“Como Arquiteto, desenha-se para o presente, com certo conhecimento do passado, e para um futuro que é essencialmente desconhecido.”

(Foster, Agência Papoca, 2020)

FONTES BIBLIOGRÁFICAS

FONTES BIBLIOGRÁFICAS

AGÊNCIA PAPOCA. (2020). *Norman Foster: Norman Foster: quem é esse arquiteto que une tecnologia com sustentabilidade?*, Laart. Consultado em: 20 dez. 2023. Disponível em: <https://laart.art.br/blog/norman-foster/>

ALBERTI, Leon Battista. (1959). *De re aedificatoria (Sobre a Arte de Construir)*. Traduzido para o português. São Paulo: Editora Pioneira

ALMEIDA, Luís Bigotte. (2018). *A Neurociência das Pequenas coisas*. Lisboa: Climepsi Editores

ANDO, Tado. (1995). *Ceremony acceptance speech*. Pritzker Architecture Prize. Consultado em: 18 de março 2022. Disponível em: https://www.pritzkerprize.com/sites/default/files/inline-files/Tadao_Ando_Acceptance_Speech_1995.pdf

ARNHEIM, Rudolf. (1977). *The Dynamics of Architectural Form*. Berkeley: University of California Press

ARQUITETURA Viva, (2012). *Parque Urbano Superkilen, Copenhagen*: GRANDE Grupo Bjarke Ingels, Consultado em: 14 set. 2023 Disponível em: <https://arquitecturaviva.com/works/parque-urbano-superkilen-3>

ASSUNÇÃO, Jéssica. (2022). *Design de Mobiliário: Proposta de artefacto para habitações de áreas reduzidas*. Dissertação. Mestrado em Design Industrial e de Produto. Universidade do Porto: Faculdade de Belas Artes

ATELIER OPA, (n.d). *HOME OFFICE: For Remote Work*. Consultado em: dezembro de 2023. Disponível em: <https://www.atelier-opa.com/homeoffice.html>

AUGÉ, Marc. (1994). *Não-Lugares: Introdução a uma Antropologia da Sobremodernidade*. Venda Nova: Bertrand

BACHELARD, Gaston. (2006). *A Poética do Espaço*. (Traduzido da obra original *La Poétique de l'Espace*, 1958). São Paulo: Martins Fontes

BECHTEL, Robert B. e CHURCHMAN, Arza. (2002). *Handbook Of Environmental Psychology*. New York: John Wiley & Sons, Inc

BERGSON, Henri. (2010). *Matéria e Memória: Ensaio sobre a relação do corpo com o espírito*. (p.72-73). Tradução de Paulo Neves. São Paulo: Editora Martins Fontes

BERGSON, Henri. (2019). *Matéria e Memória - Ensaio sobre a relação do corpo com o espírito*. 4ª ed. Brasil: Wmf Martins Fontes

BERK, Bobby. (2023). *Right At Home: How Good Design Is Good For The Mind*. An Interior Design Book. USA Inc.: Random House

BERKUS, Nate. (n.d). *Como Harmonizar seu Ambiente*. Minha casa brilha. Consultado em: novembro de 2024. Disponível em: <https://minhacasabrilha.com.br/harmonizar-seus-ambientes/>

BIG, (2013). *O plano diretor do Superkilen foi projetado por BIG + Topotek1 + Superflex e foi homenageado pela AIA. "Superkilen / BIG."*. ArchDaily. Consultado em: 14 set. 2023. Disponível em: <https://www.archdaily.com/319473/superkilen-masterplan-designed-by-big-topotek1-superflex-honored-by-aia#>

BOORSTIN, Daniel J. (1993). *Os Criadores: Uma História dos Heróis da Imaginação*. Lisboa: Gradiva

BRANDTNER, Isabel. (2021). *Pandemia da COVID-19: desafios para conciliar a maternidade e o home office*. Universidade Federal de Santa Catarina.

BRANDTNER, Isabel e WÜLFING, Juliana. (2021). *80 (oitenta) anos da justiça do trabalho e os desafios para conciliar a maternidade e o Home office na pandemia da covid-19*. Artigo. v. 67, n. 103, (p. 108). JusLaboris. Consultado em: abril de 2022. Disponível em: https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/224002/2023_brandtner_isabel_80anos_jt.pdf?sequence=1&isAllowed=y

BRINGSLIMARK, Tina. (2007). *Psychological Benefits of Indoor Plants in Workplaces: Putting Experimental Results into Context*. Hort Science. V. 42 (p. 581–587). Consultado em: abril de 2023. Disponível em: <https://journals.ashs.org/hortsci/view/journals/hortsci/42/3/article-p581.xml>

BURKE, Edmund. (2021). *Indagación Filosófica Sobre el Origen de Nuestras Ideas Acerca de lo Sublime y de lo Bello*. Madrid: Tecnos. Consultado em: dezembro de 2022. Disponível em: https://www.alianzaeditorial.es/primer_capitulo/indagacion-filosofica-sobre-el-origen-de-nuestras-ideas-acerca-de-lo-sublime-y-lo-bello.pdf

BUSTLER EDITORS. (2013). *Parque urbano Superkilen de Copenhague por BIG + Topotek1 + Superflex*. Bustler. Consultado em: setembro de 2023. Disponível em: <https://bustler.net/news/2761/copenhagen-s-superkilen-urban-park-by-big-topotek1-superflex>

CAMPBELL, Robin e OLSON, David. (1990). *Children's Thinking*. Em GRIEVE, Robert; HUGHES, Martin (Eds.) – *Understanding Children*. Cambridge: Blackwell. Consultado em outubro de 2021. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Robin-Campbell/publication/275521199_Children's_Thinking/links/553e64620cf20184050f5c32/Childrens-Thinking.pdf

CLEI SRL. (2021). *Girò - with floor storage units*. Clei. Consultado em: dezembro de 2023. Disponível em: <https://www.clei.it/en/giro-floor-storage-units>

CRUZ, Valdemar. (2005). *Retratos de Siza*. (p.53). Porto: Campo das Letras

DANILOZ, (2020). *Newspaper Illustration: Casa Vogue*. DaniloZ. Consultado em: dezembro de 2023. Disponível em: <https://daniloz.com/portfolios/casa-vogue/>

ECCLES, John C. (1995). *A Evolução do Cérebro: A Criação do Eu*. Epigénese e Desenvolvimento. Lisboa: Instituto Piaget

EDWARDS, Tryon. (1908). *A Dictionary of Thoughts*. Universallibrary. Detroit: F. B. Dickerson Co.

ELLARD, Colin. (2016). *Psicogeografia: La influencia de los lugares en la mente y el corazón*, trad. Gemma Deza Guil, Barcelona: Editorial Ariel. Consultado em: maio de 2021. Disponível em: https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/32/31790_Psicogeografia.pdf

FARIA, Eduarda Lobato. (2014). *Imaginar o Real: O Enigma da Conceção em Arquitectura*. Casal de Cambra: Caleidoscópio

FIGUEIREDO, Ricardo Jorge Perfeito. (2015). *Do Lugar Vivido ao Lugar Imaginado: O Desenho e a Arquitetura*. Viseu: Universidade Católica Portuguesa. Dissertação de Mestrado. Consultado em: maio de 2021. Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/handle/10400.14/19793>

FILM AND FURNITURE, (n.d.). *Jacques Tati: Da nossa loja*. Film and furniture. Consultado em: setembro de 2024. Disponível em: <https://filmandfurniture.com/designer/jacques-tati/>

GARDE-HANSEN, Joanne; JONES, Owain. (2012). *Geography and Memory: Explorations in Identity, Place and Becoming*. (p.8). EUA: Palgrave MacMillan

GEARY, James. (2017). *In the Realm of the Senses*. Artigo. (p.151). James Geary. Consultado em: abril de 2022. Disponível em: https://jamesgeary.com/wp-content/uploads/2017/05/discovery_article.pdf

- GIBSON, James J. (1966). *The Senses Considered as Perceptual Systems*. Cornell Un. Ed. Boston: Houghton Mifflin Company
- GIBSON, James J. (1986). *The Ecological Approach to Visual Perception*. Hillsdale: Psychology Press
- GIEDION, Sigfried. (1995). *Space, Time and Architecture: The Growth of a New Tradition*. 5 ed. Cambridge: Harvard University Press
- GIFFORD, R. (2007). *Environmental psychology: Principles and practice* (4th ed.). Colville, WA: Optimal Books
- GOLDHAGEN, Sarah. (2020). *Welcome To Your World: How The Built Environment Shapes Our Lives*. Nova York, NY: Harper Collins
- GÓMEZ, Alberto Pérez. (1983). *Architecture and the Crisis of Modern Science*. Editora: The MIT Press
- HABIB, M. (2000). *Bases Neurológicas dos Comportamentos*. Lisboa: Climepsi Editores.
- HALL, Edward T. (1966). *The Hidden Dimension*. Garden City, N.Y.
- HARROUK, Christele. (2020). O processo criativo de quatro pioneiros da arquitetura moderna. *Espaço de Arquitetura*. Consultado em: 20 dez. 2023. Disponível em: <https://espacodearquitetura.com/artigos/o-processo-criativo-de-quatro-pioneiros-da-arquitetura-moderna/>
- HEIDEGGER, Martin. (1951). *Bauen Wohnen Denken*. Conferência de Heidegger.
- HEIDEGGER, Martin. (2001). *Building Dwelling Thinking*. Em *Poetry, Language, Thought*. New York: Harper & Row
- HEIDEGGER, Martin. (2002). *Pensamento Humano: Ensaios e conferências*. Petrópolis: Editora Vozes
- HEIDEGGER, Martin. (2015). *Construir, Habitar, Pensar* (traduzido da obra original *Bauen, Wohnen, Denken 1992*). Espanha: LaOficina
- HERTZBERGER, Herman. (1999). *Lessons For Students In Architecture*. (tradução de Carlos Eduardo Lima Machado). 2ªEd. São Paulo: Martins Fontes
- HIPÓLITO, Fernando. (2011). *Sítio, Projecto e Arquitetura*. Cascais: True TeamPublishing & Design.

HUME, David. (1902). *Enquiries Concerning Human Understanding and Concerning the Principle of Morals*. 2ª ed. LA Selby-Bigge, MA. Oxford: Clarendon Press

HUME, David. (2007). *A Treatise of Human Nature*. Clarendon Press. New York: Oxford. Consultado em: maio de 2022. Disponível em: https://eclass.uoa.gr/modules/document/file.php/PHS414/David%20Hume_%20A%20Treatise%20of%20Human%20Nature_%20Volume%201_%20Texts.pdf

JULEAN, Dana. (2016). *Why Architects See Things Differently: An Architectural Approach On Teaching Space Perception*. Romania: European Scientific Journal. Consultado em: fevereiro de 2021. Disponível em: https://www.academia.edu/download/46287836/ESJ_dana_JULEAN.pdf

JUNG, Carl Gustav. (1969). *The Archetypes and the Collective Unconscious*. The Collected Works of C. G. Jung. 2ª ed. Princeton: Princeton University Press

KAPLAN, Rachel. e KAPLAN, Stephen. (1989). *The Experience of Nature – a Psychological Perspective*. New York: Cambridge University Press. Consultado em: abril de 2022. Disponível em: <https://ia803206.us.archive.org/8/items/experienceofnatu00kapl/experienceofnatu00kapl.pdf>

KEIMPE, Algra. (1995). *Concepts of Space in Greek Thought*. New York: E. J. Brill

KERCHER, A., RAHMAN, J. e PEDERSEN, M. (2024). *The COVID-19 pandemic, psychologists' professional quality of life and mental health*. Frontiers in Psychology. Consultado em: junho de 2024. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1339869/full>

KNAUFF, Markus. (2013). *Space to Reason: A Spatial Theory of Human Thought*. Cambridge: MIT Press. Consultado em: abril de 2023. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-PT&lr=&id=jFiKMP07ADMC&oi=fnd&pg=PR7&dq=KNAUFF,+Markus+%E2%80%93+Space+to+Reason:+A+Spatial+Theory+of+Human+Thought.+&ots=Xs64NSPi80&sig=4jVfvLTKsl3-XbLI1A6TkaEz1Q4#v=onepage&q=KNAUFF%2C%20Markus%20%E2%80%93%20Space%20to%20Reason%3A%20A%20Spatial%20Theory%20of%20Human%20Thought.&f=false>

KOOLHAAS, R. e MAU, B. (1995). *S, M, L, XL*. (p.240). Nova York: A Imprensa Monacelli.

KOTLER, Philip. (1973). *Atmospherics as a marketing tool*. Artigo. Journal of Retail. (p.49, 48–64). Consultado em: fevereiro de 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/239435728_Atmospherics_as_a_Marketing_Tool

KÜLLER, Rikard; BALLAL, Seifeddin; LAIKE, Thorbjörn; MIKELLIDES, Byron e TONELLO, Graciela. (2006) *The impact of light and colour on psychological mood: a cross-cultural study of indoor work environments*. Artigo. Research Gate. Consultado em: abril de 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/6746144_The_impact_of_light_and_colour_on_psychological_mood_A_cross-cultural_study_of_indoor_work_environments

LAGHAIE, H. (1999). *Sensation and Perception of the Environment and Shape. Architect. Cult.*

LAMOUREUX, Léa. (n.d.) *Analyse Filmique: Jacques Tati*. Academia d'Orléans-Tours. Consultado em: setembro de 2024. Disponível em: http://clg-debussy-la-guerche-sur-aubois.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-debussy-la-guerche-sur-aubois/IMG/pdf/Mon_oncle_analyse_filmique_Lamoureux_Lea.pdf

LE CORBUSIER. (1995). *Vers une Architecture*. Paris: Flammarion

LEFEBVRE, Henry. (1991). *The Production of Space*. Cambridge: Basil Blackwell. Consultado em: abril de 2022. Disponível em: https://www.academia.edu/download/47828054/Lefebvre_Henri_The_Production_of_Space.pdf

LEHOUX, Nic, (2018), *The Bentway / Public Work*. Toronto, Canadá. Archdaily. Consultado em: 16 setembro. 2024 Disponível em: <https://www.archdaily.com/912942/the-bentway-public-work>

LES ATELIERS COURBET, (n.d). *Domeau & Pérès: Mr Hulot's Bench*. Les Ateliers Courbet. Consultado em: setembro de 2024. Disponível em: <https://ateliercourbet.com/artworks/domeau-peres-mr-hulots-bench-tati>

LOUISE, Victoria. (2024). *Richard Serra transformou a escultura do século XX com obras em grande escala e intervenções urbanas*. Artsoul. Consultado em: junho de 2024. Disponível em: <https://blog.artsoul.com.br/richard-serra-transformou-a-escultura-do-seculo-xx-com-obras-em-grande-escala-e-intervencoes-urbanas/>

LYNCH, Kevin. (1960). *A Imagem da Cidade*. Traduzido por Maria Cristina Tavares Afonso. Lisboa: Capa de Edições 70

MADE INFINE. (n.d.). *Infine Folding Chair*. Made Infine. Consultado em: dezembro de 2023. Disponível em: <https://www.madeinfine.com/en/chaise-pliante-en-bois-design-infine-fabrication-francaise-christian-desile-designer>

MAGALHÃES, Williane, (2022), *Morar na Colômbia: Quer morar na Colômbia? Antes, leia este artigo!*. Remessa Online. Consultado em: 14 de out. de 2022. Disponível em: <https://www.remessaonline.com.br/blog/morar-na-colombia/>

MAGALHÃES, Lana. (n.d.). *Sistema Nervoso Central*. Toda Matéria. Consultado em: outubro de 2022. Disponível em: <https://www.todamateria.com.br/sistema-nervoso-central/>

MAGALHÃES, Lana. (n.d.). *Cérebro*. Toda Matéria. Consultado em: outubro de 2022. Disponível em: <https://www.todamateria.com.br/cerebro/>

MAIR, Victor H. (2009). *"Crisis" Does NOT Equal "Danger" Plus "Opportunity"*. Pinyin. Consultado em: julho 2020. Disponível em: <https://pinyin.info/chinese/crisis.html>.

MAIS FINISHINGS. (2024). *Design de interiores: ambientes tranquilos com cores que acalmam*. Artigo. Mais Finishings. Consultado em: setembro de 2024. Disponível em: <https://maisfinishings.com.br/blog/cores-que-acalmam/>

MARTINS, Ricardo Nogueira. (2013). *Narrativas de Lugar e Memória: A Importância de Crescer o Espaço na Identidade do Sujeito*. Working Papers: GEO. Consultado em: abril de 2021. Disponível em: <http://www.lasics.uminho.pt/ojs/index.php/geoworkingp/issue/view/147>

MARQUES, Mariana. (2013). *Steven Holl: A poética do concreto*. Volume I. Dissertação. Porto: FAUP

MARQUES, Juliana Philipa Santos. (2019). *Compor espaço através do silêncio: sobre a materialização do vazio para a poética do espaço*. Dissertação. Universidades Lusíada. Consultado em: abril de 2022. Disponível em: <http://repositorio.ulusiada.pt/bitstream/11067/4764/1/Dissera%C3%A7%C3%A3o%20de%20mestrado.pdf>

MAZO, Liliana Maria. (2017). *Medellín: uma cidade construída a "várias mãos"? Participação e política urbana na transformação da cidade popular contemporânea*. (Tese de doutoramento). Faculdade de Arquitetura e Urbanismo. São Paulo

MERLEAU-PONTY, Maurice. (1992). *O olho e o espírito*. Trad. Luis Manuel Bernardo, pref. Claude Lefort, Lisboa: Vega

MERLEAU-PONTY, Maurice (2006). *Fenomenologia da Percepção*. (Traduzido da obra original *Phénoménologie de la Perception, 1945*) Tradução de Cláudia de Lemos Penteado. São Paulo: Editora Martins Fontes

MOLLOY, Anna. (2023). *Possibilidades temporais de cenografia e arquitetura em Mon Oncle, de Jacques Tati*. MEDIAPOLIS JOURNAL. Consultado em: setembro de 2024. Disponível em: <https://www.mediapolisjournal.com/2023/06/temporal-possibilities/>

MOUSSAVI, Farshid (2019). *The Function of Form*. Barcelona: Actar

MUÑOZ, Elisa. (2019). *MIES: un trazo por las luces y sombras del maestro del XX*. Revista AD. Consultado em: setembro de 2019. Disponível em: <https://www.revistaad.es/arquitectura/articulos/mies-trazo-por-luces-y-sombras-maestro-xx/22931>

MUNTAÑOLA, Josep. (1981). *Poética y Arquitectura*. Barcelona: Anagrama

MUNTANOLA, Josep. (2001). *La arquitectura como lugar*. (p.24). Barcelona: Edicions UPC

NAMORA, F. (2020). *De que forma esta pandemia afetou e irá afetar o mundo do Design de Interiores e da Arquitetura? O que mudará?* Visão. Consultado em: dezembro 2024. Disponível em: <https://visao.pt/opiniao/bolsa-de-especialistas/2020-04-20-de-que-forma-esta-pandemia-afetou-e-ira-afetar-o-mundo-do-design-de-interiores-e-da-arquitetura-o-que-mudara/>

NEUMEYER, Fritz. (1995). *Mies van der Roche: La Palabra Sin Artificio, Reflexiones sobre Arquitectura: 1922-1968*. Madrid: El Croquis Editorial

NORBERG-SCHULZ, Christian, (1980). *Genius Loci: Towards a Phenomenology of Architecture*. Universidade de Michigan: Rizzoli

NOMADS.USP. (2007). *97_07: dez anos de morar urbano no Brasil*. (p.5). Relatório de pesquisa. São Carlos: EESC-Universidade de São Paulo

ORLA REYNOLDS, (2022). *As if from nowhere...BOOKCASE*. Orla Reynolds Studio. Consultado em: dezembro de 2023. Disponível em: <https://www.orlareynolds.com/bookcase.asp>

ÖZCAN-TEK, Elif. (2020). *Bem-estar Interior: Filosofia, Design e Valor na Prática*. (1. ed.). Cham: Springer

PALLASMAA, Juhani. (2009). *Os olhos da pele: a arquitetura e os sentidos*. Porto Alegre: Artmed Editora

PALLASMAA, Juhani. (2011). *Os olhos da pele: a arquitetura e os sentidos*. (p.43) Porto Alegre: Bookman

PALLASMAA, Juhani. (2012). *The Embodied Image: Imagination and Imagery in Architecture*. Hoboken: John Wiley & Sons

PALLASMAA, Juhani. (2016). *Habitar*. Barcelona: Gustavo Gili

PERKINS AND WILL, (2020). *Road Map for Return: Guidance for a return to the office during COVID-19*. Perkins And Will. Consultado em: dezembro 2023. Disponível em: https://perkinswill.com/road-map-for-return/?utm_medium=website&utm_source=archdaily.com

PINTOS, Paula. (2019). *The Bentway / Public Work*. Archdaily. Consultado em: 16 de setembro de 2023. Disponível em: <https://www.archdaily.com/912942/the-bentway-public-work>

POPPER, Karl R. (1997). *O conhecimento e o problema corpo-mente*, trad. Joaquim Alberto Ferreira Gomes, Lisboa: Edições 70

POSTELL, J. (2012). *Furniture Design*. (p.60). Wiley & Sons, Limited, John.

PORTO EDITORA, (n.d.). *Wilder Penfield*. Artigo. Infopédia. Porto: Porto Editora. Consultado em: abril de 2023. Disponível em: [https://www.infopedia.pt/artigos/\\$wilder-penfield](https://www.infopedia.pt/artigos/$wilder-penfield)

PUBLIC WORK. (n.d). *The Bentway: Landscape Architecture, Visualization, Future Landscapes*. Consultado em: 16 de setembro de 2023. Disponível em: <https://futurelandscapes.ca/the-bentway-under-gardiner>

PUBLIC WORK. (n.d). *Sob o projeto da estrutura Gardiner*. Consultado em: 16 de setembro de 2023. Disponível em: <https://publicwork.ca/projects/under-gardiner-framework-design?category=all>.

PÚBLICO. (2020). CHAÍÇA, Inês; DANTAS, Miguel; MENDES, Filipa Almeida; OLIVEIRA, Diogo Cardoso; PINTO, José Volta e; NEVES, Sofia. *Covid-19: Quatro pessoas assintomáticas. Trump avisa que vêm aí duas semanas dolorosas*. Notícia, Público, Consultado em: abril de 2020. Disponível em: <https://www.publico.pt/2020/04/01/sociedade/noticia/covid19-quatro-pessoas-assintomatica-trump-avisa-vem-ai-duas-semanas-dolorosas-1910432>

- RODRIGUEZ, Tori. (2015). *The Mental Health Benefits of Nature Exposure*. Psychiatry Advisor. Artigo. Consultado em: outubro de 2023. Disponível em: <https://www.psychiatryadvisor.com/features/the-mental-health-benefits-of-nature-exposure/>
- RORTY, Richard. (1979). *Philosophy and the Mirror of Nature*. Princeton University Press. New Jersey. em: Juhani Pallasmaa. (2005). *The eyes of the skin*. (p.14). *Architecture and the sense*;
- ROSENFELD, Karissa. (2014). *Take a Walk on the High Line with Iwan Baan*. Nova York, EUA. Archdaily. Consultado em: 16 jun. 2023. Disponível em: <https://www.archdaily.com>.
- ROSENBAUM, Thane. (2017). *Sarah Williams Goldhagen's Plea for a Better Built World*. Artigo. HuffPost News. Consultado em: dezembro de 2024. Disponível em: https://www.huffpost.com/entry/sarah-williams-goldhagens-plea-for-a-better-built_b_58ebc6b6e4b0145a227cb733
- RUSSO, Fabiele. (2023). *Saiba mais sobre os lobos cerebrais e suas funções*. Artigo. Neuro Conecta. Consultado em: abril de 2023. Disponível em: <https://neuroconecta.com.br/saiba-mais-sobre-os-lobos-cerebrais-e-suas-funcoes/>
- SAGE JOURNALS, (n.d). Revista: *Environment and Planning B: Urban Analytics and City Science*. Consultado em: 2022. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/home/EPB>
- SANTAYANA, George. (2011). *The Life of Reason: Introduction and Reason in Common Sense*. Book collections on Project MUSE. Cambridge: MIT Press
- SANTOS, Gustavo. (2020). *Reencontra-te: Todos nós precisamos de nos perder para nos voltarmos a encontrar*. Lisboa: Pergaminho
- SCHOPEHAUER, Arthur. (1990). *O Mundo como Vontade e Representação*. Porto: Editora Rés
- SENNETT, Richard. (2018). *Building and Dwelling: Ethics for the City*. London: Farrar, Straus and Giroux
- SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE. (2023). *COVID-19: Doenças infecciosas*. SNS24. Consultado em: 20 de dezembro de 2024. Disponível em: <https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/covid-19/>
- SHARP, Leslie. (2009). *Design and the Human Factor: Participatory Design in Architecture*. New York: Routledge

SIEGLER, Robert. (2013). *Children's Thinking: What Develops?*. Carnegie Mellon Symposia on Cognition Series. New Jersey: Taylor & Francis

SILVA, Kelly Cristina Rodrigues. (2015). *A Memória para Pensar o Espaço: A Perspectiva do Lugar*. Artigo. Geograficidade. Vol. 5, N° 2. Consultado em: abril de 2022. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/geograficidade/article/view/12942>

SIZA, Álvaro. (1995). *Essencialmente: Imaginar a evidência*. (p.137). Lisboa: Edições 70, tradução de Soares da Costa

SIZA, Álvaro. (2018). *02 Textos: Álvaro Siza*. (p.18). Lisboa: Parceria A. M. Pereira

SIZA, Álvaro. (2019). *01 Textos: Álvaro Siza*. (2ª ed. p.22-23) Lisboa: Parceria A. M. Pereira

SIZA, Álvaro. (2000). *Sobre Pedagogia: Obras e Textos*. (p.29-48). Lisboa: Presença

SOUTO MOURA, Eduardo. *Sensing Spaces: Architecture Reinvented*. Em Royal Academy. London: [s.n.].

STEIN, Ernesto e VALENCIA, Camila. (2020). *A propagação do novo coronavírus fora da China*. Banco interamericano de desenvolvimento (bid). Consultado em: setembro de 2022. Disponível em: <https://blogs.iadb.org/brasil/pt-br/a-propagacao-do-novo-coronavirus-fora-da-china/>

TÁVORA, Fernando. (1999). *Da organização do espaço*. Porto: FAUP Publicações

THUKRAL, Chi. (2020). *Bobby Berk would approve of this modular, wooden cabinet inspired by the phases of the moon!*. Yanko Design. Consultado em: dezembro de 2024. Disponível em: <https://www.yankodesign.com/2020/11/24/bobby-berk-would-approve-of-this-modular-wooden-cabinet-inspired-by-the-phases-of-the-moon/>

TUAN, Yi-Fu. (1974). *Topophilia: A Study of Environmental Perception, Attitudes, and Values*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall

TUAN, Yi-Fu. (2001). *Space and Place: The Perspective of Experience*. Minneapolis: University of Minnesota Press

TVERSKY, Barbara. (2003). *Structures of Mental Spaces: How People Think About Space*. Vol. 35, N° 1, (p.66). Environment and Behavior. Consultado em: outubro 2021. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0013916502238865>

ULRICH, Roger. (1991). *Effects of health facility interior design on wellness theory and scientific research*. Artigo. (p. 97-109). Journal of Health Care Design. Consultado em abril de 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/13173950_Effects_of_interior_design_on_wellness_Theory_and_recent_scientific_research

VALDEZ, Patricia e MEHRABIAN, Albert. (1994). *Effects of color on emotions*. Artigo. (v. 123, n. 4). Journal of Experimental Psychology: General. Consultado em: setembro de 2022. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0096-3445.123.4.394>

WEINBERG MODERN, (2015). *Mon Oncle*. Consultado em: setembro de 2024. Disponível em: <https://www.weinbergmodern.com/blog/mon-oncle>

WILDE, Oscar. (1992). *Intenções: Quatro Ensaios Sobre Estética*. Lisboa: Edições Cotovia

ZEVI, Bruno. (1996). *Saber Ver a Arquitetura*. 5 ed. São Paulo: Martins Fontes

ZUMTHOR, Peter. (2009). *Atmosferas*. 1 ed. Barcelona: Editorial Gustavo Gili