

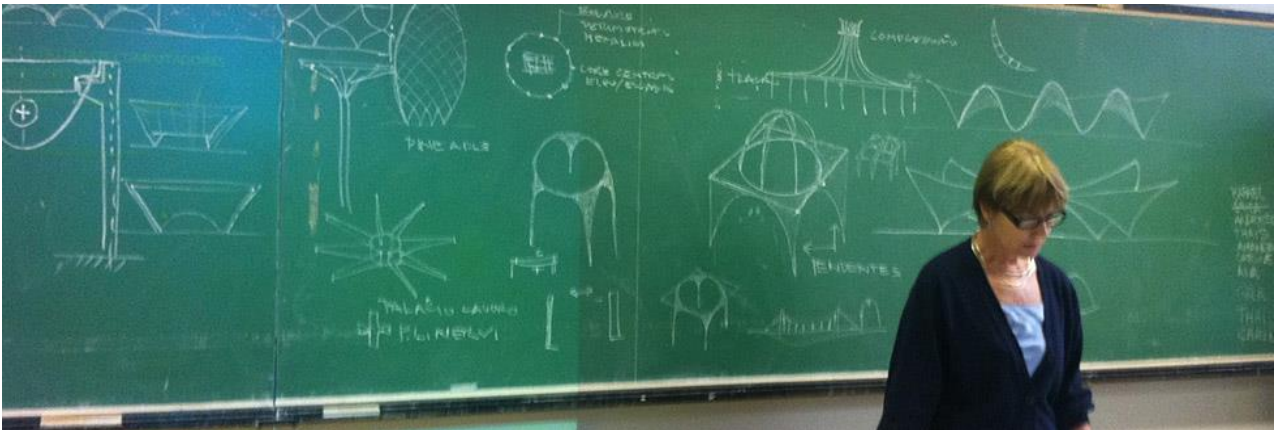
## INTRODUÇÃO

A ideia por trás deste projeto surgiu do interesse da arquiteta Anne Marie Sumner\* em desenvolver um projeto piloto de excelência para tratamento da dependência química (álcool e drogas) ao constatar um cenário precário nas unidades de reabilitação atuais no Estado de São Paulo, Brasil.

A escala proposta para o projeto foi inicialmente estimada para atender 40 pacientes residentes e 20 pacientes diurnos (independente do sexo, conforme a demanda) com todas as instalações necessárias.

O programa de tratamento dia é destinado a pacientes que já passaram pelo programa residencial. Além de ter um custo menor, o horário de chegada e saída flexível facilita a vida dos familiares ou responsáveis pelos pacientes.

Sendo um projeto piloto, essa unidade experimental pode eventualmente ser replicada em diferentes cidades e estados, adequando o projeto arquitetônico a diferentes características geográficas de cada local.



*\*Arquiteta formada pela Faculdade de Arquitetura e Urbanismo da Universidade de São Paulo – FAU/USP (1978); Mestrado pela Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo FFLCH/USP (1988); Doutorado pela FAU/USP (2001); Leciona na Faculdade de Arquitetura e Urbanismo da Universidade Mackenzie desde 1990; É titular da Anne Marie Sumner Arquitetura Ltda., desde 1984.  
<http://annemariesumner.arq.br/> email: [annemariesumner.arq@gmail.com](mailto:annemariesumner.arq@gmail.com)*

Desde o início, Anne Marie pensou em um projeto com cerca de 4000m<sup>2</sup> de área construída em terreno de aproximadamente 7000m<sup>2</sup> com jardins internos e externos, estreitamente interligados com a localização e propriedade específica adquirida para o projeto, salientando sua paisagem e topografia, bem como vistas internas e externas incorporadas ao projeto arquitetônico.

A imagem abaixo é um exemplo de tal integração considerando espaços relaxantes para descanso que ajudam a aliviar o estresse. A iluminação natural é um recurso sustentável a ser explorado ao máximo.



*Projetar áreas que oferecem a oportunidade de eliminar o estresse por meio de espaços de descanso, permite que os pacientes sintam que suas atividades diárias não sejam algo que querem evitar, mas uma parte saudável de suas vidas diárias no processo de tratamento e recuperação.*

*As pessoas costumam pensar em um lugar tranquilo como uma sala de meditação ou de ioga, mas quando precisam de uma pausa mental, nem sempre querem fazer essas coisas. É por isso que criar espaços silenciosos que ofereçam opções de relaxamento é fundamental.*

Fonte: Tradução livre de artigo sobre espaços de repouso publicado pelo IWBI™ - 1 de Julho de 2019.

**When atypical becomes typical, respite spaces provide reprieve International WELL Building Institute**

## COVID19

Entre as consequências associadas à pandemia do Covid19 e o distanciamento social destacamos o impacto na Saúde mental. Houve uma explosão no consumo de drogas durante a quarentena. Muitas pessoas recaíram em seus processos de recuperação da dependência química e muitas outras foram levadas ao abuso de substâncias. Cabe ressaltar que o impacto da dependência química na sociedade é devastador em termos de saúde mental, crime e mortes.

### O consumo de drogas explode na quarentena. Trata-se de um reflexo do medo de adoecer, do desespero com a perda de renda e das incertezas sobre o futuro.

A pandemia do novo coronavírus deixará profundas sequelas em todos os setores da sociedade a nível mundial. Nos meses de distanciamento social, hospitais de várias regiões do Brasil testemunharam um triste fenômeno. Segundo levantamento realizado por VEJA, houve um aumento expressivo nos atendimentos de dependentes químicos durante a quarentena. Dados do Ministério da Saúde mostram que, nas redes credenciadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS), o socorro por uso de alucinógenos cresceu 54% de março a junho de 2020, em comparação com o mesmo período do ano passado.



**54%**  
foi quanto aumentou o número de atendimentos no SUS por uso de alucinógenos de março a junho, em comparação com igual período de 2019

**50%**  
foi quanto cresceu o atendimento por uso excessivo de sedativos durante a pandemia do coronavírus

**36%**  
foi quanto acelerou o uso de maconha na crise do coronavírus

**35%**  
foi quanto subiram os casos de intoxicação por drogas ou álcool no Rio de Janeiro

**100 TONELADAS**  
de drogas foram apreendidas nas fronteiras brasileiras em junho, ante 8 toneladas em janeiro

**42%**  
foi o acréscimo de casos de overdose nos Estados Unidos em maio em relação ao mesmo mês do ano passado

As ocorrências por uso excessivo de sedativos subiram 50% em idêntico período. A tendência é mundial. Nos Estados Unidos, os casos de overdose avançaram 42% em maio de 2020, ante o mesmo mês de 2019.

Outro estudo, dessa vez realizado em diversos países, inclusive no Brasil, detectou que o consumo de maconha cresceu 36% no primeiro semestre de 2020.

Os números, já alarmantes, tendem a ser ainda piores. Segundo Nivio Nascimento, porta-voz do escritório das Nações Unidas sobre Drogas e Crimes no Brasil, usuários de drogas podem inclusive ter deixado de procurar os serviços de saúde por receio de contaminação.

Diversas razões explicam a disparada do uso de drogas durante a pandemia. A primeira delas é óbvia: a depressão desencadeada pela crise de saúde mais traumática a permear a humanidade em pelo menos um século. A obrigação de ficar recluso por períodos longos, o medo de adoecer — e de morrer, diga-se —, a perda do emprego, a queda da renda e as brutais incertezas sobre o futuro não só causam uma natural angústia como levam muita gente ao desespero. Daí para o desembarque no mundo sombrio das drogas é um caminho fácil e rápido. “Os sentimentos ruins trazidos pelo isolamento certamente podem levar ao aumento da busca por substâncias entorpecentes”, reforça Clarissa Corradi-Webster, professora de psicologia da Universidade de São Paulo e pesquisadora do tema.

A história ensina que, nos momentos de grande aflição, a tendência é sempre essa. Foi assim na crise de 2008 nos Estados Unidos, quando milhões de indivíduos perderam o emprego. À época, as autoridades notaram a intensa procura por substâncias que pudessem fazer com que as pessoas esquecessem as dificuldades impostas pelo declínio econômico. Fenômeno idêntico foi observado após os atentados de 11 de setembro de 2001. Segundo um relatório produzido pela Organização Mundial da Saúde, as elevadas taxas de stress associadas a acontecimentos catastróficos, como a pandemia do coronavírus, induzem invariavelmente ao uso abusivo de álcool e drogas e, nos casos mais dramáticos, ao comportamento suicida.

O aumento do abuso de álcool e drogas nos últimos meses também pode ser atribuído ao lockdown e distanciamento social em resposta à pandemia. Com muitos grupos de apoio fechados, sem poder realizar suas habituais reuniões, as pessoas que precisam de ajuda não conseguiram encontrar o suporte indispensável, o ombro amigo ou a palavra apaziguadora.

“Acompanhamentos terapêuticos também foram interrompidos pelo isolamento, o que ampliou para os dependentes a sensação de desamparo”, explica a psicóloga Clarissa Corradi-Webster.

Fonte: Artigo de Sabrina Brito publicado na revista Veja em 14 de agosto de 2020.

O consumo de drogas explode na quarentena | VEJA

## **Covid representa 'a maior ameaça à saúde mental desde a segunda guerra mundial'**

*O Dr. Adrian James, presidente do Royal College of Psychiatrists, disse que uma combinação da doença e suas consequências sociais e econômicas estavam tendo um impacto profundo na saúde mental que deve se prolongar por muito tempo após o controle da epidemia.*

*Acredita-se que até 10 milhões de pessoas, incluindo 1,5 milhão de crianças, podem necessitar de apoio em termos de saúde mental como resultado direto da crise.*

*"Isso terá um efeito profundo na saúde mental", disse James. "Provavelmente representa o maior impacto para a saúde mental desde a segunda guerra mundial. Estes efeitos não vão cessar quando o vírus estiver sob controle e poucas pessoas estiverem hospitalizadas. Temos que financiar ações para lidar com as consequências a longo-prazo."*

Fonte: Tradução livre da Edição Internacional do The Guardian - 27 de dezembro de 2020

[Covid poses 'greatest threat to mental health since second world war' | Mental health | The Guardian](#)

## **Revendo a noção de importância da saúde em investimentos ESG**

*Poucos anos atrás, estes investimentos sustentáveis eram desprezíveis e considerados como algo pouco tradicional. Isso já não é o caso".*

*Há evidências crescentes que sugerem que os fatores Socio-Ambientais e de Governança (ou Environmental, Social and Governance – ESG em inglês), quando integrados à análise de investimentos e elaboração de portfólios, podem oferecer aos investidores vantagens potenciais de desempenho em longo prazo.*

*Devido ao impacto econômico da pandemia COVID-19, as conexões entre a saúde da população e a economia nunca foram tão claras. Hoje, a Saúde é a peça fundamental que sustenta todo o conceito ESG, que terá um papel fundamental sobre como empresas e acionistas avaliam onde investir nos próximos anos. O futuro dos investimentos está em investir na saúde.*

Fonte: International WELL Building Institute - IWBI™ 22 de julho de 2020

[COVID-19: Reshaping the notion of the materiality of health and ESG investing \(gresb.com\)](#)

## **FASES DO PROJETO**

Existem quatro aspectos básicos para implementar este projeto:

- Entendimento médico
- Questões jurídicas
- Arquitetura e engenharia
- Plano de negócios

A fim de proporcionar inclusão social, acreditamos que o projeto deve ser um empreendimento público/privado para fins de construção, operação e manutenção, de modo a permitir que pacientes de baixa renda sejam admitidos pelo SUS, além de contemplar diferentes custos de internação conforme a acomodação em suítes individuais ou duplas.

## **CONCEITO OPERACIONAL PRELIMINAR**

### **Antes da admissão:**

Entrevista com o paciente, acompanhado de um membro da família caso necessário, conduzida pelo psiquiatra responsável, visando identificar as necessidades específicas do tratamento do paciente e comorbidades, de modo a fornecer um diagnóstico completo e prescrições médicas, conforme necessário.

### **Admissão e primeiros dias:**

Permitir que os pacientes se adaptem nos primeiros dias, conforme necessário, para se recuperarem dos sintomas agudos da abstinência, conversando com os membros da equipe que devem sempre ser gentis, sensíveis e compreensivos. Isso é considerado importante para que os pacientes se acomodem e avaliem sua perspectiva em relação ao tratamento em termos de aceitação, minimização ou negação, considerando que em muitos casos os pacientes são relutantes.

O objetivo nesta fase inicial é explicar ao paciente que sua aceitação e compromisso são fundamentais para propiciar um tratamento eficaz e redução do tempo de internação. A equipe deve evitar julgar os pacientes, oferecendo apoio gentil e encorajador desde o início.

## **PROGRAMA DE TRATAMENTO**

### **Desintoxicação supervisionada por médicos**

A dependência química pode ser identificada e tratada com sucesso. A desintoxicação não substitui o tratamento, sendo apenas o início do processo de recuperação. Portanto, um programa de desintoxicação requer acompanhamento médico por profissionais credenciados. O atendimento de enfermagem deve operar 24hrs/dia, proporcionando tranquilidade aos pacientes e suas famílias.

Observação: Dependendo da intensidade dos sintomas de abstinência do paciente, prescrevemos cuidado hospitalar.

### **Programa Individualizado de Recuperação para Dependentes Químicos**

Após a desintoxicação, o programa de tratamento proposto fornece a base para uma recuperação a longo-prazo. Nosso entendimento é que a dependência química é um problema primário, e não um sintoma de outra doença, devendo ser tratado como tal.

Alinhado com os princípios de recuperação de 12-passos e outras abordagens terapêuticas, o tratamento proposto oferece cuidados individualizados que abrangem os aspectos físicos, psicológicos, sociais e espirituais da história pessoal do paciente.

### **Abordagens terapêuticas**

Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC)<sup>1</sup>, Holística<sup>2</sup>, Experiencial<sup>3</sup>, Ocupacional (Laborterapia) e Terapias Alternativas (Artes & Artesanato, Musicoterapia, Culinária e Marcenaria).

### **Nutrição**

Todas as refeições são submetidas a uma avaliação nutricional periódica.

### **Equipe de tratamento**

- 1 Clínico Geral
- 1 Psiquiatra
- 3 Psicólogos <sup>4</sup>
- 2 Técnicos de Enfermagem - 1 mulher e 1 homem por turno em escala de trabalho<sup>5</sup>
- 2 Conselheiros certificados - 1 mulher e 1 homem
- 2 Terapeutas para Educação Física, Ioga & Meditação
- 3 Terapeutas para Artes & Trabalhos Manuais, Música e Marcenaria

### **Tratamento Residencial e Dia**

- Terapia individual
- Terapia em grupo e de 12-passos
- Palestras e apresentações educacionais
- Tarefas personalizadas
- Acesso à Internet poderá complementar as atividades uma vez que seu uso é franqueado a todos
- Exercícios que podem ser feitos na academia ou ao ar livre, esportes e saídas programadas
- Terapias Alternativas, como Artes & Trabalhos Manuais; Música; Meditação & Ioga; Marcenaria & Culinária<sup>6</sup>
- Plano de Prevenção de Recaídas: preparado junto com cada paciente antes de receber alta

---

<sup>1</sup>TCC é um tratamento psicológico eficaz para uma ampla variedade de problemas, como a depressão, transtornos de ansiedade, problemas com álcool e drogas, problemas conjugais, transtornos alimentares e mentais.

<sup>2</sup>A Terapia Holística segue os princípios do holismo (do grego holos que significa inteiro ou todo). Ou seja: trata o ser humano como um todo, não através de uma visão fragmentada do real.

<sup>3</sup>A Terapia Experiencial ajuda os pacientes a "reviver" momentos ou emoções com o objetivo de ressignificar suas emoções e pensamentos de uma maneira mais saudável.

<sup>4</sup>Equipe de 3 psicólogos com jornada de trabalho de no máximo 6h/dia.

<sup>5</sup>Requer consulta à legislação brasileira sobre o assunto.

<sup>6</sup>As atividades de marcenaria e culinária requerem cuidados especiais e supervisão para evitar acidentes e desvio de ferramentas.

## **PROGRAMA DE ATIVIDADES SEMANAL**

### **Despertar**

Café e suco de frutas, seguido de música tranquila e terapia motivacional pela manhã. Os pacientes residentes devem ter suas camas e armários arrumados e fazerem a higiene pessoal anteriormente.

### **Café da manhã**

Refeição importante para que os pacientes criem um hábito saudável com um bom café da manhã balanceado.

### **Palestras & Apresentações**

Coordenado por um membro da equipe (psicólogo, conselheiro ou terapeuta) sobre suas áreas específicas.

### **Artes & Artesanato, Musicoterapia, Culinária e Marcenaria**

Os pacientes podem optar por praticar uma ou mais dessas terapias de grande valor para a recuperação. Como exemplo, podemos citar as artes cênicas, desenho e pintura, música e culinária.

### **Tarefas personalizadas**

Conforme as preferências e necessidades individuais, tais como estudos pessoais relacionados ao trabalho, tecnologia, artes, artesanato e culinária, entre outros, uma vez que será franqueado o acesso à Internet.

### **Trabalho em equipe**

Os pacientes são divididos em grupos para trabalhar na limpeza e organização geral do Centro de Reabilitação.

### **Almoço**

Refeição principal do dia com uma dieta equilibrada, incluindo saladas, sobremesas e frutas.

### **Cantina**

A cantina oferece café, chá, petiscos, chocolates, doces e refrigerantes para todos os pacientes e visitantes.

### **Pausa para o lanche da tarde**

Um momento de relaxamento antes de prosseguir com as atividades da tarde.

### **Opções de lazer e esportes**

Estas atividades fazem parte do processo de recuperação à medida que os pacientes despertam suas afinidades pessoais, seja por esportes, leitura ou outras atividades sem precisar usar substâncias psicoativas. Durante o tempo livre, os pacientes podem aproveitar as áreas externas que incluem uma quadra poliesportiva, piscina com deck para banho de sol e jardins para caminhadas. Outras opções de lazer incluem uma sala de jogos (xadrez, domino, baralho, mesa de bilhar, pebolim), sala com lareira, auditório com televisão e telão para apresentação de filmes e a biblioteca.

### **Higiene pessoal**

Os pacientes são incentivados a valorizar sua higiene pessoal, limpeza e aparência geral, contribuindo para elevar sua autoestima. Obs.: Horário flexível pela manhã ou à noite.

### **Jantar**

Para encerrar o dia, oferecemos uma refeição mais leve porém muito saudável.

### **Reflexão pessoal**

Momento de reflexão sobre o dia que passou, identificando aspectos positivos e dificuldades de modo a evoluir no tratamento. Obs.: Horário flexível pela manhã ou à noite.

### **Recolher**

Os pacientes residentes seguem para seus quartos para uma boa noite de sono.

## GRADE DE ATIVIDADES SEMANAL

HS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
7:00	Despertar	Despertar	Despertar	Despertar	Despertar	LIVRE	LIVRE
07:30	Educação Física	Ioga & Meditação	Educação Física	Ioga & Meditação	Educação Física		
08:15	CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ
	Palestra às 9h Terapia Individual <sup>7</sup> Trabalho em Equipe das 11 às 12h	12-Passos às 9h Terapia Individual Trabalho em Equipe das 11 às 12h	Palestra às 9h Terapia Individual Trabalho em Equipe das 11 às 12h	12-Passos às 9h Terapia Individual Trabalho em Equipe das 11 às 12h	Palestra às 9h Terapia Individual Trabalho em Equipe das 11 às 12h	LIVRE e VISITAS <sup>8</sup> Atividades ao Ar Livre ou Excursões	LIVRE e VISITAS Atividades ao Ar Livre ou Excursões
12:30	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
	Terapias Alternativas <sup>9</sup> Terapia Individual Apresentação Equipe às 15h30	Tarefas individuais Terapia Individual Apresentação Equipe	Terapias Alternativas Terapia Individual Apresentação Equipe às 15h30	Tarefas individuais Terapia Individual Apresentação Equipe	Terapias Alternativas Terapia Individual Apresentação Equipe às 15h30	LIVRE e VISITAS Atividades ao Ar Livre ou Excursões	LIVRE e VISITAS Atividades ao Ar Livre ou Excursões
16:30	LANCHE DA TARDE	LANCHE DA TARDE	LANCHE DA TARDE	LANCHE DA TARDE	LANCHE DA TARDE	LANCHE DA TARDE	LANCHE DA TARDE
17:00	LIVRE - Os pacientes são incentivados a aproveitar os horários livres para atividades de lazer, esporte e estudos.					LIVRE	LIVRE
18:00	Higiene Pessoal	Higiene Pessoal	Higiene Pessoal	Higiene Pessoal	Higiene Pessoal	Higiene Pessoal	Higiene Pessoal
19:00	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
20:00	Filme Motivacional	LIVRE	Filme Motivacional	LIVRE	Apresentação Residentes	Filme escolhido pelos pacientes	LIVRE
21:00	Reflexão	Reflexão	Reflexão	Reflexão	Feedback do grupo		
22:00	Recolher	Recolher	Recolher	Recolher	Recolher	Recolher	Recolher

<sup>7</sup> Terapia Individual das 9 às 12h e das 13h30 às 16h30 com sessões de 50 minutos, sendo que o paciente fica dispensado das atividades durante o atendimento.

<sup>8</sup> As visitas são bem-vindas durante toda a semana.

<sup>9</sup> Terapias Alternativas das 13h30 às 15h20: Artes & Artesanato, Musicoterapia, Culinária e Marcenaria.