



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Engenharia

Projeto de um Centro de Talassoterapia e Unidade Hoteleira na Costa Nova

Joel Fernando Pereira Marinho

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em
Arquitetura
(ciclo de estudos integrado)

Orientadora: Prof. Doutora Ana Rita Martins Ochoa de Castro
Co-orientador: Prof. Doutor Luís Manuel Ferreira Gomes

Covilhã, outubro de 2017

Dedicatória

À minha mãe e à minha irmã.

Agradecimentos

Em primeiro lugar gostaria de agradecer à minha orientadora e amiga Professora Doutora Ana Rita Martins Ochoa de Castro, por todo o tempo e dedicação demonstrado ao longo desta dissertação.

Ao Professor Ferreira Gomes pelo conhecimento, entusiasmo e motivação ao longo de todo o processo.

Agradeço também a colaboração e envolvimento do Professor Fernando Ladeira pela disponibilidade e esclarecimento sobre o espaço necessário para uma proposta desta dimensão; à Dra. Soraya Sacoora pela introdução e conhecimento mais profundo dos ambientes relacionados com a talassoterapia; ao Professor Clemente Pinto pelos esclarecimentos diversos à cerca de questões estruturais relacionadas com o edifício; ao Sr. Ribeiro, que me ajudou a melhor compreender o tema das cozinhas industriais e à Sra. Cecília Reis da Biblioteca da Universidade de Aveiro pelo apoio na pesquisa sobre o tema.

À Joana por todos estes anos, de compreensão, dedicação e cumplicidade para que tudo isto fosse possível.

Aos meus amigos que, sem eles todos estes anos seriam em vão. Em particular ao Cristiano e ao Bruno pela amizade e companheirismo durante as etapas mais exigentes.

À minha família, em particular às minhas tias por todo o apoio, pois sem ele seria uma tarefa impossível de concretizar.

À minha mãe e à minha irmã que nunca deixaram de acreditar que tudo isto seria possível e na qual serei eternamente agradecido por todas estas aprendizagens e vivências únicas.

A todos eles um muito obrigado por tudo.

Resumo

Ao longo dos tempos o turismo de saúde e bem-estar tem vindo a ganhar cada vez maior destaque. É possível verificar um maior crescimento no que diz respeito ao número de balneários termais, assim como uma crescente reabilitação de edifícios para esse fim. No entanto, apesar de Portugal apresentar uma extensa costa marítima, a prática da talassoterapia ainda carece de afirmação. Por um lado, devido à falta de informação do público em geral, ou seja, ao desconhecimento dos benefícios que esse tipo de termalismo proporciona para a saúde, por outro, devido à carência de estruturas para esse fim.

O termalismo convencional consiste na exploração das propriedades das águas minerais naturais, com finalidades terapêutica de cura ou apenas de manutenção e prevenção. Apresenta uma grande proximidade com a talassoterapia, uma vez que os tratamentos são semelhantes, nomeadamente na utilização da água como elemento central, diferindo apenas o tipo de água (água mineral natural no termalismo e água do mar no caso da talassoterapia).

Neste contexto, a presente proposta tem como objetivo a elaboração de um edifício destinado à talassoterapia e respetiva unidade hoteleira. O local escolhido para esta intervenção foi a zona litoral da cidade de Aveiro, designadamente na entrada norte da Costa Nova.

Pretende-se criar um conjunto de espaços dedicados à terapia de saúde e bem-estar, com a utilização combinada da água do mar e respetivas substâncias extraídas, tais como lama, areia e algas. A unidade hoteleira pretende dar mais consistência à prática talássica, aglomerando alojamento e serviços de apoio à mesma.

Palavras-chave

Talassoterapia, turismo de saúde e bem-estar, arquitetura termal, alojamento turístico, Costa Nova.

Abstract

Over the years health and wellness tourism have been gaining increasing distinction. In this way it is possible to verify a greater growth with respect to the number of hot springs, as well as, a growing rehabilitation of buildings for this purpose. However, although Portugal has a long coastline, the practice of thalassotherapy still lacks affirmation. On the one hand, due to the lack of information from the general public, that is to say, the lack of knowledge of the health benefits, on the other, due to the lack of structures for this purpose.

Conventional thermalism consists in the exploitation of the properties of the natural mineral waters, with therapeutic purpose of cure or only of maintenance and prevention. It has a great proximity to thalassotherapy, since the treatments are similar, namely in the use of water as a central element, differing only in the type of water (natural mineral water in the thermalism and sea water in the case of thalassotherapy).

Thus, the purpose of this dissertation proposal is the elaboration of a building for thalassotherapy and its hotel unit, located in the coastal area of Aveiro, namely at the entrance to Costa Nova.

It is intended to create spaces dedicated to health and wellness therapy, with the combined use of sea water and its extracted substances, such as mud, sand and algae. The hotel unit intends to give more consistency to this practice, combining accommodation and support services to it.

Key words

Thalassotherapy, Health Tourism, Thermal Architecture, tourist accommodation, Costa Nova.

Índice

Parte I	1
1. Introdução	1
1.1 - Justificação da proposta de estudo	2
1.2 - Objetivos	2
1.3 - Metodologia	3
2. O local	4
2.1 - Contextualização histórico-geográfica	4
2.2 - Caracterização do espaço a intervir	9
2.3 - Confrontação com os instrumentos de gestão territorial	12
Parte II	17
1.1 - Introdução à talassoterapia e respetivos tratamentos	17
2. Casos de estudo	19
2.1 - Thalasso Costa da Caparica	19
2.2 - Barra Thalasso	21
2.3 - H2otel Congress and Medical Spa	23
3 - Proposta para um Centro de Talassoterapia na Costa Nova, Aveiro e respetiva Unidade Hoteleira	25
3.1 - Implantação e abordagem ao local	27
3.2 – Premissas e conceitos de projeto	28
3.3 - Relação física e simbólica com o lugar	30
3.4 - Definição do programa e disposição funcional dos espaços	31
3.5 - Descrição dos ambientes projetados	34
4 - Conclusão	57
5 - Referências bibliográficas	59
3. Peças Desenhadas	61

Lista de Figuras

Figura 1 - Evolução e consolidação da Costa Nova e da Barra	6
Figura 2 - Pescadores da Xávega	6
Figura 3 - «Ponte das duas Águas»	8
Figura 4 - Mapa Ilustrado de Ílhavo, 1953	8
Figura 5 - Spa e Hotel La Romana, Alicante.	11
Figura 6 - Naman, Spa Da Nang.	11
Figura 7 - Talasoponiente, Gijón.	11
Figura 8 - Fazenda Boa Vista, Porto Feliz.	11
Figura 9 - Costa Nova e Barra, vista aérea.	15
Figura 10 - Plano Urbanístico da Costa Nova	15
Figura 11 - Banheira talaxion	22
Figura 12 - Enquadramento com a paisagem	22
Figura 13 - Exterior	22
Figura 14 - Banheira de hidromassagem	22
Figura 15 - Área de repouso	22
Figura 16 - Piscina coletiva talássica	22
Figura 17 - Salas de fisioterapia	24
Figura 18 - Salas temáticas	24
Figura 19 - Duche vichy	24
Figura 20 - Tratamentos vias respiratórias	24
Figura 21 - Mecanismo das banheiras	24
Figura 22 - Saída de roupa suja	24
Figura 23 - Banheira de hidromassagem	24
Figura 24 - Corredor de marcha	24
Figura 25 - Diagrama alçado	25
Figura 26 - Esquízo de estudo, piscina e envolvente	26

Figura 27 - Esquiço de estudo, queda de água	26
Figura 28 - Esquiços de estudo, tratamentos e áreas técnicas	26
Figura 29 - Esquiço de estudo, área de receção	26
Figura 30 - Esquiço de estudo, tratamentos e áreas técnicas	26
Figura 31 - Alinhamento da entrada principal do edifício com o cruzamento.	27
Figura 32 - Unidade dos blocos e envidraçados ao longo do dia	28
Figura 33 - Permeabilidade dos blocos e envidraçados ao longo da noite.	29
Figura 34 - Volumetria exterior	33
Figura 35 - Diagrama de permeabilidade entre blocos	33
Figura 36 - Acesso ao elevador e escadas	35
Figura 37 - Alpendre de acesso ao Hotel	36
Figura 38 - Diagrama entre volumes, espelhar do sol	37
Figura 39 - Relação Foyer com a cobertura	37
Figura 40 - Foyer, iluminação natural	37
Figura 41 - Axonometria, Bloco 4	39
Figura 42 - Perspetiva da área de estar	39
Figura 43 - Esquiço rampa de acesso aos tratamentos	41
Figura 44 - Esquiço sala de repouso exterior	43
Figura 45 - Relação banheira/ área técnica	44
Figura 46 - Relação da sala com o exterior	44
Figura 47 - Perspetiva piscinas interiores	45
Figura 48 - Perspetiva piscina talássica	45
Figura 49 - Perspetiva piscina talássica	45
Figura 50 - Vista de envidraçado entre blocos	47
Figura 51 - Estudo dos vazios verdes entre das circulações	47
Figura 52 - Vazios entre circulações	48
Figura 53 Estudo da luz, quarto tipo 1	49
Figura 54 - Estudo da luz, quarto duplex	49

Figura 55 - Estudo dos gabiões	53
Figura 56 - Sistema construtivo de gabiões	53
Figura 57 - Estudo do detalhe do envidraçado	55
Figura 58 - Estudo da guarda das varandas	55

Parte I

1. Introdução

O presente trabalho consiste na apresentação de um projeto de arquitetura termal destinado à prática da Talassoterapia, o qual será localizado num terreno atualmente vazio, junto à praia da Costa Nova, Aveiro, Portugal. Esta intervenção surge como resposta a uma zona balnear cada vez mais sobrelotada, onde de ano para ano cresce a afluência turística da zona.

A rápida evolução do turismo em áreas balneares acarreta problemas já sobejamente discutidos. Um dos mais relevantes é a sazonalidade do turismo, outro é a carência de infraestruturas que correspondam às atividades daí originadas. Esta sazonalidade requer uma abordagem estratégica que concilie residentes e turistas. A Câmara de Ílhavo tem-se mostrado ativa nesse sentido, com a recente proposta de um Centro Socio-Cultural. Segundo o “Plano de Pormenor da área de equipamentos da Costa Nova” o edifício será encarado como um “Ponto de Encontro e de Festa” tanto para habitantes, como para visitantes. Com este projeto, espera-se que este lugar represente uma nova centralidade social e cultural e um lugar emblemático para a Costa Nova (Plano de Pormenor da Área de Equipamentos da Frente Marítima da Costa Nova - Ílhavo, 2012: 63). Apesar deste equipamento poder vir a ser um contributo para contrariar a sazonalidade, torna-se importante pensar mais estratégias que contrariem essa tendência.

Admitindo o turismo como elemento chave no desenvolvimento da Costa Nova, propõe-se, no âmbito deste trabalho, a implementação do conceito de turismo de saúde. Este conceito acarreta um investimento de alguma importância, mas poderia constituir uma solução com bastante credibilidade para aquele local e para a região e tendo em conta a existência de condições naturais excecionais.

A reflexão sobre este “produto” parece ser bastante pertinente, uma vez que permitiria novas vertentes turísticas de grande potencialidade e ainda não ali exploradas, como é o caso da talassoterapia. A talassoterapia configura uma prática ainda pouco explorada em Portugal. Apesar dos seus 832 quilómetros de costa e dos seus 2 arquipélagos, dos Açores e da Madeira, apenas existem no nosso país 6 centros de talassoterapia. Torna-se assim importante refletir sobre possíveis implementações de equipamentos destinados a esta prática, bem como sobre a tipologia organizadora que os configura e, numa perspetiva mais geral, sobre o papel que a talassoterapia pode desempenhar na saúde das pessoas.

1.1 Justificação da proposta de estudo

A proximidade afetiva ao local de intervenção, a cidade de Aveiro, é sem dúvida um fator preponderante para o presente trabalho, uma vez que o autor deste trabalho é natural do desta região.

Analisando o tipo de turismo ali existente e as potencialidades da sua zona costeira, o turismo de saúde pode constituir uma novidade na zona litoral (segundo o Turismo Centro Portugal), sendo que no distrito de Aveiro se verifica apenas a existência de termalismo convencional, não havendo nenhum centro de talassoterapia, apesar das ótimas condições naturais para esse efeito.

Desta forma, o projeto proposto pretende ser uma mais valia para este local, não só por explorar uma vertente termal que ali ainda não existe, mas também porque a esta vertente termal pretende aliar uma unidade hoteleira, explorando-se assim um conceito mais contemporâneo de termalismo talássico.

Por fim e tendo em conta que a prática da talassoterapia carece ainda de algum aprofundamento, tanto do ponto de vista da legislação, como do ponto de vista técnico, esta proposta prevê o desenvolvimento de um novo método de extração de águas subterrâneas salgadas. Considera-se que este aspeto aumenta a pertinência do tema e enriquece o carácter exploratório da proposta.

1.2 Objetivos

A elaboração do projeto para o centro de talassoterapia compreende dois momentos fundamentais, aos quais correspondem, por sua vez, distintos objetivos:

Um primeiro momento de projeto, dedicado ao enquadramento da questão, à análise do local e que coloca os seguintes propósitos:

1. Estudar e compreender o contexto histórico-geográfico do local;
2. Observar e analisar as confrontações urbanas e a envolvente paisagística;
3. Identificar problemas e potencialidades relacionados com o projeto.

Um segundo momento que incide sobre a parte prática e corresponde à elaboração do projeto a várias escalas, desde a escala urbana até à escala do detalhe. Identificam-se as seguintes intenções de projeto:

1. Privilegiar a relação com a ria de Aveiro e com o mar, potencializando as vistas e enquadramentos visuais para a zonas de marinhas;
2. Organizar os diferentes espaços e ambientes, de acordo diagramas funcionais previamente estudados;

3. Incluir materiais e técnicas construtivas locais.
4. Perante este cenário, a proposta assume como objetivo dinamizar a zona costeira da região centro, através do aproveitamento dos seus recursos naturais, tais como o mar, sol, ar e areias. Pretende-se uma integração destas componentes, favorecendo um enraizamento do edifício com a cultura e o próprio ambiente onde este se insere.

Perante este cenário, a proposta assume como objetivo dinamizar a zona costeira da região centro, através do aproveitamento dos seus recursos naturais, tais como o mar, sol, ar e areias. Pretende-se uma integração destas componentes, favorecendo um enraizamento do edifício com a cultura e o próprio ambiente onde este se insere.

Em síntese, este projeto coloca como objetivo fundamental potenciar um melhor aproveitamento dos recursos naturais, no sentido de preservá-los, mas também de os valorizar.

1.3 Metodologia

Para a concretização dos objetivos antes enunciados, o presente trabalho adota as seguintes metodologias:

1. Recolha e análise de bibliografia diversa sobre o tema, nomeadamente de livros, publicações periódicas, informação disponível on-line, entre outros;
2. Contato com o território, contemplando por sua vez 3 vertentes fundamentais:
 1. Visita a edifícios termais e talássicos com vista à compreensão *in situ* de aspetos funcionais, técnicos, bem como à realização de entrevistas informais com profissionais competentes na área;
 2. Levantamento e recolha de elementos topográficos, cartográficos e fotográficos referentes à área de intervenção;
 3. Levantamentos “*in situ*” e observação do local de intervenção, em complemento com os elementos antes referidos e com vista a melhor compreender todos problemas e as potencialidades que enquadram o projeto;

Elaboração do projeto, desde a escala urbana à escala de detalhe. Conceção de todas as peças desenhadas necessárias para traduzir a proposta gerada, bem como de modelos reais e virtuais ilustrativos das principais intenções e ambientes de projeto.

2. O local

2.1 Contextualização histórico-geográfica

“Dois séculos passados de iniciada a labuta exsudada do galefenho a investir contra as crostas arenosas e sáfaras, da Maluca, pertinaz a revolver-lhes as entranhas para lhes adoçar o ventre a fim de lhes conferir qualidades maternais para gerar vida, seriam certamente já no início do Séc.XIX, visíveis, terrenos de onde romperia o «viço» de uma prometida fertilidade. Toda essa extensão a perder de vista, planura longínqua, estreme, onde se descortinavam, ali e acolá alapados na duna, um ou outro casebre de foreiro, era já um verdadeiro prado de verdura, tenra e fresca, a despontar nas quintas dos Gramatas”

(Fonseca, 2009: 17)

O desenvolvimento da zona de Costa-Nova-do-Prado¹ foi ao longo dos anos condicionado pela evolução do seu contexto histórico-geográfico. Inicialmente por ser considerada “*terra de ninguém. Mesmo após a abertura da Barra, em 1808*” (Fonseca, 2009: 9) e, mais tarde, por pertencer ao Concelho de Ovar, que apesar de administrar esta zona, se localizava a uma elevada distância da mesma. Deste modo, toda essa área viria mais tarde a pertencer ao concelho de Ílhavo, precisamente devido à proximidade.

O desenvolvimento da zona da Costa Nova surge como consequência das correntes que “*correm de Norte para Sul*” dando origem à “*lingueta de areias*” a norte e a sul (Fonseca, 2009: 9). Figura 1. A abertura da nova Barra vai possibilitar outro tipo de vivências, permitindo à Costa Nova um acesso mais a norte. Por outro lado, a abertura da Barra vai dificultar a passagem dos pescadores devido às “*fortes correntes de água*” dificultando em grande escala as companhas, tanto de Ílhavo como as de Aveiro. No entanto a sua origem é dada “*quando as artes de Xávega assentaram arraias, tralhas e embarcações, na beirada da costa, varando o mar a sul da nova barra*” (Fonseca, 2009: 13)

Em 1808 seria ensaiada, com sucesso, a utilização dos animais para a recolha das redes das companhas, possibilitando aos homens e mulheres (e por vezes, às crianças) outra liberdade,

¹ Apesar de correntemente ser apelidada de Costa Nova, o mais correto é ser tratado como Costa-Nova-do-Prado.

renunciando à difícil tarefa de retirar as redes do mar. Relativamente à arte Xávega² surge como resposta à grande ondulação presente na praia, permitindo alguma segurança aos pescadores. (Oliveira, 2011: 16) Figura 2.

Esta revolução no meio de vida social e económico surgiu como uma oportunidade para os lavradores se deixarem “*cativar por aqueles terrenos - o mar - onde se colhe sem ser preciso semear*” (Fonseca, 2009: 33). Tendo em conta estes novos fatores, viriam a ser construídos grandes barracões, para albergar os animais e a sua pastagem. Estas construções albergavam os novos pescadores e os seus instrumentos de pesca com consentimento da Câmara, na condição de a qualquer momento puderem vir a ser destruídos. Os estaleiros por norma tinham entre três e oito metros na fachada principal e quatro a seis em profundidade (Oliveira, 1964). Será já no início do século XIX que os primeiros banhistas começaram a ocupar os pisos de areia dos palheiros (Fonseca, 2009).

A Costa Nova teve um impacto muito direto na evolução da região, muito devido às “*companhas (ou campanhas) - agrupamentos de pescadores onde cada um participava com o seu trabalho e um pequeno capital aforrado*” (CM Ílhavo, 2012), contribuindo para a evolução de Ílhavo, e consequente desenvolvimento e consolidação à atual cidade. A vertente social e económica teve uma revolução considerável dando origem a novos desafios políticos, abrangendo novos horizontes (Fonseca, 2008).

²“A chegada dos galegos e catalães, aliada aos conhecimentos que traziam consigo, permitiu uma transformação da pesca artesanal num tipo de pesca com maior formato económico - a arte Xávega.” (Oliveira, 2011: 24)

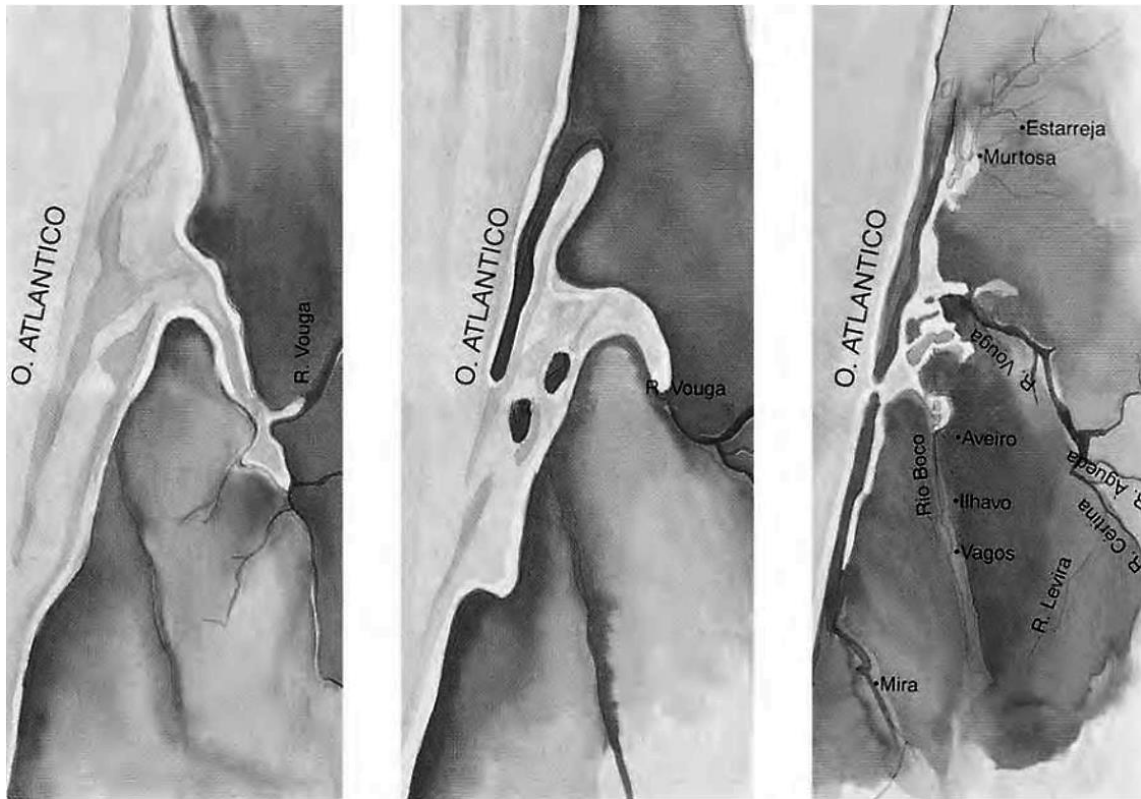


Figura 1 - Evolução e consolidação da Costa Nova e da Barra



Figura 2 - Pescadores da Xávega

As mudanças de hábitos para a população e visitantes começa a sentir-se por volta do século XIX, altura em que a Costa Nova já era um ponto de referência, em particular nas épocas “balneares”, para as figuras mais ilustres da sociedade, tanto ao nível local como nacional. O liberalismo e consequente ascensão da burguesia viria a valorizar o tempo de ócio, os passeios pelo campo e a pratica de desportos, permitindo uma pausa no quotidiano. Neste contexto, as características da Costa Nova iriam evidenciar esse novo espirito, tronando-se um ponto de grande relevo da zona centro. Já à comunidade piscatória irá consequentemente avançando para sul (CM Ílhavo, 2012).

Ainda no século XIX José Estevão assumia-se desde logo pelo desenvolvimento da Costa Nova, e pelo benefício das suas gentes. Pelo que atuará junto do Governo da Nação, pressionando-o no sentido de, administrativamente, se encontrarem novas soluções para melhor definição da pertença desta parcela de território, “indispensável para o seu desenvolvimento e afirmação.” Fonseca (2008: 15). As intervenções mais marcantes de José Estevão, na vila de Ílhavo, seriam a estada que ligava Aveiro à Calle da Vila (1855) e mais tarde prolongada até a Costa Nova, a ponte da Cambeia (1861) e das Duas Águas (1862). Estas infraestruturas viriam a revelar-se de grande importância para as ligações dos centros urbano da periferia, proporcionando um considerável desenvolvimento desses agregados. Figura 3.

O início do século XX, apesar das preocupações políticas e sociais, viria a consolidar ainda mais o culto dos banhos e os passeios campestres, permitindo mesmo em tempos conturbados este “ritual” de renovação, para os banhos se de praia ou estancias termais se tratasse ou de novos ares no caso da ida ao campo (Fonseca, 2009).

Paralelamente a este desenvolvimento, verificou-se uma aposta na resolução do âmbito urbanístico através do um aproveitamento das condições naturais, impulsionando dessa forma o surgimento de uma “Comissão de Turismo” em 1929. Devido a este elevado fluxo de turistas em 1947 viria a ser inaugurado um hotel e casino, Beira Ria (Fonseca, 2009). Figura 4.



Figura 3 - «Ponte das duas Águas»



Figura 4 - Mapa Ilustrado de Ílhavo, 1953

2.2 Caracterização do espaço a intervir

A área de intervenção foi escolhida a partir de um vazio urbano existente, à entrada da Costa Nova. A sua ótima colocação perante os acessos viários permite-lhe uma afluência maior, dado que se encontra a cerca de 400 metros do início da autoestrada A25, através da qual é possível em relativamente pouco tempo chegar a Aveiro. Já em sentido contrario, a sul, verifica-se uma ligação à praia da Vagueira. Esta “lingueta de areias” (Fonseca, 2009: 9) está rodeada a nascente pela ria e a poente por mar. O centro da Costa Nova está a aproximadamente 1500 metros da área de implantação, unido à mesma por um eixo principal, a avenida José Estevão. O tipo de serviços e comércio ali existente é o característico das zonas balneares, composto por: mercado, restaurantes, bares, minigolfe, escola de *windsurf* e *kitesurf*, clube de vela, minimercado, Centro Social e Cultural da Costa Nova, alojamento local, Igreja, loja de turismo, entre outros. Estes espaços estão centralizados na zona de maior concentração urbana, em volta do mercado do peixe.

Como já foi referido, o projeto desenvolvido consiste num centro de talassoterapia dotado de uma unidade hoteleira e justifica-se pela escassez equipamentos relacionados com o turismo de saúde em áreas marítimas na região centro, mais concretamente em Aveiro.

A importância das particularidades da envolvente são assim fundamentais, dada a especificidade do programa inerente à proposta. A escolha do local teve como base requisitos fundamentais para um SPA do século XXI, enumeradas por Fernandes (2006: 19), que aponta os seguintes dez principais requisitos:

1. Localização num local com boas condições ambientais e paisagísticas. O enquadramento visual com a natureza e a qualidade ambiental são fundamentais;
2. Configuração arquitetónica aprazível e apelativa de todos os sentidos, designadamente a estética visual, as condições de luz e acústicas;
3. Utilização de vegetação de diferentes dimensões e formas e de cores diversas, visando integrar a realização das diferentes terapias num contexto semelhante à natureza, o que é altamente favorável ao relaxamento e ao bem-estar mental e espiritual;
4. Assegurar um diversificado conjunto de terapias complementares, destinadas a atuar a todos os níveis – físico, mental e espiritual;
5. Desenvolver a utilização de hidroterapias (hidroginástica, hidromassagem e hidrotratamentos), atendendo a que, como vimos, os tratamentos com água estão na origem e constituem a essência das SPAs. Tendo em conta a localização, serão realizados com água doce, mineral ou do mar;
6. Garantir a pureza e a qualidade da água, utilizada nas hidroterapias, para que estas sejam benéficas e não produzam efeitos nefastos para a saúde;
7. Proporcionar aconselhamento médico, terapêutico e dietético nutricional aos clientes. Sem uma alimentação e um estilo de vida saudáveis, todas as outras terapias não produzirão os efeitos desejados de modo duradouro;

8. Assegurar aos clientes hospedados nas unidades hoteleiras onde as SPAs Talasso se encontram uma alimentação à base de peixe, mariscos, frutos do mar e algas;
9. Proporcionar a realização de exercícios físicos destinados a corrigir as posturas corporais incorretas, bem como os efeitos perversos do sedentarismo;
10. Assegurar formação adequada e permanentemente atualizada a todo o staff terapêutico e técnico.

Conclui ainda este autor que *“em qualquer dos casos, devem ficar localizados em zonas paisagisticamente aprazíveis, com boa qualidade ambiental, ser apetrechados com instalações e equipamentos adequados e disporem de um staff médico, terapêutico e técnico competente”* (Fernandes, 2006: 20).

Ao longo do tempo, o modelo destes centros de tratamentos tem vindo a evoluir, de modo a que o grau de exigência e a disposição dos vários espaços sejam cada vez mais funcionais, mas também mais agradáveis e terapêuticos. Neste sentido, salienta-se que *“existem dois tipos de modelo de conceção dos conjuntos arquitetónicos termais, nuns casos as zonas de tratamentos, as zonas de serviços complementares e as zonas de alojamento enquadram-se no mesmo edifício, noutros, os serviços de tratamentos termais e os serviços de hotelaria localizam-se em edifícios independentes. Em Portugal, apesar de serem explorados pela mesma empresa concessionária, o mais frequente é o balneário e as unidades de hotelaria se localizarem em edifícios separados”* (Pinto, 2009: 13). Mediante esta perspetiva, a presente proposta tentará contrariar estereótipos e ir de encontro a uma solução funcional, que beneficie o mais possível o termalista.



Figura 6 - Naman, Spa Da Nang.



Figura 5 - Spa e Hotel La Romana, Alicante.



Figura 8 - Fazenda Boa Vista, Porto Feliz.



Figura 7 - Talasoponiente, Gijón.

2.3 Confrontação com os instrumentos de gestão territorial

Atualmente o município de Ílhavo é constituído por 4 Freguesias: Gafanha da Nazaré, Gafanha do Carmo, Gafanha da Encarnação e S. Salvador. Ílhavo e Gafanha da Nazaré são as cidades constituintes do município.

O perímetro urbano de Ílhavo revela algumas debilidades no espaço urbano (PDMI, 2013), tais como:

1. Existência de poucos espaços públicos;
2. Promoção de espaços públicos de configuração irregular;
3. Existência em traços na generalidade de uma rede viária também ela irregular (em extensão e funcionalidade), apresentando geralmente grandes problemas na sua hierarquização e lacunas de legibilidade;
4. A não promoção de uma leitura clara de quarteirão e quando o faz, este surge com grandes dimensões;
5. Surgimento de estruturas urbanas desorganizadas;
6. Dificuldades de gestão cadastral

O município está disposto em grupos de polos urbanos, que surgem ora mediante as áreas de influência, ora pela densidade populacional. A Freguesia da Gafanha da Encarnação apresenta também uma estrutura urbana linear, que se estende ao longo do canal da ria, organizando deste modo os vários espaços ao longo desse eixo principal.

Especificamente a área da Costa Nova é abrangida por vários diferentes planos nacionais e regionais. No âmbito da última revisão do Plano Diretor Municipal de Ílhavo, a Planta de Condicionantes (v. Anexo) indica que a área de implantação está inserida na Zona de Proteção Especial (PTZPE0004). *DECRETO-LEI N.º 384-B/99*.

Segundo o Plano de Pormenor da Área de Equipamentos da Frente Marítima da Costa Nova - Ílhavo), a área de implantação está inserida em “zona urbana consolidada” (PPAEFMCN, 2012).

O Plano de Ordenamento da Orla Costeira Ovar - Marinha Grande, classifica o terreno como inserido em “áreas urbanas e urbanizáveis” (POOCO-MG, 1991), estando rodeado a poente pela área pertencente à Reserva Ecológica Nacional (REN), a norte e sul por habitações e a nascente pela Reserva Natural das Dunas de S. Jacinto.

Voltando ao Plano Diretor Municipal de Ílhavo (2016), na planta de ordenamento respetiva a classificação e qualificação do solo (v. Anexo) podemos verificar que este classifica toda a área da Costa Nova como “Espaços Residenciais de Nível I” (Artigo 56º), nos quais “*é permitido o loteamento urbano destinado a habitação, comércio, serviços, equipamentos e empreendimentos turísticos, respeitando os parâmetros de edificabilidade dominantes na envolvente e os seguintes limites máximos:*

- *Densidade habitacional máxima: 80 fogos/ha;*
- *Índice máximo de ocupação: 0.5;*
- *Índice máximo de utilização: 1.5;*
- *Índice máximo de impermeabilização: 0.85;*
- *Número máximo de pisos: 5”*

Mais à frente é possível constatar que em “Espaços de uso especial - Turismo” (Artigo 63º), são aplicadas as regras de edificabilidade antes referidas. Com efeito, *“as novas edificações a levar a efeito no espaço referido na alínea a) do n.º 2 do artigo anterior devem respeitar as regras de edificabilidade definidas no 56.º relativo aos Espaços Residenciais de Nível I”* (PDMI, 2013).

Face à legislação existente e mais concretamente a legislação vigente no PDM de Ílhavo, foram assim observadas todas condicionantes para a realização do projeto. Estes indicadores foram tidos como parte integrante da proposta, para que esta se torne o mais plausível possível.

2.4 Análise da estrutura urbana

Um dos fatores principais para a dinamização destas áreas balneares nos últimos anos é sem dúvida *“a existência de uma rede de acessos facilitada e integrando o sistema de ‘vias rápidas’ - que tornaram esta zona balnear atrativa e próxima em toda a profundidade do território nacional e até à capital do país vizinho - teve lugar um período continuado de forte pressão urbanística traduzida na proliferação de alvarás de loteamento e que teve repercussão em transformações significativas do tecido urbano nomeadamente pelo avanço da mancha urbana para norte e para a frente marítima, cuja repercussão foi muito mais evidente na praia da Barra”* (PDMI, 2013: 25).

A estrutura urbana correspondente às praias da Costa Nova e da Barra segue, segundo o Plano Diretor Municipal de Ílhavo, uma *“Estrutura ortogonal - relação geométrica regular entre o edificado e a rede viária que geralmente permite a organização do espaço em quarteirões”* (PDMI, 2013: 10). Apesar da consolidação das áreas urbanas da Costa Nova, toda esta zona litoral se depara com outro tipo de problemas, de ordem física e ambiental: por um lado, a degradação do sistema dunar que tem estado sujeito a uma forte instabilidade pelo que têm sido promovidas algumas intervenções e implementadas algumas medidas de proteção no sentido de contrariar o avanço da linha da costa, tais como esporões (anos 70), obras de defesa frontal e reconstituição artificial de dunas e, por outro, os riscos de poluição do sistema lagunar da Ria de Aveiro associados a escorrências e vazantes da atividade industrial e agricultura (PDMI, 2013).

A Costa Nova como aglomerado pertencente à Freguesia da Gafanha da Encarnação surge no lado oposto da ria, sendo rodeada, tal como já referido, a nascente e poente pela ria e por mar, respetivamente e a norte e sul pelas zonas balneares de Vagueira e da Barra.

Atualmente, a ligação com Aveiro permanece como a maior artéria de chegada e saída da Costa Nova. Por sua vez, em sentido oposto, o eixo principal da Costa Nova serve de principal ligação à praia da Vagueira.

Inicialmente a formação da estrutura urbana apresentava “*um tipo de assentamento linear disposto em função da via comum de ligação ao interior*” (PDM Ílhavo, 2013: 23), dando origem mais tarde ao alargamento da marginal e à construção do primeiro mercado, em 1930. Este tipo de organização é frequente quando os espaços urbanos se relacionam com frentes de água, configurando uma “*estrutura em pente*” (Ochoa, 2011), organizada segundo uma lógica de eixos paralelos e perpendiculares à frente de água, que possibilitam relações físicas, visuais e simbólicas com essa mesma frente.

Todos estes fatores são fundamentais para a estrutura urbana hoje existente, na medida em que surgem como organizadores do espaço. Se o caso do mercado possibilita um desenvolvimento em seu redor, é a marginal que vai delimitar e separar as zonas urbanas consolidadas da zona do Parque da Costa Nova.



Figura 9 - Costa Nova e Barra, vista aérea.

- Zona do Parque da Costa Nova
- Zona de Reabilitação Urbana
- Zona Urbana Consolidada



Figura 10 - Plano Urbanístico da Costa Nova

Parte II

1.1 Introdução à talassoterapia e respetivos tratamentos

“Num local privilegiado, a talassoterapia é a utilização simultânea, sob supervisão médica e com fim curativo ou preventivo, das virtudes terapêuticas do meio marinho, que compreende: a água do mar, o clima marinho, os lodos marinhos, as algas, a areia e todos os produtos que podem concentrar os elementos deste meio“

(Bardelon em Fernandes e Fernandes, 2008:124).

Numa breve definição, podemos entender a talassoterapia como o aproveitamento dos recursos marinhos existentes nas zonas costeiras com fins profiláticos e terapêuticos. Esta é uma prática já utilizada no passado, na medida em que os fenícios, os gregos e os romanos já utilizavam as propriedades profiláticas e terapêuticas do mar (Fernandes e Fernandes, 2008: 121).

Portugal é um país com uma superfície de 89 060 Km², 832 Km de costa, dois arquipélagos Açores e Madeira e que apresenta recursos naturais de excelência tais como areias finas e águas, por norma pouco poluídas, detém inúmeras potencialidades nesta área. Portugal possui simultaneamente grande apetência para o Turismo, devido à já referida grande extensão das orlas marítimas, à qualidade das águas do litoral oceânico, ao clima ameno e ainda ao património natural, histórico e gastronómico (Fernandes e Fernandes, 2008: 153).

Não obstante estas grandes potencialidades, até ao momento, em Portugal apenas existem seis centros de talassoterapia (Fernandes e Fernandes, 2008): 1) Grande Real Santa Eulália Resort, no Algarve; 2) Sofitel Thalassa Vilalara, no Algarve; 3) Centro Thalasso da Costa de Caparica, na Costa da Caparica; 4) Hotel Praia Golfe, em Espinho; 5) Hotel CS Madeira Crowne Plaza, no Funchal; 6) Hotel Vila Baleira Thalassa, em Porto Santo.

A água do mar apresenta uma composição praticamente idêntica à do plasma sanguíneo. Os oligo-elementos e os sais minerais existentes na água do mar e que são indispensáveis para o equilíbrio do organismo atravessam a pele por osmose. Os efeitos da hidroterapia são acrescidos quando a temperatura da água oscila entre os 34° e os 37°. Assim, a talassoterapia apresenta inúmeros benefícios nos tratamentos de doenças tais como reumatismo, artrite, osteoporose, gota, inflamações e alergias do aparelho respiratório (bronquite e asma), doenças alérgicas da pele, celulite, doenças ginecológicas, afeções osteo-articulares e ganglionares. Também poderá atenuar a fadiga, depressão e o stresse.

Por outro lado, a talassoterapia é contraindicada em casos de tuberculose e de doença aguda dos rins e vias urinárias, assim como em casos de hipertensão e insuficiências cardíacas graves.

Os tipos de tratamento mais frequentes em talassoterapia são os seguintes (Fernandes, 2006):

- Piscina dinâmica;
- Banhos quentes e frios;
- Duches quentes e frios;
- Jatos de baixa ou alta pressão;
- Pedilúvios;
- Manilúvios;
- Algoterapias;
- Lodoterapias de lamas marinhas;
- Climaterapia;
- Aeroterapia;
- Helioterapia;
- Gineseoterapia;
- Massoterapia;
- Dietética.

2. Casos de estudo

Analisam-se e descrevem-se seguidamente 3 centros termais, dois dos quais de talassoterapia. Em dois deles (Thalasso Costa da Caparica e H2Otel Congress And Medical Spa realizaram-se visitas ao local, pois só assim se considerou ser possível apreender todas as especificidades dos espaços em questão. Estas visitas foram realizadas entre Março e Maio de 2017 e tiveram como objetivo fundamental a compreensão *in situ* de aspetos funcionais, técnicos, bem como a realização de entrevistas informais com profissionais competentes na área. O terceiro exemplo (Thalasso Nazaré foi abordado através da análise do respetivo site e informação disponível online para esse efeito.

2.1 Thalasso Costa da Caparica

No centro de talassoterapia da Costa da Caparica, “Thalasso Costa da Caparica”, a metodologia adotada consistiu numa visita ao espaço a 7 de abril de 2016 e, posteriormente, numa entrevista à técnica responsável pelo centro, Dra. Soraya Saccor, a qual incidiu nas várias vertentes relacionadas com a talassoterapia. Esta visita ao local revelou-se de grande valor, não apenas pelo conhecimento do próprio espaço e respetivas instalações (um edifício comercial posteriormente adaptado à função de centro talássico), mas principalmente devido ao fato de este constituir um primeiro contacto com este tipo de equipamentos.

A decorrência de atividades ao público não permitiu um levantamento fotográfico do local.

O projeto de arquitetura é da autoria do Grupo Maia & Pereira, SA.

O centro de talassoterapia da Costa da Caparica apresenta uma separação programática mediante diferentes zonas. Os conceitos retirados da entrevista (v. Anexo) foram fundamentais para a elaboração do projeto, nomeadamente no que se refere aos diferentes tipos de serviços e benefícios prestados pela talassoterapia.

Na entrevista foram abordados os seguintes temas:

1. Áreas técnicas;
2. Tipo de captação de águas;
3. Zonas húmidas (tratamentos termais);
4. Zonas secas (tratamentos estéticos);
5. Espaços de repouso;
6. Afluência;
7. Ausência de legislação;
8. Funcionamento do circuito talássico.

No local, foi possível observar que Centro é composto pelos seguintes principais espaços talássicos:

1. Piscina de hidromassagem;
2. Duche a jato;
3. Envolvimento com algas;
4. Hidromassagem;
5. Aerossóis;
6. Manilúvio;
7. Salas de Repouso.

Os principais espaços com a componente de estética³ são os seguintes:

- Massagem terapêutica;
- Drenagem linfática;
- Reflexologia podal;
- Massagem Geotermal;
- Massagem ayurvédica;
- Massagem Adelgaçante;
- Massagem de relaxamento;
- Massagem Shiatsu;
- Massagem tui na;
- Massagem thai;
- Indian head massage.

³ A componente estética permite um bem-estar físico e espiritual

2.2 - Barra Thalasso

No centro de talassoterapia da Nazaré, “Barra Thalasso”, a metodologia adotada consistiu na análise do respetivo site e informação disponível online para esse efeito. Procurou-se essencialmente compreender quais as várias vertentes relacionadas com a talassoterapia que estão presentes no espaço.

Apesar do método de recolha de informação não seguir a metodologia dos restantes casos, (observação direta do espaço) a informação disponível no site descreve de forma expedita as diferentes funções e tratamentos que compõe o referido centro.

O projeto de arquitetura é da autoria do Grupo Miramar.

Também neste caso é possível constatar uma separação programática mediante os seguintes principais espaços talássicos:

1. Piscina Thalasso Dinâmica;
2. Hammam;
3. Duches de contraste;
4. Cabines de duche Vichy;
5. Duches de agulheta, duche escocês e duche circular;
6. Hidroterapia para mãos e pés;
7. Sala de tratamento ORL;
8. Gabinetes individuais para tratamentos em banheira;
9. Gabinetes individuais para aplicação de envolvimentos e massagens;
10. Área de relaxamento.

Após a interpretação dos vários espaços e da relação que o edifício estabelece com a sua envolvente próxima, salientam-se ainda os seguintes aspetos:

- Relação visual com a envolvente, a praia, através de grandes vãos envidraçados, tornando-se parte integrante dos tratamentos;
- A centralidade da piscina coletiva talássica, como organizadora de espaço;
- Diferentes tipos de espaços e tratamentos na piscina coletiva;
- Várias salas de tratamentos talássicos, com diferentes ambientes mediante o tipo de tratamentos;
- A aplicação dos materiais difere mediante os tipos de tratamentos dos diferentes espaços. Neste sentido, a piscina coletiva demonstra uma particularidade interessante: painéis espelhados no teto, para propagação do elemento fundamental deste equipamento, a água. Relativamente à cor branca, esta terá como função propagar a luz para que o ambiente seja o mais claro possível;
- O caso das salas de tratamentos específicos, evidencia um critério claro, a alternância de materiais mediante o tipo de tratamento, permanecendo o ladrilho escuro;

As salas de repouso revelam a diferenciação do tipo de pavimento, tornando mais acolhedor o espaço optando por um piso em madeira;

Relativamente à abordagem arquitetónica ao edifício é de salientar o modo como foi concebido e implantado, através de uma distanciação entre edifício e o solo.



Figura 13 - Exterior

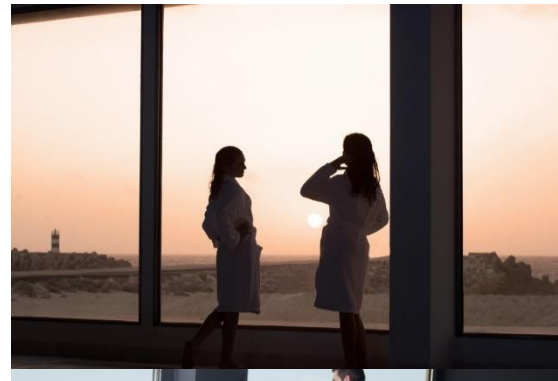


Figura 12 - Enquadramento com a paisagem



Figura 16 - Piscina coletiva talássica



Figura 15 - Área de repouso



Figura 14 - Banheira de hidromassagem



Figura 11 - Banheira talaxion

2.3 - H2otel Congress and Medical Spa

No centro de tratamentos, Aquadome - Termas de Unhais da Serra, a metodologia adotada consistiu numa visita ao espaço a 9 de junho 2016, a qual incidiu no conhecimento do espaço, bem como das respetivas instalações e equipamentos.

Embora este centro de tratamentos não constitua um centro de talassoterapia e se insira num contexto diferente das estâncias termais, que se localizam sempre em contexto marítimo, os paralelismos existentes com o projeto apresentado é muito semelhante.

Apesar do edifício contemplar a vertente de hotel e termalismo, os pontos de maior interesse incidiram nas zonas de tratamentos, mais concretamente nos tratamentos dedicados ao termalismo. Para a elaboração de uma análise mais detalhada sobre os diferentes espaços procedeu-se ao levantamento fotográfico.

No caso específico do H2otel Congress and Medical Spa, ficou bem patente o elevado grau de desenvolvimento programático, dadas as dimensões do edifício. A distinção e organização dos diferentes espaços e contextos é bem evidente.

O projeto de arquitetura é da autoria de Jorge Palma.

Neste edifício verifica-se igualmente a separação programática mediante as seguintes diferentes zonas:

1. Estacionamentos;
2. Áreas técnicas;
3. Zonas húmidas (tratamentos termais);
4. Zonas secas (tratamentos estéticos);
5. Espaços de convívio;
6. Espaços de quartos.



Figura 22 - Saída de roupa suja



Figura 21 - Mecanismo das banheiras



Figura 23 - Banheira de hidromassagem



Figura 24 - Corredor de marcha



Figura 20 - Tratamentos vias respiratórias



Figura 19 - Duche vichy



Figura 18 - Salas temáticas



Figura 17 - Salas de fisioterapia

3 - Proposta para um Centro de Talassoterapia na Costa Nova, Aveiro e respetiva Unidade Hoteleira

A presente proposta consiste num Centro de Talassoterapia e respetiva Unidade Hoteleira, localizado na praia da Costa Nova, distrito de Aveiro. Pretende-se com este trabalho elaborar um edifício com fins profiláticos e terapêuticos que será complementado com uma área de alojamento.

Perante este cenário, a proposta assume como objetivo dinamizar a zona costeira da região centro, através do aproveitamento dos seus recursos naturais, tais como o mar, sol, ar e areias. Pretende-se uma integração destas componentes, favorecendo um enraizamento do edifício com a cultura e o próprio ambiente onde este se insere.

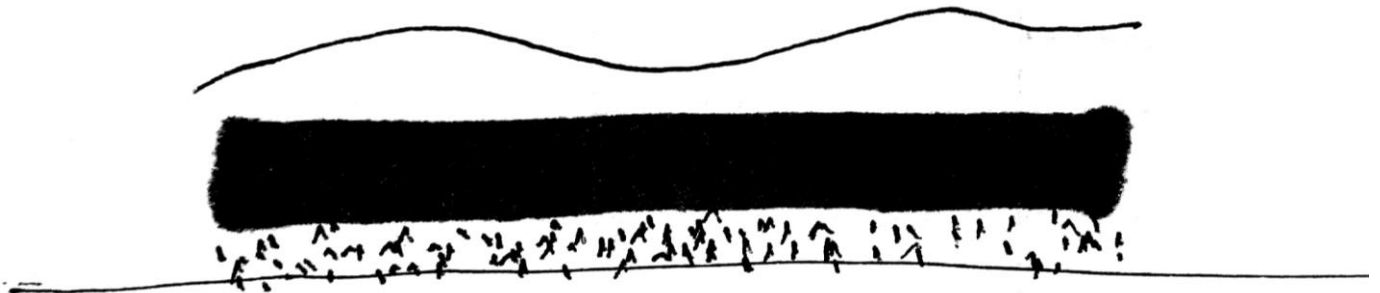


Figura 25 - Diagrama alçado

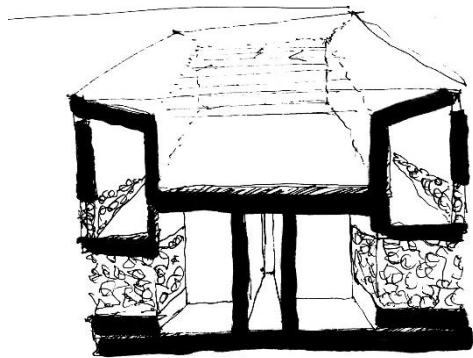


Figura 30 - Esquízo de estudo, tratamentos e áreas técnicas

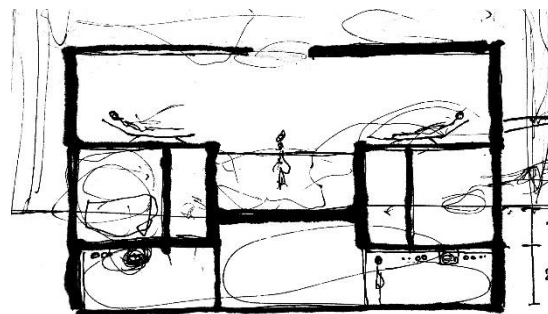


Figura 28 - Esquícios de estudo, tratamentos e áreas técnicas

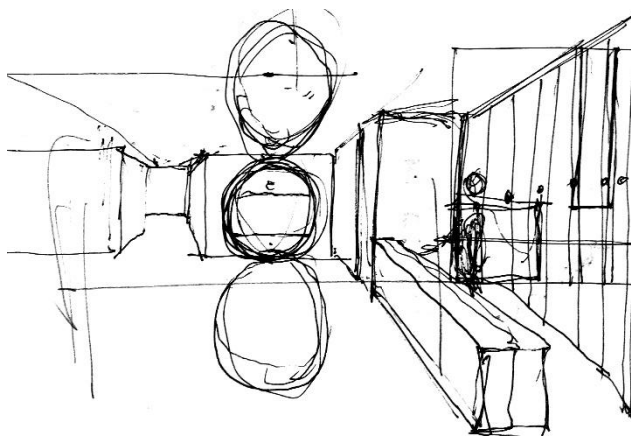


Figura 29 - Esquízo de estudo, área de recepção

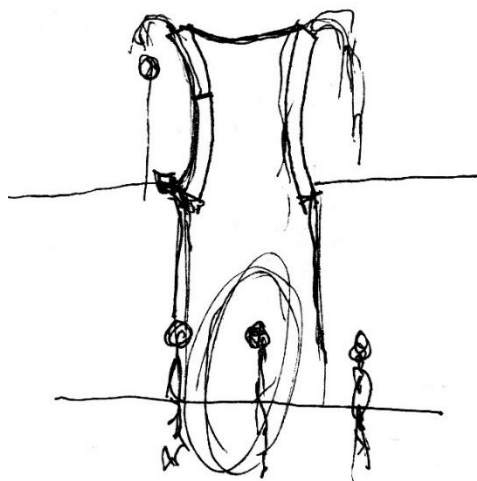


Figura 27 - Esquízo de estudo, queda de água



Figura 26 - Esquízo de estudo, piscina e envolvente

3.1 Implantação e abordagem ao local

A proposta situa-se à entrada do acesso mais a norte da praia da Costa Nova, preenchendo um vazio urbano com aproximadamente 7474 m² e com um desnível de aproximadamente 1,60 m, em relação à cota da estrada. Este vazio encontra-se ladeado por edifícios de habitação coletiva a norte e a sul, a poente pelas dunas, sendo que apenas um dos alçados estará diretamente ligado ao eixo principal de ligação a Aveiro, a Avenida José Estevão. Este eixo principal é intersectado por um eixo secundário, perpendicular à área de intervenção, possibilitando-se assim um contacto visual direto com a ria de Aveiro, que posteriormente irá assumir-se como um eixo bastante relevante para a proposta.

Perante as condicionantes já referidas, nomeadamente as expostas no Plano Diretor Municipal de Ílhavo (PDMI), propôs-se um afastamento da proposta em relação aos limites da implantação, mais concretamente a norte e a sul, sendo ainda que mediante o artigo nº 59 e nº 60 do Regulamento Geral das Edificações Urbanas (RGEU), a distância mínima entre edifícios não poderá ser inferior a 10 metros. Assim e mediante esta análise optou-se por uma solução que privilegia a orientação nascente e poente.

A nascente, paralelamente à estrada, são propostas duas entradas distintas; a norte, a entrada da unidade hoteleira utilizando o eixo da estrada secundária como orientador. Esta escolha prende-se com as características da envolvente, dado que esta é uma área de decisão, um cruzamento. Os cruzamentos são zonas de decisão (Lynch, 1960), logo, esta junção das vias permitirá, mesmo que inconscientemente, observar a envolvente, proporcionando assim outra notoriedade à proposta. Relativamente à entrada mais a sul, esta possibilita o acesso ao centro de talassoterapia, organizando assim o edifício de fora para dentro e possibilita ao visitante uma interpretação clara das diferentes funções.



Figura 31 - Alinhamento da entrada principal do edifício com o cruzamento.

3.2 - Premissas e conceitos de projeto

Na construção concetual de um projeto, o local de implantação deverá ser motivador de importantes valores. Neste contexto, o ambiente de areia, dunas, praia, mar e ria influenciaram intrinsecamente o objeto final da proposta, transportando uma noção de leveza para um edifício que se pretende sólido, pesado e rijo.

Pretende-se assumir diferentes materialidades consoante as diferentes horas. Esta solidez ao longo do dia transfigura-se de noite e adquire essa leveza através da iluminação, tal como acontece com a ciclicidade e alternância das marés. Esta dicotomia entre solidez e leveza são então a base fundamental para a construção do conceito.

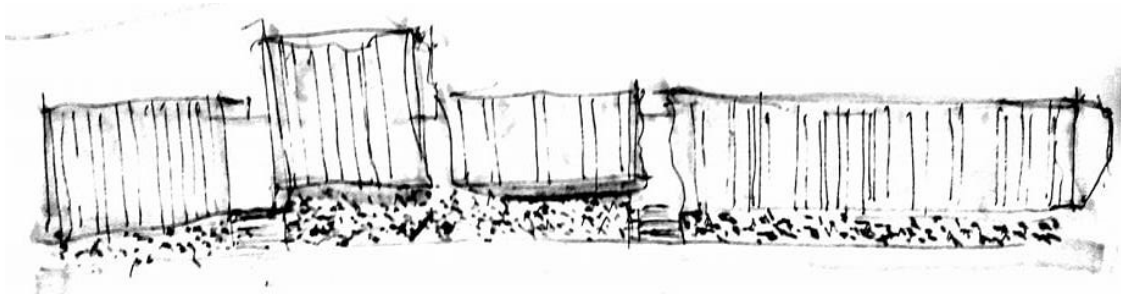


Figura 32 - Unidade dos blocos e envidraçados ao longo do dia

Devido a esta riqueza conceptual da envolvente, outros conceitos iram dar um contributo para a definição da proposta: a arquitetura tradicional característica da Costa Nova, mais concretamente os Palheiros dos Pescadores. E ainda: o Paredão; a Erosão; Mar e Ria.

Os palheiros da Costa Nova

Os palheiros da Costa Nova são reinterpretados contemporaneamente e vão dar forma e textura ao edifício, no seu exterior. Depois de uma pesquisa acerca da importância da cor na composição dos alçados dos edifícios desta comunidade piscatória, verificou-se que *“mais do que as características técnicas, é perceber e analisar o ambiente/contexto em que certa cor é aplicada, bem como o “pós aplicação” da cor, pois existe uma infinidade de sensações transmitidas por esta (...) A vida de risco que estas pessoas levavam provocava, por vezes, alguns dissabores, assombrando e entristecendo os que resistiam. Não só a força de carácter, mas também a necessidade de sobrevivência, conduzia-os em frente, independentemente das vicissitudes da vida. Talvez como forma de tentar afastar o ambiente nervoso e sombrio que nestas zonas se fazia sentir, as pessoas cobriam de cor os seus barcos e Palheiros, transformando o ambiente em algo alegre”* (Oliveira, 2011: 26). Deste modo, a proposta interpreta a “cor” como tentativa de proporcionar o sentimento de alegria e segurança aos

pescadores e habitantes. Neste sentido, para o alçado transparecer esses valores, será utilizada a iluminação interior como a “cor” mais forte e o betão bruto como a cor neutra. Esta dicotomia terá relevância durante a noite, altura em que esta analogia entre as cores resulta mais assertivamente.



Figura 33 - Permeabilidade dos blocos e envidraçados ao longo da noite.

Esta ideia acolhe ainda o conceito de farol, interpretado como porto de abrigo, instrumento máximo de segurança, conforto e a alegria da chegada. Pelo inverso, de dia, a fusão do betão puro com o envidraçado de cor cinza, transfere unidade ao alçado.

Relativamente à escolha do betão como material principal no alçado, surge como resposta ao material utilizado nos palheiros *“na escolha dos materiais (custo, transporte, proximidade, durabilidade e manuseamento), a madeira apresentava grandes potencialidades e era o material que tinha a melhor relação entre esses elementos. A grande versatilidade e o fácil manuseamento, assim como a facilidade de transporte da madeira, contrastava com o difícil trabalhar da pedra e respectivo custo”* (Oliveira, 2011: 29).

Deste modo a textura da “cor neutra” vai ser adquirida através do sistema de construção tradicional dos palheiros, ao utilizar o ripado de madeira como sistema de cofragem para que o betão (material em estado puro) possa ser texturizado adquirindo os nós, veios e uniões presentes na madeira. Desta forma, será garantida uma linguagem formal contemporânea dos palheiros, através do negativo presente no betão.

O paredão da Barra

O paredão da Barra, como organizador do espaço marítimo, nesta zona piscatória, é visto como um dos pontos importantes da zona balnear. Esta importância é transmitida devido ao extenso comprimento, à materialidade e ao percurso transitável que apresenta. Transmite com isso uma posição, uma marca na paisagem (Ochoa, 2011). Perante esta análise, o conceito de paredão vai também ter influência na materialização da proposta. Pretende-se que o edifício seja também uma marca na paisagem. A sua desfragmentação e disposição aparentemente “desorganizada” aparece como uma analogia aos blocos de betão que concedem estabilidade

ao longo das laterais do paredão e o percurso transitável que o edifício apresenta é entendido como o espaço transitável horizontal do edifício.

A erosão

À erosão do paredão e das próprias rochas corresponde algo que é natural e que posteriormente irá dar origem a novas rochas de pequenas dimensões. Esta noção transpõe-se na materialidade da primeira camada do edifício, constituída pela estrutura de gabiões.

O mar e a ria

Neste edifício, o mar e ria aparecem como os principais pontos focais, orientando intimamente os espaços interiores, para que exista uma relação próxima com a envolvente.

3.3 - Relação física e simbólica com o lugar

O desenvolvimento da proposta contempla a sua integração na malha urbanística consolidada, preenchendo a já descrita área devoluta de forma a que exista uma coerência com a envolvente. Mas também, através das lógicas descritas no capítulo anterior, procurou-se desenhar um edifício sensível à sua envolvente natural e construída e que estabeleça relações simbólicas com a mesma.

A relação com a história é enfatizada através da memória dos pescadores que deram vida a esta zona, com a construção e permanência nos palheiros e com o conseqüente crescimento da arte xávega. Este aspeto é realçado, ainda que de uma forma crua, no aspeto exterior do edifício, como também já se referiu, deixando a marca dos nós da madeira no betão. Num sentido conceptual, a leveza do edifício contrasta com o brutalismo dos materiais utilizados.

O próprio programa de banhos de água salgada desenvolvido vai de ao encontro aos costumes mais antigos, a ida aos banhos.

Desde o início que a implantação do edifício, pela sua dimensão, constituiu-se um desafio. Paralelamente, o edifício apresenta implantação quase até à cota zero, dando origem a outros problemas. Dentro do terreno, a área não construída permaneceu intacta deixando-se alguma vegetação autóctone, colocando a proposta (mais concretamente as zonas de tratamentos) num ambiente verdejante, contrário ao ambiente da praia.

A inserção da proposta numa área residencial é contornada através da volumetria proposta, no sentido em que, apesar da grandeza do edifício, os quatro volumes propostos acabam por significar como quatro edifícios, dada a sua separação entre volumes e a utilização de um envidraçado na sua separação. Deste modo, pretende-se que o edifício transmita a ideia de vários blocos, respeitando assim a volumetria dos alçados longitudinais de pequenas dimensões característica da Costa Nova.

3.4 - Definição do programa e disposição funcional dos espaços

A definição do programa teve como princípio base o Regulamento previsto no Artigo 27º do DL N° 142/2004 de (11 de junho), o qual estabelece os princípios a ter em conta em programas de carácter termal. É de salientar também a definição de estabelecimento hoteleiro, apresentada no Decreto-Lei n.º 186/2015 de 3 setembro. Segundo este diploma, consideram-se *“estabelecimentos hoteleiros os empreendimentos turísticos destinados a proporcionar alojamento temporário e outros serviços acessórios ou de apoio, com ou sem fornecimento de refeições, e vocacionados a uma locação diária”*

É de referir ainda o “MANUAL DE BOAS PRÁTICAS DOS ESTABELECIMENTOS TERMAIS”, publicado pela Associação das Termas de Portugal, o qual foi tomado em consideração na realização da proposta. Por fim, foi consultado o Decreto Regulamentar n.º 5/97 de 31 de março, que regula a instalação e o funcionamento dos recintos com diversões aquáticas.

Posto isto, o programa contempla a inclusão de diversos tipos de espaços, abrangendo diferentes tipos de funções, tais como espaços de convívio, zona administrativa, zonas de serviço, zonas balneares e de estética, zonas exteriores/interiores lúdicas e uma zona mais privada, a área de quartos.

Disposição programática, por volumes:

No volume principal e começando pelo Piso -2, a proposta apresenta um estacionamento coberto dividido em 2 pisos, com um total de 82 estacionamentos para automóveis (46 lugares piso -2 e 36 lugares piso -1). Ainda neste piso, desenvolvem-se todas as áreas técnicas necessárias (lavandaria; vestiários femininos e masculinos; refeitório; armazém de alimentos; área de resíduos sólidos e orgânicos) e as respetivas comunicações verticais entre os pisos, duas para serviços e uma para hóspedes.

O Piso 0 é dividido por duas receções distintas, uma para a zona de tratamentos e outra para o hotel. Apresenta também uma zona de foyer, uma zona de estar, a área de pequenos-almoços, bar, instalações sanitárias, cozinha e um bloco de comunicação vertical destinado aos serviços. Na zona mais a sul situa-se uma sala de espera, balneário feminino e masculino, zona administrativa com respetiva instalação sanitária, gabinete médico e gabinete de enfermagem.

O Piso 1 prevê um total de 34 quartos, 31 deles destinados a hóspedes, sendo que 2 estão equipados para pessoas com mobilidade reduzida. Os restantes 3 estão destinados a funcionários.

A transição entre o bloco principal e os blocos a poente é feita através de uma rampa que se irá bifurcar, dando resposta à distribuição para a zona lúdica (piscina ao ar livre) e à zona interior de balneários e de tratamentos estéticos. Esta área está, por sua vez, dividida entre

tratamentos húmidos mais a sul, e tratamentos a seco mais a norte. A sul, existe uma zona de espera interior e outra exterior com receção, arrumos e instalações sanitárias, duas salas de estar para terapeutas, uma comunicação vertical que liga à piscina lúdica do piso superior, duas áreas de repouso intermediadas por instalações sanitárias femininas e masculinas. Verificam-se ainda 14 cabines com 7 tipos de tratamentos distintos, quatro cabines de estufas a vapor, quatro de hidromassagem, duas de duches Vichy⁴, uma de *phlebotone*⁵, uma de *bertholais*⁶, uma de duche lombar e uma de vapor para os membros. Bem como instalações sanitárias femininas, masculina e para pessoas de mobilidade reduzida.

No último bloco mais a sul situa-se a piscina talássica, a sauna, o banho turco, bem como um corredor de marcha e cinco cabines, uma de ictioterapia⁷ e quatro piscinas de diferentes temperaturas com pequenas dimensões. De referir que o piso -2 correspondente a estas zonas húmidas, contem as áreas técnicas.

Nas zonas de tratamentos a seco prevê-se uma receção, uma zona de espera, ginásio, duas salas de fisioterapia, duas salas para tratamentos das vias respiratórias (uma para crianças e outra para adultos), dois vestiários (masculino e feminino), três instalações sanitárias (feminina, masculina e para pessoas com mobilidade reduzida), duas zonas de repouso e dez salas temáticas.

No piso de cobertura, está situada a piscina lúdica com zonas de estar.

⁴ Consiste num duche natural de chuva termal, cobrindo o corpo inteiro em simultâneo que combina técnicas de massagem com a pressão exercida pelos jatos de água.

⁵ Banheira de hidromassagem para membros inferiores.

⁶ Consiste em aplicações de calor húmido (em forma de vapor) em posição sentada, sobre a região cervical, lombar, dorsal e glúteos, provocando um efeito relaxante e de descontracturização.

⁷ Tratamento com peixes que produzem um efeito relaxante e tratam diversos problemas dermatológicos da pele.

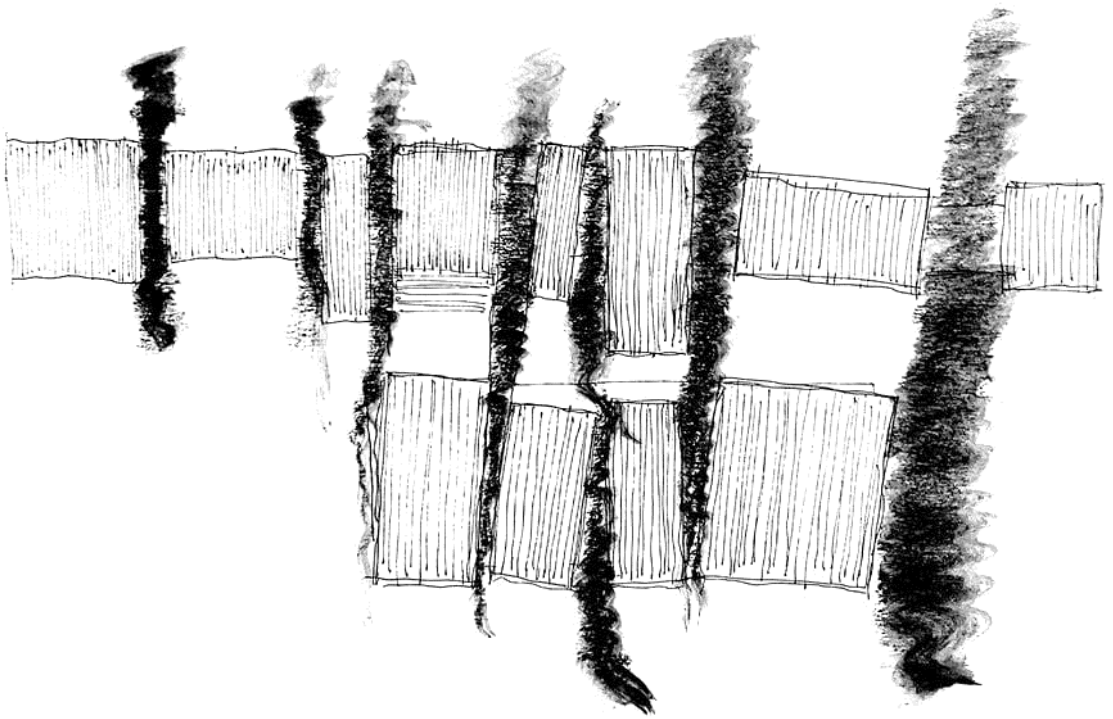


Figura 35 - Diagrama de permeabilidade entre blocos



Figura 34 - Volumetria exterior

3.5 - Descrição dos ambientes projetados

Este capítulo é dedicado à descrição dos ambientes e espaços projetados, tendo em conta os percursos gerados, mas também os materiais utilizados.

Piso -2 (volume principal) - Blocos - 01, 02, 03, 04) - Estacionamento

Muito frequentemente, as áreas de estacionamento são desprezadas nos projetos. Esta proposta pretende contrariar essa postura, sendo que, muitas vezes estes são os primeiros pontos de contacto com os edifícios. A iluminação e os materiais têm assim, neste espaço, um papel fundamental.

Começando pelo piso -2, o acesso ao estacionamento é feito a partir da entrada sul do edifício, através de uma rampa com cerca 16 metros de comprimento, em sentido descendente relativamente à cota da estrada. Esta entrada serve também como zona de acesso à área técnica dos blocos de tratamentos, apenas acessível a funcionários. Este piso de estacionamento prevê 46 lugares, dois dos quais serão destinados a pessoas com mobilidade reduzida. A comunicação vertical é realizada através de dois blocos distintos, um deles situado apresentando duas vertentes diferenciadas, uma de serviços com elevador e bloco de escadas e outra apenas para visitantes com dois elevadores e bloco de escadas. O bloco de comunicações verticais situado mais a norte é constituído por um monta-cargas e um bloco de escadas destinado apenas a serviços. Os veículos farão a transição entre pisos, através de duas rampas, intercaladas com um patamar a norte. Neste espaço, o pavimento é composto por Resina Epoxy com 15 mm e respetiva camada de regularização de 85 mm.

Piso -1 (volume principal) - (Blocos - 01, 02, 03, 04) - Estacionamento

Assegurada a transição dos veículos entre diferentes pisos, são propostos 36 lugares de estacionamento, nos quais dois deles serão destinados a pessoas com mobilidade reduzida.

O ambiente proposto neste piso é bastante específico, devido à presença de uma “pele” composta por uma estrutura de gabiões, através da qual é possível visualizar os espaços de tratamentos mais a poente. Simultaneamente, esta estrutura permite ventilação e iluminação natural no estacionamento. Com esta solução, a iluminação terá uma importante relevância neste espaço, já que, pela manhã, a nascente, o sol irá, através dos vazios presentes nos gabiões, indicar o sentido da entrada das comunicações verticais e ao final do dia vai iluminar o resto do estacionamento.

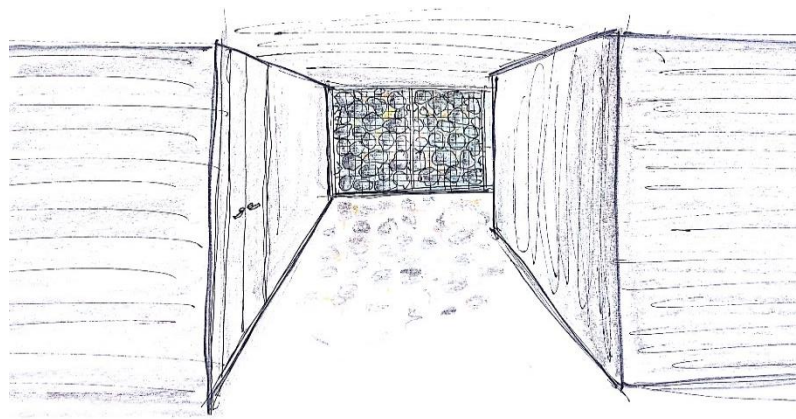


Figura 36 - Acesso ao elevador e escadas

Piso -1 (volume principal) - Áreas técnicas, armazéns, vestiários, quartos, sala polivalente, lavanderia

Ainda neste piso desenvolvem-se as áreas técnicas, divididas em duas zonas: a zona mais a sul possui dois vestiários, masculino e feminino, destinados aos funcionários das zonas de tratamentos secos e húmidos. Possui ainda uma área de arrumos e lavanderia. A outra zona, mais a norte, é intermediada pelas comunicações verticais e nela estão presentes os vestiários feminino e masculino, dois quartos para os funcionários do hotel, uma área de estar polivalente/refeitório, armazém de produtos (espaço para a mercearia, congelador, um compartimento com temperatura natural para produtos, e dois compartimentos para vasilhames distintos para diferentes tipos de bebidas), um compartimento para os resíduos sólidos e orgânicos.

Todos estes espaços têm rápida ligação ao exterior, permitindo assim uma fácil movimentação de produtos e proximidade do elevador monta cargas assim como com o bloco de escadas para uma rápida execução das tarefas para a cozinha no piso seguinte. A entrada e saída de veículos destinados à entrega de mercadorias é feita através da entrada mais a norte do edifício, próxima da zona de armazenamento. O pavimento será aqui composto por Resina *Epoxy* com 15 mm e respetiva camada de regularização de 85 mm. A composição das paredes interiores é em blocos *ytong* com espessuras de 600x250x115 mm; 600x250x175 mm; 600x250x300 mm; 600x250x365 mm, alternando a espessura de reboco. Esta solução permite uma maior leveza e isolamento entre os diferentes espaços.

Na sua maioria, estes espaços necessitam de iluminação e ventilação natural para que exista salubridade no edifício. No entanto, dada a disposição dos espaços e a orientação direta em contacto com a estrada principal, este aspeto poderia ser problemático, dado que são áreas de à partida menos interessantes, orientadas para o alçado principal. Para solucionar esta questão dá-se continuidade ao sistema de gabiões, permitindo assim ventilação e iluminação e por outro lado para que, através desta “pele”, ocultar estes serviços.

Piso 0 (volume principal) - Acessos principais

Em relação ao piso superior, com cerca de 1,98 metros acima da cota da estrada, surgem os dois acessos principais ao edifício, com dimensões semelhantes, através de escadas. Foi também colocada uma rampa de acesso destinada a pessoas com dificuldade motora. Este acesso será realizado através da entrada do hotel, mais a norte, e que vai desembocar entre as duas receções, de forma a possibilitar uma mais fácil circulação. Já no interior pretende-se obter um ambiente de permeabilidade da luz, o qual será criado através de rasgos provenientes nas fachadas nascente e poente, para que o visitante consiga disfrutar dos restantes espaços.

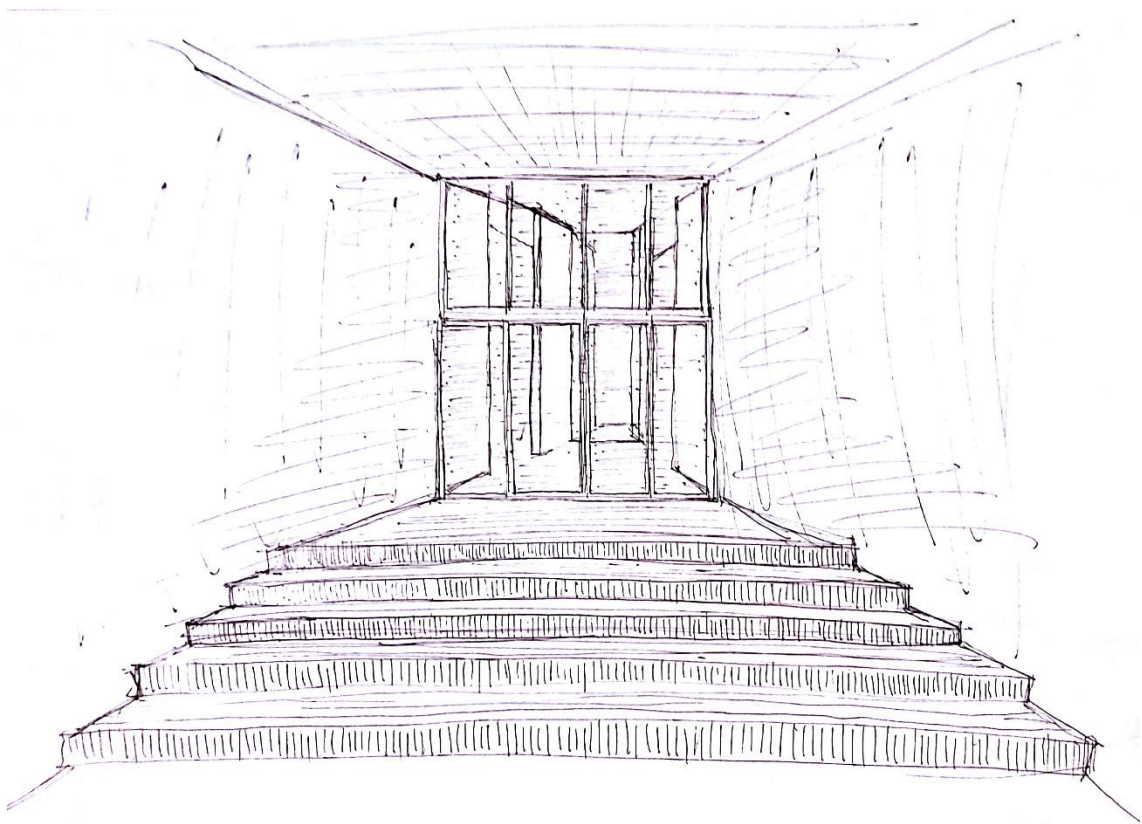


Figura 37 - Alpendre de acesso ao Hotel

Piso 0 - (Bloco - 03) - Foyer e recepção

O foyer apresenta vistas para as dunas e para vegetação selvagem, transmitindo-se assim um ambiente de tranquilidade mas também movimento derivado do vento bastante presente no exterior. Esta dicotomia está aliás bastante presente na proposta, em diferentes espaços. Para além destas características, procura-se também uma relação com o volume em frente. Propõe-se ainda um espelho de água na cobertura, contribuindo também para um ambiente especial, o qual irá atingir o seu auge ao final do dia, com a presença do pôr do sol, espelhado no teto. As paredes interiores serão compostas por blocos *ytong* com espessuras de 600x250x115 mm e o revestimento com 2 cm pintado à cor branca.

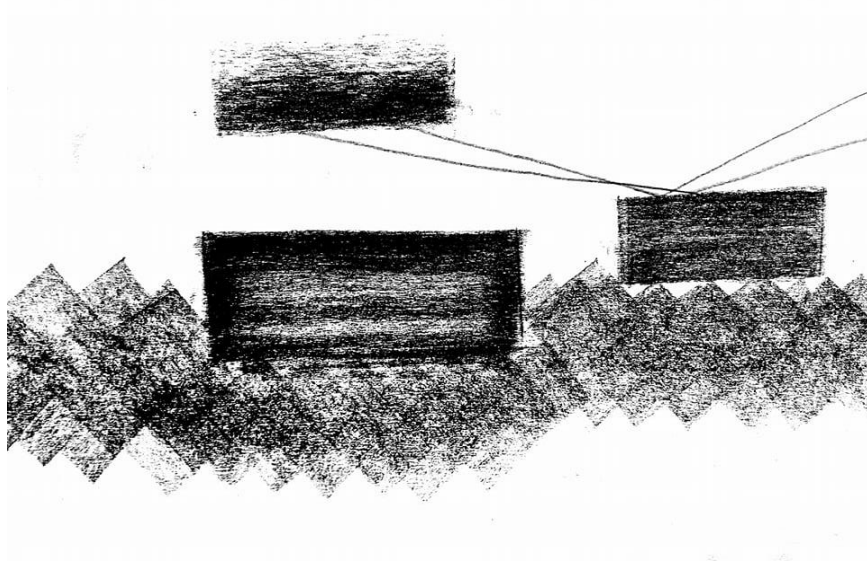


Figura 38 - Diagrama entre volumes, espelhar do sol

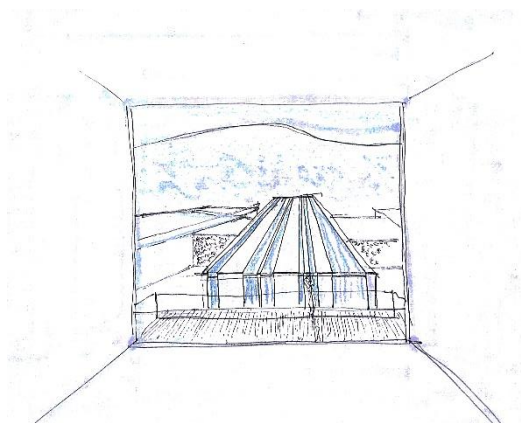


Figura 39 - Relação Foyer com a cobertura

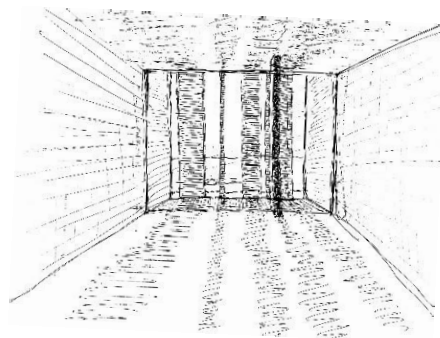


Figura 40 - Foyer, iluminação natural

Piso 0 - (Bloco - 04) - Restaurante, bar

No bloco mais a norte, está localizada a zona de estar e o restaurante, bem como a cozinha, o bar, as instalações sanitárias masculina, feminina e de pessoas com mobilidade reduzida. Na zona de estar, em relação ao exterior, verificou-se desde logo uma preocupação: reduzir o ruído decorrente da proximidade com a estrada e da presença constante dos automóveis. Pretende-se que este ruído seja o menor possível, para que o ambiente interior seja de relaxamento. Com isto, é possível presenciar um do ambiente residencial (devido aos edifícios de habitação no lado oposta da rua) e em algumas zonas um contacto mais direto com a rua.

Em relação à iluminação natural, esta terá especial relevância na construção dos ambientes aqui propostos. A inclinação do teto e sombreamento vertical exterior, permitem uma permeabilização da luz em toda a zona de estar. O teto falso é composto por gesso cartonado com 2 cm de espessura e pintado à cor branca. Na parte exterior, foi colocada uma varanda, para que possa haver uma diversidade de espaços para os diferentes exteriores. Na zona do bar consequente à zona de estar pretende-se uma ligação próxima à cozinha, para que exista uma ligação das diferentes funções. Por sua vez, a cozinha está desenvolvida em volta dos acessos verticais, para que exista uma fluidez dos produtos na transição armazém/preparação. A transição dos alimentos é feita mediante um percurso bem definido: logo após a chegada através do elevador monta cargas é distribuída pelos diferentes espaços/compartimentos. Em seguida, encontra-se a zona de cocção, onde são preparados os diferentes pratos quentes, com uma ilha na zona central e apoios laterais. Junto a esta, colocou-se a cozinha fria. As zonas limpa e suja encontram-se separadas através de um espaço de circulação. O acesso à sala de jantar é feito de modo a que não exista qualquer contato com o visitante. A distribuição dos pratos confeccionados é feita através de uma grande abertura, possibilitando o contacto visual entre o público e a cozinha, com a ideia de proporcionar ao visitante uma confiança em relação ao serviço adquirido. A existência de uma arrecadação entre a cozinha e o bar permite facultar o acesso às bebidas, tanto para o bar como para o restaurante. Na sala refeição é criado um ambiente idêntico à sala de estar, funcionando como um espaço bastante luminoso devido aos envidraçados verticais, que permitem a permeabilização da luz, com maior incidência ao final do dia. A orientação a poente influencia também o enquadramento paisagístico, focando também a vegetação dunar.

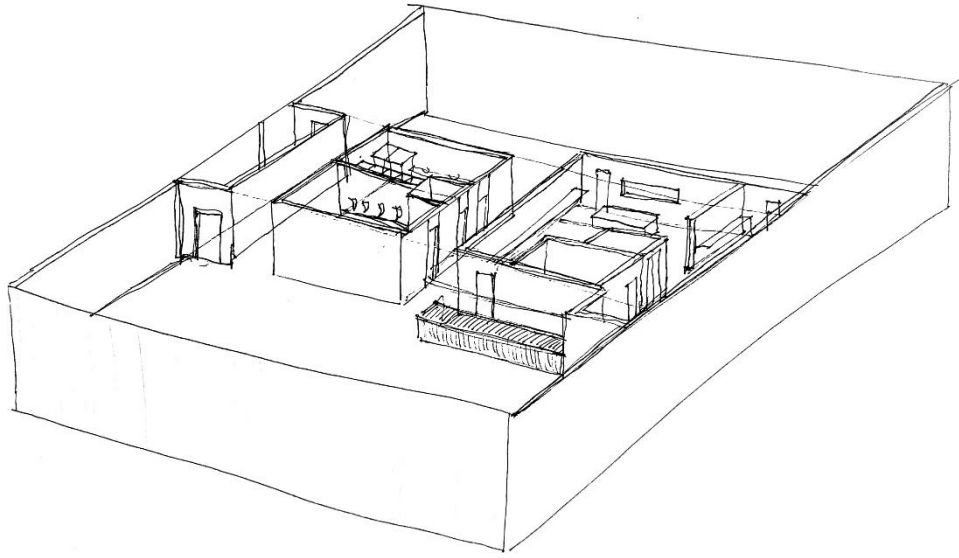


Figura 41 - Axonometria, Bloco 4

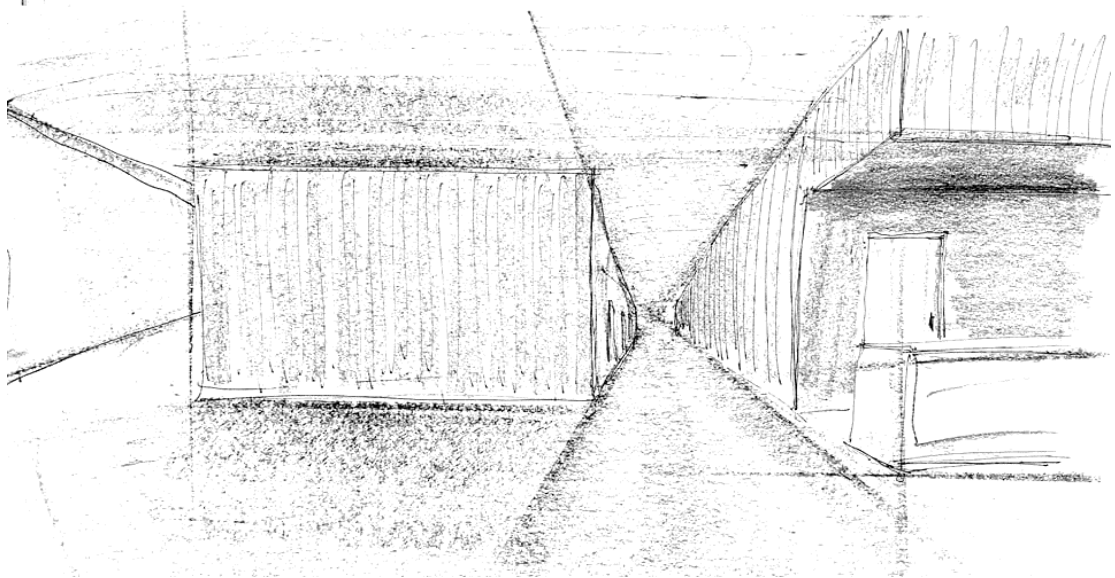


Figura 42 - Perspetiva da área de estar

Piso 0 - (Blocos - 01, 02, 04) - Instalações sanitárias

As instalações sanitárias estão divididas entre femininas, masculinas e para pessoas com mobilidade reduzida. Existem seis cabines e quatro lavatórios nas instalações femininas; as instalações masculinas apresentam duas cabines, quatro mictórios e quatro lavatórios e uma instalação sanitária completa para pessoas com mobilidade reduzida. Relativamente à composição das paredes, será previsto a utilização de blocos de *ytong* com 600x250x115 mm e revestimento a microcimento de cor cinza, 2 cm. O pavimento será revestido 3,5 cm de camada de regularização, isolamento xps com 5 cm e microcimento à cor cinza. O tecto é composto por gesso cartonado 2cm pintado a de branco.

O mobiliário é composto por: lavatório de pousar com 560x430 mm, de cerâmica branca; sanita compacta 60 com 600x365 mm de cerâmica branca; mictório com 310x520 mm de cerâmica branca. A casa de banho para pessoas com mobilidade reduzida é composta por um lavatório de 640x550x170mm de cerâmica branca, sanita compacta mobil com 690x360x885 mm e para finalizar os respectivos acessórios em inox do tipo mobil.

A permeabilidade entre a zona de estar e a sala de jantar é feita através de um circuito continuo para que se possa circular livremente. Na zona posterior à receção, está incorporado o bloco de serviços com acesso aos diferentes pisos, permitindo assim que o serviço de quartos possa funcionar de forma rápida e eficaz.

Piso 0 - (Bloco - 02) - Sala administrativa, sala de reuniões, gabinete médico, gabinete de enfermagem

Mais a poente encontram-se as áreas administrativas, sala de reuniões, gabinete médico, gabinete de enfermagem, assim como as instalações sanitárias para os funcionários. O gabinete de administração e a sala de reuniões encontram-se nesta área central do edifício, o que permite realçar a sua importância em termos organizacionais. Em relação ao gabinete médico e de enfermagem, estes surgem como resposta a um dos primeiros passos para um plano de tratamentos, dado que, para usufruir dos tratamentos é necessário elaborar um plano específico (seja para prevenção ou tratamento), para que não existam dúvidas quanto às opções a escolher. A composição de paredes interiores é feita com blocos *ytong* 60x25x11,5 cm; 60x25x7 cm e revestido a microcimento de cor branca com 2 cm, a divisória entre o gabinete administrativo é feita através de um envidraçado com 1,5 cm de espessura. O tecto é composto por gesso cartonado de 2 cm de espessura de cor branca. O pavimento é composto por microcimento à cor cinza com 1,5 cm.

Piso 0 (volume principal) - (Bloco - 01) - Área de espera e vestiários

No bloco 01, encontra-se a área de espera, antes dos vestiários. Este espaço é muito semelhante ao anteriormente descrito, na zona de estar com varanda. Também em relação aos vestiários, tanto para o feminino como masculino, apresentam-se idênticas opções. A zona de vestiário inclui 35 cacifos, 3 cabines independentes e 4 duches. Nas áreas destinadas às instalações sanitárias masculinas existem 2 cabines, 3 mictórios e 3 lavatórios. Nas instalações femininas é idêntico apenas é alterado o número de cabines para 5.

Pretende-se que a sequência de: preparar; vestir; instalações sanitárias e saída para a experiência talássica seja respeitada. As paredes apresentam a composição referida anteriormente em blocos de *ytong* e revestido a microcimento de cor branca. O teto será em gesso cartonado com 2cm de espessura de cor branca. A cor branca irá permitir a iluminação natural do espaço mais acentuada. O pavimento é composto por microcimento cinza.

Piso 0 (volume principal) / Piso -1 (volume secundário) - Acesso aos tratamentos

Após a sequência da preparação estar concluída, o primeiro contacto com o exterior surge através da piscina lúdica. Desta forma oferece-se ao visitante uma possível escolha antes mesmo de entrar nas zonas de tratamentos. Em seguida, na primeira rampa existe a proposta de um duplo percurso: um exterior de acesso à piscina lúdica e outro interior onde é feito o acesso aos balneários e tratamentos estéticos. O ambiente que existe nesta área de decisão, possibilita dois tipos de ambientes: por um lado, o exterior, em direção à piscina lúdica, onde apenas é possível ver o exterior através do envidraçado da porta de saída. Por outro lado, uma sucessão de rampas em sentido descendente privilegiando uma iluminação mais difusa, através dos gabiões e com a vegetação selvagem como pano de fundo. Esta diferença de ambientes indica de certa forma o tipo de serviços que se irá encontrar. A qualidade dos ambientes que se pretende para cada espaço irá ser mais evidente nos espaços de tratamentos.

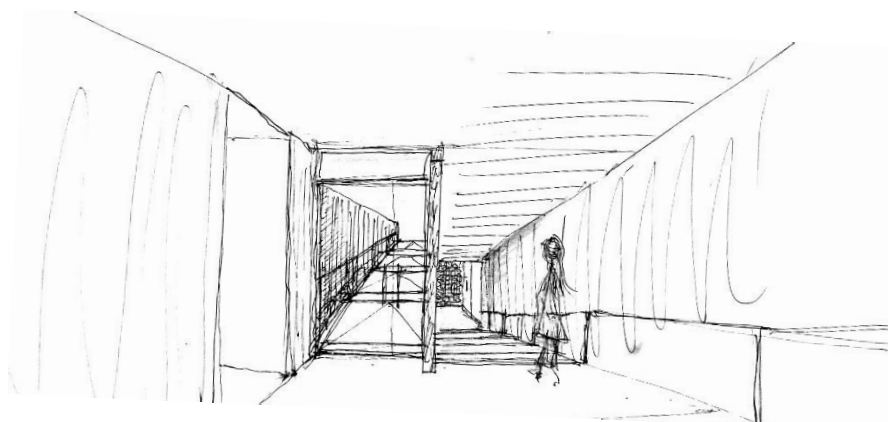


Figura 43 - Esqueto rampa de acesso aos tratamentos

Piso -1 (volume secundário)

Após a transição entre os diferentes blocos, chega-se ao hall de distribuição. Esta zona permite ao visitante optar pelo tipo de espaço que pretende escolher: a norte as zonas secas e a sul as zonas húmidas.

A opção por não colocar elevadores nos blocos de tratamentos influenciou os acessos entre os diferentes pisos. Esta decisão é justificada com a ideia de percurso presente entre os diferentes espaços, obrigando o aquista a movimentar-se ao longo dos blocos, onde acaba por interagir com as diferentes atmosferas. Estes ambientes quentes próprios de um balneário, em contraste com os materiais frios e iluminação ora difusa, ora permeabilizada, mediante o tipo de função, estão na base da conceção do edifício e mais especificamente nas zonas de tratamentos. Com esta ideia surge o interesse em despertar os diferentes sentidos ao longo da experiência talássica. Recordando Peter Zumthor (2007: 29) “*A atmosfera comunica com a nossa percepção emocional, isto é, a percepção que funciona de forma instintiva e que o ser humano possui para sobreviver*”.

Piso -1 (volume secundário) - (Bloco - 08) - Balcão de atendimento, instalações sanitárias, salas destinadas aos funcionários, salas de espera e arrumos

A organização destes espaços dá seguimento às opções já descritas para as restantes partes da proposta. O primeiro volume apresenta uma zona de espera interior e exterior com balcão de atendimento, instalações sanitárias, salas destinadas a funcionários, arrumos e bloco de escadas para aceder ao piso superior para os visitantes e inferior para os funcionários. O ambiente neste bloco, não sendo considerado húmido, recebe, no entanto, os visitantes que advêm dessas áreas, no início e no final do seu percurso. Neste sentido, o percurso irá proporcionar uma sequência à experiência talássica, para que de forma impercetível possa facilitar a movimentação e separação das suas diferentes fases. O balcão de atendimento serve como eixo central deste bloco, o que possibilita um maior controle dos diferentes espaços. As áreas de espera desenvolvem-se logo após o hall de entrada, que se pretende que seja um ponto de encontro, com contacto mais direto com a natureza exterior, através dos envidraçados. As salas dos funcionários apresentam uma relação com o exterior semelhante à zona de estar. Num ponto oposto situam-se os arrumos, as instalações sanitárias, próximas do bloco de escadas e consequentemente da área de descompressão/distribuição de acesso à piscina exterior. Os materiais aplicados neste bloco em termos de paredes interiores, pavimentos e tetos serão os mesmos das salas destinadas aos tratamentos estéticos, dado nível de temperatura também ser o mesmo. Assim, optou-se por pavimento com camada de regularização de 3,5 cm, microcimento de cor tipo cinza. As paredes são compostas por blocos *ytong* e revestidos com microcimento de cor branca. O teto será em gesso cartonado com 2 cm de espessura, pintado a branco.

Piso -1 (volume secundário) - (Bloco - 07) - Salas de repouso

No próximo bloco acentua-se o grau de humidade e a ligação mais acentuada com os tratamentos, onde se encontram as duas salas de repouso. Estas duas salas diferem, em termos de ambientes; uma delas é exterior e possui um maior contacto com a vegetação dunar em sentido poente; e a outra é praticamente interior, orientada a sul/norte. Esta sala pretende ser uma área de repouso absoluto e onde o contacto com o exterior é apenas feito através de janelas colocadas junto ao chão em todo o seu comprimento, sendo que a altura máxima é dada pela altura dos olhos de quem está deitado e a partir do teto com a mesma área de envidraçado. Esta questão evidencia a escala humana presente neste espaço mediante a sua função e com isso garante-se um ambiente controlado, que intencionalmente evita o contacto com as habitações circundantes e mostra apenas a vegetação exterior e o céu. No corpo central deste volume situam-se as instalações sanitárias. O pavimento da área de repouso terá que ter características antiderrapantes com alguma rugosidade. Mediante esta premissa é proposto um mosaico de 60x30 cm do tipo de cor branco, permanecendo as paredes e tetos com as características idênticas às do bloco anterior.

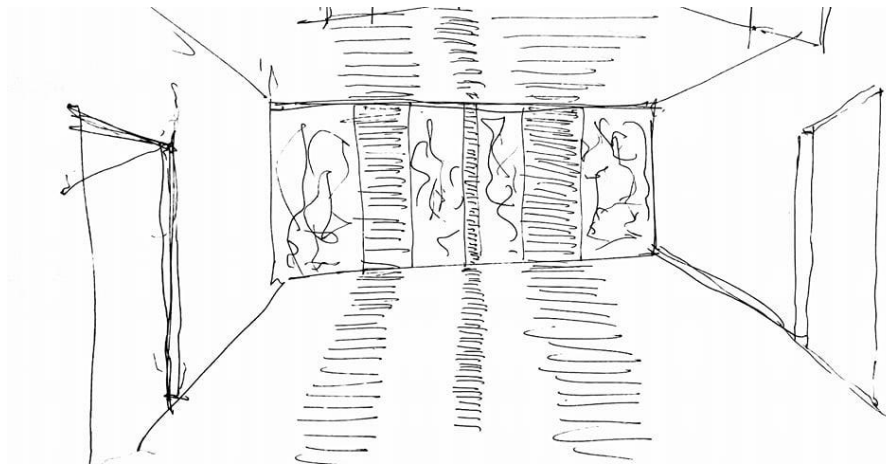


Figura 44 - Esquício sala de repouso exterior

Piso -1 (volume secundário) - (Bloco - 06) - Salas de tratamentos, instalações sanitárias

Em seguida, no mesmo piso, encontram-se as cabines correspondentes aos diferentes tipos de tratamentos e onde a simetria de organização do espaço neste bloco se torna bem evidente. Para que isso seja possível, o percurso nos diferentes sentidos acaba por ser regulador do espaço. Este fica assim composto por três partes: uma central rodeada pelos percursos e duas laterais. Para que as cabines centrais possuam iluminação natural são utilizadas aberturas zenitais. No que diz respeito aos vãos envidraçados em todas as outras cabines, pensou-se uma relação idêntica à já descrita para as áreas de repouso. Com isto, pretende-se tornar a

experiência termal mais intensa e revitalizante. Já na parte final próxima da piscina talássica encontram-se as instalações sanitárias femininas, masculinas e para pessoas com dificuldade motora.

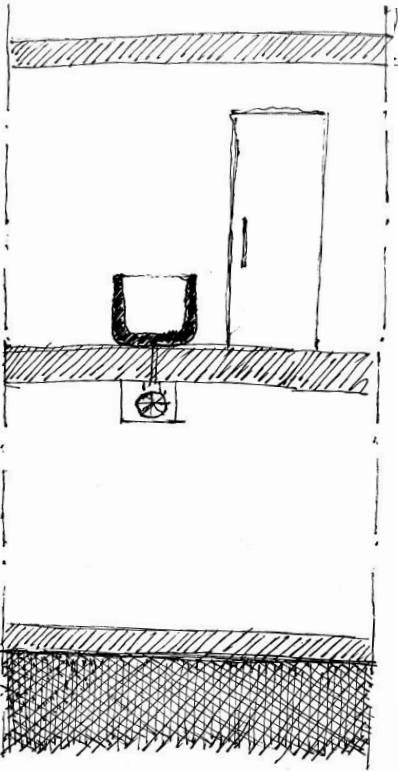


Figura 45 - Relação banheira/ área técnica

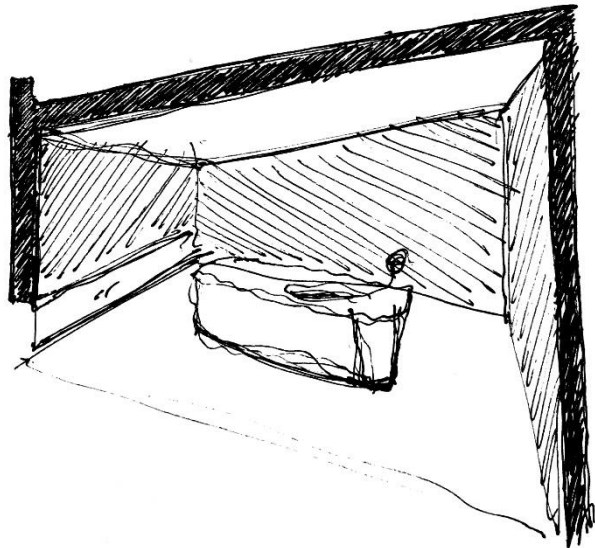


Figura 46 - Relação da sala com o exterior

Em seguida é analisada a quebra entre volumes, a qual dá lugar ao espaço destinado a chuveiros de acesso às piscinas.

Piso -1 (volume secundário) - (Bloco - 05) - Piscina talássica, ictioterapia, sauna, banho turco

Concluída esta fase, dá-se entrada no bloco 05 onde se localiza a piscina talássica. Em primeiro plano surge uma abertura seguida de um plano e onde são dadas duas opções: explorar o espaço em “meio seco” ou então disfrutar da piscina. Esta duplicidade de opções tem como fim despertar o interesse e a curiosidade dos termalistas, no uso do espaço. Se por um lado se dá início ao circuito talássico percorrendo as águas com os diferentes jatos, por outro lado é possível usufruir da zona de estar da piscina. Em termos de espaços e funções aqui existentes, é ainda de salientar o corredor de marcha, que possui a particularidade de a água estar a 0,90 m de altura, para que incida com mais intensidade na área das pernas e bacia. Para que estas questões sejam contempladas, as paredes laterais são maciças e completamente fechadas, para

que o foco seja o início e o fim do percurso e podendo o termalista abstrair-se por completo das atividades envolventes. Na sequência de ida, é possível observar a vegetação dunar e na vinda as escadas de fim de percurso. Quanto à sequência de piscinas de pequenas dimensões, estas apresentam diferentes temperaturas, 14° C na primeira, 32° C na segunda, 35° C na quarta e com 42° C na quinta (a terceira é dedicada à ictioterapia). Pretende-se assim reforçar a sequência do percurso como um todo.

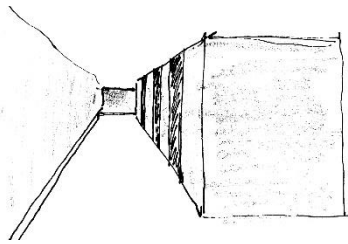


Figura 47 - Perspetiva piscinas interiores

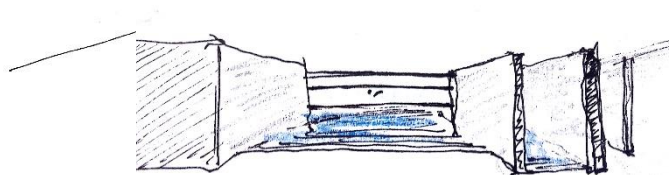


Figura 48 - Perspetiva piscina talássica

A particularidade destas piscinas é dada através da relação com o resto do espaço; fechadas em torno de si mesmas, apenas possuem o vão de entrada e a relação com o envidraçado do corredor, feita através da altura dos olhos, a partir do seu interior. Esta relação advém de certo modo como resposta ao problema antes referido, presente nas áreas de repouso. Assim, o ambiente dentro de cada piscina é dado através de iluminação difusa, que se reflete a partir do chão e invade subtilmente o espaço. Relativamente ao foco visual, este irá incidir sobre a vegetação dunar, devido à relação que o observador com o espaço exterior. Nos restantes volumes, mais a sul, aparecem a sauna e banhos turcos, configurando espaços simétricos com uma pequena área técnica entre eles. Na área central desenvolve-se uma zona de estar e acesso principal da piscina.

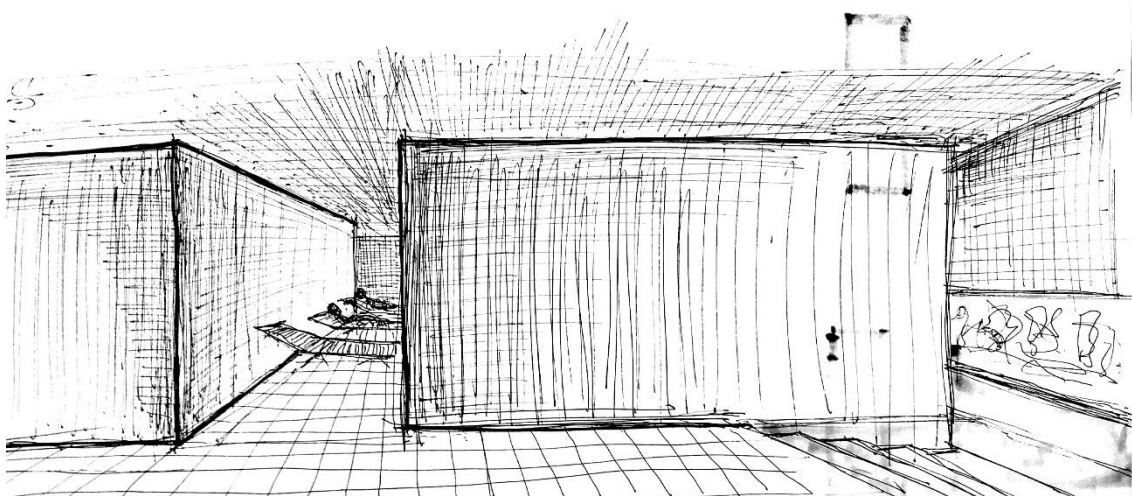


Figura 49 - Perspetiva piscina talássica

As opções construtivas foram influenciadas pelo meio envolvente, devido à cota em que se encontra (ao nível da areia), para que possa haver uma “continuidade”, uma relação exterior interior.

Piso -1 (volume secundário) - (Blocos - 09, 10) - Sala de espera, salas de fisioterapia, ginásio

Concluída a descrição das zonas húmidas dá-se início à descrição das zonas secas, a partir do hall de distribuição.

O primeiro volume destina-se à receção e área de espera. Em relação à área de descompressão/distribuição existe uma divisão mediante o tipo de serviço pretendido. Em primeiro lugar, surge a sala de tratamentos respiratórios, subdividida entre tratamentos para adultos e para crianças. Já o bloco seguinte será mais direcionado para a vertente física, com o ginásio e respetivos vestiários de um lado e sala de enfermagem, salas de fisioterapia e sala de espera do outro lado.

Piso -1 (volume secundário) - (Blocos - 11, 12) - Salas de repouso, salas de tratamentos estéticos, armazém

No volume seguinte, contrário a este último, evidenciou-se um ambiente de relaxamento e tranquilidade, com uma área de repouso em ambos os lados e um ambiente que se pretende especial, onde sobressaem os raios de luz que atravessam o envidraçado, apesar das pedras dos gabiões que duramente persistem em contrariar a presença dos mesmos. No volume final, surgem as salas temáticas (cinco orientadas a poente e cinco a nascente), duas salas de arrumos e uma área de repouso que, com a evolução do espaço, mais tarde poderá eventualmente dar origem a uma área de armazém, devido à sua proximidade com a saída de emergência. Atravessando esta área de tratamentos estéticos surge ainda uma área aberta que dá acesso a uma última de armazém com ligação à rampa de acesso automóvel.

Piso 1 (volume secundário) - (Blocos - 08, 09) - Piscina lúdica

Este piso é exclusivamente exterior, sendo que os seus acessos são dados através de um bloco de escadas e de uma rampa também exteriores. A piscina lúdica prevê duas áreas de estar com diferentes níveis. As coberturas apresentam o mesmo tipo de solução apresentado no bloco principal, à exceção da cobertura da área de ginásio e de fisioterapia, onde será previsto um espelho de água. Com este espelho de água pretende-se explorar o conceito de cobertura como alçado, mas também a interação com o foyer abaixo, na parte final do dia.

Piso 2 (volume principal) - (Blocos - 01, 02, 03, 04) - Quartos

Finalizada a descrição das zonas de tratamentos, apresentam-se seguidamente as áreas referentes ao piso mais privado, o piso dos quartos.

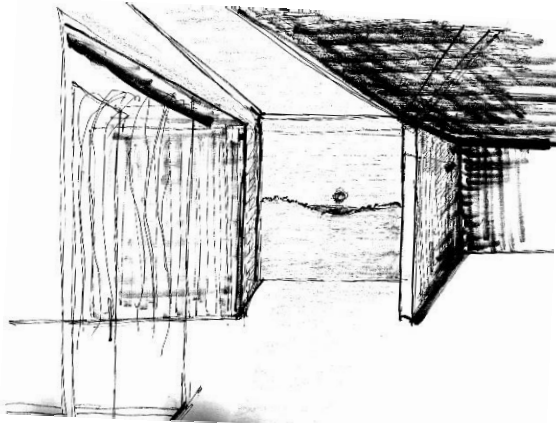


Figura 50 - Vista de envidraçado entre blocos

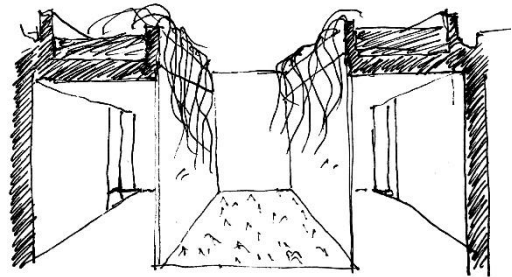


Figura 51 - Estudo dos vazios verdes entre das circulações

Neste espaço, apesar do seu caráter mais privado, perspetivou-se uma abordagem dinâmica que permitisse ao visitante visualizar e usufruir do edifício como um todo. Pretendeu-se simultaneamente evitar o tradicional acesso aos diferentes quartos “porta com porta” que se considera de certa forma invadir a privacidade de cada individuo.

Esta problemática surgiu como ponto de partida na organização dos corredores de acesso aos quartos, dando origem às aberturas zenitais a partir de vazios entre os blocos e permitindo uma interação com o exterior. Estes espaços envidraçados de contemplação terão uma importância relevante no ambiente gerado, devido à inclusão de vegetação suspensa na cobertura, realçando um dos conceitos principais da proposta, a leveza. Este ambiente vai proporcionar jogos de luz e sombra nas zonas de circulação, dinamizando os percursos de acesso aos espaços, dentro do próprio edifício.

Ao longo dos diferentes volumes, as áreas destinadas a estes espaços de circulação adaptam-se mediante a maior ou menor área disponível. No entanto, o bloco mais a norte, deixará de ser meramente um espaço de contemplação e passará a ser de usufruto dos hóspedes, podendo ser encarado como uma área de estar exterior. Relativamente às comunicações verticais destinadas aos funcionários, estas darão origem a espaços técnicos. Mais a norte, o bloco de escadas e os montacargas vão possibilitar os pequenos-almoços nos quartos.

A opção inicialmente assumida de dividir o edifício em blocos parciais facilita a organização e percepção das diferentes tipologias de quartos. As tipologias de quartos apresentadas são: “quarto tipo 1”⁸; “quarto tipo 2”⁹; “suite duplex”¹⁰.

O “quarto tipo 1”⁸ é definido por uma área de 19,8 m² com 4,8 m² de instalação sanitária. Alguns destes quartos possuem varanda. Os “quartos tipo 2”⁹ apresentam uma área de 24.2 m² e 17.6 m² de instalações sanitárias, as quais incluem um compartimento com jacuzzi. Todos possuem orientação a nascente. A “suite duplex”¹⁰ localizada no piso 1 e 2, apresenta uma área útil com 22.7 m² e respetiva instalação sanitária com 8.8 m², já no piso superior terá 17.25 m². Ambas as suites estão orientadas a poente, privilegiando-se assim a relação com o mar.

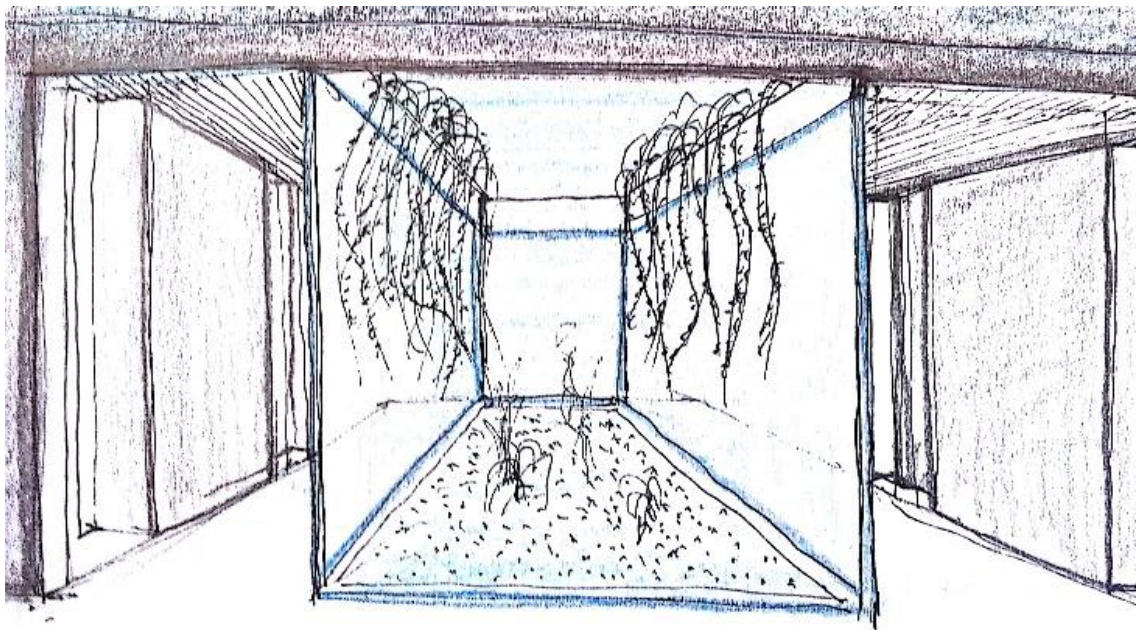


Figura 52 - Vazios entre circulações

⁸ O edifício possui 14 “Quartos tipo 1”, dos quais 6 com camas twin e 8 com camas de casal.

⁹ O edifício possui 2 “Quartos tipo 2”, ambos com cama de casal.

¹⁰ O edifício possui 2 “suites duplex”, ambos com camas de casal.

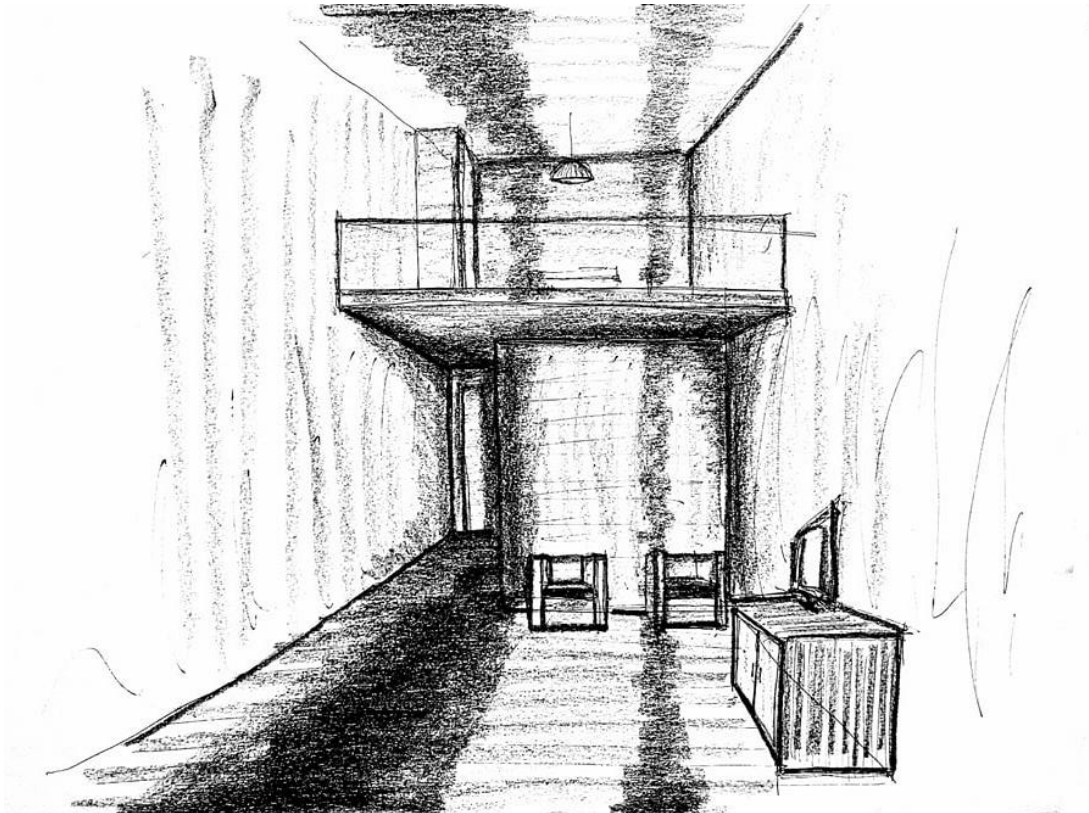


Figura 54 - Estudo da luz, quarto duplex

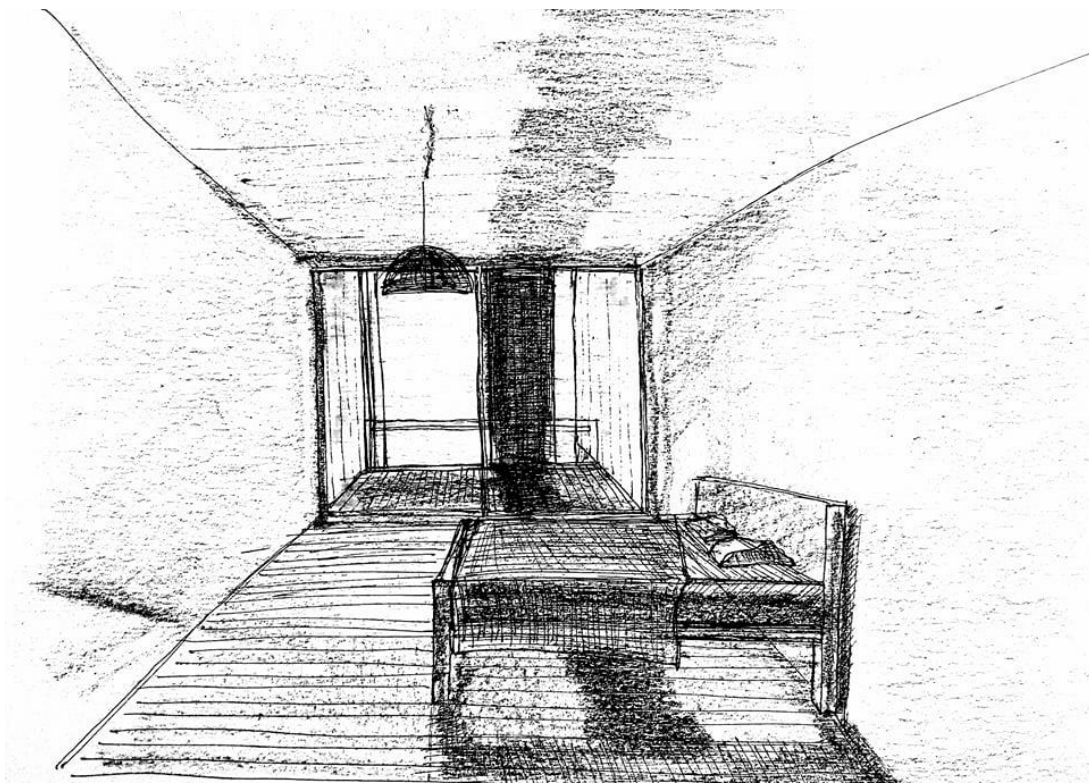


Figura 53 Estudo da luz, quarto tipo 1

3.5 - Opções Construtivas

Captação de águas

A captação de água para os centros de talassoterapia por norma é feita em alto mar, entre 800 a 1000 metros afastados da costa e a uma profundidade de 8 a 10 metros do fundo do mar. O ponto de captação deve estar a 10 metros acima do fundo do mar, para que não exista a possibilidade de aspirar outros materiais. Este sistema permite que a captação seja feita através de um tubo, abastecendo os depósitos diariamente com água renovada (Fernandes e Fernandes, 2008).

Apesar de esta ser a forma utilizada nas captações de águas salgadas, acaba por estar demasiado exposta ao meio em que se insere, revelando alguma vulnerabilidade no controlo do tipo de água captada. Torna-se assim difícil garantir estabilidade no tipo de água captada, devido às inúmeras variantes presentes em alto mar. Esta instabilidade é uma das principais razões para que o desempenho nas águas termais seja mais controlado do que o da talassoterapia.

Face a este problema propõe-se uma solução inovadora de captação de águas salgadas, que permite um controlo mais assertivo das propriedades das águas. A partir da proposta de Ferreira Gomes (2016), foi possível desenvolver uma solução de captação que proporcione uma maior estabilidade à qualidade da água. Ao contrário do método tradicional, esta captação é feita em terra, através de um poço colocado na areia, servindo-se das areias como filtro natural. Para que isso seja possível é necessário colocar o poço a uma certa profundidade, sendo que neste caso será a cerca de 5 metros de profundidade, nas dunas selvagens que se encontram a poente da proposta.

A captação propriamente dita será composta por um tubulão metálico de aço inox tipo AISI316 L, com 1 metro de diâmetro, 5 metros de profundidade e com um ralo mais a baixo (cerca de 3 metros) para permitir a entrada da água. A bomba será colocada acima da zona de captação, rodeada por um anel de seixo grosso interior, limitado exteriormente com manilhas de 2 metros de diâmetro. Exteriormente será coberta com uma camada de areia grossa que por sua vez ficará limitada por uma manilha de betão perfurada com 3 metros de diâmetro. A impermeabilização é feita através de uma tela impermeável tipo sanduiche (geotêxtil/geomembrana/geotêxtil). Para encimar a captação, é colocada uma tampa de betão ou de aço AISI 316L, que será posteriormente coberto com areia dunar, para que o impacto seja o menor possível (Ferreira Gomes, 2016).

Sistema estrutural

A área de implantação da proposta requer um sistema estrutural por estacas, devido ao tipo de solo típico das zonas de praias, constituído por areias. O presente solo é composto por várias camadas: areias dunares, areias de praia, aterros, lodos e areias lodosas ou complexo aluvionar lodoso (CAL). Para que exista firmeza do edifício no solo, o sistema de estacas terá de ser de betão rugoso, para haver atrito entre a estaca e a camada composta por lodo. Segundo Cartografia Geotécnica da Região de Aveiro, o substrato estará a cerca de 28 metros de profundidade (Ferreira Gomes,1992). Deste modo, será necessário que as estacas efetuem essa extensão até encontrar a camada rochosa.

O edifício do centro de talassoterapia desenvolve-se a partir de um volume paralelo à estrada encimado por outros quatro volumes em consola, assentes neste primeiro, transversais à estrada. Mediante estas consolas e com vãos entre pilares que podem ir até cerca de 9 metros, calculou-se ser necessária uma espessura da laje de 35 cm.

Relativamente ao sistema estrutural das consolas, propõe-se uma estrutura interior de pilares de betão e uma estrutura metálica para as paredes exteriores. A estrutura metálica é composta por perfis do tipo UPN 200, IPE 200 e UPN 65 e viga HE 800 B de 0,80 m, colocadas na cobertura para posteriormente exercer forças ao longo dos pilares estruturais interiores.

No caso do bloco de tratamentos, prevê-se a inclusão de betão estrutural, dada a simplicidade das formas e a ausência de consolas.

Revestimentos exteriores e acabamentos

Tal como já foi explicado, a escolha dos materiais presentes nas fachadas está intimamente ligada à envolvente, através da referência aos palheiros da Costa Nova, ao paredão, à sua erosão e ainda ao mar e ria. Os materiais estabelecem assim ligações às raízes e à História desta zona piscatória. Não obstante esta materialidade que se pretende mais poética, explicam-se de seguida os sistemas de materiais aplicados, por piso.

As paredes do piso -2 são compostas por betão estrutural, dando continuidade à estrutura em estacas, e revestidas por uma manta geotêxtil de fibras sintéticas com 150 g/m² como camada separadora, membrana de impermeabilização em betume polímero APP com 4 kg/m² e armadura de poliéster protegida a polietileno em ambas as faces, isolamento térmico em placas de poliestireno extrudido, lâmina granular em polietileno de alta densidade com geotêxtil incorporado, emulsão betuminosa aplicada como primário de impermeabilização e tubo de drenagem em PVC corrugado e ranhurado. O interior terá a textura do betão descofrado.

O piso -1, a nascente, terá o mesmo sistema construtivo, variando apenas os gabiões, os quais são compostos por rocha granítica semelhante à existente no paredão. O “caixote” utilizado para albergar as rochas é composto por uma malha metálica soldada com varões de 1 cm de espessura. Na sua base, terá uma chapa metálica de 2 mm de espessura, quinada de forma adequada para escorrência de águas. Na parte superior, será utilizado cantoneiras de abas desiguais de 100 x 75 mm para sustentar os “caixotes” metálicos. O interior será igual ao piso inferior, mantendo o aspeto do betão descofrada.

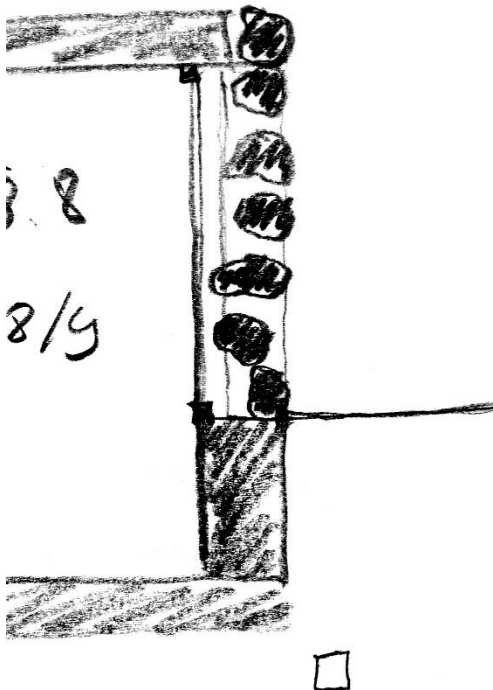


Figura 55 - Estudo dos gabiões

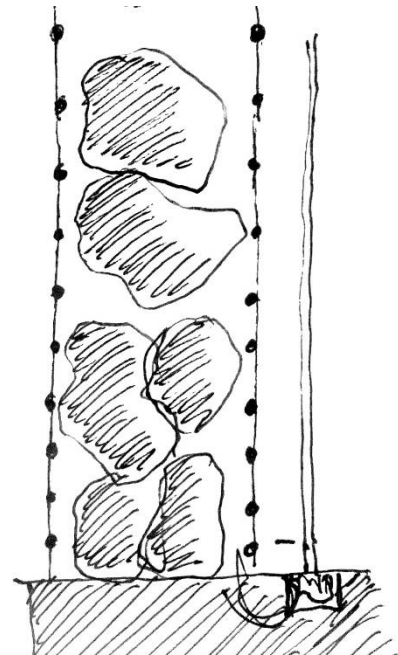


Figura 56 - Sistema construtivo de gabiões

No piso 0, o revestimento exterior será composto por placas cimentícias de 10 cm de espessura e com dimensões estabelecidas em obra. A estrutura que suporta estas placas de encaixe, para a aplicação do perfil UPN 65 e posteriormente encaixado no perfil UPN 200. Relativamente ao isolamento, prevê-se a utilização de aglomerado de cortiça expandida com 15 cm de espessura, dada a permeabilidade das placas de cimentícias. No caso dos envidraçado pretende-se um aspecto liso e de continuidade ao longo da fachada, sendo por isso utilizada a janela oculta “à italiana” e com vidro duplo.

O piso 1 é composto pelos quartos, com paredes iguais ao piso inferior. As varandas dos quartos são revestidas por deck com 2.5 cm de espessura, com pés nivelantes. A guarda é composto por um perfil de inox colocado a 90 cm da cota do piso e por um vidro duplo de 1 cm cada, com 160 cm de altura e 109 de largura, perfazendo a altura necessária para colmatar a diferença do piso. O suporte do resguardo e o corrimão são de inox para melhor resitência ao clima marítimo. Os envidraçados são de correr com vidro duplo.

No Piso -1 da área de tratamentos húmidos, a composição das paredes é igual às do estacionamento.

No Piso 0, na parte correspondente à zona de tratamentos, as paredes exteriores serão de betão descobrado com textura idêntica às placas cimentícias, com a já descrita textura do ripado de madeira.

Cobertura

A cobertura pretende reforçar a ideia de 5º alçado, em termos de forma e de materialidade. Relativamente à forma, acaba por ser uma sequencia lógica relativamente ao todo edificado, onde o “sombreamento vertical” presente nas fachadas tem continuidade na cobertura. Será ainda aplicada gravilha, na sequencia dos gabiões. Os pequenos talhões servem como resguardo ao piso técnico da cobertura e a vegetação irá criar um ambiente acolhedor e relaxante no interior do edifício, mais concretamente no acesso aos quartos.

Pretende-se também uma continuidade do envidraçado até ao remate da cobertura que será em inox, composto por um isolamento térmico de 3 cm, caleira com 15 cm de largura, camada de regularização, membrana de impermeabilização 0,6 cm, betume de polimérico impermeabilização 0,03 cm, isolamento térmico 0,3 cm, manta de proteção 0,04 cm e uma camada de seixo.

A cobertura das áreas de tratamentos terá a mesma composição, com exceção do bloco da piscina lúdica, onde o piso será revestido com deck semelhante ao utilizado nas varandas, com 2.5 cm de espessura e pés nivelantes.

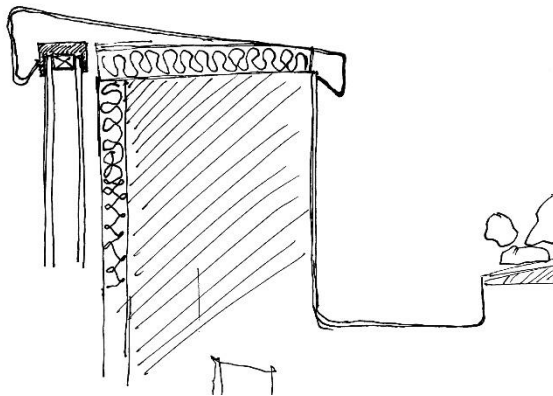


Figura 57 - Estudo do detalhe do envidraçado

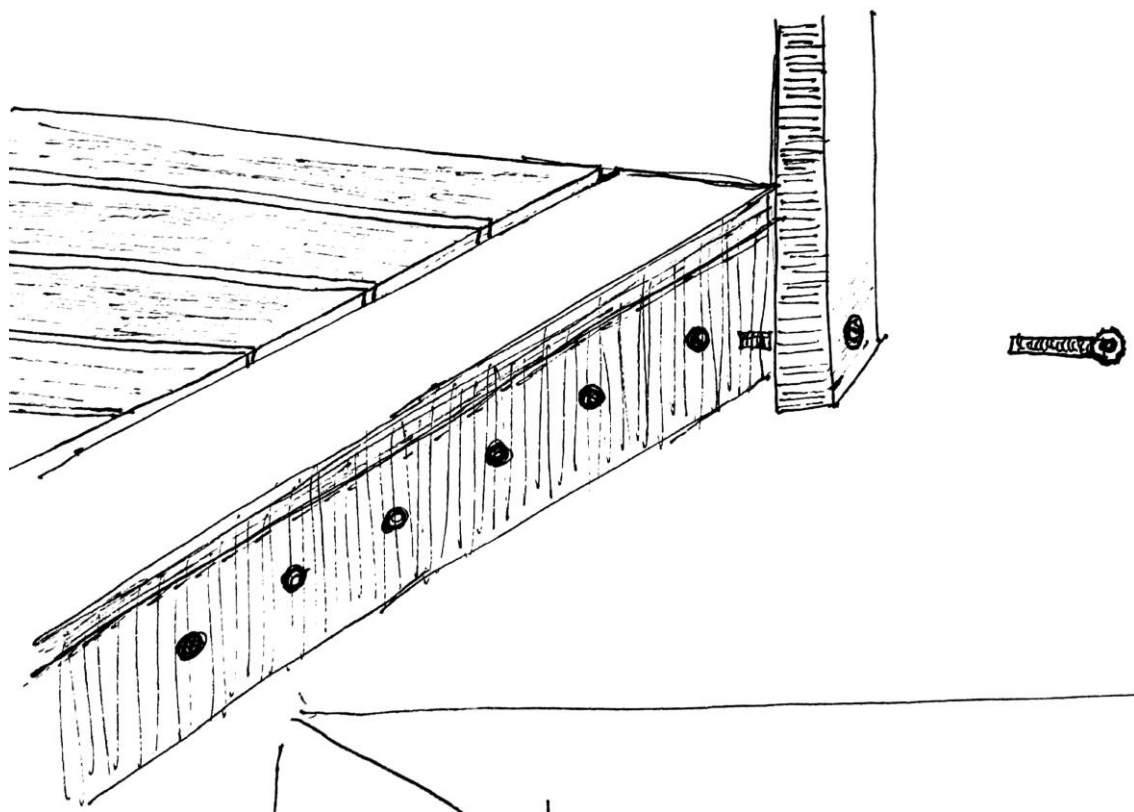


Figura 58 - Estudo da guarda das varandas

4 - Conclusão

Atualmente, a talassoterapia tem vindo a assumir um franco desenvolvimento, em particular na Europa e mais concretamente em França, país pioneiro da talassoterapia moderna. Em Portugal, a talassoterapia tem vindo a apresentar uma considerável margem de crescimento, dadas as condições naturais que este país apresenta. As potencialidades desta prática podem potenciar o turismo sempre crescente nas zonas balneares e por consequência dinamizar vivências nos respetivos espaços urbanos.

O projeto de um centro de talassoterapia com uma unidade hoteleira, surge assim como um grande desafio, pela inerente complexidade programática, mas também porque este tipo de equipamento pressupõe um profundo conhecimento tanto do meio envolvente como das características sociais, culturais e históricas dos lugares. Com este estudo levantam-se assim uma série de problemáticas, tanto no âmbito funcional como formal.

A intervenção concreta na zona da Costa Nova, exigiu acrescidamente uma série de desafios. As possibilidades relativas à captação das águas, o enquadramento com os instrumentos de gestão territorial em vigor e legislação específica deste tipo de equipamentos e ainda as relações com o meio envolvente.

A relação com a paisagem, mas também com a História do local tornaram-se cruciais para a elaboração da proposta. Estes fatores influenciaram intrinsecamente inúmeros aspetos, desde a materialidade do edifício proposto, à abertura de vãos, passando pela organização dos espaços, a qual teve sempre em conta as realidades exteriores, em particular as dunas, a vegetação selvagem, o mar e a ria e até os ventos que ali se fazem sentir.

Pretendeu-se assim gerar um conjunto de espaços que reinterpretassem a envolvente e que simultaneamente proporcionassem aos termalistas um conjunto de experiências e sensações em harmonia com os tratamentos disponibilizados.

Paralelamente, esta proposta ambiciona constituir um fator de desenvolvimento da região e simultaneamente uma consciencialização dos fatores benéficos de um equipamento com estas características. A realização deste trabalho colocou em evidência a necessidade de haver uma aposta mais concreta na área talássica, dada a carência destes equipamentos, os quais poderão vir a dar importantes contributos não apenas para o turismo em geral, mas também para a própria saúde das populações.

5 - Referências bibliográficas

Livros e publicações

BAEZA, Alberto Campo (2011). *A Ideia Construída*. Casal de Cambra: Caleidoscópico.

CUNHO, Licínio (2001). *Introdução ao Turismo*. Lisboa: Verbo.

FERNANDES, João Viegas (2006). *Thalassa, Thermae, SPA. Salute Per Aqua*. Lisboa: Plátano.

FERNANDES, João; FERNANDES, Filomena (2008). *Spas, Centros Talasso e Termas: turismo de saúde e bem-estar*. Lisboa: Gestão Plus.

FONSECA, Senos da (2008). *A Importância da Costa Nova na Afirmação dos «Ílhavos»*. Disponível em:

https://issuu.com/senosfonseca.com/docs/costa_nova_paslestra_12082008teste. [Consult. 20 de agosto de 2017]

FONSECA, Senos da (2009). *Costa-Nova-do-Prado 200 Anos de História e Tradição*. Disponível em: https://issuu.com/senosfonseca/docs/costa_nova_200anos__-livrograf [Consult. 20 de agosto de 2017]

LYNCH, Kevin (1960). *A Imagem da Cidade*. Lisboa: Edições 70.

MANGORRINHA, Jorge (2002). *À Volta das Termas*. Caldas da Rainha: Nova Galáxia.

MANGORRINHA, Jorge (200). *O Lugar das Termas*. Lisboa: Livros Horizonte.

MANGORRINHA, Jorge; PINTO, Helena Gonçalves (2009). *O Desenho das Termas: História da Arquitectura Termal Portuguesa*. Lisboa: Direção Geral de Energia e Geologia.

MIIGUEZ, L. (2008), Conceito Actual do Termalismo. Em Jornadas Técnicas sobre Hidrologia Médica, III Encontro Internacional de água e Termalismo. Ourense: Expourense.

MOLDOVEANU, Mihail (1999). *Ciudades Termales en Europa*. Barcelona: Lunweg.

OLIVEIRA, Ernesto, GALHANO, Fernando (1964). *Palheiros do Litoral Central Português*. Lisboa: Instituto de Alta Cultura.

RODRIGUES, Manuel Ferreira (2004). *Aveiro Cidade de Água Sal Argila e Luz*. Aveiro: Câmara Municipal de Aveiro.

TANIZAKI, Jun'ichirō (2008). *Elogio da Sombra*. Lisboa: Relógio D'Água.

VALENZUELA, Manuel Armijo; BACAICOA, Josefina San Martin (1994). *Curas Balnearias y Climáticas. Talasoterapia y Helioterapia*. Donoso Cortés: Complutense.

ZUMTHOR, Peter (2007). *Atmosferas*. Barcelona: Gustavo Gili.

ZUMTHOR, Peter (2009). *Pensar a Arquitectura*. Barcelona: Gustavo Gili.

OCHOA, Rita (2011). *Cidade e frente de água, Papel articulador do espaço público*. Tese de doutoramento. Barcelona: Universidade de Barcelona.

GOMES, Luís Manuel Ferreira (1992). *Zonamento Geotécnico da Área Urbana e Suburbano de Aveiro*. Tese de doutoramento. Aveiro: Universidade de Aveiro.

OLIVEIRA, Tiago José Neves (2011). *Palheiros da Costa Nova, A influência do arquétipo tradicional na criação do projeto contemporâneo*. Dissertação de Mestrado Integrado em Arquitetura. Covilhã: Universidade da Beira Interior

PINTO, Nuno Ricardo Rodrigues (2009). *Arquitetura Termal Portuguesa, Benefícios da sua Recuperação*. Dissertação de Mestrado. Porto: Universidade do Porto.

Fontes da Internet

Câmara Municipal de Ílhavo (2012). Plano de pormenor da Área de Equipamentos da Frente Marítima da Costa Nova.

Disponível em: <http://www.cm-ilhavo.pt/pages/2860>

[Consult. 24 de agosto de 2017]

Câmara Municipal de Ílhavo (2013). Plano Diretor Municipal de Ílhavo

Disponível em: <http://www.cm-ilhavo.pt/pages/2860>

[Consult. 24 de agosto de 2017]

Site da Câmara Municipal de Ílhavo

Disponível em: <http://www.cm-ilhavo.pt/pages/2860>

[Consult. 24 de agosto de 2017]

Site das Termas de Portugal

Disponível em: <http://www.termasdeportugal.pt/pesquisa/default.aspx>

[Consult. 19 de agosto de 2017]

Outras fontes

GOMES, Luís Manuel Ferreira (2016). Esquízo inédito de uma captação de água salgada - Elementos de trabalho no âmbito da presente dissertação. Covilhã, Universidade da Beira Interior.

3. Peças Desenhadas

Folha Nº 01	Planta de Localização + Perfil Transversal + Planta de Implantação - 1/1000 +1/500
Folha Nº 02	Planta do Piso 0 - 1/200
Folha Nº 03	Planta do Piso 1 - 1/200
Folha Nº 04	Planta do Piso 2 - 1/200
Folha Nº 05	Planta do Piso -1 - 1/200
Folha Nº 06	Planta de cobertura - 2 - 1/200
Folha Nº 07	Alçado Nascente + Cortes Longitudinais - L, M 1/200
Folha Nº 08	Alçado Poente + Corte Transversal - I, J, L - 1/200
Folha Nº 09	Cortes Transversais - A, B, C - 1/200
Folha Nº 10	Cortes Transversais - D, E, F - 1/200
Folha Nº 11	Cortes Transversais -G, H - 1/200
Folha Nº 12	Planta do Piso 2 Bloco de quartos - 1/50
Folha Nº 13	Corte quartos - 1/50
Folha Nº 14	Planta do Piso 0 Piscina Talássica interior - 1/50
Folha Nº 15	Detalhe Construtivo da Piscina Interna - 1/20
Folha Nº 16	Detalhe Construtivo do Bloco nº 1 - 1/20

4. Anexos

Índice:

Anexo A

- Entrevista à responsável da Thalasso da Caparica

Anexo B

- PDM Ílhavo - Condicionantes

Anexo C

- Planta de Ordenamento - Classificação e qualificação do solo

Anexo D

- Planta de Ordenamento - Estrutura Ecológica Municipal

Anexo E

- PDM Ílhavo - 1ª alteração simplificada da delimitação da Reserva Ecológica Nacional do Município de Ílhavo.

Anexo F

- Plano de Ordenamento da Orla Costeira Ovar- Marinha Grande - Planta de Condicionantes. Abril 1991

Entrevista à responsável da Thalasso Caparica:

Gostaria de saber o seu nome?

Soraya Sacoor

Que área dentro de estabelecimento é que trabalha?

Eu trabalho em todas as áreas. Sou a pessoa responsável pelo centro em termos de organização e em tudo.

Data de inauguração do edifício?

Foi em 1994 do edifício, não da talasso. O edifício tem mais anos, tem cerca de 4 ou 5 anos a mais que a talasso. Este edifício foi construído pela Maia & Pereira, SA. E em 94 inauguraram aqui a talassoterapia.

Mas fizeram primeiro o edifício sem saber se posteriormente iriam fazer uma talassoterapia?

Sim eu acho que sim, é esta a história que me chega. Isto era tudo amplo era para ser várias lojas e o construtor uma vez teve um problema de uma crise de artrite e então foi fazer tratamento a uma talassoterapia em França e ficou tratado. Então quis investir na talassoterapia e tinha este espaço completamente amplo e então conseguiu fazer a ligação ao mar para puxar a água. Foi aí que fez este centro juntamente com um arquiteto francês. Um arquiteto francês que idealizou os espaços. Posso-lhe tentar descobrir o nome da talassoterapia que há uma talassoterapia muito parecida com esta em França.

Qual a diferença entre talassoterapia e termalismo?

É a água, a captação também é diferente. As termas têm a água termal, água vulcânica, que é captada a vários metros de profundidade. Aqui é captada do fundo do mar, tem um tubo que acaba no mar que deve ter pelo menos 10 metros da rebentação das ondas. Algumas talassoterapias têm uma casa com um filtro que puxa a água que não deve ser a superfície, deve ter pelo menos uns 2 metros da superfície, eu não conheço nenhuma. A nossa tem um filtro por debaixo da areia, um filtro especial feito com resina e com areia de forma a não puxar a areia, filtrando.

A relação de proximidade com o rio Tejo e com os tipos de água?

Não, esta água é mesmo do oceano atlântico

Como é feito o controlo da qualidade da água?

É feito todos os meses, a ARS vem cá fazer o controlo da água e nós temos um laboratório onde fazemos também todos os meses a contra-análise caso haja problemas com a água. Normalmente não há. Há é a piscina que são serviços públicos e as pessoas naturalmente vão com micróbios na pele. Temos uma desinfeção própria onde regulamos.

Não retiram na totalidade a água e repõe?

A piscina tem 100 m³ de água e todos os dias é recolocado uma percentagem de água nova, todos os dias e depois de x em x meses nós renovamos a água na totalidade da piscina, mas todos os dias ela esta a circular, tem um circuito interno e todos os dias fazemos uma filtragem (mais concretamente uma limpeza de filtros) e deitamos fora x percentagem de água e recolocamos. As banheiras e o duche a jato é feito com água que é captada todos os dias, colocamos em um depósito em alvenaria que está no exterior e utilizamos essa água que está sempre a circular.

Que nível de afluência de turistas é necessário para que haja uma talassoterapia sustentável?

Isso depende muito dos custos de cada centro. Mas é verdade que é no verão, na época alta entre junho e setembro que nós conseguimos faturar mais. São mais clientes de bem-estar. O resto do ano são clientes que vivem aqui perto. Utilizam o centro como terapias de regularidade 1 vez por semana ou até mesmo 2 vezes vêm cá ao centro. É verdade que a faturação no verão aumenta, mas é para serviços de bem-estar mas também de saúde.

A área de estética veio acabar por contribuir bastante para que haja uma afluência maior?

Sim, claro

A quantidade de funcionários, corpo técnico?

Nós temos várias pessoas que são do quadro, outras que não. Temos uma equipa de 10 ou 11 pessoas. Desde funcionários da manutenção a terapeutas e fisioterapeutas são alguns, e massagistas.

Modo de extração das águas? Pode especificar um pouco mais?

Nós temos a praia, utilizamos um tubo que vai estar a captar a água, todos os dias. Vai para um depósito, para posteriormente se utilizar para as banheiras e para o duche a jato.

Os tratamentos de duche nas banheiras acabam por ter menor afluência?

Não, tem alguma, mas por ser um tratamento mais dispendioso acaba por não ter a afluência que o centro pretendia. E o duche a jato a mesma coisa.

No duche a jato, como é feita a regularização? Da pressão da água? É feito o espaço e depois adequa-se a pressão ao espaço? Ou é ao contrário, sabendo se a pressão que é mais favorável para o doente?

Cada paciente é um paciente. Há uns que aguentam mais e outros menos pressão. O terapeuta é que faz esse controlo.

Então o espaço é feito de maneira a que de para regular?

Sim, para menos ou para mais. O terapeuta está sempre no mesmo sítio, ou aumenta o caudal ou diminui. O protocolo é praticamente sempre o mesmo, há algumas exceções, há pessoas que têm problemas de circulação ou problemas que não podem levar com tanta pressão.

Que tipos de tratamentos é que utilizam na área da talasso?

Piscina coletiva que tem um circuito de hidromassagem, para além disso fazemos a fisioterapia individual e coletiva, (a fisioterapia coletiva é chamada hidrocinésioterapia ou hidroterapia em grupo), depois temos o duche a jato, temos os tratamentos com algas, temos os pilings de corpo, que é suposto fazer sempre antes dos tratamentos de talassoterapia para remover todas as células mortas e aumenta assim a absorção dos sais minerais que a água tem. As águas do mar têm todos os sais minerais da natureza, todos.

É essa a vantagem perante o termalismo?

Não sei se é vantagem, é uma água diferente. As águas vulcânicas são ótimas para o aparelho respiratório e para os problemas articulares, para os reumatismos. A talassoterapia se for feita com regularidade, a pessoa realmente sente o efeito muito bom na saúde, mas para tratamentos intensivos como se faz nas termas o efeito acaba por ser melhor, e as águas também. A água do mar requer mais persistência porque tem todos os sais minerais que nós temos no nosso organismo no nosso plasma, mas em concentração maior. Não tem um sal mineral com mais concentração. A talassoterapia é mais abrangente. Apesar de ser mais procurado por patologias músculo-esqueléticas e respiratórias. As pessoas associam muito à água do mar com sinusites e assim.

O porque de cá em Portugal não existir tanta procura dos centros de talassoterapia?

É exatamente por dois motivos: Incapacidade económica e por falta de conhecimento médico e da população em geral. Mas os médicos que é suposto saberem mais sobre o corpo humano não sabem que a água do mar tem uma composição semelhante ao nosso plasma sanguíneo. Para mim isto é vergonhoso... Podia haver pessoas mais saudáveis e com melhor estado de saúde se os nossos médicos recomendassem a talassoterapia com mais regularidade.

Existe alguma legislação? Para este tipo de estabelecimentos?

Não. Existe um projeto que foi introduzido para criar uma legislação, mas ainda não existe nada específico. Guiamo-nos e tentamos ser mais próximo das termas possível, mas não somos a mesma coisa.

Para se regularem acabam por ir buscar as ferramentas das termas?

Sim, mas não fazemos metade do que elas fazem. Muito porque elas conseguem ter um controlo rigoroso que não nos é possível ao nível das águas.

Aqui não conseguem fazer esse controlo tão intensivo?

Não, da composição físico química das águas, mas da qualidade da água ao nível microbiológico sim.

Qual a faixa etária dos pacientes?

É uma população mais idosa, mais ou menos na casa dos 60 anos. Também temos jovens que vêm ao fim de semana, por questões de relaxamento. Mas a média do nosso público é entre os 55 e 60 anos. Ou colocaria mesmo os 60 anos.

Quais os tratamentos necessários para se poder considerar uma talassoterapia?

São os que o centro tem.

Então se retirar um dos tratamentos já não é considerado?

Se não tiver uma captação direta não é uma talassoterapia. Se tiver apenas uma piscina coletiva pode dizer que tem uma piscina de talassoterapia.

Como é feito o tratamento através do ar marinho?

É o que deve ser feito a seguir ou antes dos tratamentos para complementar.

O ideal seria a talassoterapia ter sido implantada mesmo ao largo da costa? Para o ar ser mais puro?

Sim, sim claramente seria o ideal.

A sala de repouso é mesmo necessária?

Sim, é necessário pois tem de haver um espaço onde se possa fazer uma pausa entre tratamentos, porque a água do mar mexe com o nosso sistema circulatório linfático então o coração também precisa de espaço para restabelecer a pressão sanguínea.

Entre tratamentos a água é removida?

Não, o ideal é permanecerem com essa camada. Há pessoas que não gostam dessa sensação salgada. Não é desconfortável, pois como é água quente a nossa pele não fica com os sais minerais à superfície, entra dentro dos poros, então nunca fica com aquela sensação de sal em cima da pele, até fica com a pele muito macia. Há pessoas que acabam por tomar banho, mas assim o tratamento não é tao eficiente. Quando se sai da piscina coletiva tem de se tomar banho por conter desinfetante, a banheira ou duche a jato não deve mesmo tomar banho deve ir com a água do mar na pele e só no outro dia é que deve tomar banho, porque demora algumas horas ate absorver os sais minerais.

O circuito da piscina como é que funciona?

É guiado por um terapeuta, em que a pessoa inicia em um sítio e acaba noutro, sempre guiado tem jatos que massajam todo o corpo desde os pés até à coluna cervical, temos depois fisioterapia individual dentro de água, porque a água como é densa é muito melhor para quem

não pode fazer no exterior devido ao facto de não terem músculo, ossos muito fracos ou têm muita dor, então dentro da água do mar como ela é aquecida a 34° há uma espécie de analgesia e assim consegue fazer movimentos que cá fora não consegue, porque se desequilibra. A água como é densa nós acabamos por pesar menos de 70 % a 80% do nosso peso real pois a água sustenta-nos. Depois há a hidroterapia coletiva.

Como é feito o aquecimento das águas?

Existe uma caldeira com circuito fechado que por permutação é aquecida às águas do mar, para as banheiras e para o duche a jato é direto, para a piscina é um circuito fechado.