



PINAH

AL. PRES. TAUNAY

GUIA WELL



Certificação WELL

Lançado pelo International WELL Building Institute (IWBI), o selo WELL é considerado o primeiro certificado focado exclusivamente na saúde. Desenvolvido por um corpo técnico de especialistas consagrados, o WELL se consolidou como referência internacional e, atualmente, é reconhecido como o mais alto padrão de qualidade em termos de saúde e bem-estar em ambientes construídos.

A partir de um conjunto de estratégias fundamentadas em pesquisas científicas, o WELL fomenta e certifica espaços construtivos mais saudáveis e produtivos, como os imóveis-arte da Construtora Laguna. Para isso, são avaliadas dez categorias: água, ar, comunidade, conforto térmico, som, luz, materiais, mente, movimento e nutrição.



MISSÃO

O Grupo Laguna tem como missão conceber criações imobiliárias inconfundíveis por meio da inovação orientada ao cliente e da arquitetura de vanguarda.

PROPÓSITO

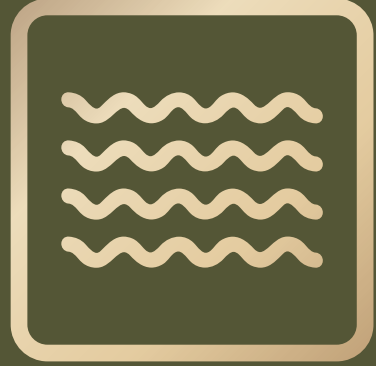
Tornar as cidades mais belas e melhores para viver.

VALORES

- Agir com ética, respeito e responsabilidade com os clientes e colaboradores, bem como com a sociedade e o meio ambiente;
- Trabalhar como um time;
- Foco no cliente;
- Inovar;
- Foco em resultados.

Objetivos organizacionais para a promoção da saúde:

O Grupo Laguna entende que seus colaboradores necessitam de um ambiente de trabalho de qualidade, que lhes ofereça respeito, saúde, segurança, bem-estar e oportunidades de crescimento para atingirem o máximo de seu potencial. Aliar os melhores interesses dos clientes, colaboradores, sociedade e meio ambiente é o maior valor da Laguna, onde nossa paixão por fazer diferente, criar com alma e construir com personalidade e inovação nos instiga a levar mais arte, conforto e bem-estar para o dia a dia por meio de edificações que permitam o pleno desenvolvimento pessoal e a preservação da saúde física e mental dos clientes e colaboradores.



AR





01. QUALIDADE MÍNIMA DO AR

É preciso garantir um nível básico de qualidade do ar interno que contribua para a saúde e o bem-estar dos usuários do edifício. Estudos mostram que a melhoria na saúde atrelada à boa qualidade do ar interno estimula a produtividade. A poluição do ar também impacta no aumento de doenças respiratórias e alergias. Uma melhor qualidade do ar está relacionada positivamente com a melhoria da saúde, desenvolvimento cognitivo e físico e melhor desempenho econômico.

02. AMBIENTE LIVRE DO FUMO

A exposição à fumaça do tabaco causa problemas de saúde tanto para fumantes quanto para aqueles expostos ao fumo passivo. Além da nicotina, os cigarros contêm cerca de 600 ingredientes que formam mais de 7.000 compostos quando queimados, dos quais pelo menos 69 são conhecidos por serem cancerígenos. O fumo passivo expõe os não fumantes aos mesmos contaminantes, aumentando o número de pessoas sujeitas a riscos de saúde decorrentes do tabagismo. Exemplos de problemas de saúde incluem ataques de asma, infecções respiratórias, doença cardíaca coronária, acidente vascular cerebral, câncer de pulmão e síndrome da morte súbita infantil.

A fumaça residual deixada em superfícies internas continua apegada a paredes, móveis, roupas, tapetes e outras superfícies por muito tempo depois da primeira exposição. Dessa forma, é importante pensar em estratégias que impeçam o fumo, minimizem a exposição dos ocupantes ao fumo passivo e reduzam a poluição por fumaça.

03. EFETIVIDADE DE VENTILAÇÃO

Espaços mal ventilados contribuem para sintomas como dor de cabeça, fadiga, tontura, náusea, tosse, espirros, falta de ar e irritação nos olhos, nariz, garganta e pele. A ventilação deficiente também está ligada ao aumento da taxa de ausência de funcionários, custos operacionais mais altos e diminuição da produtividade. Um estudo relatou que a licença médica atribuível ao fornecimento insuficiente de ar fresco em edifícios é estimada em 35% do absenteísmo total. Assim, é possível evitar as consequências de uma má qualidade do ar interno através do fornecimento de ventilação adequada.

04. GESTÃO DE POLUIÇÃO DA CONSTRUÇÃO

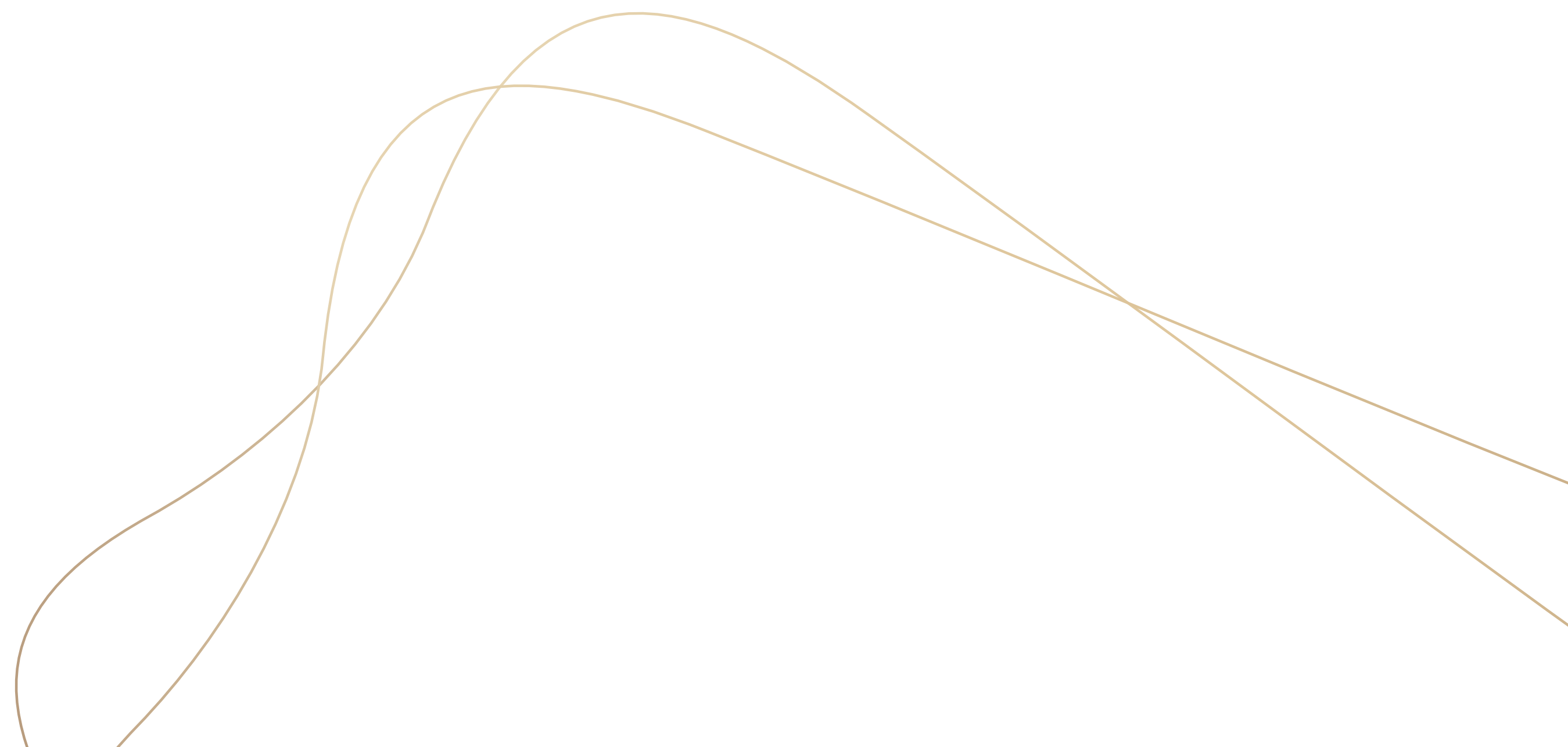
A poluição do ar proveniente de obras de construção e demolição pode afetar a saúde e a qualidade de vida das pessoas que trabalham e residem nas proximidades. A construção e reformas de edifícios, são principalmente, uma fonte de material particulado grosso, mas também podem emitir partículas ultrafinas facilmente transportadas pelo ar. A gestão da poluição da construção tem como objetivo minimizar a introdução de poluentes relacionados à construção no ar interno das edificações ao redor, remediar a contaminação do ar interno relacionada à construção e proteger da degradação.

05. QUALIDADE AVANÇADA DO AR

Espaços mal ventilados que geram sintomas na saúde dos ocupantes regulares podem ser causadores da chamada síndrome do edifício doente (do inglês, Sick Building Syndrome - SBS). Os custos gerados pela SBS em prédios com pouca ventilação são significativos - considerando a baixa produtividade, ausências e licenças dos funcionários - sendo muito superiores a pequena economia em custos relacionada à energia. Assim, o incentivo a edifícios com níveis aprimorados de qualidade do ar interno, promovem a saúde e o bem-estar das pessoas.

06. AUMENTO DA VENTILAÇÃO

Taxas de ventilação inferiores a 21 CFM (unidade do sistema internacional m³/hora) por pessoa em todos os tipos de edifícios estão associadas à percepção negativa da qualidade do ar e dos resultados reais de saúde. Assim, retirar os poluentes gerados internamente e melhorar a qualidade do ar por meio de maior infiltração de ar externo fornece uma melhor qualidade do ar interior que seja apropriada para os usuários do edifício, reduzindo o risco de efeitos adversos à saúde.



07. JANELAS OPERÁVEIS

A abertura de janelas deve ser incentivada pois a ventilação natural traz uma conexão benéfica com o meio externo e é capaz de reduzir os níveis de poluentes do ar interno. Para isso, as janelas devem permitir operabilidade pelos usuários.

08. MONITORAMENTO E CONSCIENTIZAÇÃO DA QUALIDADE DO AR

A baixa qualidade do ar respirado é responsável por uma contaminação longa e silenciosa que permite surgimento de doenças respiratórias, cardiovasculares e câncer a longo prazo. O ar interno pode ser contaminado por fontes internas ou externas, por isso o monitoramento deve ser constante através de sensores de qualidade do ar e os resultados devem ser divulgados para os ocupantes.





09. CONTROLE DA ENTRADA DE POLUENTES

As entradas dos ambientes são pontos fracos dentro de um projeto. O mau comissionamento da edificação e fachada viabiliza que haja fissuras e aberturas sem vedação adequada que permitem a entrada de partículas e poluentes, prejudicando o conforto térmico e a qualidade do ar interna. É preciso ter um sistema de controle de entrada desses materiais através do uso de tapetes e antecâmara.

10. SEPARAÇÃO DAS FONTES DE POLUIÇÃO

É possível preservar a qualidade do ar interno e maximizar o conforto olfativo em espaços ocupados por meio do isolamento e ventilação adequados das fontes de poluição interna e das áreas de armazenamento de produtos químicos.

Exemplos dessas fontes de poluição são:

- Armários de armazenamento de produtos químicos: que abrigam produtos de limpeza, sendo uma fonte de vapores nocivos, incluindo compostos orgânicos voláteis (COVs), que estão associados ao câncer e danos ao sistema nervoso central.
- Banheiros: podem estimular o crescimento de mofo e bolor, que estão associados a reações alérgicas e ao agravamento de doenças pulmonares (como a asma), além de perturbar o sistema imunológico.
- Ambientes de cocção com equipamentos de combustão: liberam material particulado, monóxido de carbono e monóxido de nitrogênio, além de gerar umidade no ambiente. Altas concentrações de monóxido de carbono podem causar náuseas, perda de consciência, dores de cabeça, deficiência visual, redução do funcionamento cognitivo e comprometimento da capacidade de realizar tarefas complexas.

11. FILTRAGEM DO AR

Ao remover contaminantes aéreos internos e externos por meio da filtragem do ar, reduz-se a exposição ao material particulado (do inglês, Particulate Matter - PM), associado a uma série de resultados negativos para a saúde. Alguns tipos de material particulado podem bloquear e inflamar as vias aéreas, causando uma série de condições respiratórias que podem evoluir para uma variedade de doenças. Outros apresentam riscos de saúde ainda maiores, pois podem penetrar profundamente nos pulmões, entrar na corrente sanguínea e, como resultado, causar uma variedade de problemas de saúde, incluindo doenças cardíacas ou outras complicações cardiovasculares.

12. CONTROLE DE MICROORGANISMOS E MOFO

Prédios e residências estão sujeitos à proliferação de mofo e bolor ou outros danos causados pela água. O crescimento de esporos de mofo pode desencadear asma, dores de cabeça, alergias e outros distúrbios do sistema respiratório, e sua exposição também foi associada a pneumonite por hipersensibilidade, rinite alérgica, bronquite, desenvolvimento de tumor pulmonar, eczema e síndrome do mofo tóxico. A redução do crescimento de fungos e bactérias é possível por meio do gerenciamento de condensação, que também auxilia na redução dos níveis de microrganismos nos espaços ocupados.

NO PINAH - AR

-Diversos parâmetros de qualidade do ar são monitorados na área comum diariamente, como COV (compostos orgânicos voláteis), material particulado (poeira) e CO2 (dióxido de carbono).

-As unidades privativas possuem, além de janelas com ampla área de abertura para ventilação natural dos ambientes, um sistema dedicado de renovação do ar. Esse sistema possui um mecanismo de filtragem do ar externo, de forma a garantir que o ar seja constantemente renovado e tenha uma ótima qualidade.

-A construtora entregou o sistema de renovação de ar nas unidades privativas e comuns. Esse sistema é capaz de exceder as taxas de renovação do ar em 30% acima da recomendação de normas internacionais (ASHRAE 62.1).

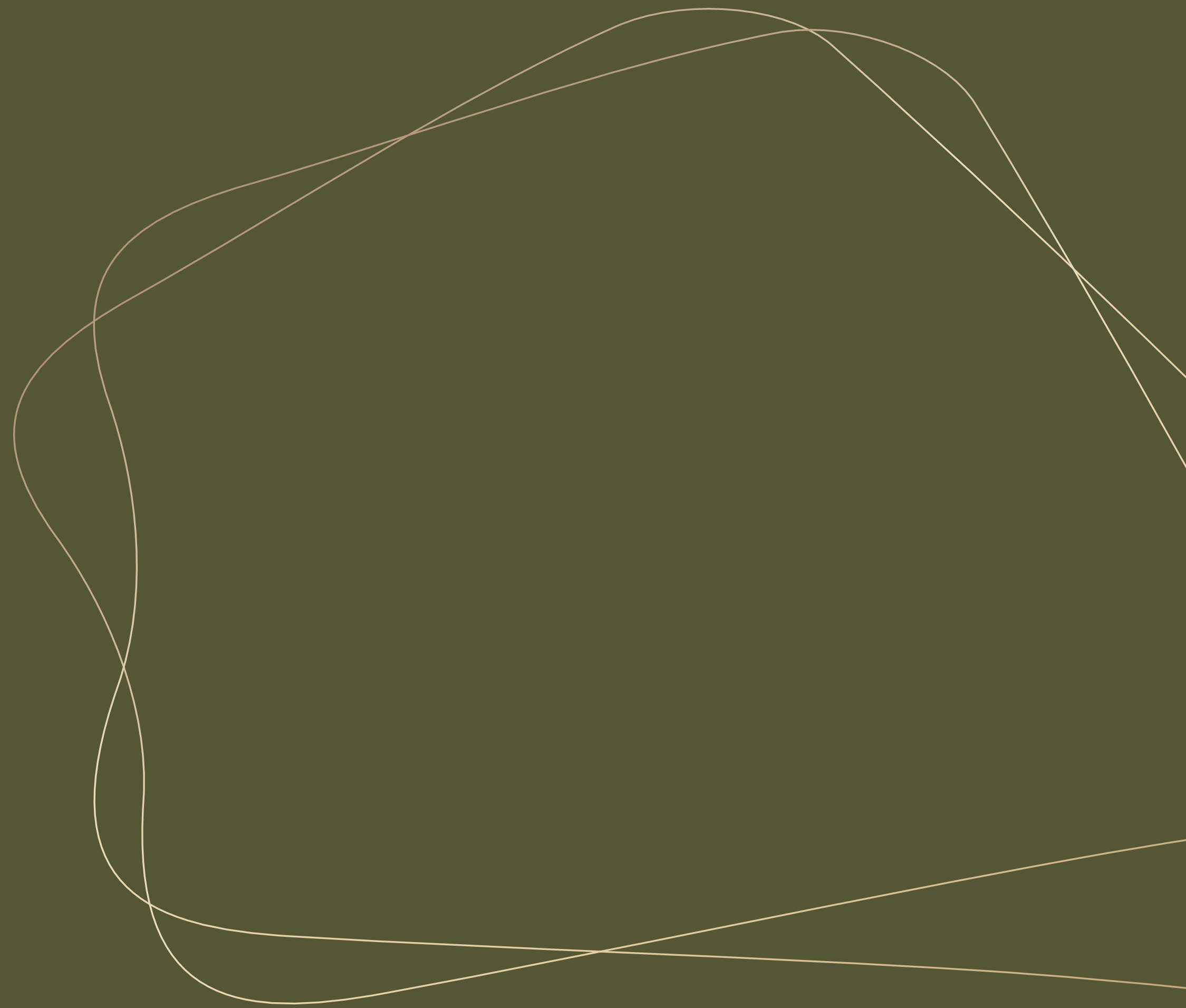
-Possui tapetes e antecâmara nas entradas do edifício para reduzir a entrada de poluentes no ar interno da edificação.

-O sistema de renovação de ar possui filtro com nível de filtragem MERV 13, ou seja, todo o ar externo que é insuflado no ambiente interno passa por dois filtros: um para particulados grossos e outro para particulados finos.

-Foram implementados procedimentos anuais de inspeção de mofo e vazamentos, assim como um cronograma de manutenção dos sistemas prediais realizado por empresas terceirizadas para evitar o acúmulo de água e proliferação de mofo dentro do ambiente.



ÁGUA



01. QUALIDADE FUNDAMENTAL DA ÁGUA

O abastecimento de água da maioria das cidades utiliza um extenso sistema de tratamento para manter a integridade e a segurança da água. Duas propriedades da água - coliformes totais e turbidez - servem como indicadores da eficácia desses sistemas e da possível presença de outros contaminantes mais preocupantes. Priorizar o fornecimento de qualidade, livre de sedimentos e bactérias, incentiva o consumo regular de água pelos ocupantes.

02. CONTAMINANTES DA ÁGUA

Existem muitas intervenções em escala de edifícios que podem melhorar a qualidade da água, e sua eficácia depende da remoção dos contaminantes. Por isso, é importante que os projetos entendam a qualidade da água de referência para que possam fornecer acesso à água potável em conformidade com os limites máximos de contaminantes recomendados internacionalmente.






03. CONTROLE DA LEGIONELLA

A Legionella é uma espécie de bactéria naturalmente presente em muitos corpos d'água que, se inalada, pode levar à legionelose (comumente chamada de doença do legionário), um tipo de pneumonia. Ela pode causar tosse e falta de ar, além de dores musculares e de cabeça. A legionelose ocorre com mais frequência quando a água tratada é gerenciada de forma inadequada. É preciso implementar um programa de gestão que seja capaz de prevenir e controlar adequadamente o risco de exposição à bactéria.

04. QUALIDADE MELHORADA DA ÁGUA

Ao fornecer acesso à água potável de qualidade impossibilita-se a presença de altos níveis de cloreto, que contribuem para um sabor salgado, e o ferro, que pode tornar a água com uma aparência avermelhada.



05. CONSISTÊNCIA NA QUALIDADE DA ÁGUA

A consistência dos parâmetros de qualidade da água incentiva os ocupantes a aumentarem o seu consumo dentro do projeto, pois saberão que aquela água possui gosto e aparência agradável. Ainda, a verificação frequente da qualidade da água permite identificar mudanças não supervisionadas no abastecimento e tratamento de água ou de eventos relacionados ao clima que modifiquem os limites de contaminantes.

06. INSENTIVOS AO CONSUMO DA ÁGUA

O baixo consumo de água está associado a um maior índice de massa corporal e a 60% a mais de chances de se tornarem pessoas obesas. Além disso, a percepção da população de que a água da torneira é de baixa qualidade, acarreta o consumo elevado dela engarrafada, gerando poluição e problemas de saúde pública. Para incentivar os indivíduos a se hidratarem, a disponibilização de bebedouros em todo o projeto e a garantia de limpeza dos aparelhos é essencial.

07. GESTÃO DA UMIDADE

Ao limitar o potencial de crescimento de bactérias e fungos dentro de edifícios, evitamos uma série de problemas que poderiam ser gerados devido à infiltração e condensação de água. A umidade cria condições propícias ao crescimento de mofo e outras pragas biológicas, o que pode aumentar o risco de desenvolver infecções respiratórias e asma para aqueles dentro do edifício. Além disso, a umidade pode danificar o próprio edifício ao criar um ambiente propício para insetos e outras pragas destrutivas, corroendo componentes metálicos e degradando madeira e materiais de construção porosos. A gestão adequada da umidade será benéfica para evitar infiltrações e entrada de umidade, reduzindo os custos e a operação da manutenção predial.

08. HIGIENE DAS MÃOS

A higiene adequada das mãos é fundamental para reduzir a incidência de doenças gastrointestinais e respiratórias após o uso do banheiro. Além disso, o incentivo à lavagem das mãos regularmente ao longo do dia contribui para a redução na transmissão de patógenos (como doenças virais ou infecções bacterianas) associada à lavagem e secagem das mãos. As pias, que geralmente acumulam água parada e tem limpeza relativamente infrequente quando não planejadas de maneira adequada, podem abrigar bactérias patogênicas que podem migrar para as mãos através do contato com água acumulada e respingos. Os dispensadores de sabonete líquido são locais de bactérias e, mesmo quando limpos, o sabão e o interior do recipiente muitas vezes permanecem contaminados, indicando que os dispensadores não devem ser reabastecidos.

09. GERENCIAMENTO DO REUSO DA ÁGUA

A economia de água por meio de sistemas de reutilização da água não potável é de extrema importância para a sustentabilidade do projeto e redução do impacto ambiental. O uso de água de fonte municipal para aplicações que não requerem potabilidade (por exemplo, irrigação e descarga de vasos sanitários) pode ser evitado ao utilizar a água de reuso para essas funções, preservando as fontes naturais e poupando suas reservas para o futuro.

Entretanto, o manejo de água de reuso deverá ser feito sem comprometer a saúde dos ocupantes do edifício, impedindo contaminação de linhas de água potável e evitando exposições orais ou respiratórias dos usuários à água não potável.

O bem-estar e conforto dos usuários também são importantes, de maneira que a cor e turbidez da água deverão seguir parâmetros definidos para não causar a sensação de que o sistema não funciona e ou que possa causar riscos à saúde.

Assim, reduzir e gerenciar cheiros e odores advindos dos sistemas de tratamento evita a percepção de uma ameaça à saúde e garante a implementação dos esforços.



NO PINAH - *ÁGUA*

-O edifício é abastecido com água potável fornecida pela companhia municipal e para garantir a qualidade da água, há um sistema adicional de tratamento da água capaz de reter sólidos suspensos, microorganismos e vírus. Além disso, a água é monitorada anualmente para garantir sua qualidade.

-Há aquecimento a gás centralizado da água com recirculação. Para reduzir os riscos de crescimento de Legionella, é implementado um plano de gerenciamento e controle com procedimentos de manutenção e inspeções periódicas, evitando o acúmulo de água quente nas tubulações e a criação do biofilme.

-A água potável fornecida pela concessionária posteriormente passa por um sistema de tratamento para garantir uma maior qualidade. Trimestralmente, são realizados testes de diversos parâmetros que influenciam o sabor da água.

-Os parâmetros de qualidade da água são monitorados trimestralmente em quatro pontos de coleta para garantir que a água entregue está dentro dos limites estipulados por normas internacionais. Além disso, os dados são divulgados nos pontos de maior circulação para informar e conscientizar todos os ocupantes.

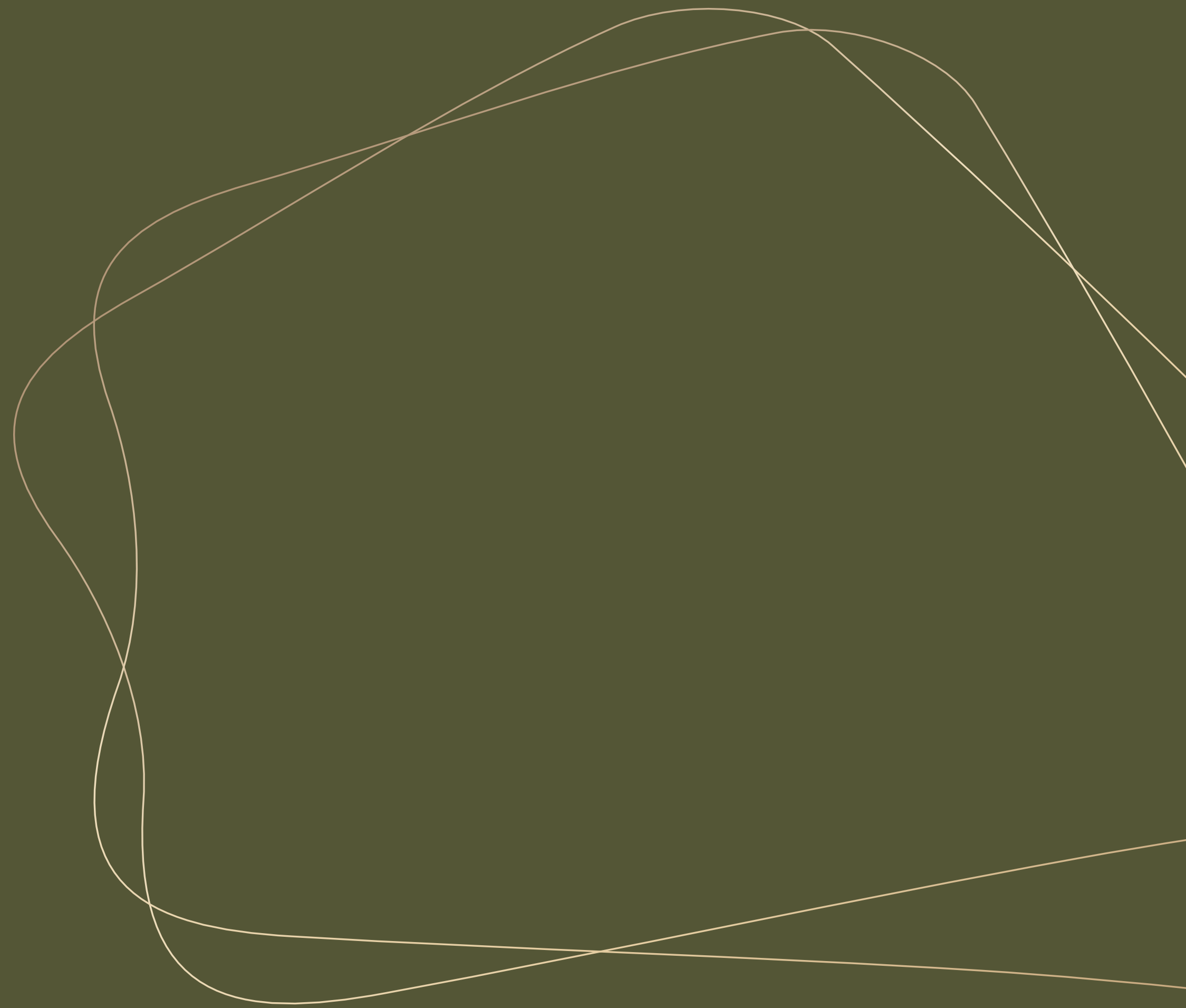
-Nenhum ocupante estará a mais de 30 metros de um purificador de água ou torneira que forneça água de alta qualidade. O objetivo é incentivar as pessoas a consumirem mais água em sua rotina e, assim, melhorarem sua saúde.

-Para garantir a higienização das mãos de maneira correta, são disponibilizados papel toalha para secagem das mãos e uma saboneteira com embalagem descartável e selada, o que evita a também propagação de microorganismos. Além disso, os sabonetes disponibilizados não possuem fragrância para atender a todos os usuários, evitando possíveis alergias.

-A água de reuso é utilizada de maneira segura através da correta captação e tratamento com um sistema específico que prevê a desinfecção com o uso de cloro e luz ultravioleta. A implementação do plano de controle, inspeção e manutenção do sistema garante que sejam realizadas inspeções periódicas, controle de qualidade e a troca de partes do sistema quando necessário. Os ocupantes são informados sobre onde é utilizada a água de reuso, como em torneiras de manutenção e irrigação, através de sinalizações nos pontos de uso.



NUTRIÇÃO



01. EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

A educação nutricional tem o objetivo de conscientizar os ocupantes sobre hábitos e comportamentos saudáveis que podem ser inseridos em suas rotinas, além de aumentar o conhecimento nutricional sobre os alimentos consumidos.

02. ALIMENTAÇÃO CONSCIENTE

Estudos descobriram que pessoas que tendem a comer sozinhas podem ser mais propensas a escolher alimentos não saudáveis, comer menos frutas e vegetais e em horários irregulares. Comer sozinho também pode ser um fator de risco potencial para síndrome metabólica, um grupo de fatores de risco que aumentam a chance de doença cardíaca, acidente vascular cerebral e diabetes. Dessa forma, vemos que o incentivo a comportamentos alimentares conscientes e a promoção de oportunidades de refeições em grupo contribui para que as pessoas sejam mais saudáveis e, conseqüentemente, tenham mais disposição para realizar suas tarefas.

03. PREPARO DE ALIMENTOS

Há evidências que indicam que comer distraído durante o trabalho, lendo, assistindo televisão ou ouvindo música está associado a uma maior ingestão de alimentos durante e após a refeição, pois o indivíduo perde a noção da quantidade de comida ingerida. A análise dos dados de ingestão alimentar também mostra que os indivíduos que trazem alimentos prontos de casa tendem a ter uma dieta de melhor qualidade do que indivíduos que compram seus alimentos fora de casa. Essa análise resulta em uma associação entre comer fora de casa e possuir um IMC mais alto e diminuir o consumo de frutas e vegetais em adultos. Dessa forma, vemos que o fornecimento de um espaço e equipamentos de apoio para a preparação de refeições no local facilita e incentiva os ocupantes a consumirem suas próprias comidas.

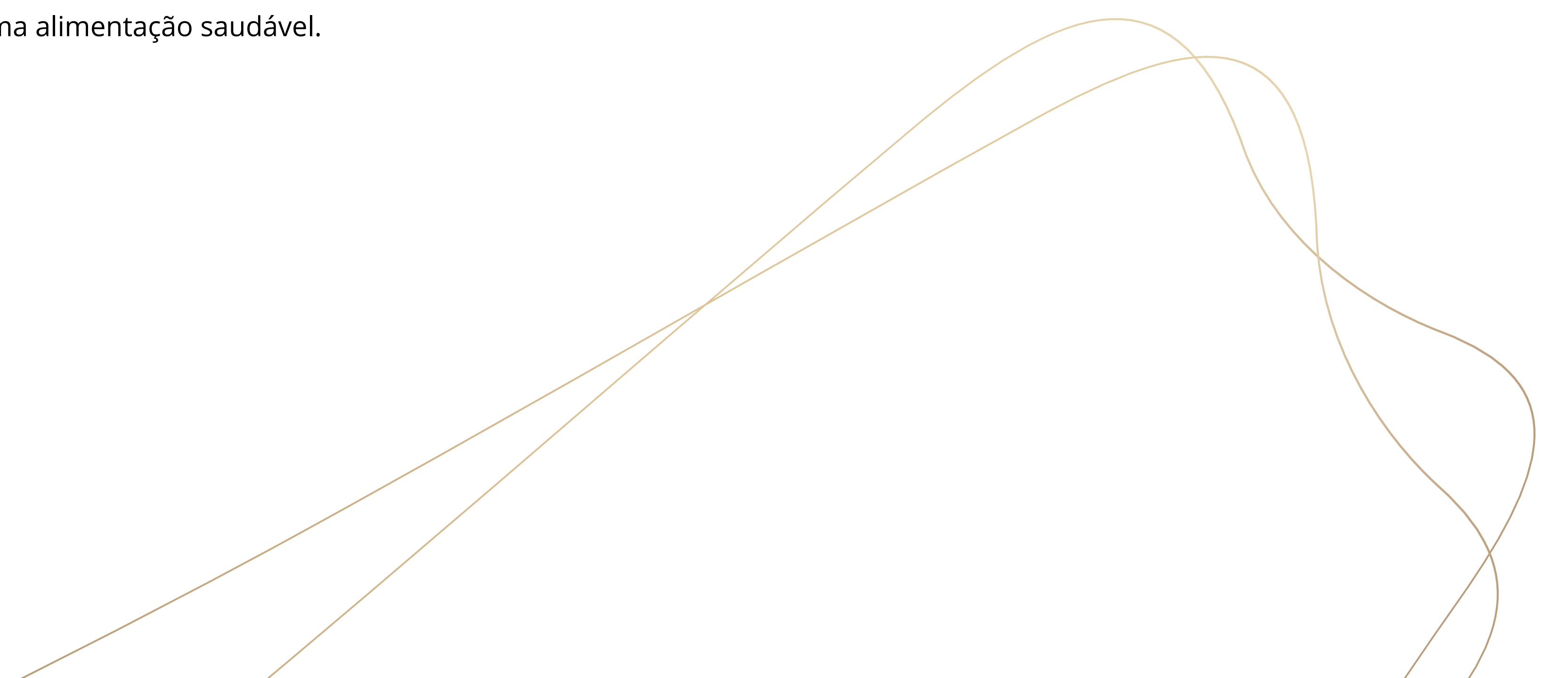
04. PRODUÇÃO DE ALIMENTOS

A produção local de alimentos melhora o acesso a produtos frescos, e ainda pode ajudar a fortalecer a coesão social e o envolvimento da comunidade, aumentar a atividade física, promover oportunidades educacionais no local e a percepção de segurança da comunidade.

Indivíduos que participam de projetos comunitários e de horticultura doméstica têm níveis mais altos de consumo de frutas e hortaliças e são mais propensos a atender às recomendações nacionais para o consumo de frutas e hortaliças do que os não horticultores. A jardinagem também pode beneficiar a saúde mental ao reduzir os sintomas de ansiedade e depressão.

05. AMBIENTE LOCAL DE ALIMENTOS

A facilidade de acesso a alimentos não saudáveis corrobora para a adoção de hábitos que, a longo prazo, geram danos para o organismo. Dessa forma, é possível afirmar que a localização de projetos próximos a supermercados e mercearias com seções de produtos agrícolas e mercados de agricultores pode ajudar as pessoas a melhorarem seus comportamentos alimentares e de estilo de vida por meio de ambientes que apoiem boas escolhas. É necessário facilitar o acesso a alimentos saudáveis a fim de reduzir as barreiras para uma alimentação saudável.



NO PINAH - *NUTRIÇÃO*

-Não haverá fornecimento ou venda de alimentos no projeto.

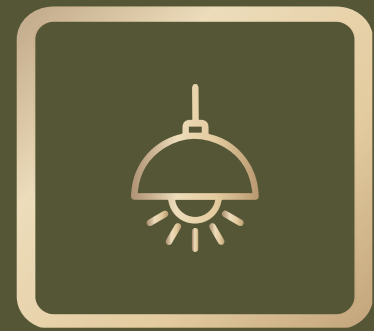
-É disponibilizado para os ocupantes material educativo que contém receitas regionais, alimentos típicos brasileiros e informações nutricionais.

-Há um local adequado e suficiente para a refeição dos funcionários, sem grandes distrações, protegido da luz do sol, da chuva e do vento, que possibilita a alimentação consciente e tranquila.

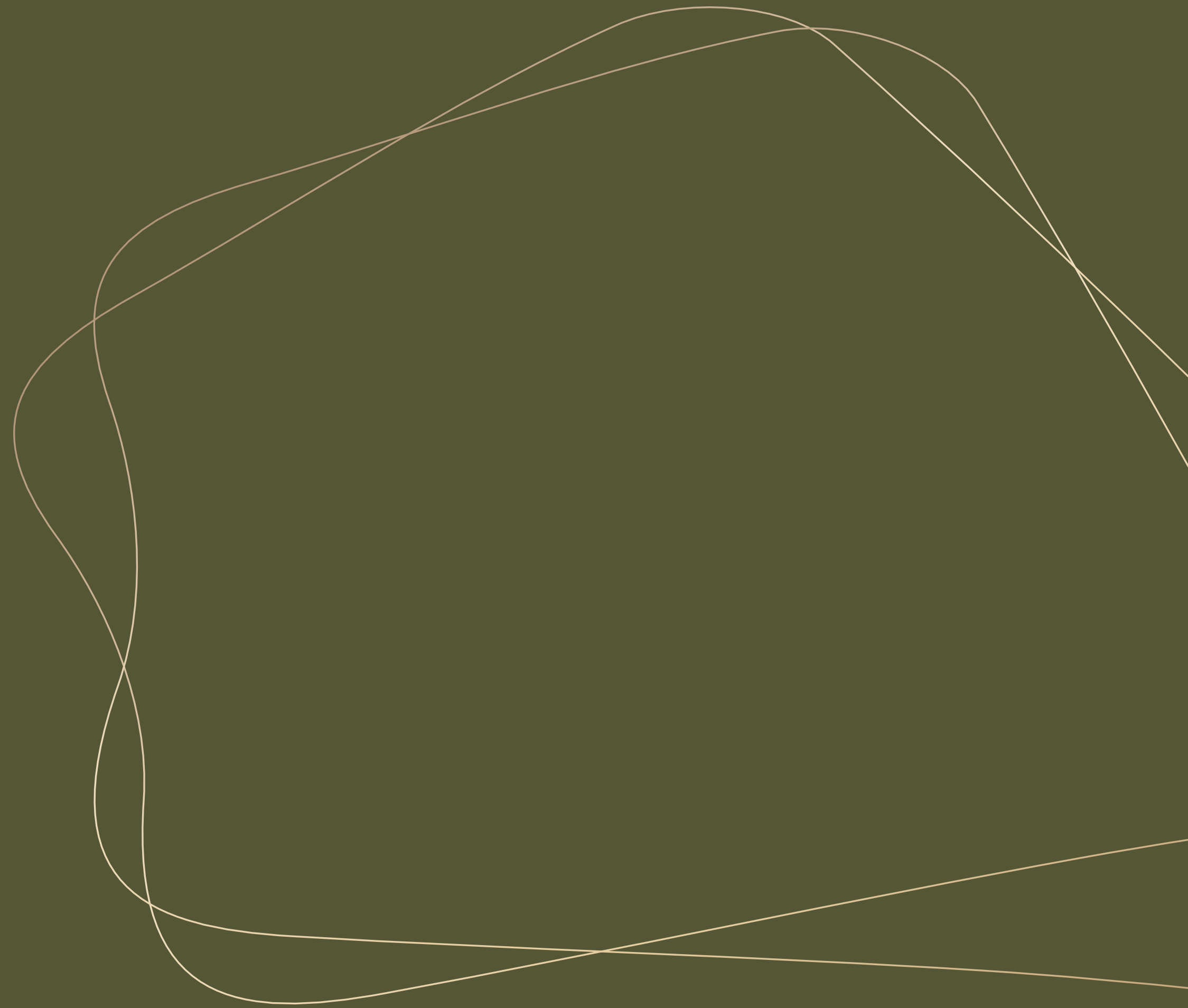
-Na área de refeição dos funcionários, há infraestrutura suficiente para o preparo e aquecimento de alimentos, com geladeira, micro-ondas, pia e utensílios, incentivando os funcionários a trazerem alimentos preparados em casa.

-Há horta de temperos no térreo com mudas variadas. Também há área de bosque composta por diversas espécies frutíferas como jaboticabeira, pitangueira, cerejeira do mato e araçá. A soma dessas duas áreas totalizam 44 m², atendendo a todos os ocupantes. Também são disponibilizadas as ferramentas necessárias para plantio e manutenção das plantas.

-O acesso a alimentos saudáveis é facilitado, pois o edifício localiza-se a 500 m do DelicattoFast Supermercado, com seção para frutas, verduras e legumes.



LUZ



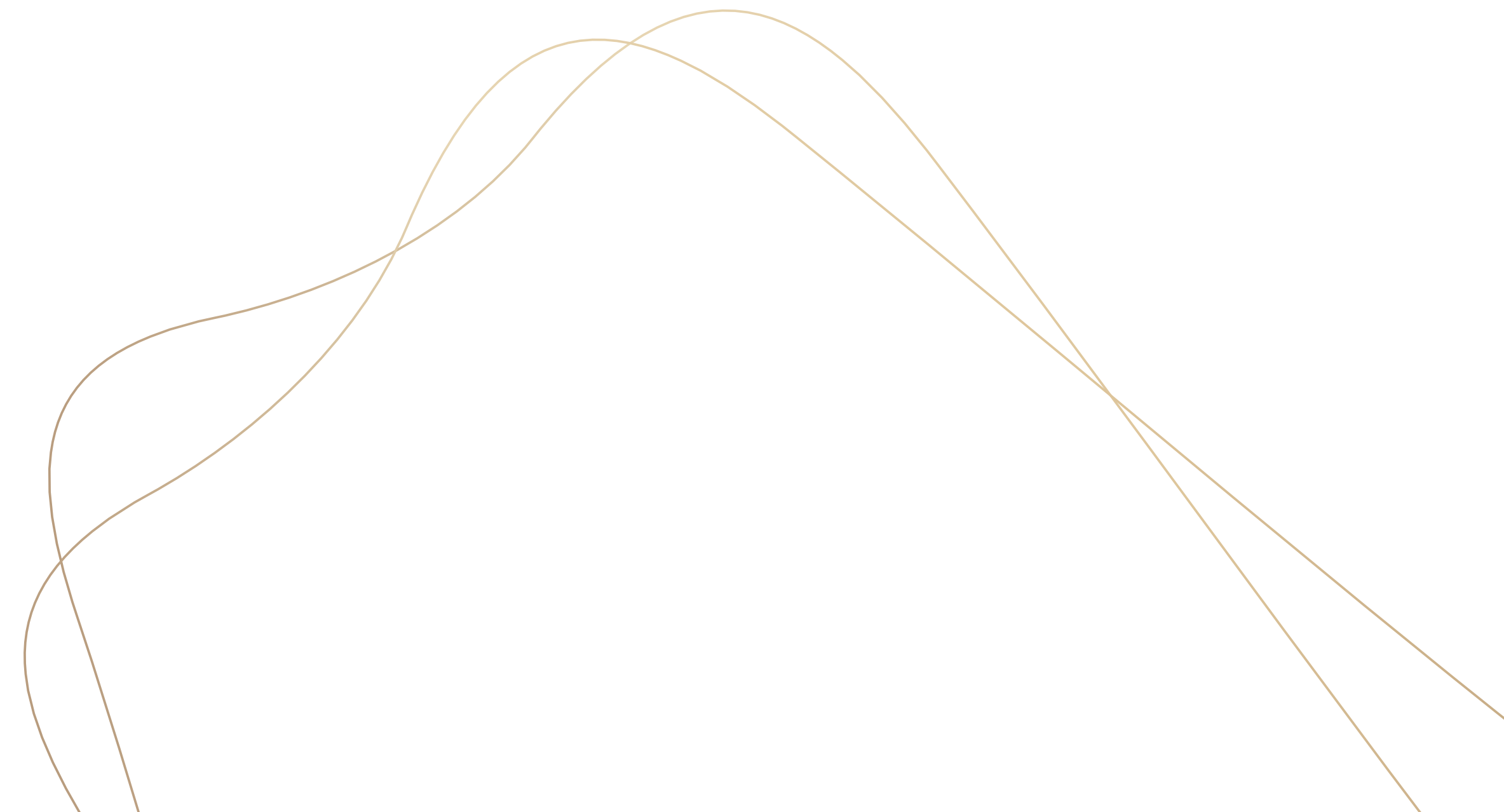
01. EXPOSIÇÃO À LUZ E EDUCAÇÃO

Os mamíferos funcionam em um ciclo biológico de aproximadamente 24 horas, seguindo o que chamamos de ciclo circadiano. A luz é o principal condutor do sistema circadiano, que controla os processos corporais como a digestão, a liberação de certos hormônios, a temperatura corporal e o sono. A exposição reduzida à iluminação natural, considerando a dispersão da iluminação elétrica, está associada ao início da depressão e comprometimento da função cognitiva em indivíduos. Estudos mostraram que a exposição à iluminação natural durante o dia está associada a aumentos na produtividade e na qualidade do sono em indivíduos.

Assim, além de fornecer a oportunidade de utilização da luz natural nos ambientes internos, através de janelas ou outras aberturas, é necessário que os ocupantes saibam desses benefícios à saúde, para que optem pela iluminação natural fornecida, em vez da iluminação artificial.

02. PROJETO PARA ILUMINAÇÃO: ASPECTOS VISUAIS

Os níveis de luz nos ambientes influenciam a capacidade e produtividade do usuário de realizar tarefas nesse espaço. Ou seja, projetar espaços que proporcionem conforto visual, além de melhorar a experiência dos ocupantes, também melhora seu desempenho. Para atingir o conforto lumínico, devem ser consideradas essas premissas no projeto luminotécnico.

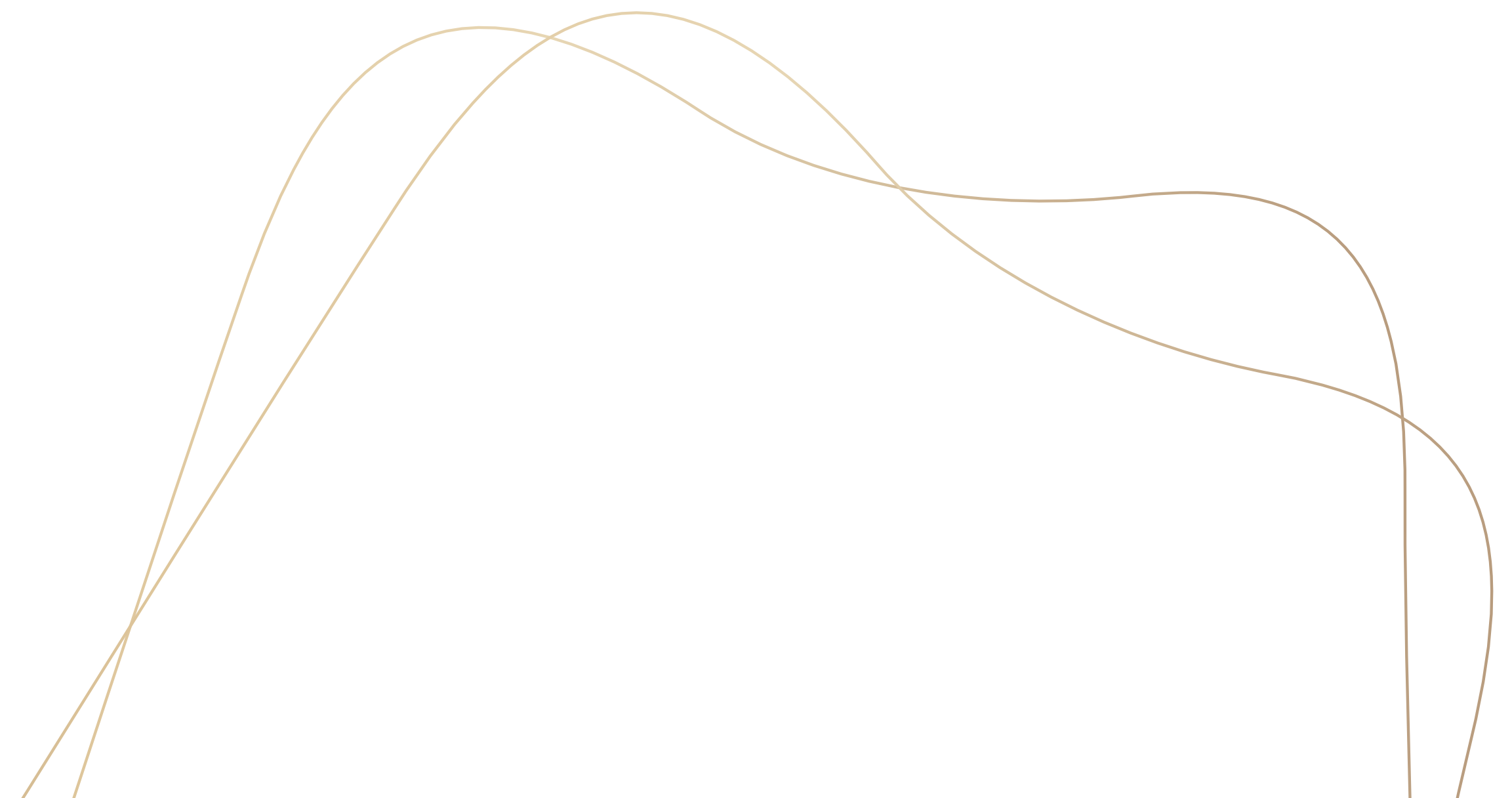


03. ACESSO APRIMORADO À LUZ NATURAL

A falta de exposição à luz natural ao longo do dia está relacionada a uma interrupção nos ciclos circadianos dos humanos, podendo acarretar diminuição na qualidade do sono, irregularidades no metabolismo, aumento indevido do apetite, ganho de peso e elevação nos níveis de colesterol LDL, ou colesterol “ruim”. A exposição à luz natural provou ter um impacto substancial no humor, na saúde circadiana e na produtividade dos seres humanos, pois atua de forma a regular a produção de melatonina e serotonina. Além disso, os espaços internos com exposição à luz natural demonstraram ter menos bactérias, em comparação com espaços sem exposição à luz.

04. CONTROLABILIDADE DE ILUMINAÇÃO PELOS OCUPANTES

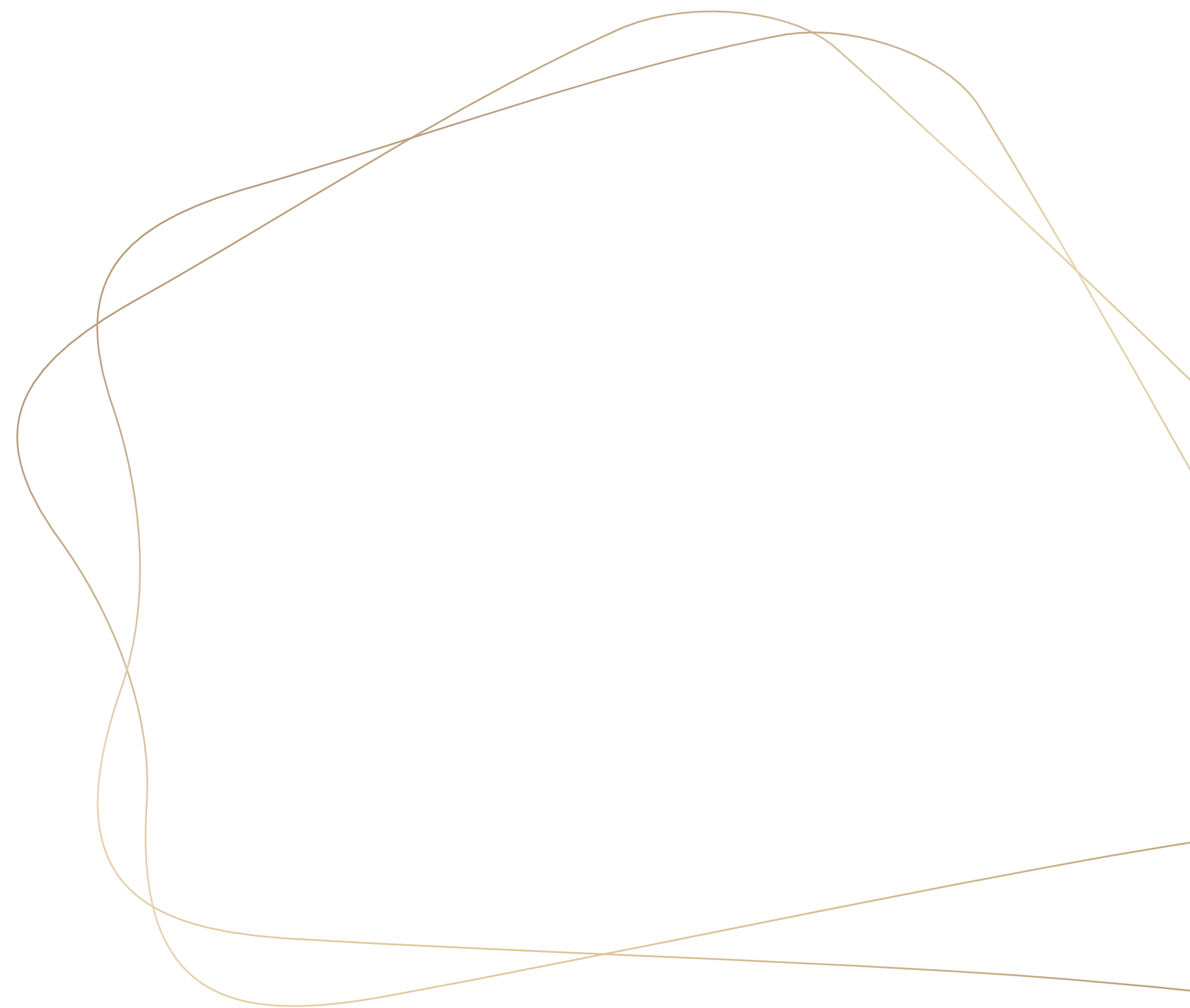
Fornecer aos indivíduos a possibilidade de ajuste de iluminação de acordo com suas necessidades cria um ambiente personalizável e ajuda a melhorar a produtividade, humor e bem-estar. Possibilitar que os ocupantes ajustem seus locais de trabalho através de acessórios como luminárias de mesa, melhoram os níveis de satisfação e pertencimento.



NO PINAH - *LUZ*

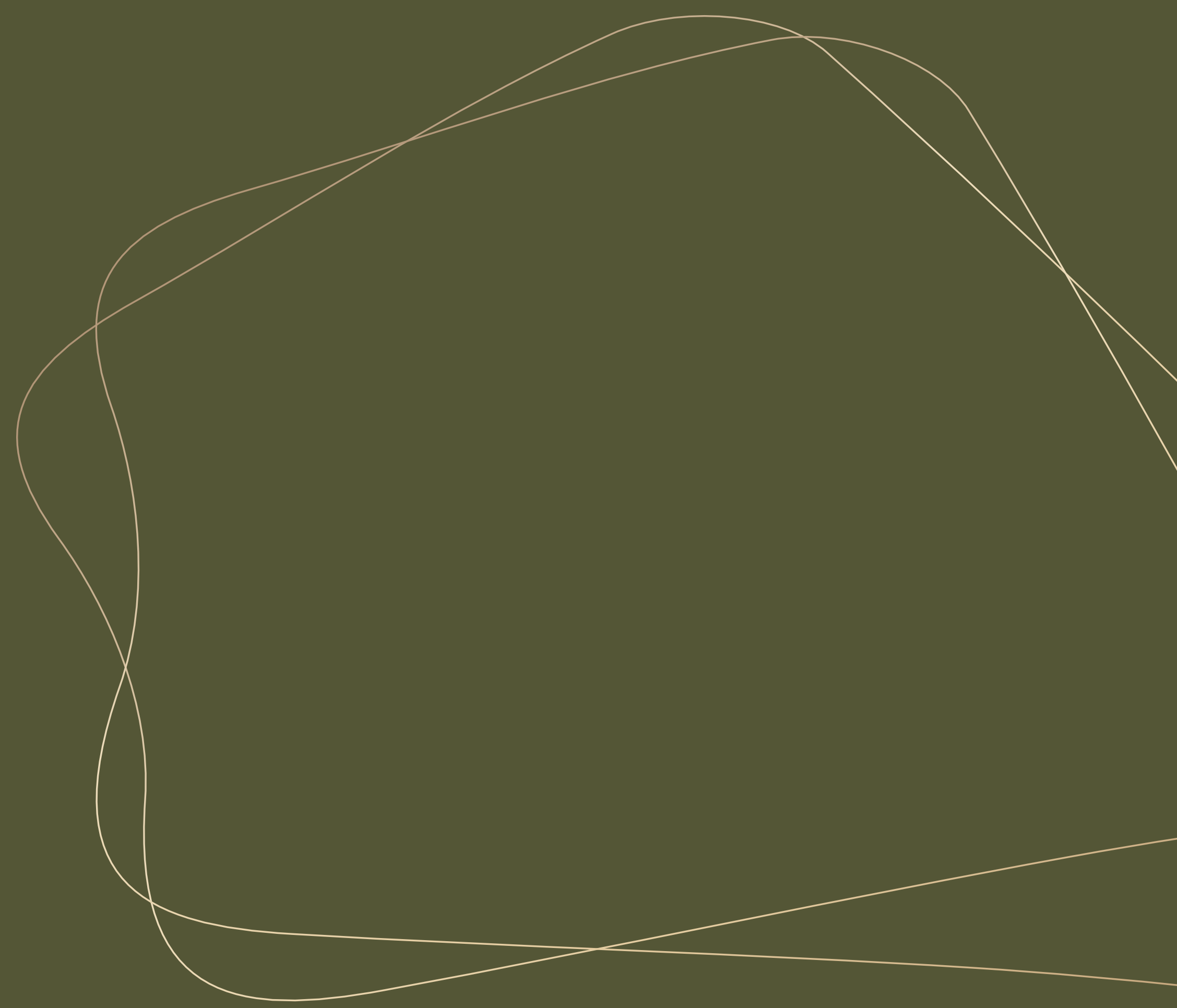
-A fachada é composta por perfis de vidro que permitem a entrada de iluminação natural tanto nas áreas comuns como nas áreas privadas, o que atende ao nível adequado de iluminação natural durante o dia.

-Há elementos transparentes suficientes que permitem a entrada de luz e o acesso a uma vista de qualidade. Mais de 55% dos ambientes regularmente ocupados atendem ao nível adequado de iluminação natural por mais de 50% das horas do dia. Além disso, mais de 50% dos ocupantes têm acesso a vista externa de qualidade com fauna, flora, céu e movimento.





MOVIMENTO



01. EDIFÍCIOS E COMUNIDADES ATIVAS

A promoção de movimento, atividade física e uma vida ativa a partir dos espaços construídos causam uma série de implicações positivas para a saúde. A presença de design estético e recursos que transformam os espaços públicos e fortalecem as conexões entre as pessoas e os lugares ajudam a manter o interesse, incentivam o uso por pedestres e ciclistas e trazem benefícios como a coesão social, saúde mental e bem-estar, benefícios econômicos e segurança pública. Por esses motivos, é importante maximizar as comodidades do local como incentivo à atividade física ao longo do dia, promovendo edifícios e comunidades ativas.

02. ERGONOMIA VISUAL E FÍSICA

A ergonomia nas estações de trabalho reduz a tensão física e possibilidades de lesões, melhora o conforto ergonômico, a segurança no local e o bem-estar geral por meio de design ergonômico e educação.

Ficar sentado ou em pé por tempos prolongados pode causar distúrbios musculoesqueléticos, principalmente relacionados a dor lombar e no pescoço. O treinamento ergonômico, a instalação de teclados de inclinação negativa e cadeiras ergonômicas reduzem esses sintomas. Estações de trabalho ajustáveis em altura permitem que os ocupantes alternem entre a posição sentada e em pé com facilidade, aumentando a frequência que ocorre esse movimento.

03. REDES DE MOVIMENTAÇÃO E CIRCULAÇÃO

Estratégias que promovem o uso de escadas e o movimento geral em todos os edifícios surgiram como intervenções promissoras que beneficiam a saúde do ocupante, através da promoção da atividade física diária com o design integrador. A inatividade física e o sedentarismo causam uma série de implicações negativas para a saúde, diminuindo o rendimento físico e mental do funcionário.

04. APOIO AO TRANSPORTE ATIVO

O deslocamento de bicicleta está associado a menor incidência e mortalidade por doenças cardiovasculares e incidência de câncer, mostrando que promover o deslocamento ativo, por meio de infraestrutura no local, apoiam o ciclismo e a caminhada até o local de trabalho.

Assim, a falta de estacionamento de bicicletas e instalações pós-transporte são razões pelas quais as pessoas optam por não ir de bicicleta para o local de trabalho. Armários e vestiários/chuveiros, dão suporte não apenas para os ciclistas, mas para todos os ocupantes que optam por praticar atividade física antes do trabalho. No mais, oferecer uma estação com os equipamentos necessários para reparos das bicicletas permitem que os ciclistas, em caso de eventuais problemas, tenham a segurança e possibilidade de conserto.

05. SELEÇÃO E PLANEJAMENTO DE TERRENO

Fatores ligados ao bairro e vizinhança, desempenham um papel integral nas oportunidades e escolhas de atividade física. Serviços próximos ao empreendimento incentivam o acesso a eles caminhando, por bicicleta ou transporte público devido à maior facilidade e rapidez. Para isso, é necessário que a área próxima ao projeto tenha acesso ao transporte público e calçadas de qualidade destinadas a pedestres.

O uso e fácil acesso ao transporte público está associado a resultados positivos. Quando comparados aos usuários de automóveis, aqueles que usam transporte coletivo acumulam níveis mais elevados de atividade física. Dessa forma, é possível promover uma vida mais ativa selecionando locais que ofereçam diversas comodidades e usos e estejam próximos ao transporte coletivo.

06. ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS PARA ATIVIDADES FÍSICAS

As recomendações internacionais de atividade física incluem atividades cardiovasculares e de fortalecimento muscular para a população em geral. Apesar das recomendações dos benefícios da prática de exercícios físicos regulares serem amplamente divulgadas, quase um quarto da população em geral não consegue atingir os níveis de atividade física recomendados. Os principais determinantes desse comportamento incluem tempo, conveniência, motivação, falta de apoio social e barreiras de mobilidade urbana, como disponibilidade de calçadas, parques e ciclovias. Assim, é importante que haja promoção da atividade física regular dentro do projeto, através do fornecimento de espaços e equipamentos para atividades físicas gratuitos.

07. PROJETO ATIVO DE EXTERIORES

Ao longo do tempo, quase todos os aspectos do nosso ambiente foram fisicamente projetados para exigir menos movimento e facilitar atividades mais sedentárias. Como resultado, a inatividade física e o sedentarismo estão aumentando, juntamente com uma série de problemas de saúde.

NO PINAH - *MOVIMENTO*

-As estações de trabalho possuem mobiliário ergonômico (monitores, apoio para notebooks e acessórios, e mesas com ajuste de altura).

Também é disponibilizado um material educativo que ensina os funcionários a adaptarem os equipamentos a suas necessidades.

-Há sinalização de ponto de decisão incentivando a escolha das escadas antes de elevadores.

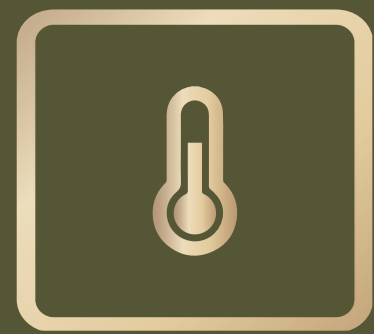
-Há infraestrutura suficiente para receber os ocupantes e funcionários que utilizam a bicicleta como meio de transporte. Há bicicletário interno para funcionários e moradores com 38 vagas, sendo duas para bicicletas elétricas e uma para bicicleta compartilhada. Também é disponibilizado um kit de reparo com bomba pneumática, chave sextavada e adesivo de remendo. O projeto prevê vestiário com chuveiro e armários para os funcionários.

-A localização do edifício permite conexão com uma variedade de serviços próximos e de fácil acesso ao transporte público de maneira segura.

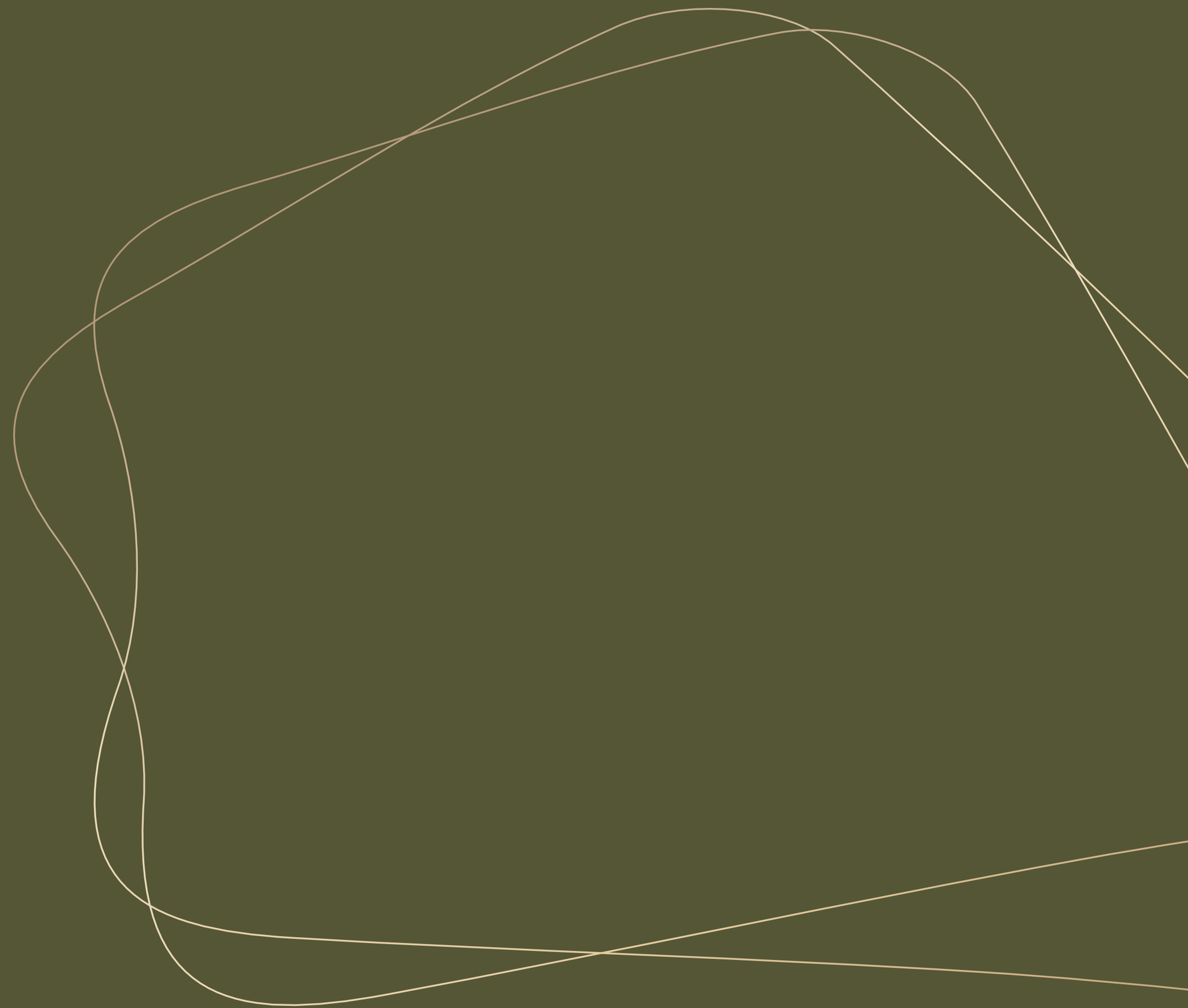
-A academia conta com equipamentos cardiorrespiratórios e de fortalecimento

muscular, em quantidades suficientes para atender a todos os ocupantes em horário de maior utilização. A Praça da Espanha está localizada a 170 m do projeto, que garantem a caminhabilidade, o contato com elementos da natureza e fontes de água.

-A área externa foi pensada para estimular as pessoas a caminharem dentro do condomínio. Opções de destino para pedestres no local que incluem árvores, plantas e fontes de água. O projeto também conta com um espaço de bebedouro para pássaros e espaço pet, estimulando os ocupantes a se locomoverem até o local por saberem que existe esse tipo de estrutura, consolidando o projeto ativo de exteriores.



CONFORTO TÉRMICO



01. DESEMPENHO TÉRMICO

O conforto térmico em ambientes internos é classificado como um dos fatores que mais contribuem para a satisfação humana geral no ambiente construído. Devido às suas ligações com os sistemas tegumentar, endócrino e respiratório do corpo, o desconforto térmico pode causar prejuízos à saúde. Além disso, os usuários de edifícios que estão satisfeitos com seu ambiente térmico demonstram ser mais produtivos no local de trabalho, apontando a importância de se garantir o conforto dentro do edifício.

02. DESEMPENHO TÉRMICO AVANÇADO

A capacidade de controlar o ambiente térmico nas imediações para os indivíduos é importante para alcançar o conforto térmico pessoal. Dessa forma, a importância de receber feedbacks periódicos dos ocupantes do edifício é uma maneira simples e eficiente de escutar quem está utilizando o projeto. Entender suas maiores queixas possibilita que a administração do empreendimento consiga analisar as demandas e agir sobre aquelas que são possíveis em prol da saúde e do bem-estar.

03. CONTROLE TÉRMICO INDIVIDUALIZADO

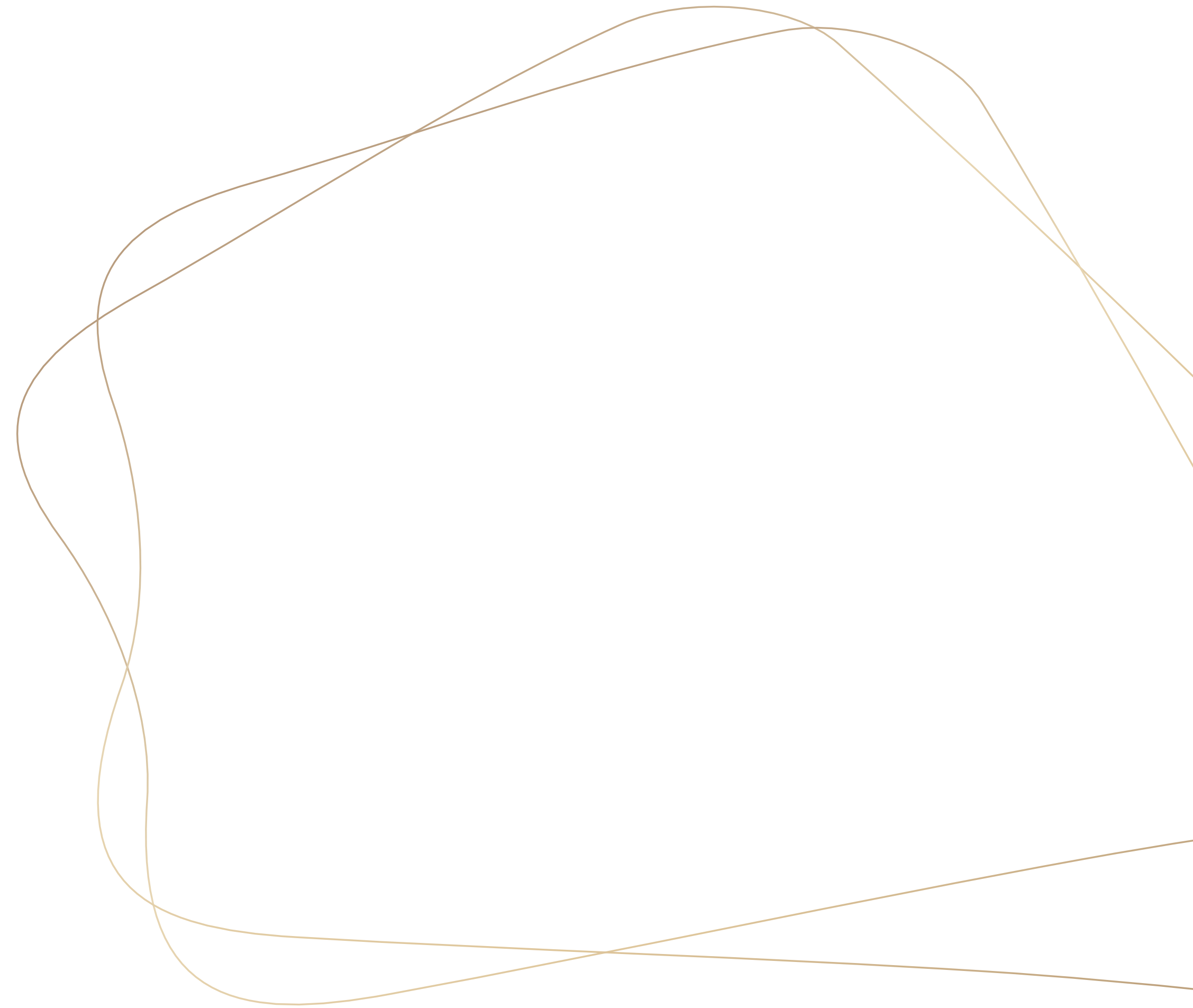
Conforto térmico é uma condição individual. Fornecer dispositivos que possibilitem o controle por parte dos ocupantes, além de melhorar a sensação de conforto, expande os limites de aceitabilidade dos usuários. Um ventilador individual, por exemplo, permite ao usuário controlar a vazão, o fluxo de ar e a temperatura pode proporcionar conforto térmico de forma eficiente. Essas estratégias aumentam o conforto térmico e produtividade, garantindo que mais de 90% dos usuários do edifício definam seu ambiente como termicamente confortável. Além disso, é possível maximizar e personalizar o conforto térmico para todos os indivíduos através da disponibilização de mantas/cobertores e da implementação de uma política de vestimenta flexível, com opções de inverno e verão.

04. MONITORAMENTO DO CONFORTO TÉRMICO

O conforto térmico depende diretamente de diversas variáveis, clima externo, ocupação interna, envoltória e fachada do edifício e índices de ventilação. Por isso, é importante que haja um monitoramento frequente da temperatura de bulbo seco, umidade e os resultados devem ser divulgados em tempo real aos ocupantes.

05. CONFORTO TÉRMICO EXTERNO

Ilhas de calor é um fenômeno que ocorre em função da concentração de materiais que absorvem mais calor e possuem baixa capacidade reflexiva, como exemplo do asfalto e concreto, do adensamento de prédios, entre outros. O aumento da temperatura em áreas urbanas pode causar problemas adversos a saúde da população como fadiga, aumento da frequência cardíaca e da respiração e doenças relacionadas ao calor, como infarto, insolação, exaustão, desmaios, entre outros.



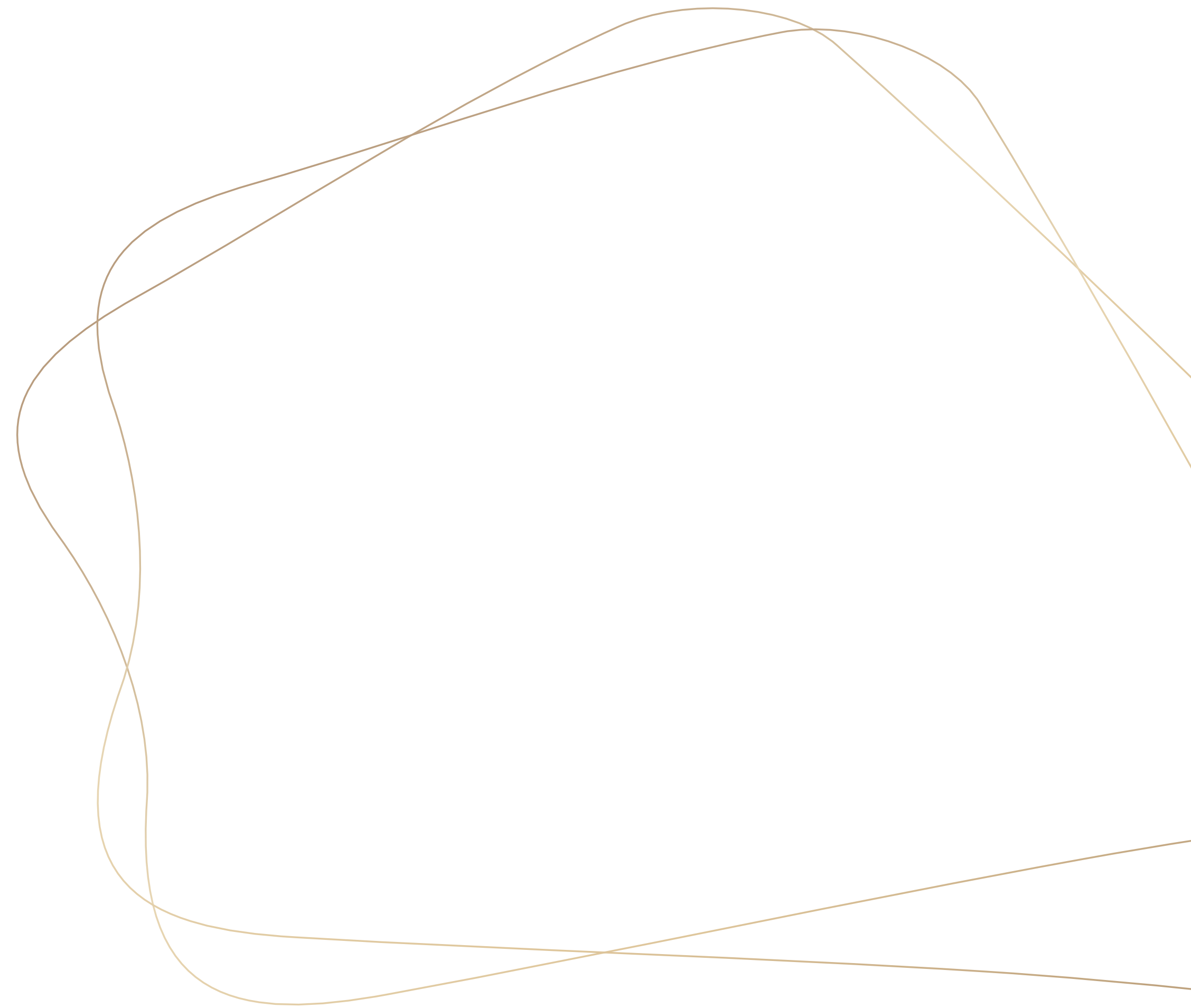
NO PINAH - *CONFORTO TÉRMICO*

-Para garantir o conforto térmico na edificação, foram realizadas simulações termoenergéticas do projeto em todas as estações do ano, com diferentes tipos de vidros e composições da parede externa levando em conta seu posicionamento geográfico. Além disso, o edifício adotou o sistema de piso aquecido nas unidades privativas, proporcionando maior conforto no inverno.

-Pesquisas semestrais são realizadas para avaliar o conforto térmico após a ocupação do edifício, com participação dos funcionários e moradores.

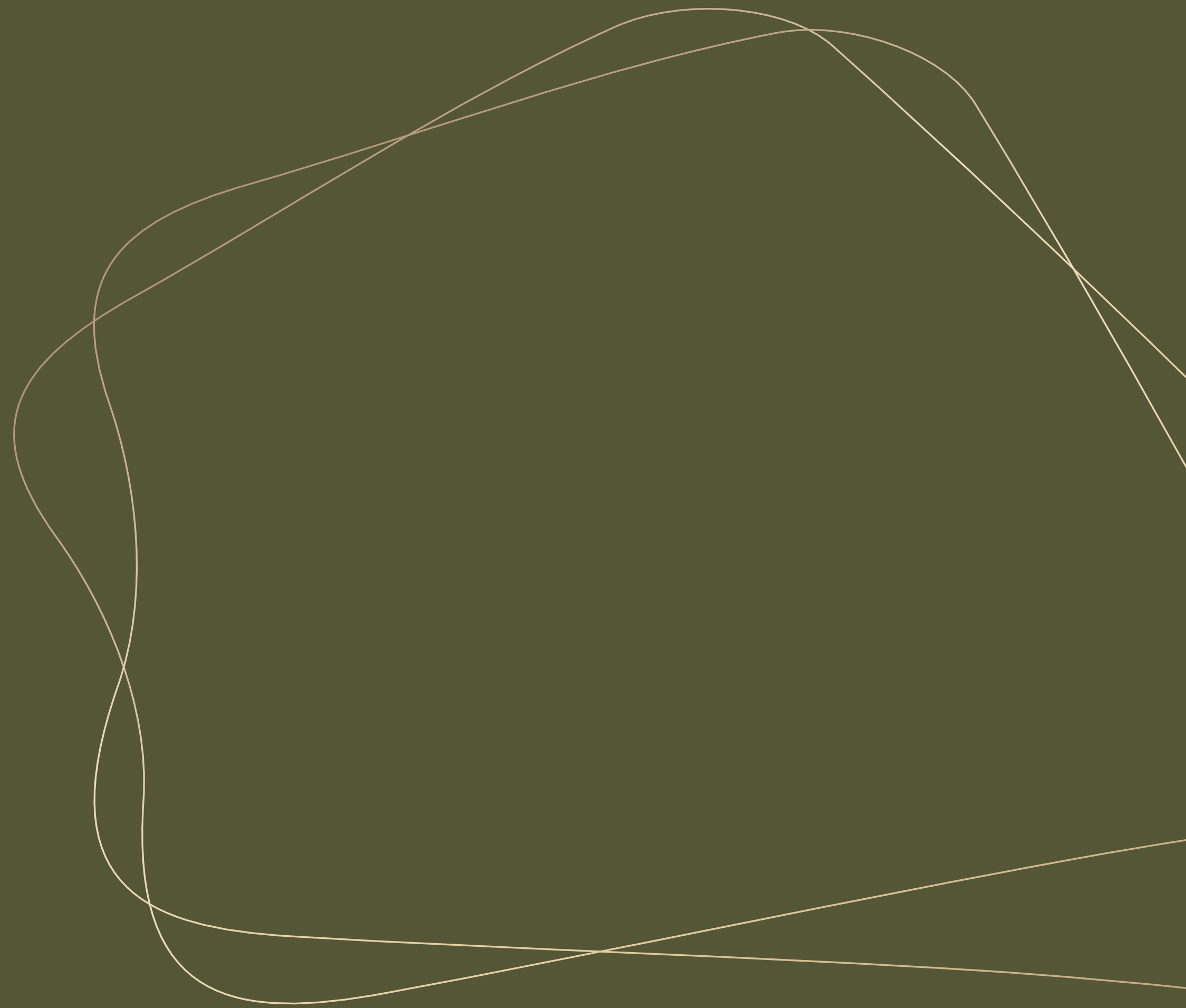
-Para garantir o conforto térmico individual, é estabelecida a política de vestimenta flexível e fornecimento de cobertores e ventiladores adicionais caso algum funcionário esteja se sentindo desconfortável e deseje alterar o seu nível de conforto térmico individual.

-Para garantir o conforto térmico foram instalados três sensores que medem os parâmetros térmicos do ambiente interno. Os resultados são divulgados para todos os ocupantes.





SOM






01. MAPEAMENTO ACÚSTICO

Com o aumento das tendências arquitetônicas, como a colaboração em escritórios abertos, o uso de materiais leves na construção, acabamentos de lajes expostas e equipamentos mecânicos, é mais provável que o conforto acústico de um espaço seja comprometido se um tratamento adequado não for considerado. Quando o ruído da atividade interna ou de fontes externas aumenta o nível de ruído de fundo em um espaço, os ocupantes tornam-se suscetíveis à distração, reduzindo assim a produtividade, a retenção de memória e aumenta os níveis de estresse. Essas tendências mostram a necessidade de se desenvolver um planejamento estratégico para evitar problemas causados por ruídos excessivos, tanto internos quanto externos ao projeto.

02. NÍVEIS MÁXIMOS DE RUÍDO

O conforto acústico do projeto pode ser afetado pelo ruído emitido pelos sistemas de ventilação, climatização e por ruídos externos, ambos potencialmente prejudiciais. Esses podem ser mitigados através do estabelecimento de critérios de nível de ruído de fundo para espaços fechados, da implementação de melhores práticas de projeto e de técnicas de design de fachada.



03. BARREIRAS AO SOM

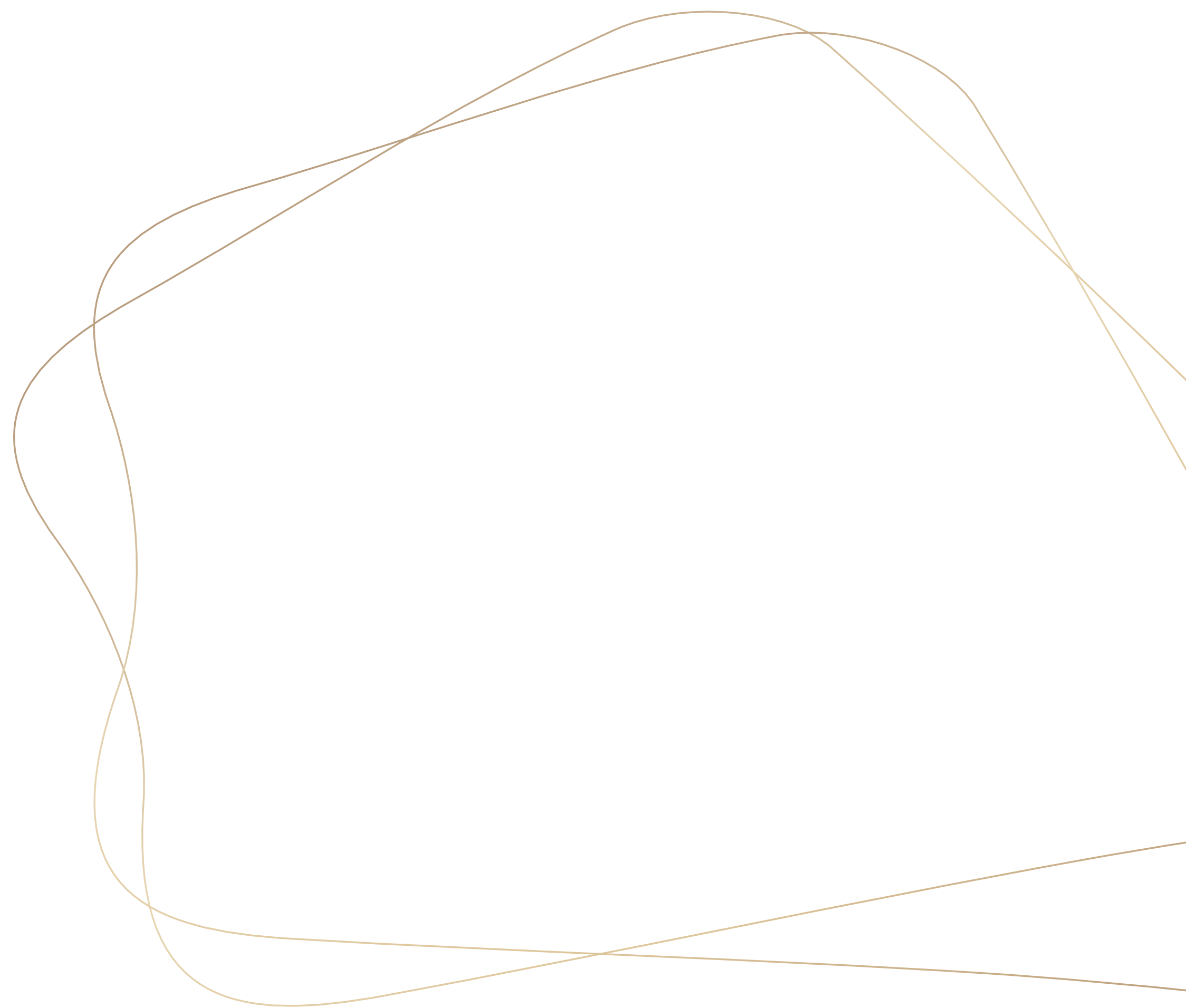
É possível aumentar o nível de privacidade entre salas adjacentes, aplicando medidas para melhorar o conforto acústico dos ambientes através da escolha de portas adequadas. Aumentar a privacidade entre os espaços tem o potencial de reduzir a distração ou os distúrbios que as fontes externas de ruído podem causar aos ocupantes. Há evidências que relacionam o incômodo do ruído em habitações de vários andares a problemas de saúde mental e estresse percebido nos ocupantes do edifício.

04. GESTÃO DE RUÍDOS DE IMPACTO

Os ruídos se propagam por meios materiais e podem resultar em distrações no trabalho, perturbação do sono e interrupção do foco. Os ruídos de impacto estão relacionados ao impacto no piso que é transmitido para o pavimento superior e/ou inferior através da estrutura.

NO PINAII - *SOM*

-Nas áreas acima das unidades residenciais e abaixo da academia e das piscinas, foram instaladas mantas acústicas capazes de melhorar o isolamento do ruído de impacto proveniente desses locais.





MATERIAIS

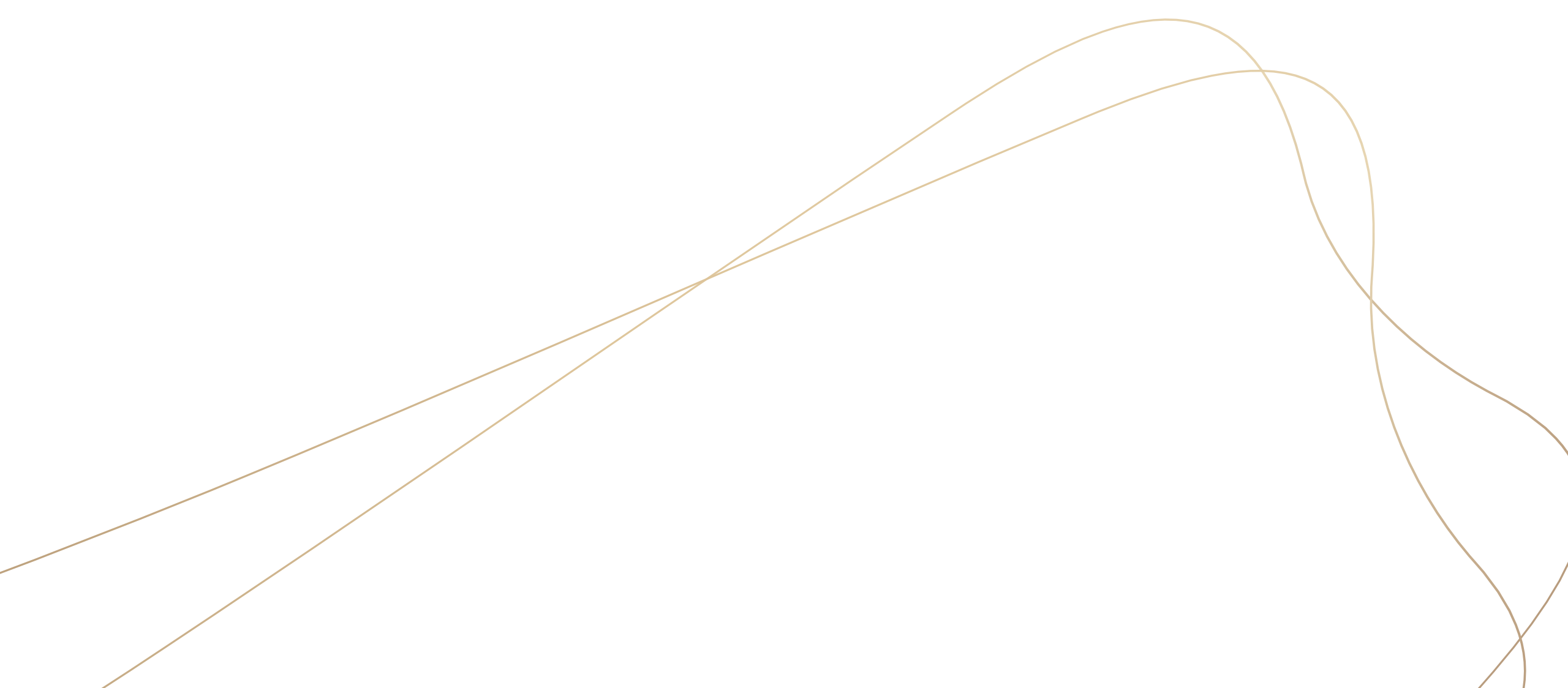


01. PRECAUÇÃO MÍNIMA COM OS MATERIAIS

A restrição de ingredientes perigosos conhecidos encontrados em materiais de construção, especificamente naqueles recém instalados, visa reduzir ou impedir a exposição dos ocupantes e equipe a materiais de construção comprovadamente perigosos e o risco de exposição, seja no ambiente interno ou por meio de contaminação ambiental.

02. MATERIAIS E ESTRUTURAS EXTERNAS

Mitigar a contaminação ambiental e os riscos à saúde associados ao uso de CCA (arsianato de cobre cromatado) em elementos de madeira tratada. O chumbo na poeira e no solo pode vir do desgaste e das lascas da tinta à base de chumbo na infraestrutura ou da degradação de outros materiais externos, como grama sintética.



03. GERENCIAMENTO DOS RESÍDUOS

O gerenciamento dos resíduos tem como objetivos mitigar a contaminação ambiental e a exposição dos usuários a resíduos perigosos. Os resíduos perigosos são uma ameaça à saúde humana e ao meio ambiente quando manuseados, transportados ou descartados de forma não regulamentada ou não controlada, criando risco de exposição através do solo, ar e água, entrando no organismo de quem tem contato com esses meios, causando problemas de saúde.

04. MATERIAIS DE LIMPEZA E PROTOCOLO

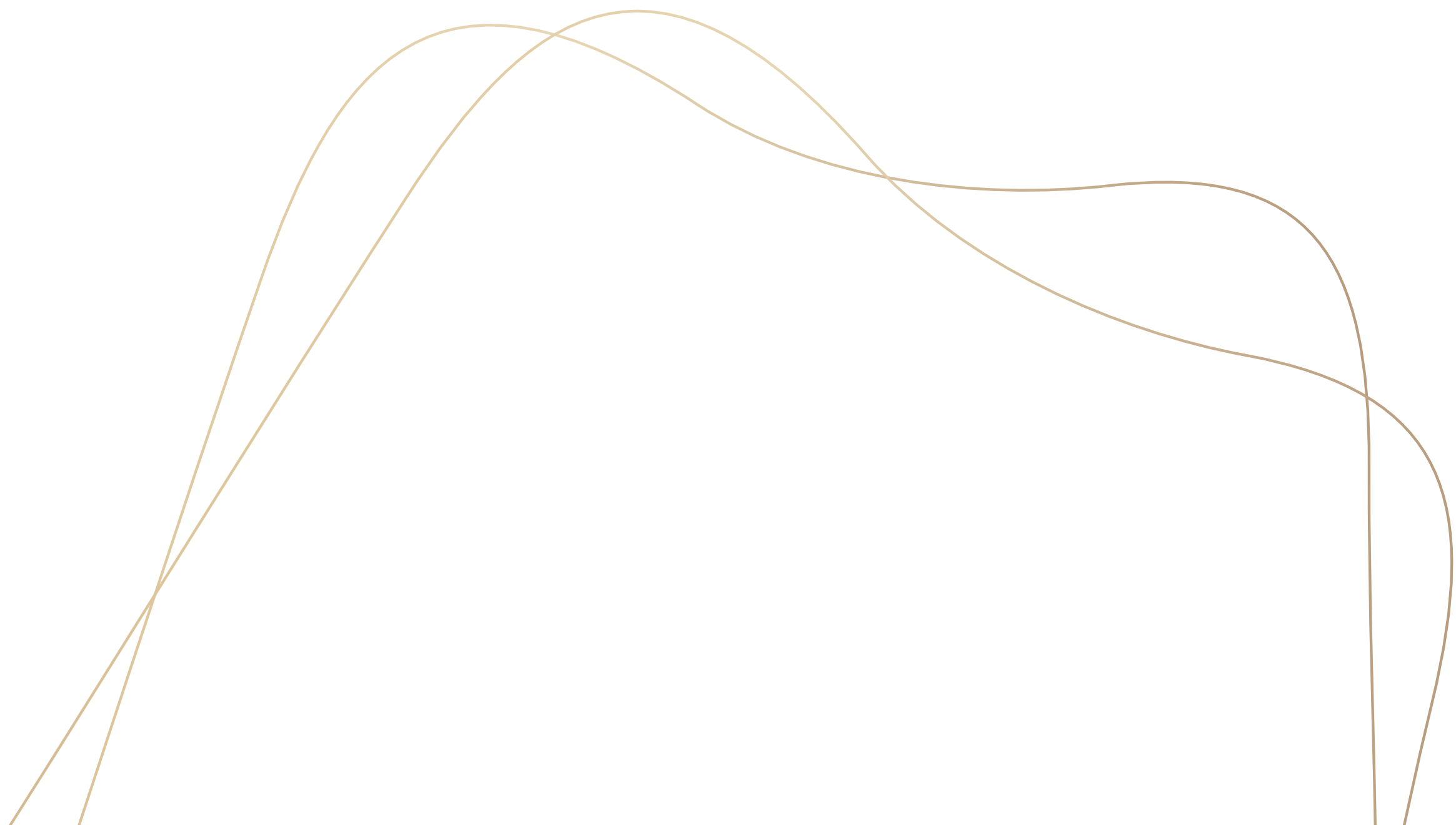
Os produtos de limpeza comerciais podem conter ingredientes suspeitos de serem perigosos para a saúde humana e o meio ambiente, como vapores ou gases que irritam o nariz, os olhos, a garganta e os pulmões, podendo causar ou desencadear ataques de asma. Suspeita-se que o uso frequente de sprays de limpeza doméstica seja um fator de risco para asma em adultos.

Alguns ingredientes também podem ser corrosivos, causando queimaduras nos olhos ou na pele durante o manuseio.

O fornecimento de alternativas mais seguras aos produtos de limpeza convencionais, que podem conter ingredientes perigosos, pode reduzir o risco de problemas de saúde. Juntamente com programas de treinamento para a equipe, a manutenção de um cronograma de limpeza e um protocolo que garantem ainda mais o uso seguro e eficaz dos produtos de limpeza, desinfecção e sanitização. Essas estratégias são suficientes para reduzir a exposição a patógenos, alérgenos e produtos de limpeza perigosos.

05. CONTROLE DE EMISSÕES DE CURTO PRAZO

Adesivos, tintas e vernizes podem possuir e/ou emitir compostos orgânicos voláteis (COVs) ou semivoláteis (SCOVs) que provocam irritação nos olhos, nariz e garganta, dor de cabeça, náusea e até problemas neurológicos. Atentar-se à composição desses materiais é essencial para reduzir a presença desses gases dentro da edificação.



NO PINAH - *MATERIAIS*

-O edifício é uma construção nova, dessa maneira, não houve necessidade de gerenciar materiais de uma estrutura pré-existente.

-Mobiliários e estruturas de madeira foram verificados e escolhidos aqueles que não possuem substâncias prejudiciais à saúde humana. As áreas de solo foram cobertas com cascalhos, seixos ou vegetação para evitar a contaminação por chumbo. No projeto não há grama sintética.

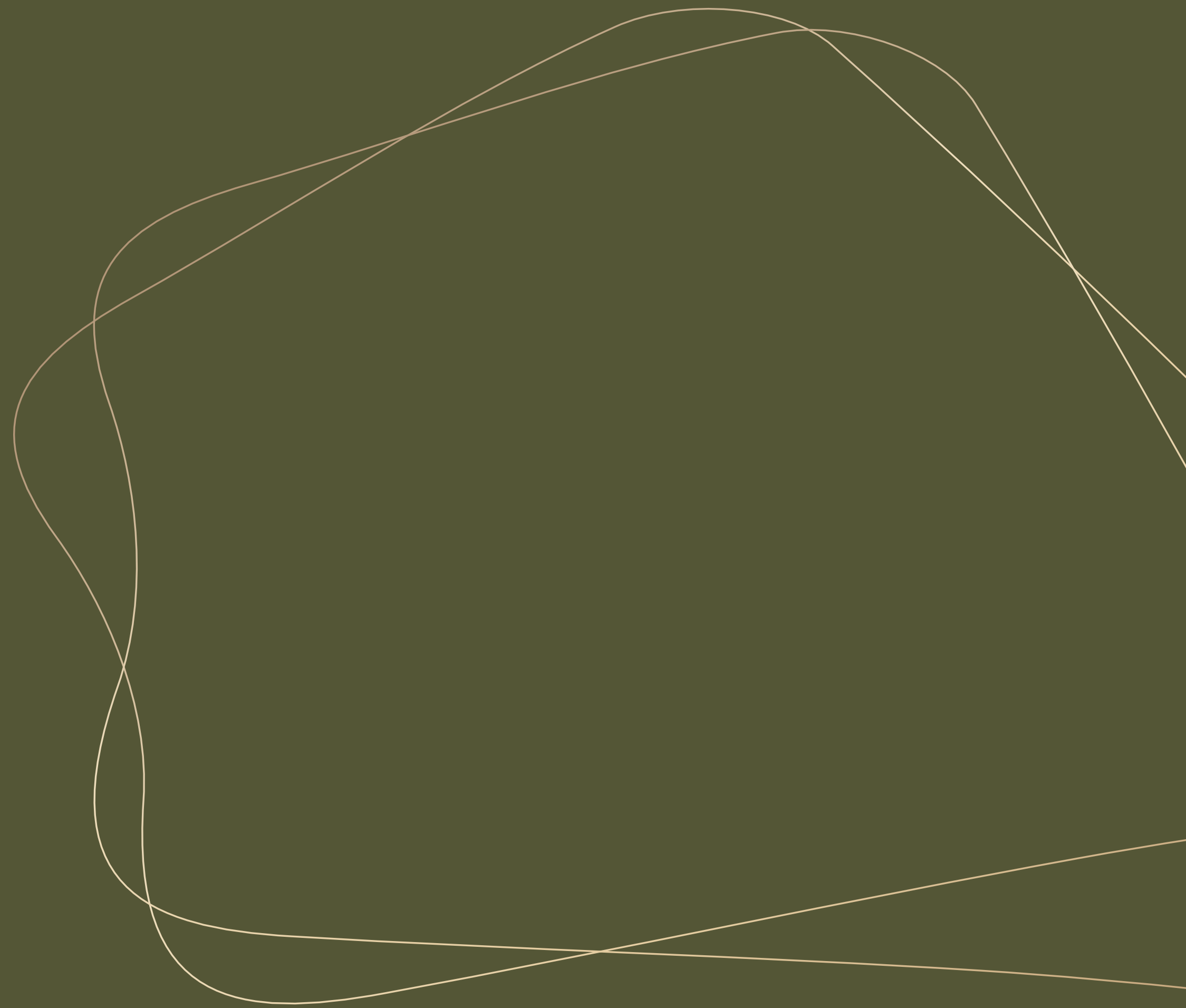
-A separação e descarte de materiais reciclados, orgânicos e perigosos são realizados de acordo com protocolos de limpeza e manutenção, através de lixeiras categorizadas. Os resíduos perigosos, como pilhas e baterias, são coletados e destinados adequadamente.

-Há procedimentos de limpeza estabelecidos para que o empreendimento mantenha um nível adequado de limpeza e conforto do usuário. Somente são utilizados produtos de limpeza de baixo risco, e produtos com amônia ou cloro são armazenados separadamente, além de possuir sinalização de alerta para evitar acidentes. Os funcionários recebem treinamento anual sobre limpeza, uso de EPIs e utilização de equipamentos adequados para realizar a limpeza e desinfecção diária.

-75% do volume de tintas, adesivos e vernizes é composto por materiais que contêm baixa concentração de COVs em sua composição.



MENTE



01. PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

Devido a alta prevalência de problemas de saúde mental entre a população trabalhadora, o local de trabalho é cada vez mais visto como um alvo importante para a promoção, prevenção e intervenção em saúde mental. Estratégias de promoção da saúde mental e do bem-estar incluem o aprimoramento dos conhecimentos em saúde mental, aumento do apoio organizacional e redução do estigma, o que demonstram ajudar as pessoas a reconhecerem sinais de problemas de saúde mental e a encorajar a busca por ajuda.

02. ACESSO À NATUREZA

Através da incorporação da natureza, o ambiente construído serve como uma ferramenta poderosa para ajudar a aliviar o estresse e a fadiga mental, apoiar o foco e estimular o bem-estar mental geral. A exposição a plantas e outros elementos naturais, por meio da incorporação do ambiente natural no design interno e externo, tem sido associada à diminuição dos níveis de pressão arterial diastólica, depressão e ansiedade, aumento da capacidade de atenção, melhor recuperação do estresse e de doença no trabalho, aumento do bem-estar psicológico, e maior tolerância à dor.

03. APOIO À SAÚDE MENTAL

O acesso à triagem, as instalações de atendimento e aos serviços de saúde pode ajudar a mitigar resultados negativos de saúde mental, promovendo a utilização de cuidados, apoiando o diagnóstico precoce e melhorando o acesso a cuidados de saúde mental adequados. Além disso, ajustes no ambiente de trabalho podem ajudar a permitir um retorno bem-sucedido para os funcionários que voltam da licença devido a uma condição de saúde mental.

04. EDUCAÇÃO SOBRE SAÚDE MENTAL

O conhecimento dos funcionários sobre a saúde mental reduz as atitudes preconceituosas em relação às pessoas com esse problema. Promover a conscientização e educação acerca da saúde mental demonstraram aumentar o apoio para aqueles com essas condições, garantindo maior probabilidade de encorajar aqueles que precisam procurar ajuda profissional. Além disso, certas intervenções educativas como treinamentos ou ofertas educacionais voltadas para a saúde mental, têm mostrado impactos positivos para os participantes e no comportamento na busca por ajuda.

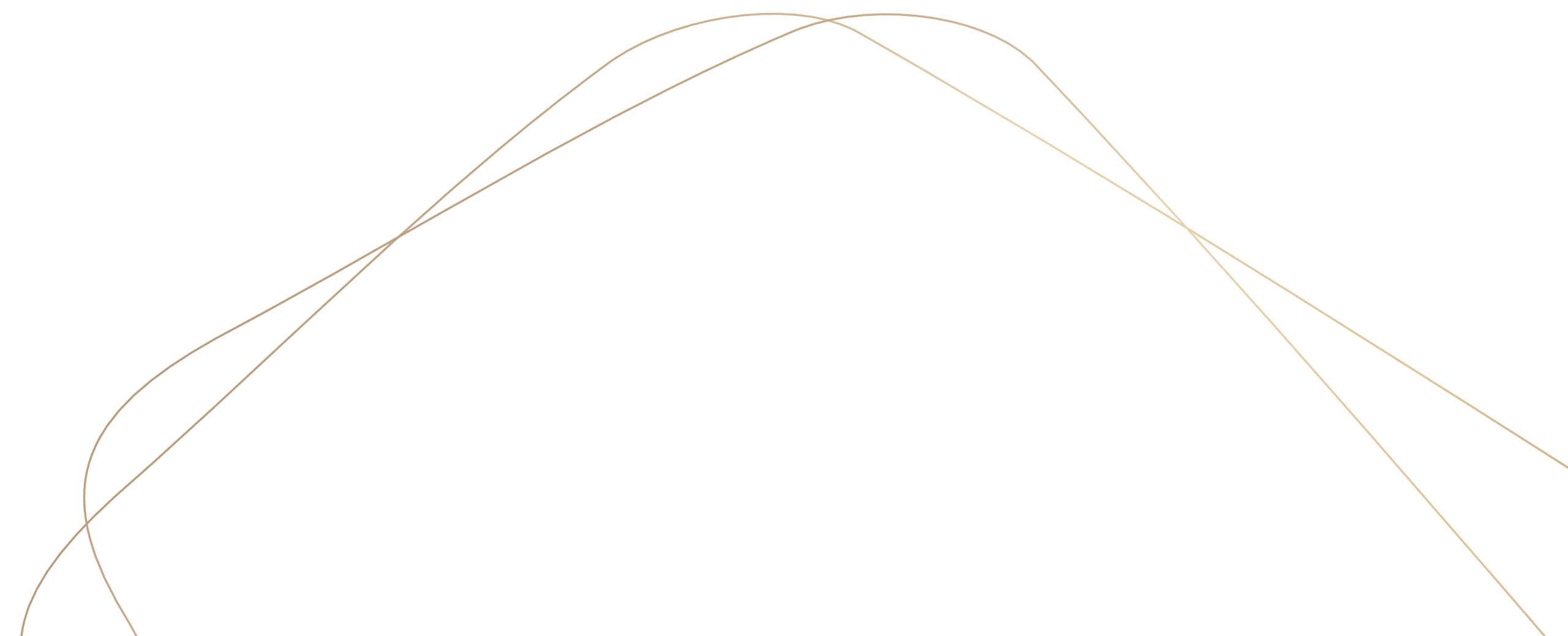


05. OPORTUNIDADES RESTAURADORAS

O tempo longe do trabalho é crucial para a recuperação e manutenção da saúde e bem-estar a longo prazo. Todos os tipos de pausas no trabalho, como fins de semana e curtos períodos durante o dia, indicam que distanciar-se mentalmente do trabalho e se envolver em atividades restaurativas está ligado ao bem-estar do funcionário, maior satisfação com a vida e humor. Esses sentimentos, em geral, aumentam o desempenho do funcionário, diminuem o esgotamento e queixas de saúde. É importante que os empregadores ofereçam oportunidades suficientes para que os funcionários se desvinculem psicologicamente durante a jornada diária, proporcionando oportunidades de recuperação e restauração por meio de pausas no local de trabalho.

06. ESPAÇOS RESTAURADORES

A experiência de fadiga prolongada combinada com uma alta necessidade de recuperação mental está fortemente associada ao sofrimento psicológico, incluindo diminuição da acuidade mental, déficits de motivação e irritabilidade causados pela exposição prolongada ao estresse. Oferecer um espaço para os funcionários meditarem, orarem ou refletirem pode capacitá-los a gerenciar seu próprio estresse e bem-estar da maneira mais confortável para eles.



07. ACESSO AVANÇADO À NATUREZA

Os benefícios do acesso à natureza podem ser alcançados indiretamente, como por exemplo, as vistas de janelas. Quanto a exposição à natureza interna, pesquisas constataam que, à medida que o contato com a natureza aumenta, o estresse percebido no trabalho, as queixas subjetivas de saúde e as ausências por doença diminuem. Ou seja, deve existir uma preocupação do empregador em incorporar ainda mais a natureza através do design interior e exterior de vistas para a natureza e acesso próximo.

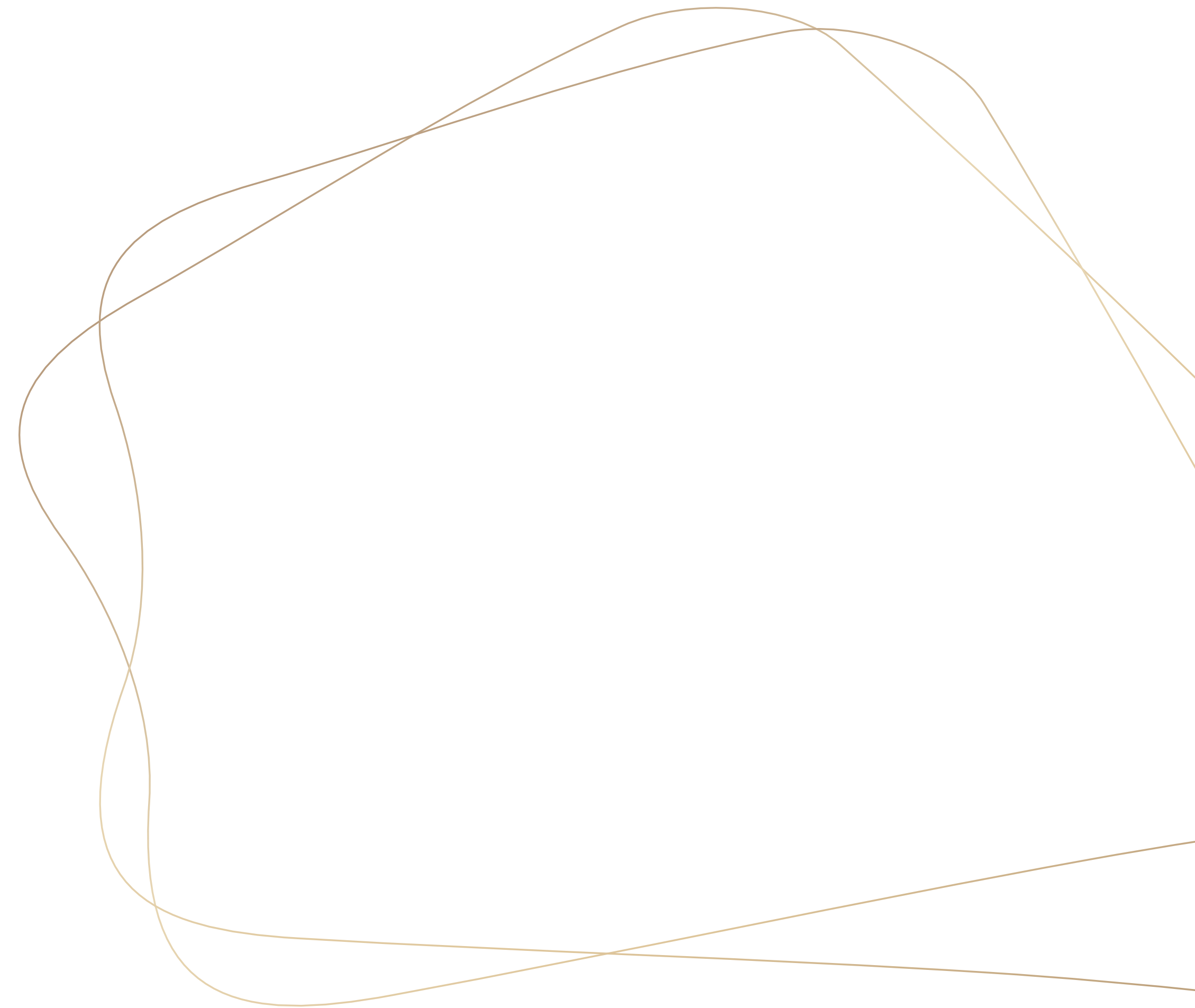
08. PREVENÇÃO E ELIMINAÇÃO DO TABACO

Prevenir o início do uso do tabaco e apoiar a cessação entre os usuários atuais é fundamental para aliviar a carga significativa de doenças causadas pelo tabaco. A combinação de estratégias de intervenções, prevenção e apoio à cessação do tabagismo pode desempenhar um papel fundamental para beneficiar a saúde, o bem-estar e a produtividade geral dos funcionários a curto e longo prazo.



09. SERVIÇOS E EDUCAÇÃO SOBRE O USO DE SUBSTÂNCIAS

O consumo exagerado de álcool é responsável por mais de 200 problemas de saúde, incluindo dependência química, doenças cardiovasculares, câncer e morte prematura. Além disso, o abuso de substâncias ilícitas também é uma preocupação mundial de saúde. Oferecer oportunidades, informações e tratamento, são meios eficazes de prevenir o uso perigoso de substâncias e de oferecer suporte àqueles que sofrem com a dependência.



NO PINAH - *MENTE*

-Foi prevista a instalação de floreiras e de perfis de vidro na fachada para permitir a entrada de iluminação natural. No projeto também há o Bosque das Araucárias, onde foi elaborado um plano de preservação, restauração e acesso.

-Os funcionários receberão treinamento trimestralmente sobre saúde mental abordando condições como depressão, ansiedade, estresse e dependência química, além de como identificar sinais e sintomas de problemas de saúde mental.

-Há espaços restauradores externos com a incorporação da natureza, mobiliário móvel e iluminação natural, para uso de todos os ocupantes. Também é disponibilizado material educativo sobre como utilizar o espaço e técnicas de contemplação, relaxamento e restauração no ambiente “Deck Corpo e Mente”, um espaço exclusivo pensado para o relaxamento, com puffs e outros mobiliários móveis que permitem a adequação conforme necessidade do usuário. O espaço ainda conta com elementos naturais, como cascata de água, que garante o mascaramento sonoro, e árvores para conforto térmico.

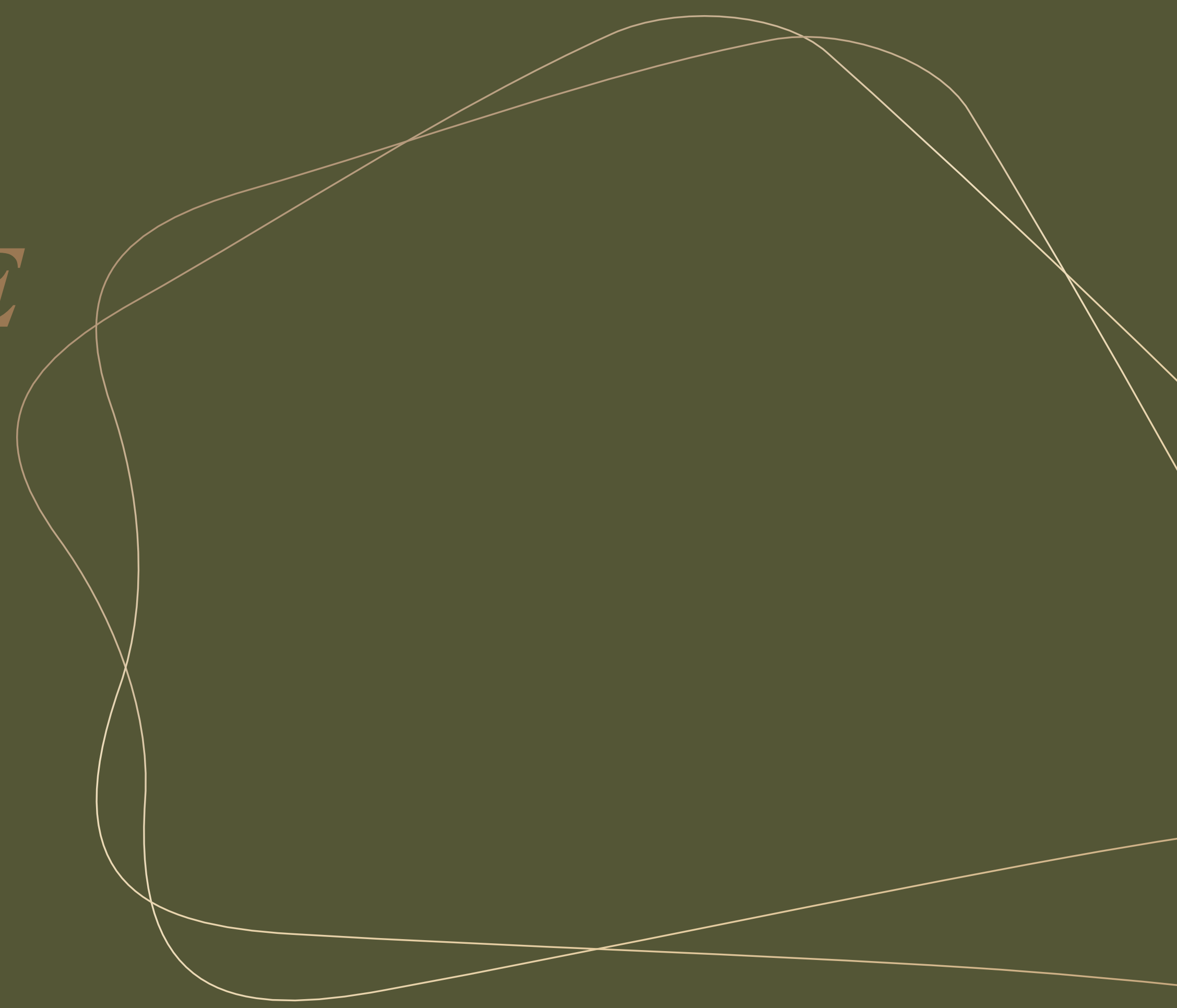
-A área de jardim e vegetação cobre mais da metade da área externa do projeto com 70% desta composta por plantas e elementos naturais. Essa área dispõe de cadeiras e jardim com árvores frutíferas. Nas estações de trabalho, estão previstos vasos de planta para garantir a conexão com elementos naturais.

-A venda de cigarros, produtos de tabaco e cigarros eletrônicos é proibida. É disponibilizado para todos os ocupantes material educativo que expõe as consequências do uso de tabaco.

-É implementada uma política para todos os funcionários que define diretrizes sobre o uso de álcool e substâncias dentro do projeto. Também são disponibilizados materiais educativos que abordam temas como gestão do uso pessoal de substâncias, educação sobre a prescrição de opioides e como ajudar alguém com dificuldades para lidar com essas substâncias.



COMUNIDADE





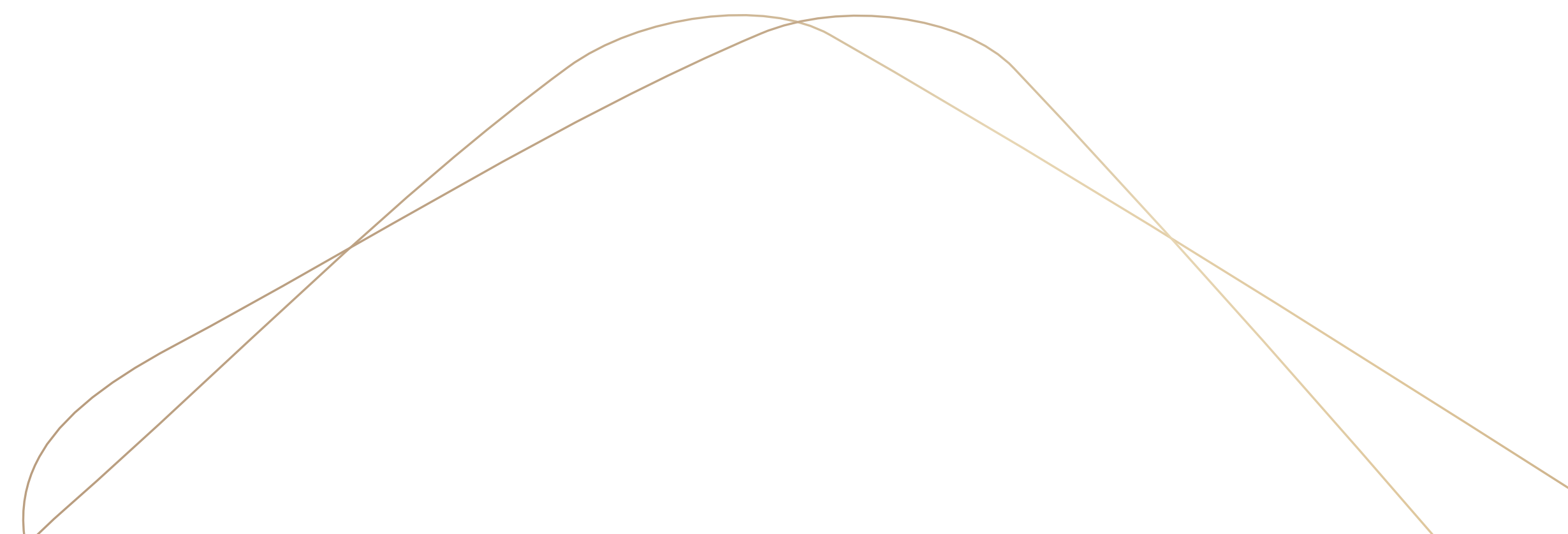
01. CONSCIENTIZAÇÃO À SAÚDE E BEM-ESTAR

O baixo conhecimento sobre fatores de saúde tem sido associado ao menor uso de cuidados preventivos (por exemplo, vacinas contra a gripe) e má gestão de condições crônicas (por exemplo, pressão alta). Esses resultados adversos têm enormes implicações econômicas.

Para ajudar a abordar os fatores de saúde, pode-se criar materiais educativos que comuniquem informações sobre questões básicas de saúde, considerando a população para qual os materiais se destinam. Fornecer materiais educacionais facilmente acessíveis sobre diversos tópicos de saúde e bem-estar localmente relevantes, incluindo como um projeto buscará recursos do WELL, ajuda os indivíduos a se envolverem em melhores práticas e apoiar a saúde, o bem-estar e o conforto dos funcionários.

02. PROJETO INTEGRADO

Envolver as partes interessadas desde o início do projeto cria uma oportunidade de diálogo entre os principais tomadores de decisão, planejadores e ocupantes. Por meio desse diálogo, os projetos podem promover o desenvolvimento de uma visão coletiva que beneficie a maior gama de constituintes. Ao alcançar essa visão coletiva, os projetos podem identificar um conjunto comum de atividades e estratégias de comunicação para promover e manter a adesão e a ativação das partes interessadas. Orientar as partes interessadas sobre como o projeto aderirá ao WELL ajuda os indivíduos a permanecerem engajados e capacitados para utilizarem todos os programas e políticas da certificação disponibilizados no PINAH.



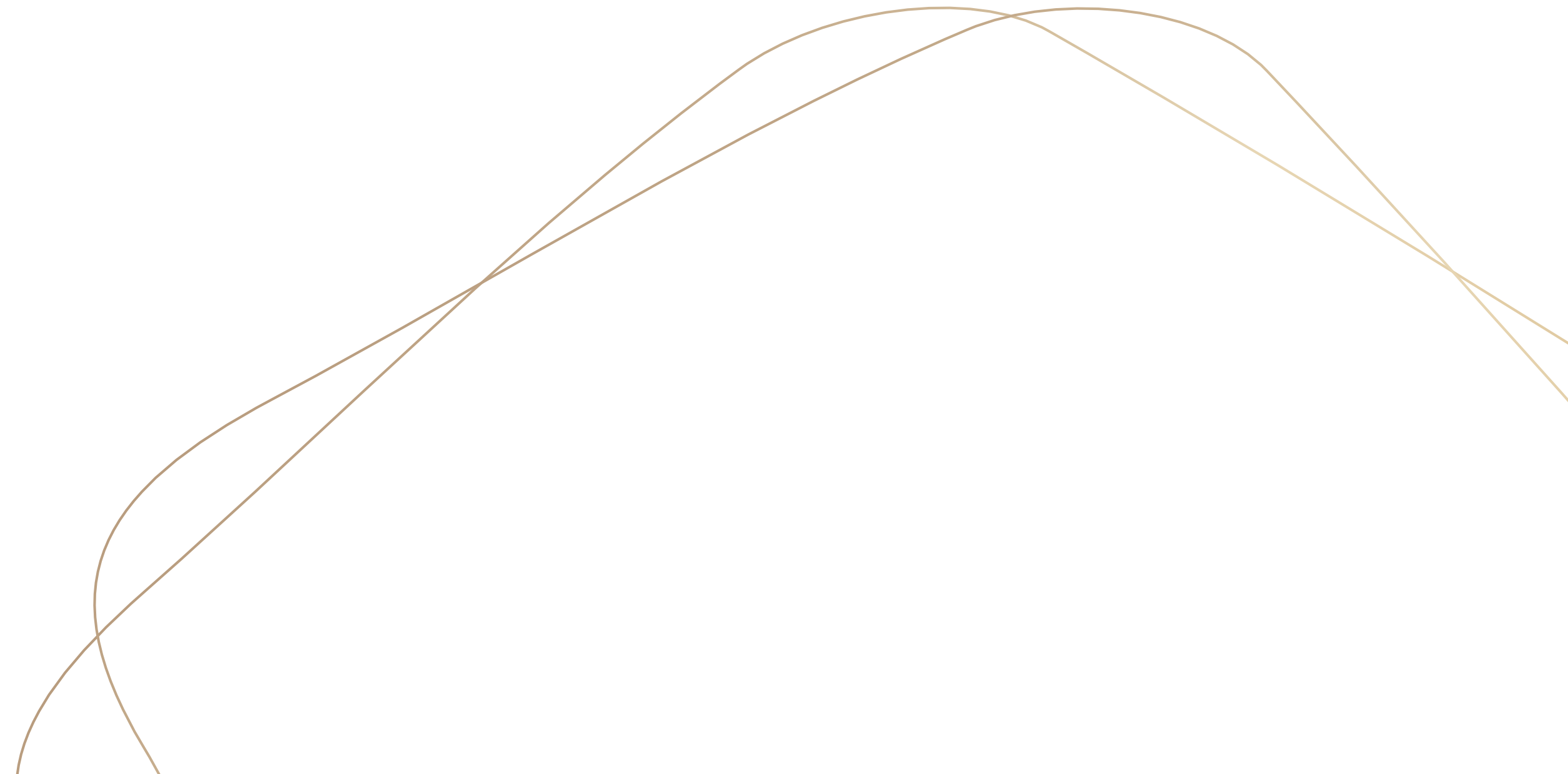


03. PESQUISA SOBRE O WELL

As pesquisas são uma ferramenta para entender e avaliar as percepções das pessoas sobre as condições ambientais internas, políticas de bem-estar e de saúde. Elas rastreiam a experiência e a satisfação de uma pessoa com um espaço, fornecendo informações valiosas para o projeto sobre o que está funcionando bem e as áreas de melhoria. Os gerentes do projeto podem usar os resultados das pesquisas para medir o progresso, identificar áreas prioritárias para mudança e implementar planos para tornar o espaço mais seguro, saudável e produtivo. Por isso, deve-se estabelecer padrões mínimos para a avaliação da experiência e autoavaliação da saúde e do bem-estar dos ocupantes do edifício.

04. BENEFÍCIO E SERVIÇOS À SAÚDE

Os serviços básicos de saúde incluem cuidados primários essenciais e serviços preventivos, como médicos, odontológicos, oftalmológicos, de saúde mental, tratamento de uso de substâncias, exames preventivos, gerenciamento de doenças e avaliações biométricas. Assim, um dos objetivos do projeto é apoiar a saúde geral e o bem-estar dos indivíduos e suas famílias, por meio da adoção de políticas de saúde abrangentes.



05. IMUNIDADE DOS OCUPANTES

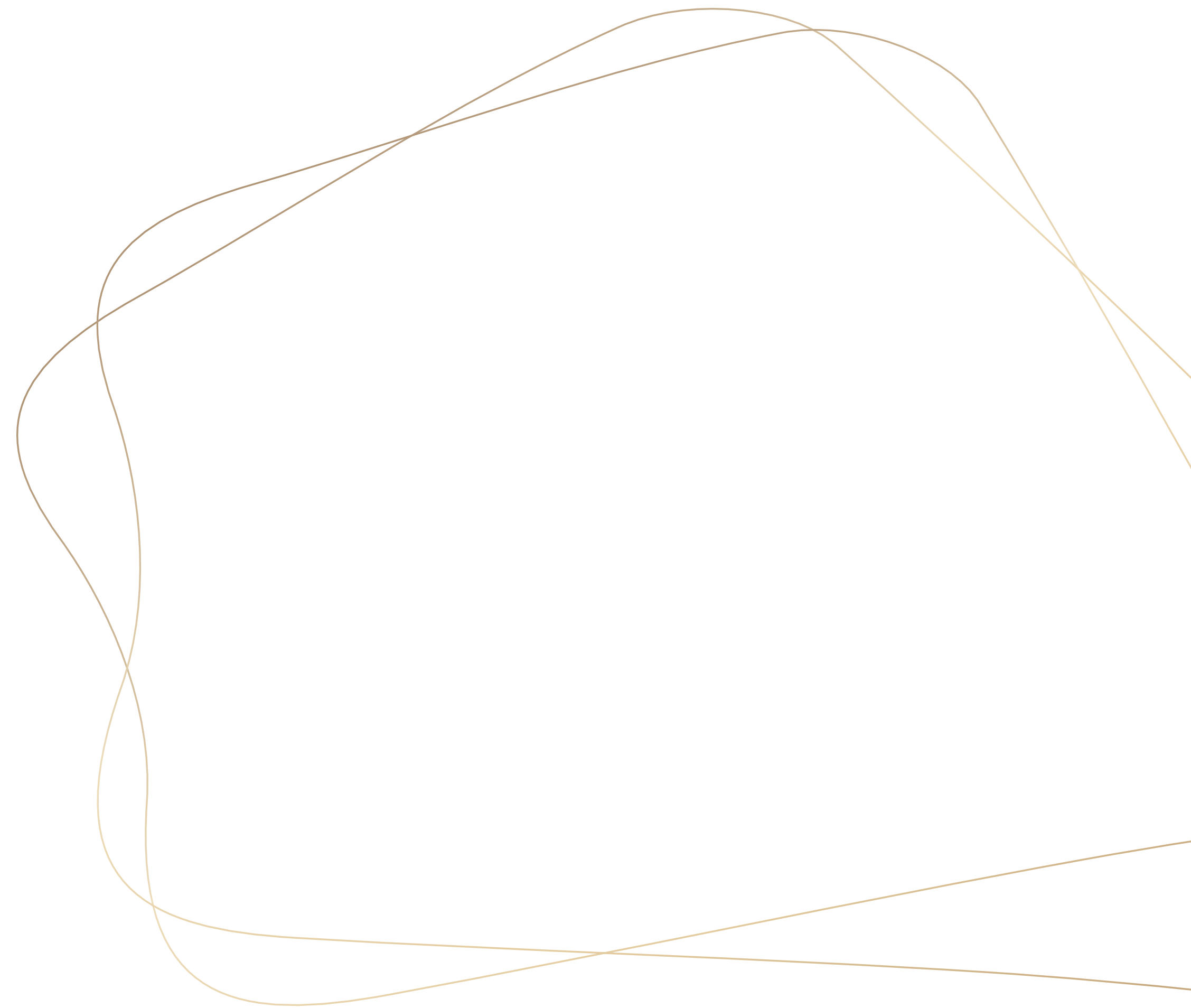
A vacinação é a forma mais eficaz de prevenção da gripe sazonal e outras doenças. A vacinação gratuita contra gripe, promovida ativamente no local de trabalho, é um método altamente eficaz para aumentar as taxas de vacinação e reduzir os casos de gripe sazonal. Além da gripe, outras imunizações essenciais são recomendadas com base em uma variedade de fatores, incluindo idade, estilo de vida e histórico médico. A promoção da imunização dos funcionários visa proteger a saúde geral e o bem-estar da comunidade no edifício por meio da prevenção da gripe sazonal e outros esforços de imunização.

06. ACOMODAÇÕES SANITÁRIAS

Banheiros que incluem todos os indivíduos, promovem a igualdade de gênero e atendem as necessidades de saúde de todos. Dessa forma, cuidadores de crianças pequenas, idosos ou pessoas que necessitam de assistência frequentemente conseguem ter acesso às instalações que apoiem suas necessidades. Garantir o acesso aos produtos de higiene pessoal diminui os riscos de saúde em mulheres. As instalações sanitárias sem distinção de gênero oferecem disponibilidade de banheiro seguro e confortável para indivíduos de todas as identidades de gênero, promovendo a equidade e integração na comunidade.

07. PREPARO PARA EMERGÊNCIAS

Ao se preocupar com a prevenção e preparação, edifícios e comunidades podem apoiar a segurança coletiva, a capacidade de sobrevivência e o bem-estar durante emergências. Adultos mais velhos, pessoas com deficiência, mulheres grávidas e crianças podem ter necessidades especiais durante uma emergência e são particularmente vulneráveis quando ocorre um desastre. Os planos de gerenciamento de emergência podem melhorar a comunicação, minimizar a confusão e otimizar a coordenação do pessoal durante situações de emergência. A criação de um plano de gestão de emergências eficaz requer a conscientização das condições locais e perigos potenciais, o entendimento das necessidades dos grupos vulneráveis e a implementação de estratégias para aumentar a capacidade de resposta. Manter um banco de dados de equipamentos e suprimentos de emergência, disponibilizar um sistema de notificação ou fornecer recursos prontamente acessíveis, como kits de primeiros socorros e desfibriladores, ajudam a melhorar as taxas de sobrevivência.



NO PINAH - *COMUNIDADE*

-É disponibilizado material educativo sobre a importância da conscientização em saúde e bem-estar, além de comunicações periódicas para divulgação e engajamento dos programas ofertados.

-Os projetos foram desenvolvidos e ajustados para priorizar a saúde e o bem-estar de todos. A missão do projeto é voltada para a saúde e bem-estar dos ocupantes.

-É disponibilizado um guia de saúde e bem-estar que aborda como acessar os serviços de saúde pública, quais os direitos e deveres do indivíduo e os benefícios disponibilizados.

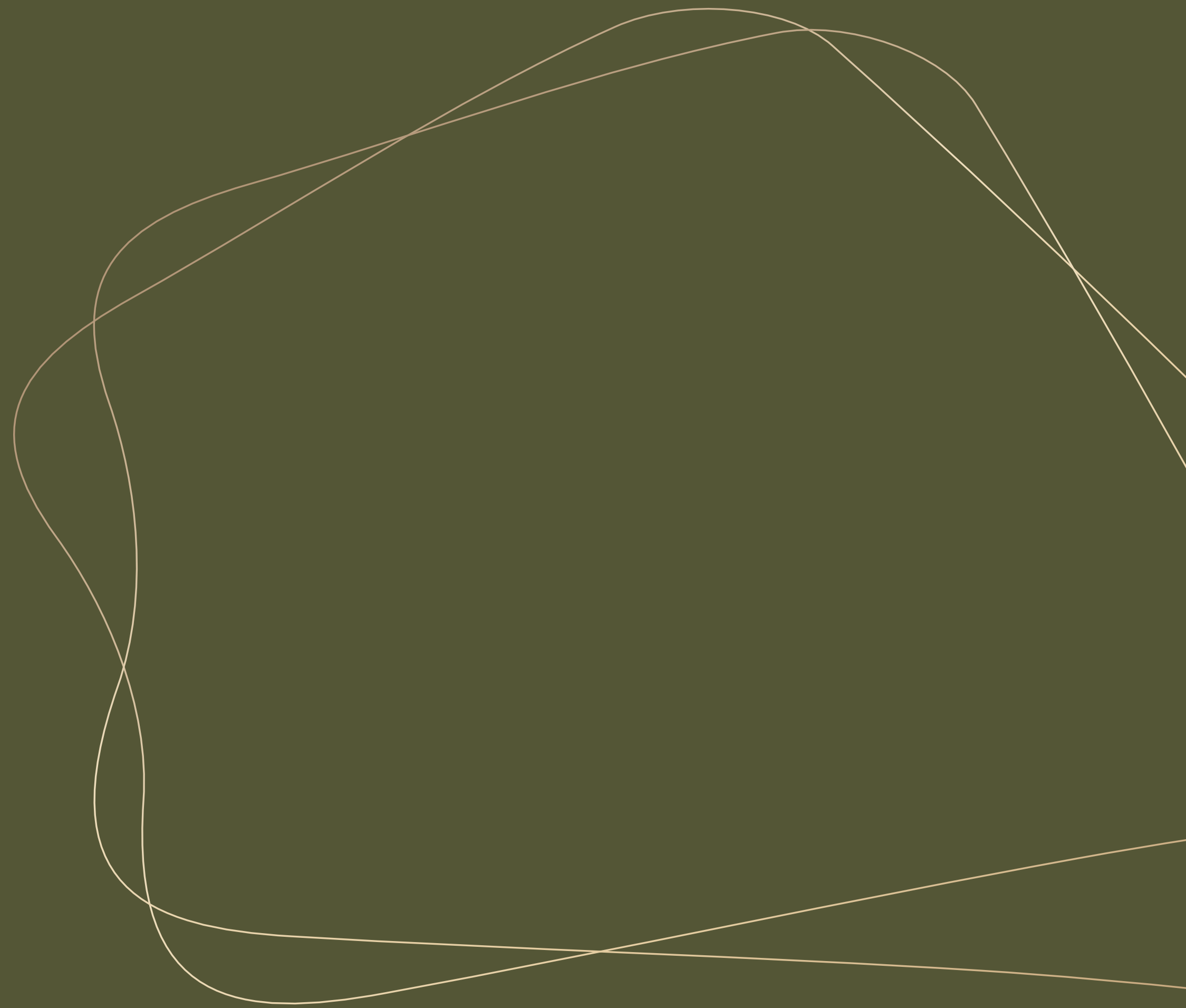
-É implementada uma política de campanhas e incentivos para a vacinação contra a Influenza. Os funcionários são incentivados a ficar em casa em caso de sintomas. Também são disponibilizados materiais educativos sobre os benefícios da vacina e boas práticas como cobrir a boca ao tossir e lavar as mãos.

-Todos os banheiros são equipados com lixeira, papel toalha, sabonete sem fragrância, absorventes e caixas para descarte de material perfurocortante, para pessoas que possam necessitar (como em casos de tratamento do diabetes, por exemplo). Além disso, há um banheiro família para acomodar crianças, equipado com banqueta, trocador infantil, acessórios de apoio e assento infantil.

-Existe um plano de emergência que estabelece as diretrizes para situações emergenciais, incluindo problemas com eletricidade, acidentes de trânsito, animais peçonhentos, acidentes de trabalho em altura, queda de energia e terrorismo.



INOVAÇÃO






01. WELL AP

A credencial WELL Accredited Professional (WELL AP) denota experiência em WELL e um compromisso com o avanço da saúde e do bem-estar humanos em edifícios e comunidades. A presença de um WELL AP em uma equipe do projeto pode beneficiar os esforços de planejamento e execução, simplificando o processo de inscrição e certificação do WELL.

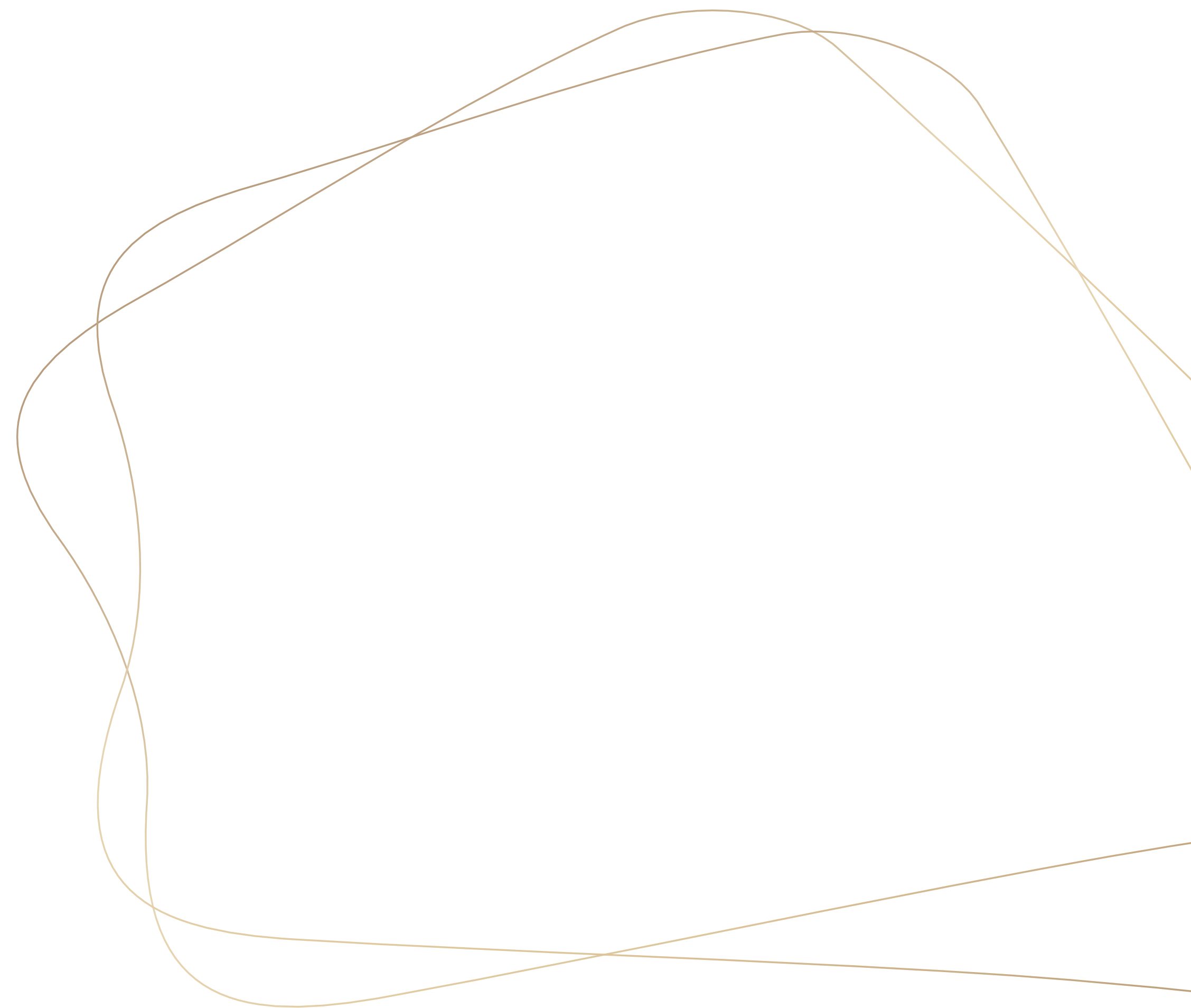
02. CERTIFICAÇÃO DE CONSTRUÇÃO SUSTENTÁVEL

O WELL se alinha com os principais sistemas de classificação de edifícios verdes e reconhece projetos que equilibram o compromisso com a sustentabilidade ambiental e com a saúde humana. As políticas que reduzem o impacto ambiental dos edifícios contribuem para o avanço da saúde humana em escala do edifício e da comunidade. O próprio ambiente pode atuar como um mecanismo para promover e reforçar a saúde, fornecendo ar fresco, água limpa, alimentos acessíveis e espaços verdes para atividade física e conexão social. Ao equilibrar considerações de sustentabilidade e saúde humana, tanto as pessoas quanto o planeta podem prosperar. Esse crédito reconhece projetos que obtiveram certificação de acordo com os principais sistemas de edifícios sustentáveis.



NO PINAH - *INOVAÇÃO*

-O projeto recebe a certificação GBC Platina e é o primeiro edifício residencial do Brasil a receber a certificação WELL Platinum.





LAGUNA
INCONFUNDÍVEL