



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

GUIA WELL



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 de produtos químicos 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 DA 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. 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.

07. 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 em um ambiente podem causar náuseas, perda de consciência, dores de cabeça, deficiência visual e no funcionamento cognitivo e comprometimento da capacidade de realizar tarefas complexas.



NO VAZ BATEL

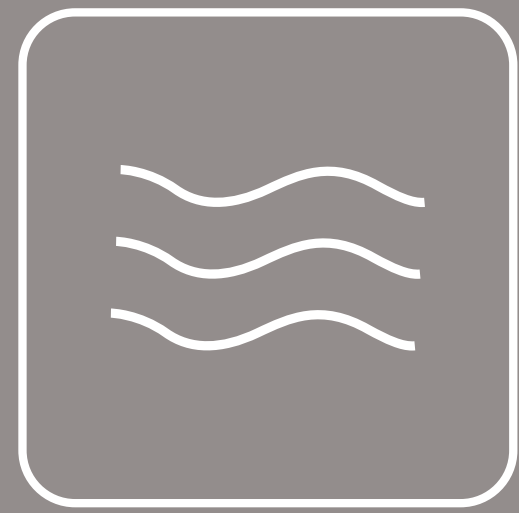
Todas os sanitários, lavabos, copas, área de lixo, lavanderia, cozinha e piscina possuem sistema de exaustão, retirando os gases presentes no ambiente interno e evitando a disseminação para demais locais dentro do edifício.





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

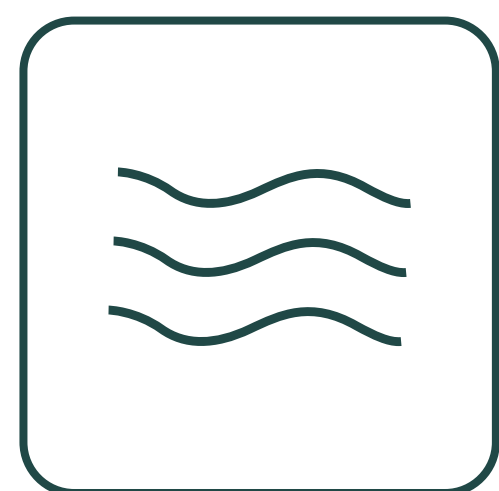
Existem muitas intervenções em escala de edifícios que podem melhorar a qualidade da água, e sua eficácia depende da remoção dos contaminantes. Por isso, é importante que os projetos entendam a qualidade da água de referência para que possam fornecer acesso à água potável em conformidade com os limites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

NO VAZ BATEL

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 para evitar o acúmulo de água quente nas tubulações e a criação do biofilme. Assim, é garantido uma probabilidade reduzida de formação de Legionella no edifício.



04. QUALIDADE MELHORADA DA ÁGUA

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

NO VAZ BATEL

Os parâmetros de qualidade da água são monitorados trimestralmente para garantir que a água entregue está dentro dos limites estipulados por normas internacionais.

Além disso, os dados são divulgados em pontos de maior circulação para informação e conscientização de todos os ocupantes.

06. INCENTIVOS AO CONSUMO DE 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.**

NO VAZ BATEL

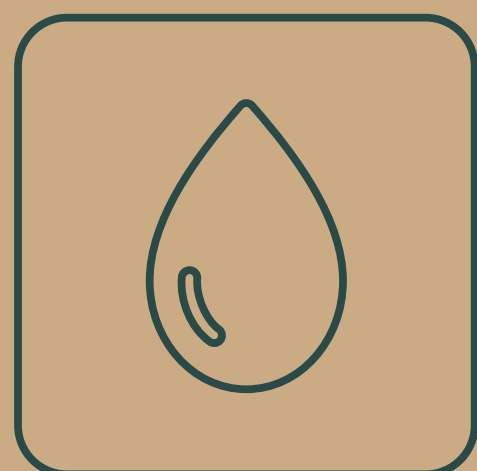
Filtros de água são disponibilizados a distâncias próximas e acessíveis e em locais estratégicos para estimular o consumo. Há um bebedouro na copa dos funcionários, um no coworking que atende as áreas comuns do térreo e outro no ático para atender as áreas de piscina e academia.





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.



NO VAZ BATEL

Áreas de piscina, lavanderia, sanitários e lavabos, por serem consideradas áreas molhadas, receberam acabamentos não porosos resistentes a umidade. As unidades residenciais possuem medição individualizada e todos os hidrômetros possuem precisão recomendada e são pré-equipados para permitir medição remota, facilitando o desligamento e monitoramento em casos de vazamentos e infiltrações.

08. HIGIENE DAS MÃOS

A higiene adequada das mãos é fundamental para reduzir a incidência de doenças gastrointestinais e respiratórias. 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.

NO VAZ BATEL

Para garantir a higienização das mãos de maneira correta, é disponibilizado papel toalha para secagem das mãos e saboneteira com embalagem descartável e selada, para evitar propagação de germes e organismos.

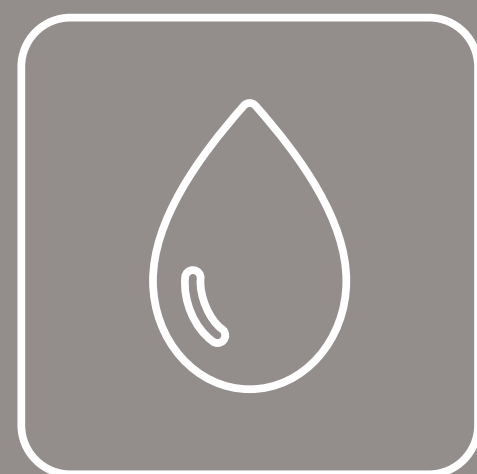
Além disso, os sabonetes disponibilizados não possuem fragrância para atender a todos os usuários, evitando possíveis alergias.

09. GERENCIAMENTO DO REUSO DE 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.

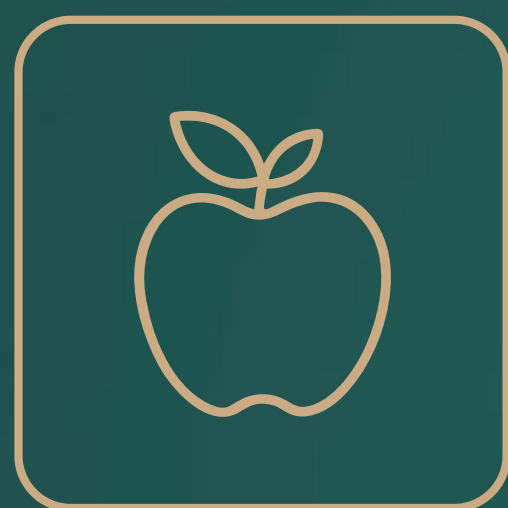
O bem-estar e conforto dos usuários também são importantes, de maneira que a cor e turbidez da água deverão seguir parâmetros definidos para não causar a sensação de que o sistema não funciona e ou que possa causar riscos à saúde.

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



NO VAZ BATEL

A água de reuso é utilizada de maneira segura através da correta captação e tratamento, é utilizado o sistema de first-flush, filtragem e cloração da água. Os ocupantes são informados onde é utilizada a água de reuso através de sinalizações nas torneiras de manutenção e no sistema de irrigação.



NUTRIÇÃO



01. PUBLICIDADE DE ALIMENTOS SAUDÁVEIS

Em adultos, a exposição à publicidade de alimentos influencia as escolhas e os comportamentos alimentares. Hábitos saudáveis durante a vida adulta, poderão contribuir para a prevenção primária de comorbidades como diabetes mellitus, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, entre outras. Dessa forma, é de extrema importância que ocorra o incentivo à seleção e ao consumo de opções de alimentos mais saudáveis por meio de posicionamento estratégico e publicidade.

NO VAZ BATEL

Não há propaganda ou incentivo ao consumo de alimentos fritos ou com alto teor de açúcar. Para incentivar a alimentação saudável são disponibilizadas comunicações visuais nas copas e salão de festas que abordam os benefícios atrelados ao consumo de alimentos integrais, naturais e ao consumo de água.





02. 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.

NO VAZ BATEL

Foram disponibilizados para os ocupantes materiais educativos que contêm receitas regionais, alimentos típicos brasileiros e informações nutricionais.







03. 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 comer 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 probabilidade 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 pessoas mais saudáveis, que conseqüentemente apresentam mais disposição para a realização de suas tarefas.

NO VAZ BATEL

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






04. 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 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 do projeto a terem uma alimentação mais saudável e equilibrada.

NO VAZ BATEL

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



05. 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 aumentar 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.

NO VAZ BATEL

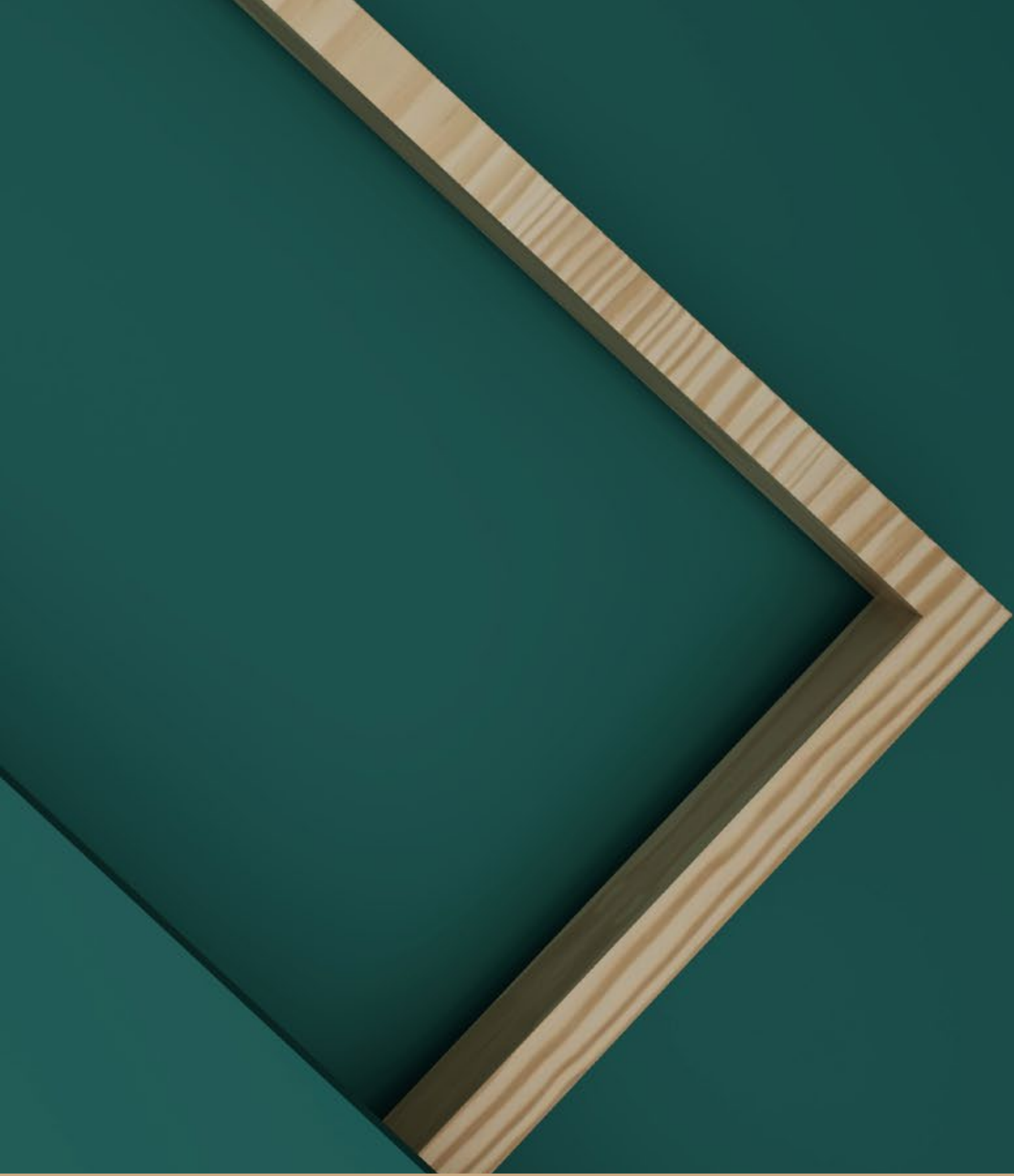
Há paisagismo comestível composto por árvores frutíferas como pitangueira, alecrim, aroeira pimenteira, pata-de-vaca e trapoeraba que compõem 90 m² de área disponível a todos os ocupantes. Também são disponibilizadas ferramentas necessárias para plantio e manutenção das plantas.

06. 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 VAZ BATEL

O acesso a alimentos saudáveis é facilitado pois o edifício localiza-se a 650 m da Delicatto Fast e a 700 m do Festival, mercados com seção para frutas, verduras e legumes.



LUZ

GUIA WELL






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 desse sistema, 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.

NO VAZ BATEL

A fachada é composta por perfis de vidro que permitem a entrada de iluminação natural tanto nas áreas comuns como nas áreas privativas, que atende ao nível mínimo de iluminação natural durante um dia.



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.

NO VAZ BATEL

Há elementos transparentes suficientes que permitem a entrada de luz e acesso a vista de qualidade. Mais de 75% dos ambientes regularmente ocupados atendem ao nível adequado de iluminação natural por mais de 50% das horas do dia.

04. CONTROLABILIDADE DA 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.



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 de 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, 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.

NO VAZ BATEL

As estações de trabalho são equipadas com mobiliário ergonômico (cadeiras, monitores, acessórios e mesas com ajuste de altura). Também é disponibilizado material educativo que ensina os ocupantes a adaptarem todos os equipamentos as suas necessidades.

03. REDE 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.

NO VAZ BATEL

O design das escadas foi projetado de maneira a incentivar os ocupantes através de estratégias de comunicação visual, tornando o caminho mais agradável. Há sinalização de ponto de decisão incentivando a escolha das escadas posicionadas na base das escadas, elevadores e corredores.

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 após o transporte são razões pelas quais as pessoas optam por não ir de bicicleta para o local de trabalho. Armários e vestiários/chuveiros, oferecem 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.


NO VAZ BATEL

Há infraestrutura suficiente para receber os ocupantes, funcionários e visitantes que utilizam a bicicleta como meio de transporte. Há bicicletário externo para visitantes com 4 vagas e outro interno para funcionários e moradores com 63 vagas. Também é disponibilizado kit de reparo com bomba pneumática, chave sextavada e adesivo para remendo. O projeto também prevê vestiário com chuveiro e armários para os funcionários.



05. SELEÇÃO E PLANEJAMENTO DO 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.



NO VAZ BATEL

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

06. ESPAÇOS E EQUIPAMENTO 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.

NO VAZ BATEL

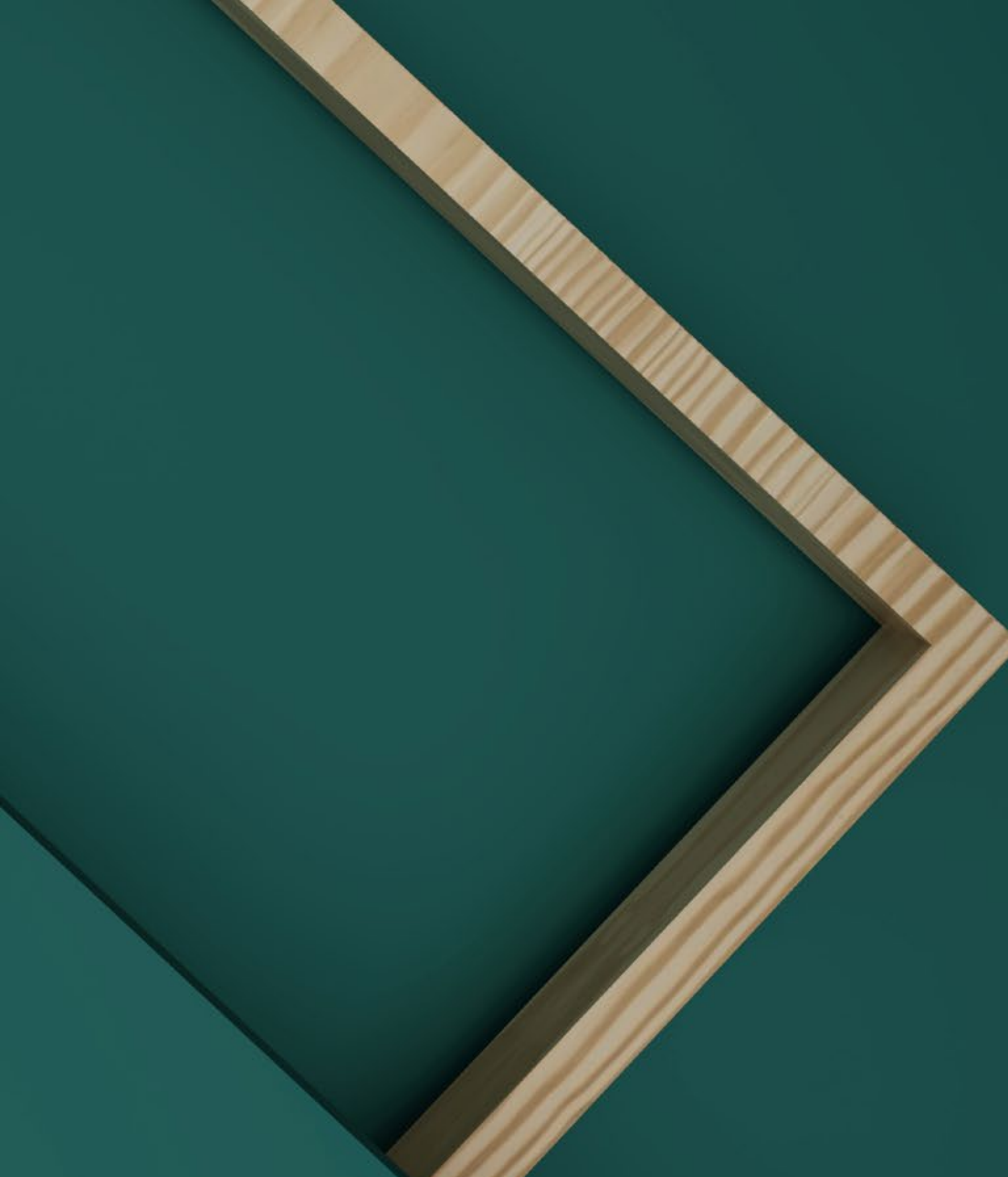
A academia conta com equipamentos cardiorrespiratórios e de fortalecimento muscular, em quantidades suficientes para atender a todos os ocupantes em horário de maior utilização. A Praça da Espanha está localizada a 300 m do projeto com espaço e caminhos que garantem a caminhabilidade, contato com elementos da natureza e fontes de água.

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 VAZ BATEL

A área externa foi pensada para que os pedestres se sintam seguros e confortáveis ao caminharem. Opções de destino para pedestres no local incluem instalações artísticas, árvores, plantas e outros elementos paisagísticos. O projeto também conta com um bicicletário externo, estimulando visitantes a se locomoverem 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.

NO VAZ BATEL

Para garantir o conforto térmico na edificação, foi realizado um estudo de massa do projeto em todas as estações do ano, com diferentes tipos de vidros e composições da parede externa com isolamento térmico e acústico levando em conta seu posicionamento geográfico.






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.

NO VAZ BATEL

São aplicadas pesquisas semestrais de conforto térmico após a ocupação do edifício com participação dos funcionários e moradores.



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.

NO VAZ BATEL

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



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.

NO VAZ BATEL

Todos os ambientes foram mapeados e projetados de acordo com sua tipologia de uso, ambientes ruidosos foram posicionados distantes de ambientes silenciosos para garantir o conforto acústico e evitar perturbações entre ambientes. Em casos que não foi possível utilizar essa estratégia, foram instaladas estruturas de vedação e materiais acústicos para garantir o conforto acústico aos ocupantes.



02. NÍVEIS MÁXIMOS DE RUÍDO

O conforto acústico do projeto pode ser afetado pelo ruído emitido pelo 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.



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. GERENCIAMENTO DE MATERIAIS PERIGOSOS

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.

NO VAZ BATEL

O edifício é uma construção nova, dessa maneira, não houve preocupação com os materiais de uma estrutura pré-existente.

03. 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.

NO VAZ BATEL

Mobiliários e estruturas de madeira foram verificadas e escolhidas aquelas que não possuem preservativo prejudicial 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.

04. GERENCIAMENTO DOS RESÍDUOS

O gerenciamento dos resíduos tem como objetivos mitigar a contaminação ambiental e a exposição dos usuários. 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.

NO VAZ BATEL

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

05. 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.

NO VAZ BATEL

Há procedimentos de limpeza estabelecidos para que o empreendimento atenda um nível de limpeza e conforto do usuário satisfatório. Somente os produtos de limpeza de baixo risco são utilizados e produtos com amônia ou cloro são armazenados separadamente, além de possuir sinalização de alerta para evitar acidentes.

Os funcionários recebem treinamento anual, EPIs adequados para realizar a limpeza e desinfecção periódica.



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.



NO VAZ BATEL

A fachada do edifício foi executada com perfis de vidro que permite a entrada da iluminação natural. Além disso, nas áreas comuns há diversas plantas e árvores para garantir a conexão à natureza. Os materiais de acabamento utilizados são de elementos naturais ou que remetem à natureza.

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.

NO VAZ BATEL

Os funcionários recebem treinamento trimestralmente sobre saúde mental que trata sobre as condições de depressão, ansiedade, estresse e dependência química, além de como identificar sinais e sintomas de problemas de saúde mental.

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 meditem, orem ou reflitam pode capacitá-los a gerenciar seu próprio estresse e bem-estar da maneira mais confortável para eles.

NO VAZ BATEL

Há espaços restauradores externos com incorporação da natureza, mobiliário móvel, 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.





07. 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 ocupantes a curto e longo prazo.

NO VAZ BATEL

A venda de cigarros, produtos para tabaco e cigarros eletrônicos é proibida. É disponibilizado para todos os ocupantes material educativo que expõe as consequências do uso de tabaco. Também é implementada uma política de campanhas e recompensas para todos que pararam de fumar e frequentam grupos de apoio para ex-fumantes.







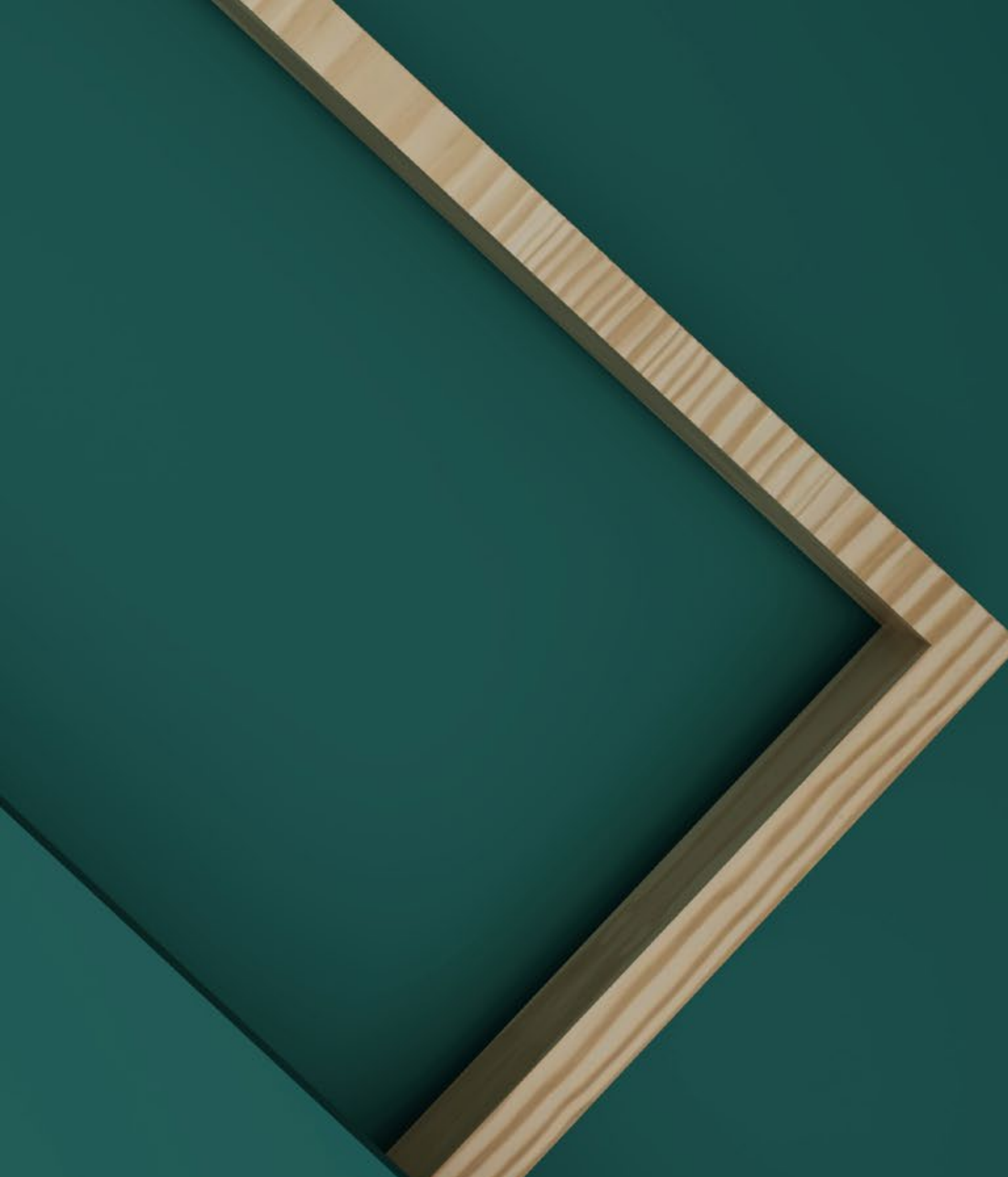
08. SERVIÇOS E EDUCAÇÃO SOBRE O USO DE SUBSTÂNCIAS

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

NO VAZ BATEL

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



NO VAZ BATEL

São disponibilizados materiais educativos sobre diversos assuntos que tratem da importância da conscientização da saúde e bem-estar, além de comunicações periódicas para divulgação e engajamento dos programas ofertados.

02. OPORTUNIDADES RESTAURADORAS

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 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 VAZ Batel.





03. BENEFÍCIOS 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.

NO VAZ BATEL

Os funcionários recebem 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.





04. 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.

NO VAZ BATEL

É implementada uma política de campanhas e incentivo da vacinação da Influenza a todos.

Os funcionários são incentivados a ficar em casa em caso de sintomas. Também são disponibilizados materiais educacionais sobre os benefícios de receber a vacina, e dicas de prevenção, como cobrir a boca ao tossir e lavar as mãos.

05. 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 as instalações que apoiem suas necessidades. Garantir o acesso aos produtos de higiene pessoal diminui o risco de problemas 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.

NO VAZ BATEL

Todos os banheiros são equipados com lixeira, papel toalha, sabonete sem fragrância, absorventes e é disponibilizada uma caixa para material perfurocortante para pessoas que necessitam.

06. 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, 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 VAZ BATEL

Há um plano de emergência que descreve as diretrizes a serem tomadas em casos 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 VAZ BATEL

O projeto recebe a certificação GBC Ouro e WELL Gold.





VAZ

BATEL

construtoralaguna.com.br/vazbatel

