18° ENCONTRO NACIONAL DE ENSINO DE PAISAGISMO EM ESCOLAS DE ARQUITETURA E URBANISMO NO BRASIL

BELO HORIZONTE - MG
11 - 14 / AGOSTO

PAISAGENS EM DIÁLOGOS
TERRITÓRIOS, MEMÓRIAS E NATUREZAS

ENEPEA 2026

SALUTOGÊNESE

O impacto do paisagismo salutogênico em praças públicas, na saúde e no bem-estar.

Sessão temática: ST1 – Paisagens e natureza

SALUTOGENESIS
The impact of salutogenic landscaping in public squares, on health and well-being.

REZENDE, Danielle Candiá de Almeida Arquiteta e Urbanista | Centro Universitário Doctum |Juiz de Fora, MG, Br | candiadaniellealmeida@gmail.com | ORCID: 0009000476789324

MARTINS, Hudson Gonçalves Mestre em Arquitetura Paisagística | MPAP/FAU/UFRJ | Rio de Janeiro, RJ, Br | prof.hudson.martins@doctum.edu.br | ORCID: https://orcid.org/0009-0000-3780-7551

RESUMO

Esta pesquisa investiga o paisagismo em praças públicas como recurso salutogênico essencial à promoção da saúde e bem estar urbano. Embasada na teoria da salutogênese de Aaron Antonovsky, a pesquisa se desenvolveu por meio de revisão bibliográfica, estudo de caso e análise de campo, evidenciando fatores como acessibilidade, legibilidade espacial, recursos disponíveis, segurança, estímulos sensoriais, contato com a natureza e coesão social, potencializando o senso de coerência, compreensibilidade, gerenciabilidade e significância, fortalecendo a resiliência dos indivíduos frente a estressores. O resultado da pesquisa gerou um desenvolvimento projetual a partir de uma análise de uma praça existente na cidade de Juiz de Fora-MG, com um partido resultante das condicionantes, deficiências e potencialidades do lugar. Conclui-se que o paisagismo urbano salutogênico, associado a políticas públicas eficazes e à participação comunitária, representa estratégia fundamental para a promoção da saúde física, mental e social, como também para a qualidade de vida urbana.

Palavras-chave: Paisagismo; Praça pública; Salutogênese; urbanismo sustentável.

ABSTRACT

This research investigates landscaping in public squares as an essential salutogenic resource for promoting urban health and well-being. Based on Aaron Antonovsky's theory of salutogenesis, the research was developed through a literature review, case study, and field analysis, highlighting factors such as accessibility, spatial legibility, available resources, safety, sensory stimuli, contact with nature, and social cohesion, enhancing the sense of coherence, comprehensibility, manageability, and significance, strengthening individuals' resilience in the face of stressors. The research results generated a project development based on an analysis of an existing square in the city of Juiz de Fora-MG, with a plan resulting from the constraints, deficiencies, and potentialities of the place. It is concluded that salutogenic urban landscaping, associated with effective public policies and community participation, represents a fundamental strategy for promoting physical, mental, and social health, as well as urban quality of life.

Keywords: *Landscaping; Public square; Salutogenesis; sustainable urbanism.*

1 INTRODUÇÃO

O artigo se desdobra sobre o tema de espaços livres públicos dentro do desenvolvimento do trabalho final de graduação do curso de arquitetura e urbanismo. Nesse contexto foram utilizadas metodologias de pesquisa que combinam teoria e prática projetual, com métodos mistos quanto ao teor qualitativo e quantitativo, com revisão bibliográfica e levantamento de dados em campo.

Como enfoque teórico, foi investigado o papel do paisagismo em praças públicas como um recurso de resistência, capaz de fortalecer o senso de coerência e promover a saúde e o bem-estar em ambientes urbanos. A análise se desenvolve a partir de inter-relações entre o ambiente físico, a percepção de coerência e os efeitos positivos para a saúde. De acordo com Antonovsky (1979), a salutogênese, promove o bem-estar e a saúde com o propósito central de identificar e fortalecer os recursos e capacidades que contribuem para o gerenciamento das situações estressoras, ressignificando- as e sendo ainda mais resilientes diante do contexto.

O principal objetivo do estudo é identificar elementos paisagísticos que favoreçam a percepção de compreensibilidade, gerenciamento e significado do espaço urbano, isto é, que contribuam para que os usuários percebam o ambiente estruturado, com recursos acessíveis, coeso, previsível, com memória histórica preservada e, com esses elementos identificados, gerar proposta projetual.

Espera-se, contribuir para o fortalecimento de políticas públicas e estratégias de planejamento urbano que reconheçam o valor dos espaços públicos livres como elementos essenciais ao bem-estar, à qualidade de vida e à saúde coletiva nas cidades.

2 PROBLEMÁTICA

A saúde e o bem-estar das populações urbanas ocupam a centralidade nas discussões sobre políticas públicas e planejamento urbano, assim como compõem os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), que são parte de uma agenda de ação pautada por 17 objetivos (figura 01) e 169 metas constituídas pela Organização das Nações Unidas (ONU).

Figura 1: Objetivos da ONU



Fonte: Site da ONU. Disponível em: https://brasil.un.org/pt-br. Acesso em: 06 de março de 2025.

Recentemente, as cidades sofreram o impacto da pandemia e, mesmo com a desaceleração momentânea da urbanização, as áreas urbanas que já abrigam 55% da população mundial,

devem atingir 68% até 2050. Segundo a ONU em 2022, “nosso mundo em rápida urbanização deve responder efetivamente a essa pandemia e se preparar para futuros surtos de doenças infecciosas”.

Com essa projeção de enfrentamentos futuros aos riscos de surtos infecciosos e a reafirmação da valorização na qualidade de vida propiciada pela existência e apropriação dos espaços livres públicos, que tivemos chance de reconhecer durante o período de isolamento social, enfatiza-se a necessidade de desenvolver espaços públicos que promovam qualidade de vida.

Essa tendência mais alarmante pode ser evidenciada pelos dados do Quociente de Saúde da Mente (MHQ), que mede todos os aspectos da função mental: emocional, social e cognitiva. Esses dados apontam que, embora os adultos mais velhos estejam indo bem, a quase maioria dos adultos mais jovens está passando por lutas ou angústia funcionalmente debilitantes. Não se trata apenas da diminuição da felicidade – que é apenas um pequeno componente da Saúde da Mente – mas do funcionamento mental central necessário para enfrentar os desafios da vida e funcionar de forma produtiva. (Sapiens Labs,2024, p. 02).

Considerando a pesquisa realizada pela Institut Public de Sondage d'Opinion Secteur (Ipsos), o Brasil é o 4º país mais estressado do mundo com 42% da população relatando esse sentimento.

Diante deste cenário, torna-se imprescindível o papel do paisagismo salutogênico, aliado a políticas públicas voltadas à resiliência urbana, para integrar soluções paisagísticas que promovam saúde, bem-estar e adaptação às mudanças climáticas.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 Salutogênese

Conforme Antonovsky (1979), a salutogênese “das origens (gênese), de saúde (saluto)”, visa entender os fatores que promovem a saúde e o bem-estar, ao contrário da patogênese que foca na causa das doenças. O Senso de Coerência (SOC) é um elemento fundamental dessa abordagem, que refere- se à capacidade do indivíduo de perceber a vida como compreensível, gerenciável e significativa. No contexto urbano, o conceito torna-se ainda mais relevante, onde o estresse e a complexidade da vida cotidiana moderna podem impactar a saúde física, mental e social dos habitantes (Antonovsky 1979, p. VII).

Em 1979, Aaron Antonovsky, um sociólogo médico de naturalidade americana e imigrante israelense, propõe um romper de paradigma ao definir o conceito de salutogênese. Um modelo que investiga os fatores mantenedores da saúde das pessoas, mesmo durante o enfrentamento de situações adversas. "As origens da saúde devem ser encontradas em um senso de coerência" (Antonovsky, 1979, prefácio VII). A patogênese, enfatizada pelo modelo biomédico tradicional, tem historicamente pautado a compreensão da saúde e da doença, sendo este conceito dicotômico a base para a identificação e tratamento das enfermidades pela causa.

Segundo o autor, a salutogênese contrapõe esta ideia, apresenta não uma polaridade extrema saúde-doença, mas, desloca seu foco para um continuum, saúde(funcional)-enfermidade(disfuncional), no qual os indivíduos fluem ao longo da vida. Ela está relacionada com a liberdade do indivíduo de se manter saudável se desenvolvendo pessoal e socialmente,

destacando dois aspectos principais: os recursos gerais de resistência que geram resiliência e o senso de coerência (SOC).

O senso de coerência, elemento central da teoria da salutogênese, representa uma capacitação global que condiciona o indivíduo a vislumbrar a vida como sendo compreensível, manejável e significativa. Esta percepção fortalece a capacidade de superar os estressores e desafios cotidianos, adaptando-se a mudanças e vencendo obstáculos, o que contribui para o bem-estar e a saúde.

Fundamentado em três dimensões interdependentes, permite não somente que o indivíduo perceba e compreenda sua realidade, mas, também, faça uma gestão eficaz e uma conexão emocional significativa, mesmo estando em desequilíbrio heterostático, ou seja, um contínuo processo de ajustes as condições em constantes mudanças. "O organismo humano, prototipicamente em estado de desequilíbrio heterostático, constitui o núcleo da orientação salutogênica." (Antonovsky, 1987, p. 130)

> Foi bastante natural como sociólogo, conceituar o colapso, ou o estado de saúde, como um continuum. Ficou claro que todos nós, enquanto estivermos vivos, somos em parte saudáveis e em parte doente, isto é, estamos em algum lugar no continuum de colapso. Mas "estado geral de saúde" é um termo impróprio. Como todo mundo, eu tinha uma orientação patogênica. Minha pergunta era: O que explica o fato de que as pessoas descem no continuum de colapso? (Antonovsky, 1979, prólogo 5).

Antonovsky considerou inútil a ideia de eliminar os estressores, já que são onipresentes e inevitáveis, ocorrendo em vários momentos da vida, portanto, uma abordagem mais eficaz seria compreender como nos adaptamos a um ambiente onde os estressores estão sempre presentes. Ele acreditava que a ênfase deveria ser dada à capacidade de adaptação e enfrentamento dos indivíduos, ao invés de atacar cada fator gerador do estresse individualmente. Para ilustrar essa perspectiva, Antonovsky recorreu ao conceito da entropia negativa ou negentropia, que são os esforços para combater a desordem e a degradação inevitáveis no sistema, promovendo organização e estabilidade. Contrapondo a entropia, que é a tendência natural da desordem (Antonovsky, 1987, p. 9).

A compreensão dos recursos gerais de resistência (GRRs), conforme Antonovisky, "qualquer característica da pessoa, do grupo ou do ambiente que possa facilitar o gerenciamento eficaz da tensão" é essencial para que sejam aplicados em uma ampla diversidade de estressores, o autor complementa que "parece imperativo focar no desenvolvimento de uma compreensão mais completa desses recursos de resistência que podem ser aplicados para atender a todas as demandas"(Antonovsky, 1979, prólogo 5).

3.1.1 Design salutogênico

Na sociedade pós-industrial, marcada pela centralidade do conhecimento e pela valorização do bem-estar integral, a arquitetura adquire papel estratégico na promoção da saúde. Nesse cenário, o design salutogênico, conceito desenvolvido por Alan Dilani com base na teoria da salutogênese de Aaron Antonovsky, propõe ambientes que incentivem a saúde por meio da redução de estressores e do fortalecimento do senso de coerência. Conforme Dilani (2009) "design psicossocialmente apoiador estimula e envolve as pessoas, tanto mental quanto

socialmente, e apoia o senso de coerência do indivíduo.” Para ele, o Planejamento urbano deve adotar o design salutogênico combinado a soluções baseadas na natureza, e tecnologias inteligentes para aumentar a resiliência e a sustentabilidade urbana. “(...) a paisagem e o parque público podem ser contemplativos para as pessoas e afetar nosso senso de coerência, reduzindo o estresse e promovendo saúde e bem-estar” (Dilani, e-mail pessoal, 28 maio 2025).

3.1.2 Paisagismo salutogênico em praça pública relacionado à saúde, qualidade de vida e bem-estar.

Quando orientado por um planejamento criterioso e fundamentado nas reais necessidades dos usuários, configura-se como um instrumento estratégico para a qualificação dos espaços urbanos. Associado ao conceito de biofilia, que é entendido como “a tendência inata de se concentrar na vida e nos processos realistas” (Wilson, 1984, p. 1), o paisagismo pode ampliar significativamente os benefícios proporcionados por esses ambientes. Entre os impactos positivos, destacam-se a elevação do senso de coerência dos frequentadores, a melhoria da qualidade do ar e a redução dos níveis de estresse. Esses fatores, em conjunto, são recursos que contribuem para a promoção, manutenção e fortalecimento da saúde e do bem-estar dos usuários no contexto urbano.

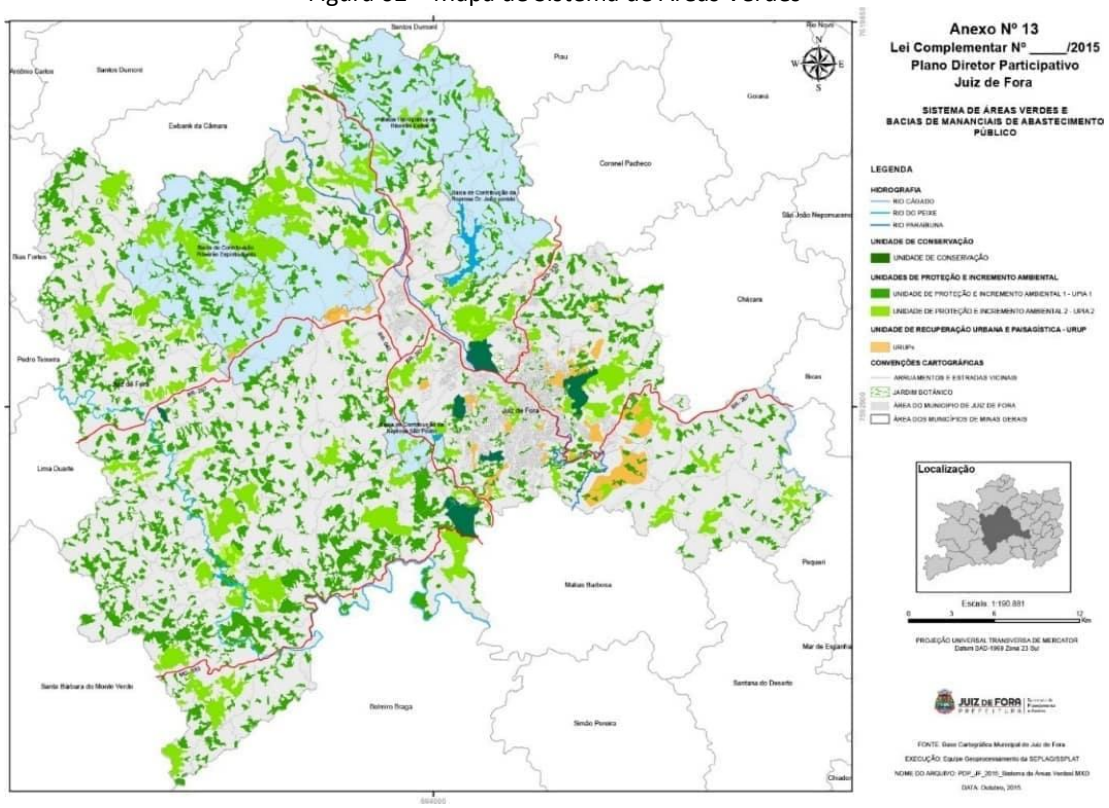
3.2 Biofilia

Entre teorias e práticas que abordam a sustentabilidade nas cidades, a Biofilia tem se apresentado como assunto constante na defesa por uma relação saudável das pessoas com a natureza. Na escala da cidade, os projetos biofílicos interferem na ecologia e no clima urbano, restaurando, recuperando e transformando espaços livres em locais urbanos mais vivos (Beatley, 2011).

Conforme Wilson (1984), o ser humano manifesta uma tendência a direcionar sua atenção para formas de vida e processos naturais, essa inclinação, denominada biofilia, é considerada como traço inato, permitindo uma conexão com o que é natural, sendo que a ausência deste vínculo pode resultar em efeitos adversos na saúde física e emocional, assim como comprometer o processo criativo e o bem estar psicológico dos indivíduos. “A conclusão que tiro é otimista: à medida que compreendermos outros organismos, daremos maior valor a eles e a nós mesmos.” (Wilson, 1984, p. 02).

Na cidade de Juiz de Fora, pelo seu desenvolvimento urbano acelerado e com território marcado pela paisagem montanhosa da zona da mata mineira onde a ocupação, além do atrito com as áreas de preservações permanentes relacionadas à declividade do solo e a proximidade com os rios, apresenta a redução significante de suas áreas verdes (figura 02), o que resulta na fragilidade ecológica entre a fauna e a flora local.

Figura 02 – Mapa de Sistema de Áreas Verdes



Fonte: Base Cartográfica Municipal de Juiz de Fora. Disponível em: https://www.pjf.mg.gov.br/desenvolvimentodoterritorio/arquivos/2019/plano_diretor_mapas/anexo_13/anexo_13_sistema_de_areas_verdes.pdf.Acesso em: 21 de maio de 2026.

Segundo Spirn (1995, p. 29) “A medida que as cidades crescem em tamanho e densidade, as mudanças que produzem no ar, no solo, na água e na vida, em seu interior e à sua volta, agravam os problemas ambientais que afetam o bem-estar de cada morador”. Esse processo em constante avanço na região urbana da cidade de Juiz de Fora provoca a necessidade de recomposição de seus espaços livres existentes para que possam representar um contato da população com a natureza de maneira equilibrada com as demandas contemporâneas do cotidiano.

3.3 Espaços livres públicos, unidades de conservação (UCs) e praças públicas

Diante do avanço do processo de urbanização, os espaços públicos assumem uma grande importância na promoção da saúde e do bem estar da população, revelando uma cidade mais viva, com a geração de conectividade entre as pessoas, interação dos indivíduos com a natureza, elevação do senso de pertencimento e coesão social. Além do caráter social, tais espaços desempenham funções ambientais relevantes, contribuindo para regularização microclimática, a melhoria da qualidade do ar e o incremento da biodiversidade. Nesse contexto, Oliveira e Mascaró (2008) ressaltam os diversos benefícios advindos desses espaços, evidenciando sua influência positiva no bem-estar psicológico, na mitigação de ilhas de calor urbanas e no desenvolvimento de um ambiente harmonioso e sustentável. ”Existe grande demanda por

espaços abertos no meio urbano, visto que o ser humano necessita estar ao ar livre." (Oliveira e Mascaró, 2008, p.60).

O Plano Diretor Participativo de Juiz de Fora, por meio do sistema de áreas protegidas, áreas verdes e espaços livres, estabelece diretrizes que articulam conservação ambiental e qualificação urbana. Entre seus objetivos, destacam-se a proteção da biodiversidade e dos remanescentes da mata atlântica, a ampliação e integração das áreas verdes públicas, bem como a promoção do equilíbrio microclimático e da oferta de espaços destinados ao lazer, esporte e convivência social, consolidando a relação entre planejamento territorial e qualidade de vida. Em Juiz de Fora, a gestão das unidades de conservação (Tabela 01), é atribuída à Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Mudanças Climáticas com o objetivo de proteção de ecossistemas naturais que ainda não se encontram degradados ou que sejam recuperáveis

Tabela 01: Unidades de Conservação Ambiental de Juiz de Fora.

Tipo de UC	Quantidade	Exemplos / Nome	Área total (ha)
Reservas Biológicas Municipais (ReBio-M)	2	Poço D'Anta (277 ha), Santa Cândida (113,3 ha)	390,3
Parques Naturais Municipais	1	Parque Natural Municipal da Lajinha (88 ha)	88
Áreas de Proteção Ambiental (APA)	1	Mata do Krambeck (291,9 ha)	291,9
Reservas Particulares do Patrimônio Natural (RPPN)	1	Vale de Salvaterra (263,3 ha)	263,3
Florestas Municipais (Flomu)	11	Vila Esperança II, São Paulo, Vila da Conquista, Vale Verde, São Damião, Santa Lúcia, Amazônia, Milho Branco, Pedras Preciosas, Verbo Divino, Caiçaras	~43,78
Áreas Ambientais Tombadas	3	Morro do Cristo (78 ha), Parque Halfeld (1,2 ha), Parque do Museu Mariano Procópio (9 ha)	88,2
Áreas de Preservação Permanente (APP)	Diversas (não quantificadas)	Ex.: Bosque do Bairu (0,5 ha)	—

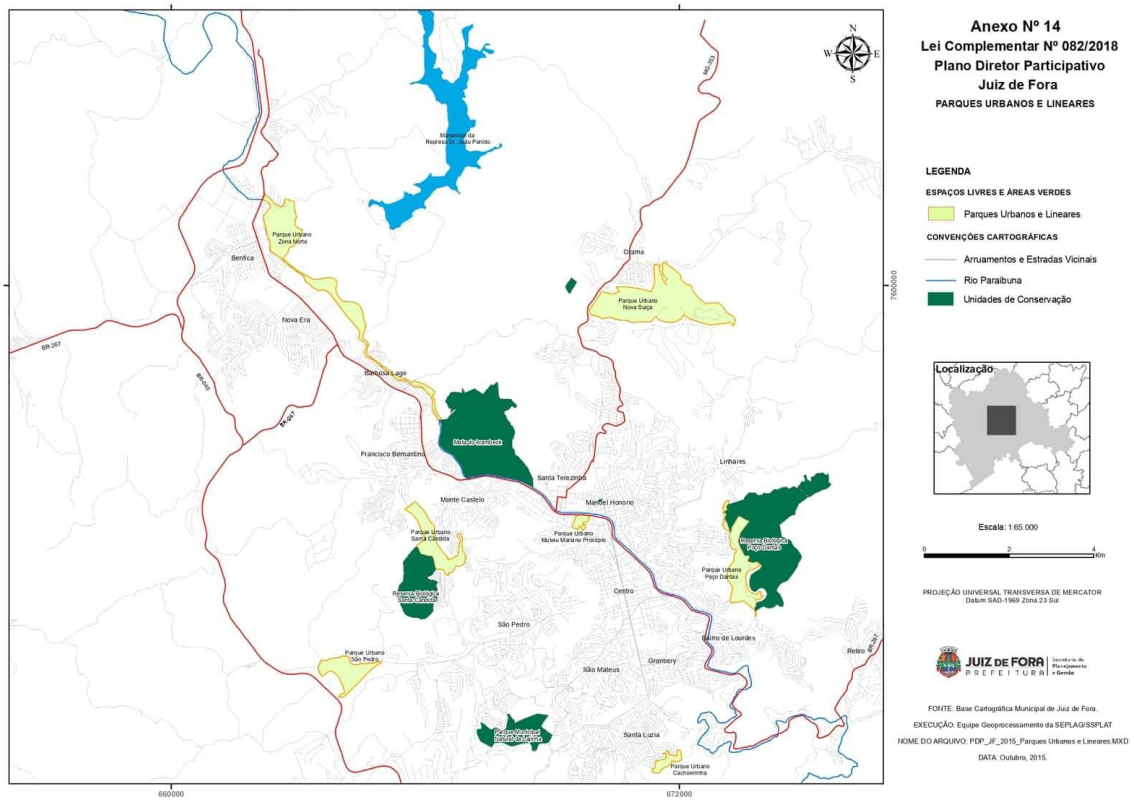
Fonte: Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Mudanças climáticas.
Organizado pela autora 28 mai. 2026.

Conforme Gehl (2013) existe uma visão urgente que abarca todo o mundo, que é de cidades vivas, seguras, sustentáveis e saudáveis. Para o autor, existem quatro objetivos-chave que norteiam essa visão de cidade que são: vitalidade, segurança, sustentabilidade e saúde. "Um grande reforço desses objetivos é uma intervenção política unificada por toda a cidade para garantir que os moradores sintam- se convidados a caminhar e pedalar, tanto quanto possível, em conexão com suas atividades cotidianas." (Gehl 2013, p.6).

Nesse sentido, a Política de Desenvolvimento Urbano e Territorial e o Plano Diretor Participativo de Juiz de Fora buscam ampliar e qualificar os espaços públicos e áreas verdes (Figura 03),

proteger o patrimônio histórico e cultural, além de recuperar e reabilitar a área central da cidade, fortalecendo sua função residencial, comercial e social.

Figura 03: Parques urbanos e lineares



Fonte: PORTAL PJF. Disponível em: <https://www.pjf.mg.gov.br/desenvolvimentodoterritorio/plano_diretor/apresentacao.php>. Acesso em: 31 março de 2026.

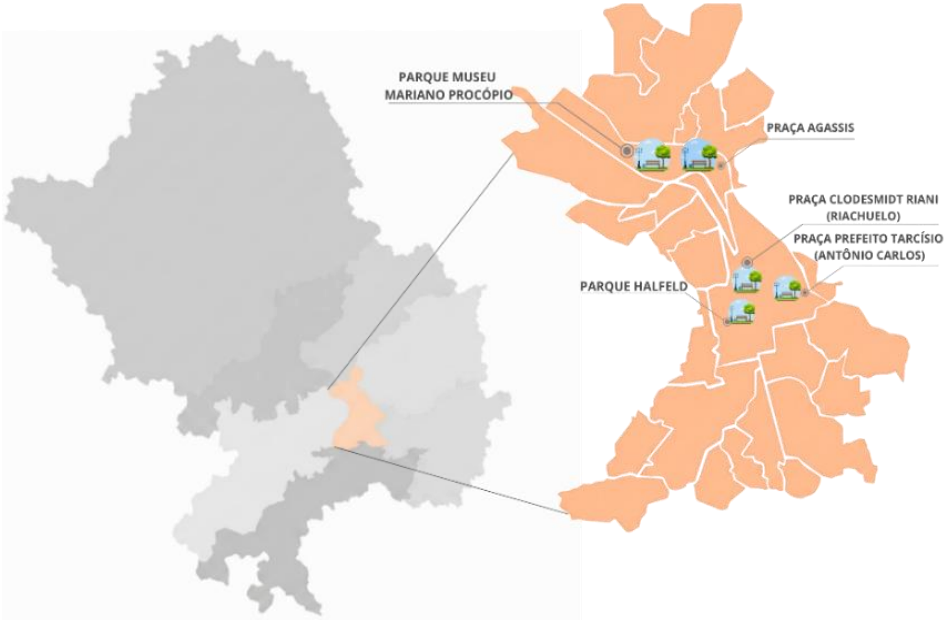
Miranda Magnoli (2006) amplia o conceito de espaços livres, deslocando o foco principal que antes privilegiava áreas como parques e jardins, para incluir todos os espaços livres da vida urbana cotidiana, valorizando espaços como, ruas, praças, quintais, e até terrenos baldios como elementos fundamentais da paisagem urbana com funções que transcendem a estética, promovendo interação social, mobilidade e qualidade de vida.

Entre as tipologias de espaços livres públicos, as praças desempenham um papel crucial na promoção da saúde e do bem-estar das comunidades, sendo importantes na dinâmica social dos lugares. Esses espaços oferecem ambientes para socialização, atividade física, coesão social, contato com a natureza e recreação, aspectos fundamentais para a criação do senso de pertencimento e comunidade, o que revela a identidade, a cultura e a história local, podendo contribuir para a qualidade de vida urbana. “A praça sempre foi celebrada como um espaço de convivência e lazer dos habitantes urbanos” (Macedo 2010, p.15).

Se tratando da importância das praças para a paisagem de cidades do contexto interiorano da região da zona da mata mineira, é comum a sua implantação como centralidade urbana, ponto de encontro cultural onde se acolhem os eventos importantes da sociedade. Não distante disso, as praças da cidade de juiz de fora, mesmo diante dos desafios da falta de manutenção e

investimentos mais contínuos, refletem locais de potencialidades para as práticas de esporte, lazer, cultura e diversidade de ações sociais. Nesse contexto, destacamos importantes praças na região de planejamento centro em Juiz de Fora (Figura 04).

Figura 04 – Praças e parques em destaque na região de planejamento centro



Fonte: Fonte: ACESSA.COM. Disponível em: <https://www.acessa.com/jfmapas/regioes_centro.html>. Acesso em: 05 jun. 2026. A autora, 28 mai. 2026. (Modificado pela autora)

Esses espaços possuem memória histórica e cultural, assim como condicionantes, deficiências e potencialidades que se articulam com o cotidiano da cidade, reforçando a vitalidade do espaço urbano (Tabela 02).

Tabela 02 – Matriz CPD das praças e parques em destaque

Espaço	Condicionantes	Deficiências	Potencialidades	Relação com a Salutogênese e Biofilia
Praça Prefeito Tarcísio Delgado	Localização central, fluxo de pessoas	Pouca arborização, tráfego intenso	Espaço de convivência urbana	**Significatividade** (espaço de encontros e eventos, mesmo com limitações ambientais). Pouco contato com o que é natural.
Parque Halfeld	Símbolo histórico-cultural	Insegurança, pouca diversidade de equipamentos	Identidade coletiva, lazer contemplativo	**Significatividade** (memória e pertencimento). Permite contato com o que é natural.
Praça Clodesmidt Riani	Proximidade de áreas comerciais	Infraestrutura limitada	Espaço de descanso e encontro	**Compreensibilidade** (legibilidade dos caminhos, oferecendo pausa e suporte no cotidiano urbano.)
Parque Museu Mariano Procópio	Patrimônio histórico e museu	Necessidade de manutenção, restrições de uso	Educação patrimonial, lazer contemplativo	**Compreensibilidade** (legibilidade dos caminhos). **Significatividade** (memória coletiva).
Praça Agassis Mariano Procópio	Localização em bairro residencial e comercial com patrimônio histórico tombado.	Pouca infraestrutura de lazer e descanso, falta de acessibilidade	Espaço de convivência comunitária	**Significatividade** (vínculos históricos.)

Fonte: A autora, 28 mai. 2026.

A Praça Prefeito Tarcísio Delgado (antiga Antônio Carlos) (Figura 05) é marco histórico da cidade por ter recebido a Estrada União Indústria, obra que simboliza a modernização urbana. Atualmente apresenta poucas características do paisagismo salutogênico.

Figura 05 – Praça Prefeito Tarcísio Delgado



Fonte: Tribuna de Minas. Disponível em: <https://tribunademinas.com.br/noticias/cidade/17-06-2023/apos-revitalizacao-praca-antonio-carlos-e-reaberta-em-juiz-de-fora.html>. Acesso em: 30 maio 2026.

O parque Halfeld (Figura 06), localiza-se no eixo central, na principal avenida da cidade. É um espaço cheio de atividades e com grande movimentação de pessoas durante o dia. É tombado pelo patrimônio histórico municipal, possui áreas sombreadas pela vegetação que permite o descanso e a contemplação, o que favorece a mitigação do estresse, além disso, possui espaços de encontro que reforçam o vínculo emocional da comunidade gerando significado, características da salutogênese. Constantemente é alvo de discussões sobre a insegurança e falta de manutenção.

Figura 06 – Parque Halfeld



Fonte: A autora, 2018.

A Praça Clodesmidt Riani (Figura 07), é um espaço público de relevância histórico-cultural que homenageia um importante líder sindical e integra o processo de revitalização urbana da cidade. Sua localização estratégica fortalece a vitalidade do centro.

Figura 07 – Praça Clodesmidt Riani (Praça do Riachuelo)



Fonte: A autora, 2026

O Museu Mariano Procópio (Figura 08) reúne um acervo artístico, histórico e científico de grande relevância. Além de sua importância cultural, possui um parque paisagístico com jardins, lago e áreas verdes com potencial biofílico e salutogênico ao oferecer ambiente acolhedor, contato com a natureza e vínculo afetivo com a memória coletiva, promovendo saúde e bem-estar.

Figuras 08 – Parque museu Mariano Procópio



Fonte: JUIZ DE FORA TURISMO INCLUSIVO. Disponível em: <https://jfturismoinclusivo.com.br/index.php/museu-mariano-procopio/>. Acesso em: 31 maio 2026.

4 ANÁLISE PRELIMINAR PROJETUAL

4.1 Praça Agassis

A Praça Agassis (Figura 13), possui relevância histórica, urbanística e simbólica e está localizada nas proximidades do Parque Museu Mariano Procópio, detentor de um dos principais acervos do período imperial brasileiro, no Bairro Mariano Procópio em área central e tradicional de Juiz de Fora.

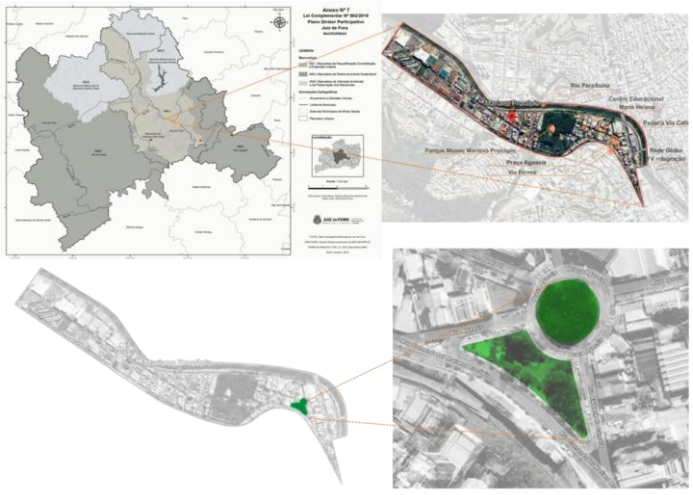
Figura 13 – Praça Agassis Mariano Procópio



Fonte: A autora, 2025.

Integra o tecido urbano desde o século XIX, compondo o entorno de marcos como a Estrada União e Indústria. Pertencente à Macrozona de Consolidação e Qualificação Urbana – MZQ (Figura 14, 15, 16, 17), prevista no Plano Diretor Participativo, área mais urbanizada e onde contém o núcleo histórico da cidade, com objetivos específicos de promover a qualificação do espaço urbano através da valorização do pedestre, da melhoria da acessibilidade e das áreas de convívio público. O plano prevê preservar, recuperar e valorizar o patrimônio histórico e cultural, fortalecer a centralidade municipal e estimular usos mistos que dinamizem a vida urbana.

Figuras 14, 15, 16, 17– Localização: Juiz de Fora-Mariano Procópio-Praça Agassis



Fonte: GOOGLE EARTH e PORTAL PJF (Modificado pela autora), 2026.

4.2 Diagnóstico

Com base na observação da visita de campo e na conversa com frequentadores da praça e do seu entorno, observam-se dados relevantes na matriz CPD da praça (Tabela 03). Há precariedade na acessibilidade universal, na segurança, nos mobiliários urbanos e na iluminação. A praça não possui equipamentos para atividade física, nem local adequado para caminhada, o que ocasiona a baixa utilização do espaço público. Tais deficiências (Figura 18) e algumas condicionantes são consideradas pela teoria da salutogênese como fatores geradores de estresse ou estressores (Tabela 04).

Tabela 03 – Matriz CPD da Praça Agassis.

Dimensão	Praça Agassis
Condicionantes	Localização central no bairro; próxima ao Parque Museu Mariano Procópio; presença de vegetação existente; fluxo intenso de veículos; insolação e ventilação naturais; entorno residencial e comercial com gabarito em sua maioria até três pavimentos, via férrea próxima, via que divide a praça, obelisco tombado.
Deficiências	Mobiliário urbano precário e insuficiente; áreas verdes degradadas; falta de acessibilidade universal; iluminação precária; baixa atratividade para lazer diurno e noturno, insegurança, falta de manutenção e conflito de usos.
Potencialidades	Espaço de convivência comunitária; possibilidade de requalificação paisagística; valorização da memória histórica local, vocação para eventos culturais e manifestações populares; espaço para prática de atividade física, integração com políticas de sustentabilidade urbana.

Fonte: A autora, 28 mai. 2026.

Figura 18 – Croqui e fotos das principais deficiências locais



Fonte: A autora, 28 mai. 2026.

Tabela 04 – Estressores.

Dimensão	Estressor
Condicionantes	Fluxo intenso de veículos nas Ruas Mariano Procópio e Ewbank da Câmara; via que divide a praça e via férrea.
Deficiências	Mobiliário urbano precário e insuficiente; áreas verdes degradadas; falta de acessibilidade universal; iluminação precária; baixa atratividade para lazer diurno e noturno, insegurança, falta de manutenção e conflito de usos.

Fonte: A autora, 28 mai. 2026.

4.2.1 Vias

A Rua Mariano Procópio destaca-se como a principal via de circulação, marcada pelo intenso fluxo de veículos e pela maior velocidade média, o que a torna relevante para a mobilidade urbana, mas também crítica e estressora em termos de segurança.

Na rua Ewbank da Câmara, sendo considerada via estressora, observa-se que muitos motoristas não realizam a parada necessária ao acessar a rotatória, aumentando a insegurança dos pedestres e evidenciando a necessidade de mecanismos seguros de trânsito.

A Rua Dom Pedro ll exerce papel estratégico ao conectar diretamente o Museu Mariano Procópio à Praça Agassis, favorecendo o acesso dos visitantes ao Patrimônio histórico e a conexão para um corredor ecológico (Figura 19).

Figura 19: Vias do entorno

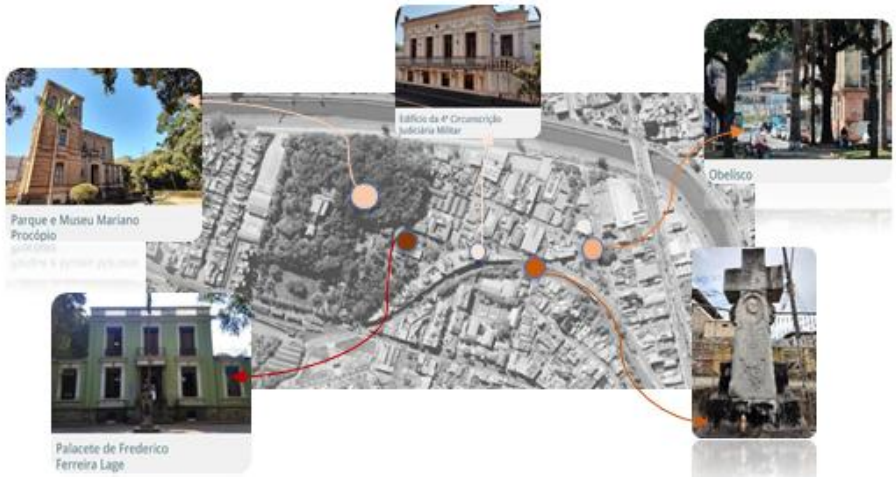


Fonte: A autora, 2026.

4.2.2 Patrimônio histórico

O levantamento do patrimônio histórico (Figura 20) no entorno da praça Agassis torna-se fundamental para embasar a proposta projetual, pois permite compreender a relação do espaço com bens culturais e ambientais de relevância, como o Parque e Museu Mariano Procópio e o Obelisco marco do saneamento localizado na praça.

Figura 20: Principais patrimônios históricos do entorno.

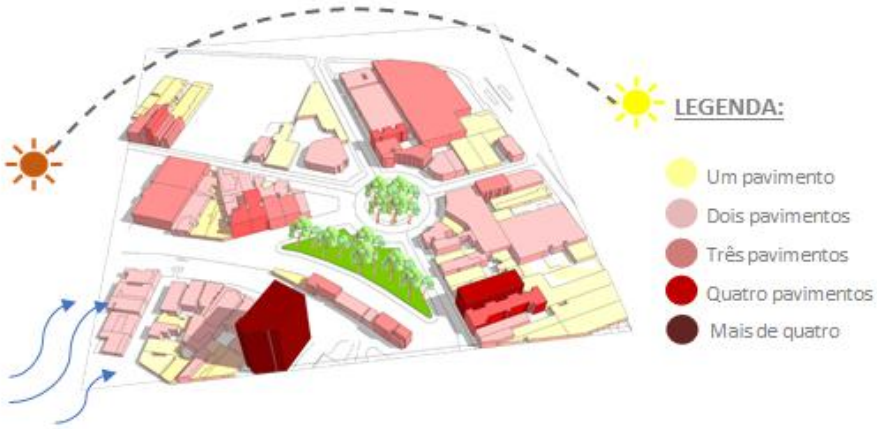


Fonte: A autora, 2026

4.2.3 Análise solar, de vento e gabarito de altura

Gabarito de altura do entorno (Figura 21) é favorável à permeabilidade solar e a condução natural dos ventos predominantemente sudoeste.

Figura 21: Análise solar, de vento predominante e gabarito de altura.



Fonte: A autora, 2026

4.2.4 Mapa de uso

O mapa de uso do entorno segue as diretrizes do plano diretor, sendo de uso misto.

Figura 22: Mapa de Usos

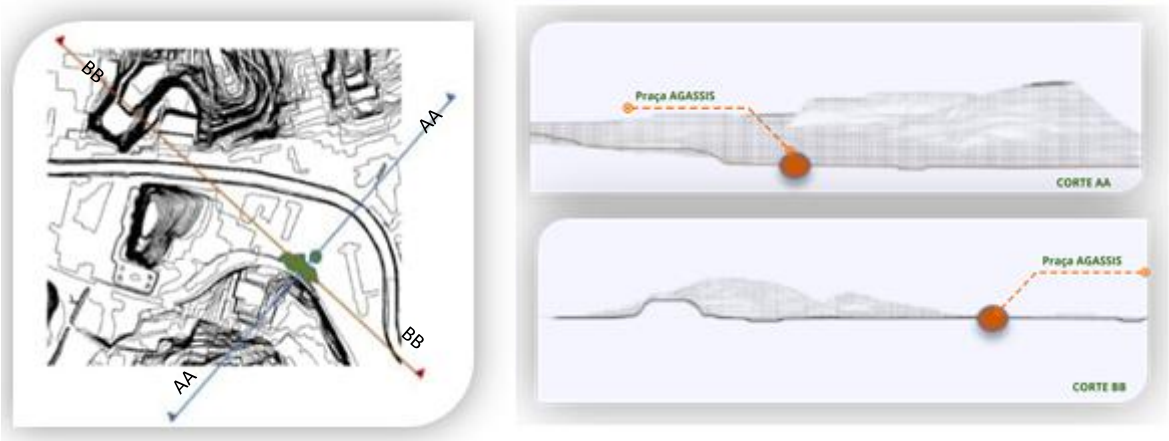


Fonte: A autora, 2026

4.2.5 Topografia e cortes

A topografia (Figura 23) predominantemente plana, favorece a acessibilidade, a circulação de pedestre e a implantação de equipamentos urbanos, além de potencializar o uso recreativo do espaço público.

Figura 23: Topografia e cortes



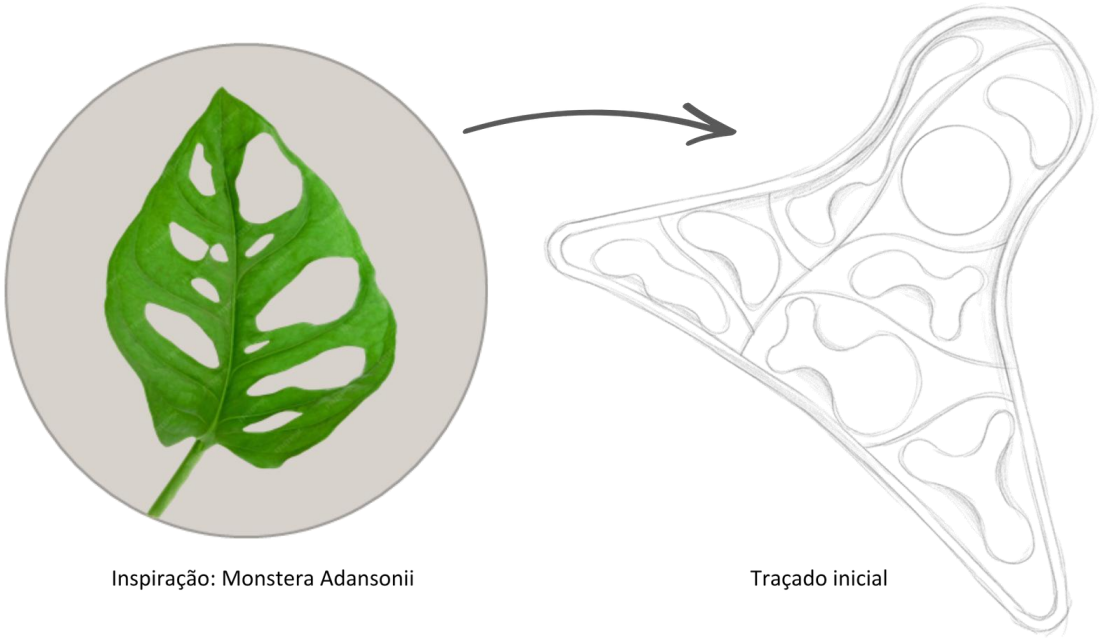
Fonte: A autora, 23 mai. 2025.

5 CONCEPÇÃO PROJETUAL

5.1 Conceito

Com o conceito, Paisagismo urbano salutogênico: cidade saudável, o projeto fundamenta-se na simbologia da *Monstera adansonii*, espécie nativa da Mata Atlântica, cuja morfologia revela veios orgânicos e aberturas amebóides que inspiram percursos fluidos e acolhedores, revelados na evolução dos traços (Figura 24).

Figura 24: Evolução conceitual



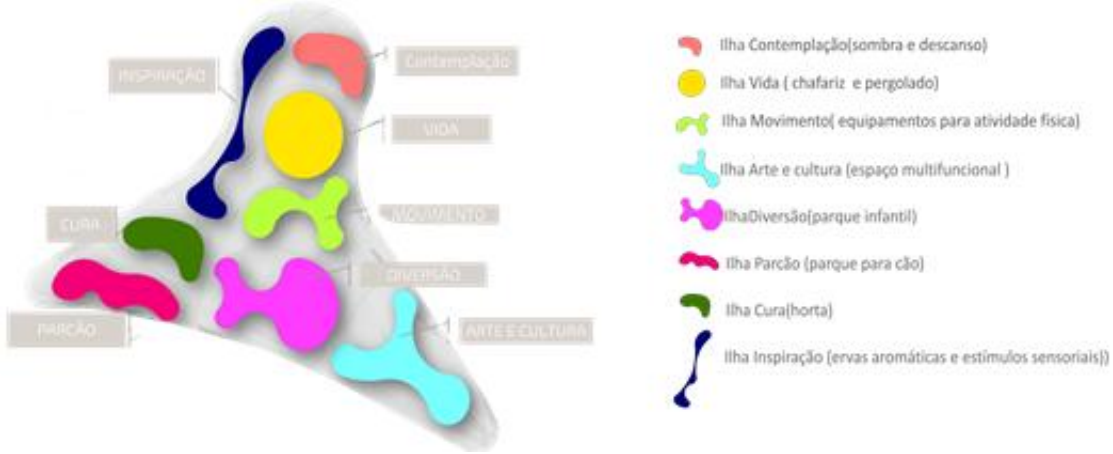
Fonte: A autora, 2025

Essa organicidade dialoga com o patrimônio tombado da praça, onde o marco do saneamento evoca o fluir das águas como elemento vital e estruturador do espaço urbano. A fluidez das formas nas ilhas e nos caminhos que as conectam, traduz a dinâmica da natureza e da história, promovendo acessibilidade e integração com o entorno, ao mesmo tempo em que reforça os pilares do senso de coerência: a compreensibilidade dos recursos, a gerenciabilidade dos espaços e a significatividade das experiências coletivas. Sustentado pelos princípios da salutogênese, o conceito busca criar um ambiente que favoreça saúde, bem-estar e vínculos sociais, transformando a praça em um organismo vivo que valoriza a biodiversidade local e fortalece a experiência dos usuários.

5.2 Partido

O projeto visa transformar a praça pública em um espaço urbano que promova saúde e bem-estar. Composto por oito ilhas ameboides (Figura 25) que se conectam pelo percurso, prioriza o contato com o natural, a inclusão e coesão social, a acessibilidade universal e a participação da comunidade. A organização dos espaços orienta-se por caminhos fluidos e orgânicos, áreas de descanso sombreadas, vegetação nativa, elementos sensoriais, como água e plantas aromáticas, integrando equipamentos de lazer e convivência. A segurança, a sinalização inclusiva e o mobiliário confortável completam a proposta. O objetivo é criar um ambiente acolhedor, que seja, compreensível, gerenciável e significativo, capaz de atender a diferentes faixas etárias e de fortalecer tanto o vínculo das pessoas com o espaço, quanto as relações interpessoais.

Figura 25: Ilhas ameboides

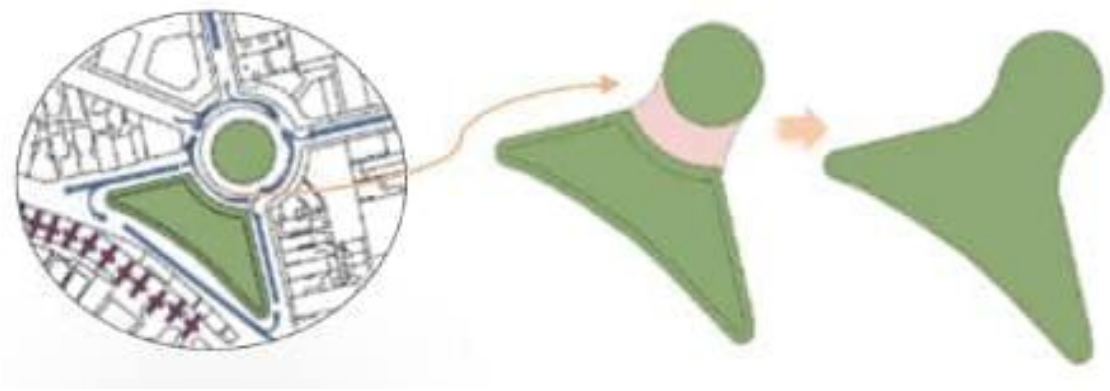


Fonte: A autora, 2025

5.2.1 Trânsito entre as partes da praça (estressor) e Intervenção proposta:

Propõe-se a eliminação do fluxo viário que atravessa a rotatória entre os dois lados da Praça Agassis (Figura 26), com o objetivo de unificá-la fisicamente e funcionalmente. Tal intervenção proporciona maior amplitude ao espaço urbano, possibilitando seu uso mais seguro e contínuo pelos frequentadores. Análise local indica que o desvio do tráfego terá impacto viário mínimo, enquanto os ganhos em termos de área útil, segurança dos pedestres e valorização do ambiente público serão expressivos, reforçando o papel da praça como espaço de convivência, lazer e promoção da saúde.

Figura 26: Eliminação de via entre partes da praça



Fonte: A autora, 27 jun. 2025.

5.3 Plantas e perspectivas da praça.

A implantação da Praça Agassis (Figura 27, 28, 29, 30 e 31) foi definida a partir das demandas dos usuários e do entorno, considerando também, instituições e comércio local. O levantamento apontou ausência de áreas atrativas para crianças (Edilaine, 2025), insegurança que limita o funcionamento de estabelecimentos aos finais de semana (Patrícia, 2025), falta de mobiliário urbano para descanso e espera além da baixa prática de atividades físicas, que impacta diretamente comerciantes de alimentos naturais, como a água de coco (Pablo, 2025).

Figura 27: Planta de localização e de implantação com acessos



Fonte: A autora, 27 jun. 2025

Figura 28: Praça em camadas e planta de cobertura



Fonte: A autora, 27 jun. 2025.

Figura 29: Maquete física com material natural refletindo a essência do projeto.



Fonte: A autora 2025.

Figura 30: Acesso principal com piso permeável, antiderrapante e superfície contínua.



Fonte: A autora 2025.

Figura 31: Circulação central com mobiliário urbano, iluminação e circulação acessível.



Fonte: A autora 2025.

A planta baixa da Praça Agassis (Figura 32) foi concebida para expressar organicidade espacial, articulando fluxos de circulação, áreas de lazer e permanência em diálogo com o entorno. Assim, a harmonia entre os elementos projetuais, a acessibilidade, a fluidez dos percursos e a integração de componentes naturais associados à essência histórica refletem a base do senso de coerência (SOC).

Figura 32: Planta baixa e perspectivas



Fonte: A autora, 23 nov 2025.

5.4 Projeto das ilhas.

5.4.1 Ilha Contemplação

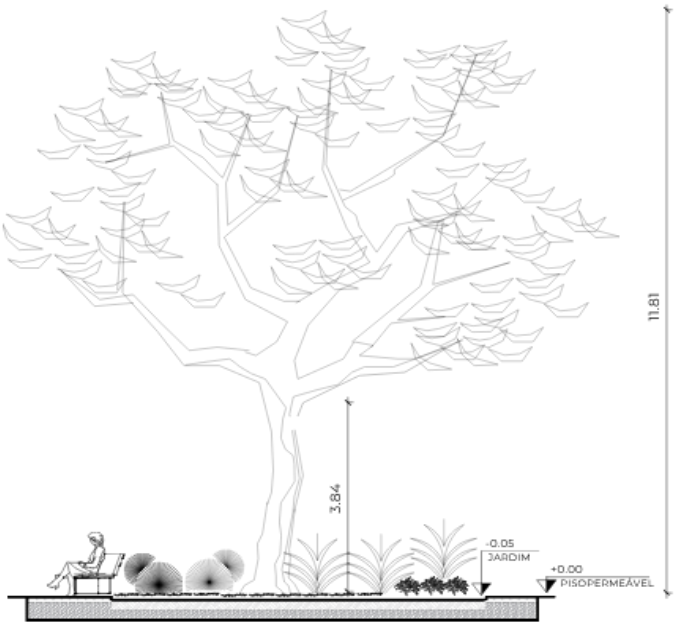
O Espaço é concebido para favorecer a contemplação da paisagem e dos estímulos naturais como o som da água e o canto dos pássaros, articulando áreas destinadas ao descanso, à integração social e ao relaxamento (Figuras 33 e 34).

Figura 33: Perspectiva.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025

Figura 34: Corte da ilha Contemplação.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025

5.4.2 Ilha Vida

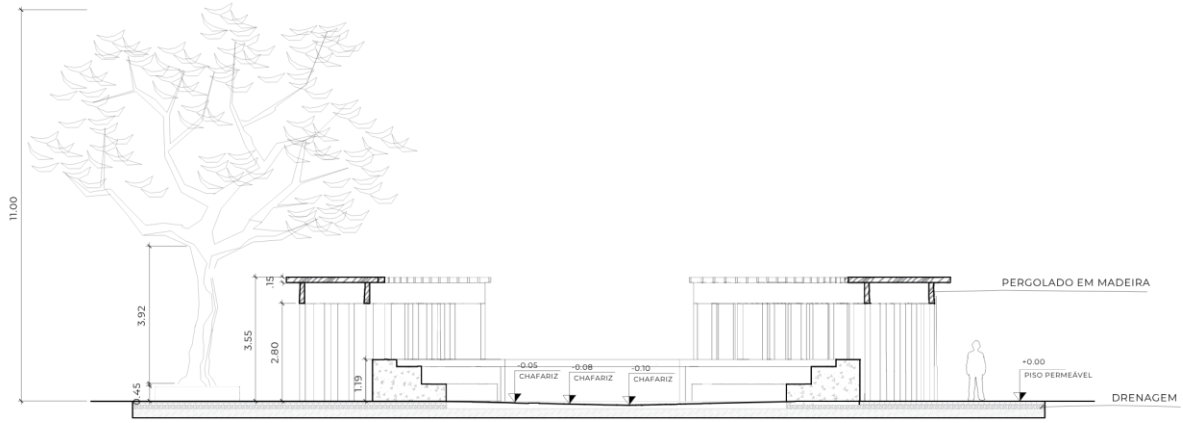
O espaço foi projetado como ponto de coesão social, integrando chafarizes embutidos no piso que projetam água e geram frescor, bancos multifuncionais que favorecem diferentes usos e um pergolado que assegura conforto térmico pela sombra acolhedora, aguçando o sentido do tato (Figuras 35 e 36).

Figuras 35: Perspectiva.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025

Figura 36: Corte.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025

5.4.3 Ilha Movimento

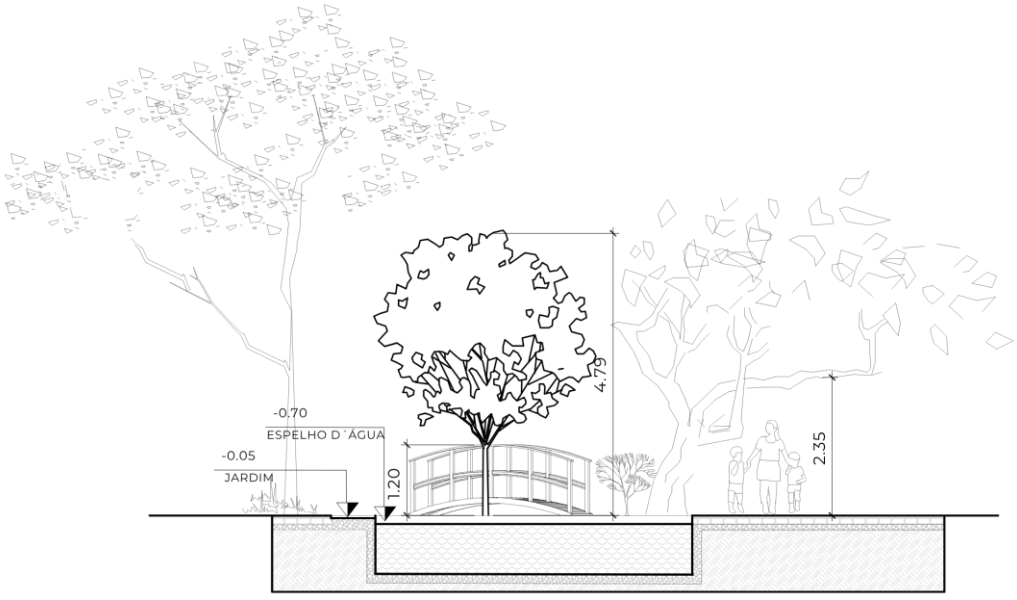
Concebida para estimular o movimento por meio da prática de atividades físicas, a área foi estrategicamente posicionada nas proximidades da Ilha Diversão, de modo a proporcionar maior segurança aos pais que acompanham seus filhos enquanto cuidam da própria saúde (Figuras 37 e 38).

Figura 37: Perspectiva.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025

Figura 38: Corte.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025

5.4.4 Ilha Arte e cultura

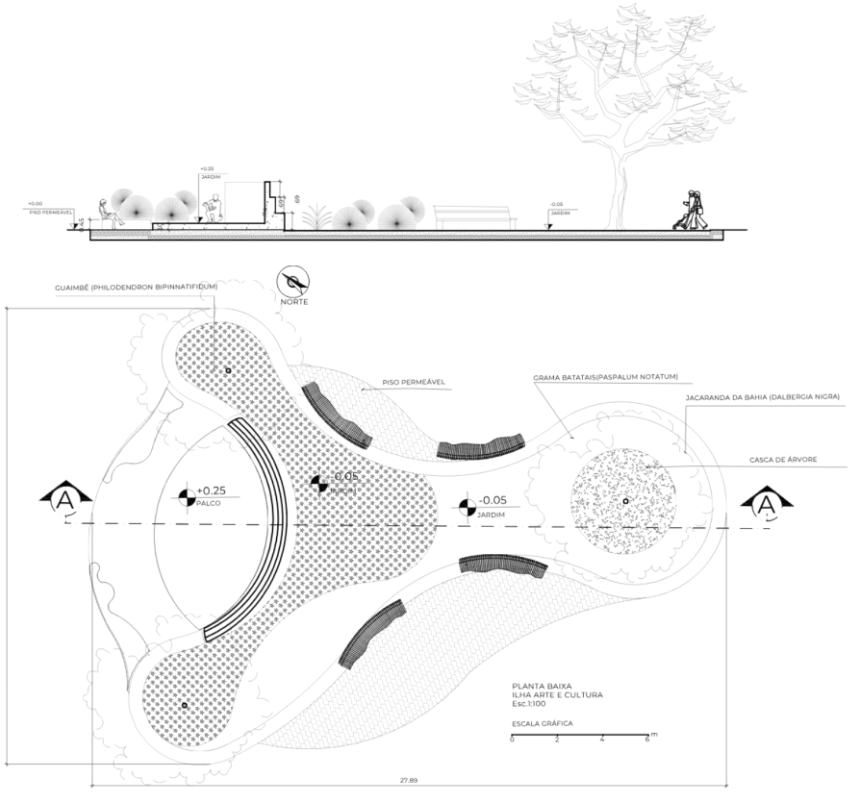
Um espaço múltiplo, foi concebido com o objetivo de integrar diferentes manifestações culturais e promover a participação de artistas locais, configura-se como ambiente dinâmico e inclusivo (Figuras 39, 40 e 41).

Figura 39: Perspectiva.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025.

Figuras 40 e 41: corte e planta baixa.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025.

5.4.5 Ilha Diversão

A Ilha Diversão foi concebida como espaço inclusivo voltado ao lazer e ao entretenimento infantil, estruturado para garantir acessibilidade, segurança e integração comunitária. Sua configuração busca atender às necessidades das famílias, oferecendo infraestrutura adequada para o brincar e, simultaneamente, promovendo a convivência social. Além de cumprir função recreativa, a Ilha Diversão reforça valores de integração cultural, social e de aprendizado ambiental, consolida-se como elemento essencial na promoção da qualidade de vida urbana e na valorização da infância no uso da praça (Figuras 42 e 43).

Figura 42: Perspectiva.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025.

Figura 43: Corte.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025.

5.4.6 Ilha Parcão

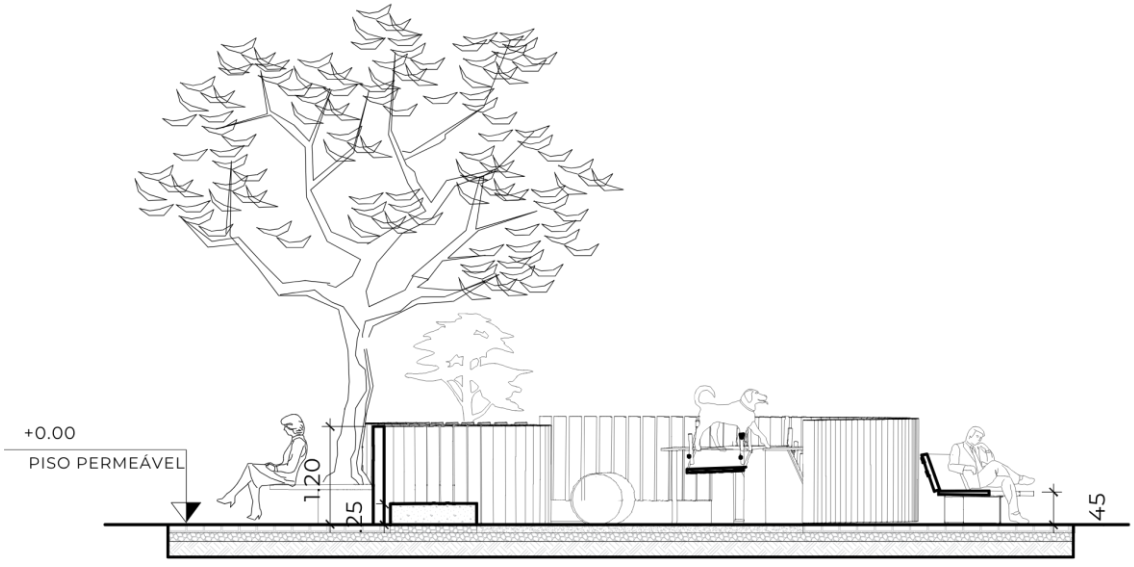
O Parcão foi projetado como espaço destinado aos animais que frequentam a praça, garantindo condições adequadas de limpeza, segurança e convivência entre usuários humanos e seus pets. A proposta busca integrar o bem-estar animal ao cotidiano urbano, oferecendo infraestrutura apropriada para recreação e socialização, ao mesmo tempo em que promove práticas responsáveis de cuidado (Figuras 44 e 45).

Figura 44: Perspectiva.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025.

Figura 45: Corte.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025.

5.4.7 Ilha Cura

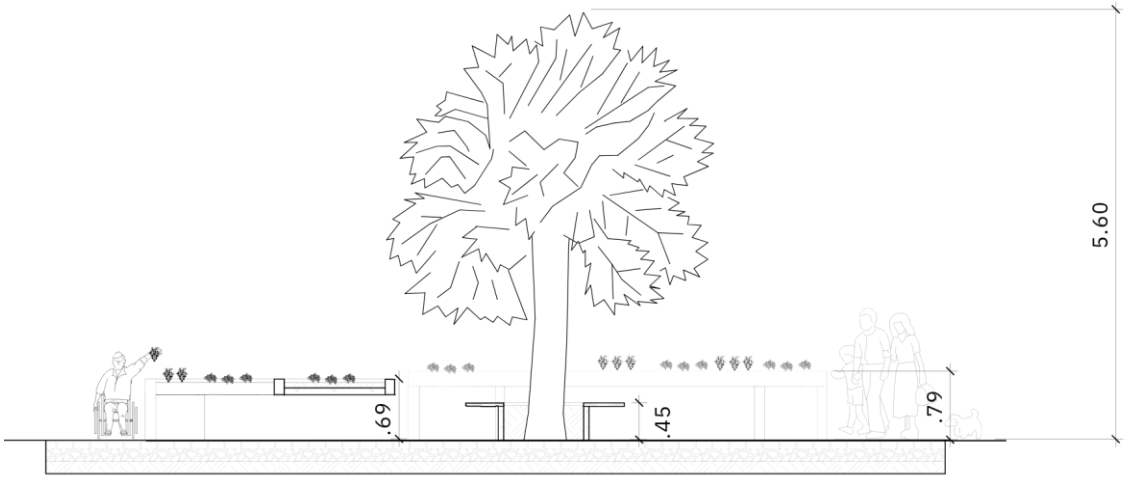
O espaço é uma horta Comunitária projetada para o cultivo coletivo de frutas, hortaliças e vegetais, constituindo-se como instrumento de promoção da saúde por meio da valorização da base alimentar (Figuras 46 e 47).

Figura 46: Perspectiva.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025.

Figura 47: Corte.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025.

5.4.8 Ilha Inspiração

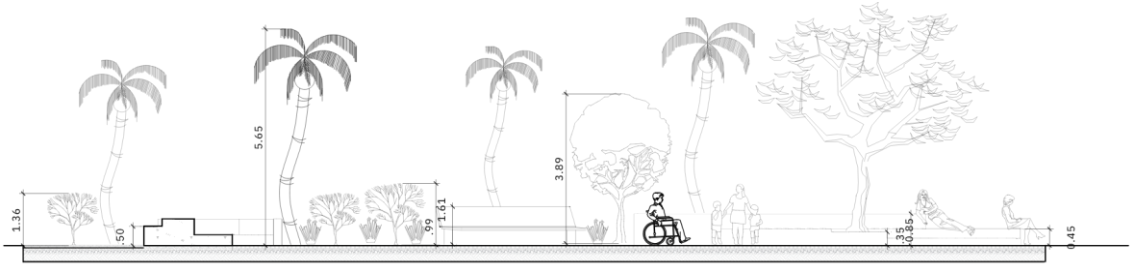
O Espaço foi concebido como ambiente integrador voltado ao cultivo de ervas medicinais, aromáticas e frutíferas nativas, promovendo práticas de saúde preventiva e bem-estar por meio da valorização de saberes tradicionais e da biodiversidade local (Figuras 48 e 49).

Figura 48: Perspectiva.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025

Figura 49: Corte.



Fonte: A autora, 23 nov. 2025

6 RESULTADOS

A pesquisa permitiu identificar a relevância do paisagismo salutogênico em praças públicas como instrumento efetivo na promoção da saúde urbana, demonstrando que a presença de elementos paisagísticos planejados, potencializam a percepção de senso de coerência dos usuários, reforçando as dimensões de compreensibilidade, gerenciabilidade e significância. No que se refere à compreensibilidade, observou-se que ambientes dotados de legibilidade espacial clara, com caminhos bem definidos, sinalização adequada, distribuição harmônica de vegetação, mobiliário e equipamentos urbanos, oferecem ao usuário uma percepção de ordem e previsibilidade do ambiente, reduzindo a ansiedade frente ao desconhecido e facilitando a apropriação do espaço.

Quanto à gerenciabilidade, identificou-se que ambientes com infraestrutura de qualidade, acessibilidade universal, equipamentos de lazer e descanso, oferta de sombra, segurança e manutenção adequada possibilitam ao indivíduo um maior controle sobre o ambiente o que favorece a segurança emocional e reduz a vulnerabilidade.

Na dimensão da significância, evidenciou-se que espaços projetados com atenção à identidade cultural promove estímulo à convivência social e aumenta o sentimento de pertencimento, sendo a questão crítica, os conflitos de uso entre diferentes grupos de interesse.

Além disso, o estudo revelou que o paisagismo biofílico, com ampla presença de vegetação, elementos sensoriais (sons, aromas, texturas), presentes nos jardins e horta comunitária, atua como agente restaurador frente aos estressores da vida urbana contemporânea, entretanto, apresenta como desafio, a manutenção periódica que implica em custos e dependência de políticas públicas. Tais aspectos corroboram a relevância da abordagem salutogênica na concepção e gestão de praças públicas, transformando-as em verdadeiros dispositivos preventivos de saúde coletiva.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A investigação confirmou que o paisagismo em praças públicas, fundamentado nos princípios da salutogênese de Antonovsky, configura-se como uma estratégia eficiente e viável na promoção da saúde e do bem-estar em ambientes urbanos. O estudo demonstra que, ao fortalecer o senso de coerência dos usuários — mediante ambientes compreensíveis, gerenciáveis e significativos —, as praças públicas transcendem sua função recreativa e passam a atuar como espaços terapêuticos e preventivos frente às crescentes demandas de saúde física, mental e social da população.

Foi possível identificar os elementos paisagísticos que favorecem cada dimensão do senso de coerência, evidenciando a importância de projetos paisagísticos sensíveis à legibilidade espacial, acessibilidade, segurança, biofilia, identidade cultural e estímulos sensoriais positivos. Ressalta-se que a eficácia dessa abordagem está intrinsecamente associada à adoção de políticas públicas integradas, gestão participativa e envolvimento ativo da comunidade, garantindo a continuidade e a manutenção das praças como ativos urbanos de promoção da saúde coletiva.

Conclui-se, portanto, que o paisagismo salutogênico representa não apenas uma contribuição, mas uma ferramenta estratégica para o enfrentamento dos desafios de saúde pública nas cidades contemporâneas, diante dos crescentes índices de estresse, ansiedade e isolamento social que afetam as populações urbanas. A integração dos princípios salutogênicos ao planejamento urbano pode, assim, fortalecer a qualidade de vida, o equilíbrio psicossocial e o bem-estar geral dos cidadãos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANTONOVSKY, Aaron. **Health, stress, and coping**. San Francisco: Jossey-Bass, 1979. Disponível em: https://archive.org/details/healthstresscopi00antorich. Acesso em: 06 mar. 2025.

ANTONOVSKY, Aaron. **Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well.** 1. ed. San Francisco: Jossey-Bass, 1987.

BEATLEY, T. **Biophilic cities**: integrating nature into urban design and planning. Washington: Island Press, 2011.

DILANI, Alan. Psychosocially Supportive Design: A Salutogenic Approach to the Design of the Physical Environment. ResearchGate, 2009. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/265349464_Psychosocially_Supportive_Design_A_Salutogenic_Approach_to_the_Design_of_the_Physical_Environment>. Acesso em: 26 jun. 2026.

GEHL, Jan. **Cidade para pessoas**. São Paulo: Perspectiva, 2013. Disponível em: https://archive.org/details/LivroCidadeParaPessoasJanGehl/page/n17/mode/2up. Acesso em: 08 mar. 2025.

IPSOS. **Brasil é o 4º país mais estressado do mundo com 42% da população relatando esse sentimento**. Disponível em: https://www.ipsos.com/pt-br/brasil-e-o-4o-pais-mais-estressado-do-mundo-com-42-da-populacao-relatando-esse-sentimento. Acesso em: 08 mar. 2025.

JUIZ DE FORA (MG). Prefeitura Municipal. **Lei Complementar nº 82, de 8 de março de 2018. Institui o Plano Diretor Participativo do Município de Juiz de Fora. Juiz de Fora, 2018.** Disponível em: https://www.pjf.mg.gov.br/plano_diretor/anexos.php. Acesso em: 27 maio 2026.

JUIZ DE FORA (MG). Prefeitura Municipal. Secretaria de Meio Ambiente e Mudanças Climáticas. **Unidades de Conservação Ambiental**. Juiz de Fora, [s.d.]. Disponível em: <https://www.pjf.mg.gov.br/secretarias/meio-ambiente/meio_ambiente/uca/index.php>. Acesso em: 27 maio 2026.

MACEDO, Silvio Soares; ROBBA, Fábio. **Praças brasileiras.** 1. ed. São Paulo: Senac São Paulo, 2010. Disponível em: https://archive.org/details/robba-macedo-pracas-brasileiras/page/14/mode/2up. Acesso em: 10 mar. 2025.

MAGNOLI, Miranda Martinelli. **Espaço livre - objeto de trabalho. Paisagem e Ambiente**, São Paulo, n. 21, p. 175–197, 2006. DOI: 10.11606/issn.2359-5361.v0i21p175-197. Disponível em: https://www.revistas.usp.br/paam/article/view/40249. Acesso em: 31 mar. 2025.

NAÇÕES UNIDAS NO BRASIL. As Nações Unidas no Brasil. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br>. Acesso em: 7 jun. 2026.

OLIVEIRA, Luiz Antonio de; MASCARÓ, José Júlio. **Análise da qualidade de vida urbana sob a ótica dos espaços públicos de lazer**. Ambiente Construído, [S. l.], v. 7, n. 2, p. 59–69, 2008. Disponível em: https://seer.ufrgs.br/index.php/ambienteconstruido/article/view/3737. Acesso em: 31 mar. 2025.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). **ONU-Habitat: população mundial será 68% urbana até 2050**. Disponível em: https://brasil.un.org/pt-br/188520-onu-habitat-popula%C3%A7%C3%A3o-mundial-ser%C3%A1-68-urbana-at%C3%A9-2050. Acesso em: 06 mar. 2025.

PORTAL PJF. **Desenvolvimento do Território – Plano Diretor**. Juiz de Fora: Prefeitura de Juiz de Fora, [s.d.]. Disponível em: https://www.pjf.mg.gov.br/desenvolvimentodoterritorio/plano_diretor/apresentacao.php. Acesso em: 31 mar. 2026.

SAPIEN LABS. **Mental State of the World Report 2024**. Disponível em: https://sapienlabs.org/wp-content/uploads/2025/02/Mental-State-of-the-World-2024-Online-Feb-26.pdf. Acesso em: 06 mar. 2025.

SCHNEIDER, F.; STOKOLS, D. **Salutogenesis and the Built Environment**. In: MÜTTELMARK, M. B.; ERIKSSON, M.; BAUER, G. F.; PELIKAN, J. M.; LINDSRÖM, B.; ESPNES, G. A. (org.). *The* Handbook of Salutogenesis. Cham: Springer, 2022. p. 71-84. Disponível em: <https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-79515-3_5>. Acesso em: 6 mar. 2026.

SPIRN, Anne. **O jardim de granito – A natureza no desenho da cidade**. São Paulo: Edusp, 1995.

WILSON, Edward Osborne. **Biophilia**. Cambridge: Harvard University Press, 1984. Disponível em: https://archive.org/details/edward-o.-wilson-biophilia/page/n1/mode/2up. Acesso em: 12 mar. 2025.