https://www.periodicos.unis.edu.br/index.php/mythos/

NEUROARQUITETURA APLICADA AO CONSULTORIO DO PSICÓLOGO: O IMPACTO DO AMBIENTE NA TERAPIA

NEUROARCHITECTURE APPLIED TO THE PSYCHOLOGIST'S OFFICE: THE IMPACT OF THE ENVIRONMENT ON THERAPY

Raphael Patrício de Andrade Falcão[1*], Ilanna de Brito Lyra Silva Meira Costa[2], Ana Flávia de Oliveira Borba Coutinho[3]

[1] *Mestre em Psicologia pela Northumbria University. Faculdade Internacional Cidade Viva.*
raphaelfalc@icloud.com
[2] *Especialista em Design de Interiores, Decoração e Ambientação pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Centro Universitário de João Pessoa Unipê.*
ilannalyra@gmail.com
[3] *Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba. Centro Universitário Uniesp.*
prof1197@iesp.edu.br

Detalhes editoriais:
Double-blind review system
Nota: Este documento foi atualizado em 18 de agosto de 2025.
Relatos de pesquisa.

Histórico do artigo:
Recebido: 23 de janeiro de 2025.
Revisado: 04 de março de 2025.
Aceito: 03 de abril de 2025.
Publicado online: 10 de abril de 2025.

Editor-chefe:
Rodrigo Franklin Frogeri
Editor-convidado:
Pedro dos Santos Portugal Júnior

Fomento:
Este estudo não foi fomentado.

Cite como:
Falcão, R. P. de A., Costa, I. de B. L. S. M., Coutinho, A. F. de O. B. Neuroarquitetura Aplicada ao Consultório do Psicólogo: O Impacto do Ambiente na Terapia. (2025). **Mythos**, 17 (1), 274-294. https://doi.org/10.36674/mythos.v22i1.960

***Autor correspondente:**
Raphael Patrício de Andrade Falcão
raphaelfalc@icloud.com

Resumo

O presente trabalho discute a relevância de incorporar os conceitos da neuroarquitetura na concepção de consultórios de psicologia que promovam mais saúde e bem-estar a seus usuários. Entende-se que através do aumento no senso de conforto, segurança e tranquilidade dos usuários desses espaços, há probabilidade de elevar indiretamente a eficiência dos tratamentos. Com base nisso, este estudo teve como objetivo principal expor alternativas projetuais embasadas nas novas abordagens do design de interiores, que oportunizem o desenvolvimento de espaços de tratamento psicológico que impactem, de forma adicional, positivamente na saúde mental e bem-estar tanto do profissional, como do paciente. Como procedimento técnico, uma pesquisa bibliográfica foi empregada, contemplando uma gama de materiais distintos, como livros, artigos de revistas científicas e sites especializados, pertinentes ao tema. Este estudo traz contribuições significativas ao discutir as possibilidades de integração da neuroarquitetura ao ambiente terapêutico. Foram apresentadas abordagens projetuais que podem promover a saúde e o bem-estar dos usuários desse espaço, tais como o design biofílico, o conforto ambiental e o design multissensorial. Adicionalmente, discutiu e propôs soluções de design de interiores que se adequem às variadas necessidades de consultórios de psicologia, elencando uma gama de alternativas possíveis sujeitas às preferências dos profissionais.

Palavras-chave: Ambiente terapêutico. Design de interiores. Psicologia. Bem-estar. Saúde mental.

Abstract

The present work discusses the relevance of incorporating the concepts of neuroarchitecture into the design of psychology offices that promote greater health and well-being for their users. It is understood that by enhancing the users' sense of comfort, safety, and tranquility within these spaces, there is a likelihood of indirectly increasing the effectiveness of treatments. Based on this premise, the main objective of this study was to present design alternatives grounded in new interior design approaches, aiming to create psychological treatment spaces that additionally and positively impact the mental health and well-being of both professionals and patients. As a technical procedure, a bibliographic research method was employed, encompassing a range of distinct materials, such as books, scientific journal articles, and specialized websites relevant to the topic. This study provides significant contributions by discussing the possibilities of integrating neuroarchitecture into therapeutic environments. It presented design approaches that can promote the health and well-being of users in such spaces, including biophilic design, environmental comfort, and multisensory design. Additionally, it discussed and proposed interior design solutions tailored to the varied needs of psychology offices, outlining a range of possible alternatives that align with the preferences of professionals.

***Keywords**:* Therapeutic Setting. Interior Design. Psychology. Well-being. Mental Health.

1 INTRODUÇÃO

Nas engenharias e na computação, o termo "teste de estresse" indica um processo de experimentação onde se é submetida uma dada estrutura a situações extremas, com o fim de verificar seu grau de estabilidade e confiabilidade (Hamilton, 2023). Em virtude dos muitos benefícios oferecidos por esse método, a filosofia de testar uma formulação teórica nas condições mais radicais possíveis, sobrecarregando o sistema, ao longo do tempo, tornou-se prática comum nas mais diversas áreas (Toaldo, 2023).

Até o advento da pandemia do COVID-19, não era possível utilizar esse artifício de análise de performance no campo do design de interiores para aferir a qualidade de um projeto para além de aspectos meramente subjetivos (Howarth Litchfield, 2023), pois não havia parâmetro uníssono a ser empregado para tal função. Com a ocorrência desse fenômeno mundial, que muito impactou a rotina e estilo de vida de bilhões de pessoas (Magri, 2020), foi possível estabelecer um ponto de mensuração para se aplicar o teste de estresse no design de interiores, o qual seria: o potencial do espaço em promover o máximo de bem-estar físico e mental aos sujeitos que o ocupam.

Esse avanço na análise cientifica dessa área deu-se mediante ao contexto da implementação do isolamento social, medida de saúde pública adotada para conter o avanço do vírus, que implicou em várias mudanças não só no ambiente ocupado, mas também nas mentes dos indivíduos. Nesse contexto, a estadia prolongada das pessoas em suas residências, fez com que: a casa não mais servisse apenas como dormitório (Vianna, 2021), mas que passasse a acumular uma série de funções (Magri, 2020), antes alheias a esse ambiente, que o transformaram em um verdadeiro *hub* de atividades, catalisador de desenvolvimento pessoal e profissional do sujeito; e que houvesse o adoecimento físico e mental dos moradores, devido aos espaços que foram usados como estadia contínua durante esse momento, pouco condizerem com as particularidades e necessidades de seus habitantes (Paiva, 2020).

Em virtude desses acontecimentos, tivemos a ocorrência de duas consequências, sendo uma de ordem imediata, voltada para a promoção da saúde mental e bem-estar das pessoas em si, e a outra de ordem mediata, direcionada para as mudanças na concepção de todos os espaços já existentes ou em desenvolvimento, para fomentar indiretamente a saúde mental e o bem-estar.

A de ordem imediata abarcou a conscientização em prol da saúde mental e o bem-estar dos indivíduos, cujos resultados frente as campanhas desenvolvidas, como o Janeiro Branco (Parazzi, 2021), demonstraram-se bastante impactantes socialmente, tanto que, conforme dados da Fundação Tiradentes em 2022, durante e após a pandemia, devido as pessoas terem se desfeito de seus preconceitos, ignorado o julgamento social e se motivado a buscar por profissionais para contornar os seus problemas psicológicos oriundos dessa fase de isolamento, sucedeu-se um boom na demanda por psicólogos.

Já quanto a de ordem mediata, na arquitetura e no design de interiores dos espaços em geral, percebeu-se uma mobilização dos profissionais para instaurar uma mudança de paradigma a respeito da concepção desses projetos: os ambientes não devem mais ser pensados unicamente através da forma, função e da estética, mas sim devem ser projetados para serem vividos (Gurgel, 2022). Agora, vê-se como necessário adentrar muito mais a esfera dos usuários dos espaços – saber sobre seus gostos, desejos, necessidades, memórias, emoções, percepções, associações positivas, comportamentos e alterações de humor frente a certos estímulos –, para, através da análise e aplicação de conhecimentos multidisciplinares, poder lhes prover um ambiente digno de ser habitado e/ou experienciado.

Dessa forma, o presente trabalho discute a relevância de incorporar os conceitos da neuroarquitetura na concepção de consultórios de psicologia que promovam mais saúde e bem-estar a seus usuários. Todavia, cabe ressaltar que a elucidação dessa temática não implica na confecção de leis estritas a serem seguidas cegamente, dada a possibilidade de os conhecimentos dessa área tanto gerar benefícios como malefícios à saúde se aplicados de forma errada. Com isso, cabe aos profissionais da área, arquitetos e designers de interiores, o dever de fazerem um bom briefing com seus clientes para entenderem suas necessidades e desejos, como também, a tarefa de utilizarem esse arcabouço de forma coerente e equilibrada em seus projetos.

Sendo assim, ressalta-se que a problemática do presente trabalho é de disseminar conhecimentos sobre abordagens projetuais em consultórios de psicologia que poderão proporcionar um maior senso de conforto, segurança e tranquilidade aos usuários, aumentando assim, a probabilidade de elevar ainda mais a eficiência dos tratamentos.

Com isso, o objetivo geral dessa pesquisa é de expor alternativas projetuais embasadas nas novas abordagens do design de interiores, que oportunizem o desenvolvimento de espaços de tratamento psicológico que impactem, de forma adicional, positivamente na saúde mental e bem-estar tanto do profissional, como do paciente.

Por conseguinte, para atingir esse objetivo, foram definidos os seguintes objetivos específicos:

- Identificar contribuições da neuroarquitetura potencialmente válidas para consultórios de psicologia
- Propor formas de incorporação dos conhecimentos da neuroarquitetura em consultórios de psicologia

Pretende-se, nessa mesma linha de pensamento, que a discussão não seja um fim em si mesmo, para que a comunidade de arquitetos e designers atentem para a importância de desenvolver projetos mais humanizados e menos exibicionistas.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Influência do Ambiente no Indivíduo

A fim de compreender a maneira como o ambiente é capaz de influenciar o comportamento humano e o sentido da aplicação desse conhecimento a escolhas projetuais, é salutar a explanação sobre os campos da ciência que abrangem essa temática, os quais são: neurociência, psicologia ambiental e neuroarquitetura.

Neurociência

O estudo dos processos neurológicos que fundamentam a forma como o homem lê, interpreta e reage às circunstâncias corresponde a uma das principais formas de análise do comportamento humano na modernidade (Crizel, 2020). A neurociência, estabelecida formalmente em 1970 como campo científico autônomo, é a área da ciência que se volta para o estudo do sistema nervoso central, suas alterações e manifestações (Giroldo, 2021).

Devido à sua capacidade de se relacionar com uma variedade de outras ciências, essa área do conhecimento é capaz de contribuir para o aprimoramento da forma como uma ampla gama de fenômenos biológicos, sociais e psicológicos podem ser compreendidos. Dentre exemplos possíveis, podemos citar a ressonância magnética e o eletroencefalograma, avanços científicos que possibilitaram o desenvolvimento de estudos posteriores na arquitetura e no design, contribuindo para a implementação mais cuidadosa dos diversos elementos arquitetônicos, a partir da observação de que certos itens da arquitetura, como cores, textura e iluminação, funcionam como gatilhos inconscientes para a ativação de determinadas áreas do cérebro, as quais podem suceder na liberação de substâncias químicas, como hormônios e neurotransmissores, expressões gênicas – produção de proteínas e RNA – e até na alteração de condições mentais, emoções e comportamentos (Vobi, s.d.).

Psicologia Ambiental

Com o fracasso de muitos empreendimentos construídos durante o período pós-guerra na Europa, que se tornaram virtualmente obsoletos à medida em que os habitantes começaram a abandonar esses lugares, verificou-se a necessidade do desenvolvimento de espaços que levassem em conta tanto os

princípios estéticos, como também a capacidade de atender às necessidades psicológicas e comportamentais dos futuros moradores (Melo, 1991). Nesse contexto, a psicologia ambiental surge como uma ferramenta de estudo que busca explorar a forma como o ser humano se relaciona com o ambiente. Apesar de comumente descrita como uma subárea da psicologia, segundo Moser (1998) a psicologia ambiental corresponde a um campo independente, uma vez que não trata de compreender especificamente o indivíduo ou especificamente o ambiente, mas o indivíduo em seu contexto, isto é, as interrelações entre o sujeito e o meio ambiente. Ainda, afirma o autor, que o ambiente deve ser compreendido não tão somente pelo espaço físico, mas também pelas dimensões sociais e culturais, que estão sempre em atuação, mediando a percepção, a avaliação e as ações dos sujeitos frente aos espaços. Assim, a interrelação a que Moser se refere corresponde tanto à análise dos efeitos do ambiente sobre o comportamento humano, como também à forma como o sujeito avalia e percebe o ambiente. Um processo recíproco onde os agentes presentes ao mesmo tempo em que influenciam, são também influenciados.

Neuroarquitetura

Embora estudada há quase setenta anos, essa área só passou a existir como ciência a partir do final dos anos noventa (Viva Decora, 2021), sendo o termo neuroarquitetura instituído oficialmente somente em 2003, para designar o estudo da forma como o ambiente é capaz de alterar o cérebro humano e seu funcionamento, a fim de desenvolver espaços que fomentem felicidade, bem-estar e produtividade (Exploring Your Mind, 2021).

Nesse sentido, a neuroarquitetura é principalmente uma ciência que considera a arquitetura como um fator atuante no processo de influenciar o cérebro humano a curto, médio e longo prazo. No curto prazo, a forma como o ambiente age sobre o sujeito se dá através do processo de adaptação que ocorre às condições imediatas, o que, por sua vez, pode provocar mudanças inconscientes no humor, emoções, comportamentos e até mesmo alterações na forma como o espaço é percebido; no médio e longo prazo, estímulos ambientais contínuos e repetitivos podem provocar alterações na plasticidade cerebral, levando ao reforço, perda ou mesmo ganho de sinapses (Paiva, 2020).

Assim, reconhecida a capacidade do ambiente em imprimir uma série de mudanças na forma como o ser humano funciona dentro do mundo, a neuroarquitetura é a ciência que considera o desenvolvimento de espaços para além da estética e da função, isto é, esse campo de estudo busca levar em conta que os espaços são principalmente catalisadores de emoções, memórias e associações positivas, construídas no dia a dia de seus usuários (Vobi, s.d.).

Ademais, considerada como uma abordagem holística, a neuroarquitetura é também o campo comum onde a neurociência, a teoria da percepção e a psicologia da Gestalt se encontram à arquitetura, com enfoque na ordem de funcionamento da compreensão de estruturas e no transitar do sujeito dentro dos espaços projetados (Aguiar, 2020). Uma vez que essa ciência projetual está primariamente focada na experiência dos indivíduos, a neuroarquitetura é passível de aplicação em todo tipo de ambiente, seja hospitalar, residencial, clínica médica ou consultório psicológico (ABM, 2022), sendo responsabilidade do arquiteto e designer projetar espaços que promovam bem-estar, tanto em saúde física, como em saúde emocional dos ocupantes (Vobi, s.d.).

2.1 Abordagens Projetuais a Partir da Neuroarquitetura

Para o desenvolvimento de um bom projeto que contemple as necessidades particulares, a saúde e o bem-estar dos indivíduos, é preciso ter sensibilidade para administrar as informações que estarão em contato direto com os usuários do espaço, uma vez que todos os elementos e situações vividas nos espaços físicos, tem o potencial de influenciar o modo como eles são experienciados (Neves, 2017).

Assim, serão elucidadas a seguir algumas abordagens projetuais passíveis de aplicação no desenvolvimento de consultórios de psicologia.

Design Biofílico

De acordo com Hassebrock (2016), a ideia de que o contato com a natureza faz bem para a saúde física e psicológica já está presente a pelo menos dois mil anos, tanto nas culturas ocidentais como orientais. Originalmente concebido para designar amor à vida, o termo biofilia foi popularmente disseminado como a tendência natural do homem em se concentrar na vida e em seus processos (Wilson, 2003). Contudo, recentemente, o termo foi renovado para uma conotação mais expressiva, devendo essa nova definição aos avanços da psicologia evolucionária. Segundo Harari (2020), o cérebro, a mente e o corpo humano se adaptaram para sobreviver em um contexto de caça e coleta, ou seja, muito movimento e contato com o meio ambiente. Contudo, com os avanços tecnológicos, se deu um processo de desconexão progressiva com os elementos naturais que outrora compunham o dia a dia de nossos ancestrais, tendo como consequência disso um desequilíbrio entre as necessidades gravadas geneticamente no homem e o seu contexto de vida presente.

Hoje, o homem passa uma parcela cada vez maior do seu tempo em ambientes urbanos e fechados, distante da realidade natural. Dito isso, o conceito de biofilia surge na arquitetura e no design como uma tentativa de reintegração entre as necessidades biológicas do homem e as suas circunstâncias na modernidade (Cavalcante; Elali, 2018).

Portanto, a ideia de um design biofílico corresponde essencialmente a uma coleção de princípios, que quando aplicados, oferecem alternativas projetuais para o desenvolvimento de espaços que estimulem de maneira benéfica a reconexão dos sujeitos com o meio ambiente. Segundo Kellert (2018), existem oito princípios fundamentais que norteiam essa abordagem, conferindo harmonia e equilíbrio, são eles: atração, aversão, afeto, exploração, controle, espiritualidade, intelecto e simbolismo, cada um com suas qualidades particulares.

Quanto à aplicação desse tipo de design, Kellert e Calabrese (2015) propõem três eixos principais de atuação, essas estratégias são: experiência direta da natureza através do encontro real com elementos naturais; experiência indireta da natureza por meio do contato com imagens e representações de padrões da natureza; experiência do espaço e do lugar com o uso de recursos típicos da natureza, como componentes ecológicos. Como consequência da aplicação inteligente dessas estratégias, pacientes em ambientes de saúde podem ter uma recuperação mais rápida, enquanto em ambientes organizacionais, estudos apontam que o design biofílico pode contribuir para redução do estresse em colaboradores e aumento de até 15% na produtividade, motivação e criatividade (Hassebrock, 2016). Além disso, estima-se que a decoração com plantas naturais pode reduzir em 60% o número de bactérias no local, como também diminuir em 24% as dores de cabeça e 52% os sintomas de irritação dos olhos (Cooper, 2015).

Conforto Ambiental

Satisfazer plenamente o ser humano é uma missão impossível. Dada a sua autenticidade de pensar, sentir e agir frente as diversas situações da vida (Arbeláez, 2022), existe no meio arquitetônico e de design, certa dificuldade em se conseguir representar um ambiente com perfeição.

Apesar disso, é possível a criação de ambientes suficientes e satisfatórios (Klaes, 2005), isto é, espaços com a capacidade de atingir de forma plural as necessidades primordiais da maioria das pessoas. Esse feito, porém, é admissível desde que o lugar proporcione boas condições psicológicas, higrotérmicas, acústicas, visuais, respiratórias e ergonômicas para a realização de atividades (Bollnow, 2008).

Sendo assim, a seguir abordaremos os pilares do conforto ambiental, os quais são: conforto térmico,

conforto acústico e conforto lumínico.

Conforto Térmico

Segundo a empresa de consultoria CA-2 (s.d.), ao se iniciar um projeto, é salutar a realização de um minucioso levantamento do maior número de informações sobre os futuros ocupantes, as atividades que serão exercidas no local e as condicionantes naturais do espaço a ser trabalhado, pois certos fatores subjetivos, técnicos e ambientais, podem influenciar diretamente na percepção de conforto térmico dos ambientes. Quanto à definição de conforto térmico, ele pode ser compreendido como a avaliação subjetiva do sujeito acerca de seu grau de satisfação com as condições térmicas de um dado ambiente. Dito isso, embora pessoas diferentes experienciem o mundo de formas distintas, conforto térmico corresponde essencialmente ao resultado da combinação harmoniosa entre fatores ambientais (ex.: incidência solar, temperatura, clima, umidade, vento), físicos (ex.: idade dos ocupantes, quantidade, roupa), psicológicos (ex.: cultura, região geográfica) e fisiológicos (ex.: metabolismo, grau de sedentarismo).

Ainda, o relatório da CA-2 (s.d.) aponta que a falta de sucesso na implementação desse levantamento pode acarretar falhas graves no design, com consequências imediatas na experiência do usuário, como: percepção negativa do espaço, perdas de produtividade, baixa eficiência energética da edificação e gastos a mais com aparelhos de refrigeração ou aquecimento. Para ilustrar a importância da atenção ao conforto térmico, podemos citar um experimento conduzido pela NASA, cuja conclusão foi que a uma temperatura de 30º C, a produtividade média dos usuários do espaço caia para 18%, com um aumento na chance de erro para 75%, enquanto à temperatura de 24º C perdas em produtividade correspondiam a 3% com chance de erro negligível, dados alarmantes que falam por si só (Evap, 2023). Dentre as estratégias possíveis para a promoção de ambientes termicamente adequados, podemos citar o uso da ventilação natural, processo que promove a circulação do ar em um espaço, o que, segundo um estudo realizado pela universidade de Harvard e Syracuse, pode aumentar as funções cognitivas dos ocupantes em cerca de 61% (Datz, 2015).

Conforto Acústico

Quando um som é exagerado e inconveniente, ele pode ser entendido como ruído (Thomaz, 2021). E, como afirma Treasure (2012), a realidade do homem moderno está cada vez mais ruidosa. Como consequência disso, a verdade é que cada vez mais as pessoas estão se tornando acostumadas com ruídos altos e recorrentes, sem se dar conta de como esse ruído as afeta (CA-2, s.d.). Em geral, ambientes ruidosos dificultam o desenvolvimento de relações sociais, a clareza do pensamento, promovem mais erros de execução e atrapalham a conclusão de tarefas, podendo gerar ainda irritabilidade e agressividade, o que por conseguinte é capaz de promover conflitos entre as pessoas (Sanz, 2022).

Do ponto de vista fisiológico, barulhos altos e inesperados, podem alterar os batimentos cardíacos, as ondas cerebrais e a respiração, provocando altos níveis de estresse (Treasure, 2012); psicologicamente, ruídos entendidos como desnecessários, imprevisíveis e intermitentes são os piores, podendo gerar as respostas mais negativas, como medo ou pânico, uma vez que são experienciados muitas vezes como agressivos, intrusivos, distraíveis ou ameaçadores (Sanz, 2022). Além disso, a exposição extensiva a ruídos desagradáveis aumenta a chance de desenvolvimento de transtornos ansiosos ou depressivos (Glass; Singer, 1972).

Diante de tantas consequências negativas, o cuidado com o conforto acústico nos espaços projetados se faz necessário. Nesse contexto, conforto acústico pode ser entendido como uma sensação auditiva benéfica para a realização de tarefas necessárias em um dado ambiente, sendo conforto o resultado imediato de um projeto que visa a minimização de ruídos, de forma a promover a clareza no diálogo, concentração e produtividade dos ocupantes (CA-2, s.d.). A fim de conseguir um ambiente com um bom isolamento acústico, é importante o entendimento de que as ondas sonoras devem ser refletidas o máximo possível pelas superfícies dos materiais empregados, sem que som algum seja emitido do lado oposto (Souza, 2021).

Conforto Lumínico

A luz, seja ela proveniente de uma fonte natural ou artificial, consiste em um dos elementos mais importantes no que concerne à maneira como os espaços são experienciados. Chamamos de conforto lumínico a forma como a luz natural e artificial é sentida e aplicada nos ambientes, de maneira a promover a justa medida entre a quantidade, qualidade e distribuição da luminosidade, levando em consideração a interrelação equilibrada entre a luz, cores e materiais (Raiter; Everling, 2016), tendo como fim o desenvolvimento de espaços agradáveis, funcionais e salutares para o bem-estar dos indivíduos. Por isso, Gurgel (2022) aponta que, para o desenvolvimento de um projeto de design, se trata de uma boa prática o ato de projetar as cores conjuntamente à iluminação, uma vez que ao mesmo tempo em que a luz possui a capacidade de valorizar as características das cores, pode também comprometê-las.

Nesse contexto, entende-se que um projeto luminotécnico pode trazer uma série de consequências boas – ou ruins – para seus usuários. Por exemplo, ao promover uma conexão com o mundo externo, o uso da iluminação natural pode ser positivo tanto para a produtividade quanto para a recuperação de saúde, à medida em que reduz os níveis de estresse, fadiga e regula o relógio biológico – ritmo circadiano (GT Building, 2023). Por outro lado, a iluminação artificial utilizando lâmpadas brancas frias (4000k – 6500k) pode incentivar o foco e a clareza do pensamento, com melhora no desempenho cognitivo, mas com a possibilidade de causar inquietação e estresse, sendo ideal para ambientes de trabalho e escritórios, desde que utilizada com moderação; enquanto lâmpadas quentes com tonalidade avermelhada (2500k – 3000k) remetem à sensação de paz e aconchego, com melhora na memória de curto prazo e capacidade de resolução de problemas, além de auxiliar na produção e liberação de melatonina, promovendo relaxamento e maior facilidade para dormir, sendo ideal para quartos, espaços de relaxamento e salas de espera (Gurgel, 2022; Vobi, s.d.).

Desse modo, se faz necessário que, no processo projetual, seja observado as atividades desenvolvidas no espaço planejado, uma vez que cada qual demanda condições distintas de luminosidade.

Espacialidade e Organização

A organização espacial de um ambiente é uma ponderação de grande importância no design de interiores, pois, para além do foco na estética, ela atenta para a melhoria da experiencia ambiental do usuário, buscando atender tanto sua satisfação cognitiva, como suas necessidades práticas e emocionais. Visando alcançar esse objetivo, ao desenvolver um projeto de layout, é papel do designer analisar diferentes aspectos que estão inseridos na espacialidade, como o fluxo, a circulação, os limites do espaço pessoal, a ergonomia, a antropometria, a acessibilidade e diversos princípios do design.

Ao considerar o fluxo e a circulação, torna-se possível criar trajetórias fluidas e intuitivas, promovendo uma experiência de deslocamento eficiente no ambiente (Norman, 2013). A delimitação do espaço pessoal, baseada em estudos de proxêmica (Hall, 2005), influencia diretamente na percepção do conforto e na interação social. A ergonomia e antropometria, fundamentais para a adaptação do ambiente ao corpo humano, são aspectos essenciais que não devem ser negligenciados no processo de design (Huang; Robertson; Chang, 2004). Já a acessibilidade, não apenas cumpre normas e regulamentações, mas também promove a inclusão e a igualdade de acesso a todos os usuários, independentemente de suas capacidades físicas (Vobi, s.d.).

A aplicação dos princípios do design, como a harmonia, simetria, equilíbrio, ritmo e contraste, é importante para criar ambientes visualmente atraentes e emocionalmente estimulantes (Gibbs, 2009). A escolha cuidadosa das proporções e escalas contribui para a criação de uma atmosfera que não apenas agrada esteticamente, mas também afeta positivamente o estado emocional dos ocupantes (Souza, 2022). Esses elementos desempenham um papel significativo na satisfação cognitiva e emocional do usuário, impactando diretamente na qualidade de vida no ambiente interno.

Cabe destacar que, ao não abarcar parcela considerável desses elementos, o designer corre o risco de criar ambientes desequilibrados e bagunçados, que promoverão esgotamento cognitivo (Norman, 2013), desconforto e tensão entre os indivíduos (Hall, 2005). A compreensão holística da organização espacial, integrando conhecimentos de diversas disciplinas, é, portanto, essencial para o sucesso na criação de ambientes que atendam às múltiplas dimensões das necessidades humanas.

Cores

À medida em que mergulha no universo das sensações e percepções humanas, a paleta cromática corresponde ao coração do design de interiores. Segundo Gomes Filho (2013), a cor se revela como um recurso emocional, um guia sensorial que os designers habilidosamente aplicam para transformar espaços e evocar emoções. Mais do que tinta que cobre as paredes, as cores são uma ferramenta de esculpir formas, volumes e contrastes, conforme destacado por Gibbs (2009) e Gurgel (2009).

Os matizes claros abrem espaços e incentivam a concentração, enquanto os tons vibrantes aguçam a criatividade e a imaginação. Enquanto, por sua sobriedade, tons escuros trazem consigo a seriedade que alguns ambientes demandam. No entanto, a desarmonia provocada pelo uso descontrolado de qualquer cor pode ser uma dissonância aguda no ambiente, impactando negativamente os usuários (IPOG, 2016).

Esboçar uma paleta de cores adequada para um ambiente é uma atividade que põe à prova as habilidades do profissional em design de interiores. Frequentemente, a inexperiência, conduz à aplicação de uma cartela de cores monótona e previsível, que ignora o verdadeiro potencial das cores e seus efeitos transformadores (Pereira, 2016). A combinação da neuroarquitetura com o círculo cromático funciona como uma bússola para demarcar setores específicos em espaços, desvendando os impactos e as reações emocionais que cada cor desencadeia (Viva Decora, 2021).

O calor do laranja, a energia do vermelho, a calma do azul e o frescor do verde. Cores agem como elos diretos com os estados emocionais do ser humano. Quando há contraste entre elas, cria-se uma demonstração vibrante, enquanto a harmonia das análogas promove aconchego (Matoso, 2022). Contudo, o excesso de uma cor, mesmo aquela associada à paz, como o branco, pode evocar tensão, enquanto o vermelho, apesar de sua pulsação, em doses exageradas, pode despertar irritação e impaciência nas pessoas (Vobi, s.d.). Por conta disso, o conhecimento profundo das cores e sua aplicação estratégica são ferramentas essenciais para os designers que desejam criar ambientes que não só funcionem bem, mas também ressoem harmoniosamente com as emoções de seus habitantes.

Estimulação Sensorial

A interdependência entre os sentidos e a vitalidade humana é inegável. Assim como a privação de movimentos compromete a saúde dos músculos, a ausência ou limitação da estimulação sensorial afeta o funcionamento cognitivo e emocional do ser humano (Berling, 2016). Essa analogia é um reflexo da profunda conexão entre a percepção sensorial e a experiência de vida.

A cada instante, o homem é moldado por eventos, interações e experiências com o mundo ao seu redor. Cada sentido, seja a visão que absorve a luz e a cor, o olfato que capta aromas, a audição que decodifica sons, o paladar que saboreia e o tato que sente texturas, contribui para a construção da realidade (Ryan, 2017).

A interação entre os sentidos humanos e a neuroarquitetura revela uma conexão profunda e multifacetada entre a percepção sensorial e o design de interiores. Esses sentidos desempenham papéis vitais na forma como são experimentados e interagidos os espaços.

Quanto à visão, aproximadamente 30% do córtex cerebral humano é dedicado ao processamento visual. Esse sentido é intricadamente afetado pela neuroarquitetura, pois diferentes elementos visuais, como cores, acabamentos de materiais, padronagens, formas, iluminação e proporções de ambientes, influenciam

diretamente a percepção do espaço. A escolha consciente desses elementos no design de interiores pode criar atmosferas que promovem calma, estimulação ou até mesmo influenciar o humor dos ocupantes (Vobi, s.d.).

A audição é outro sentido fundamental no design de interiores. Sons e músicas são poderosos agentes na criação de ambientes. A qualidade acústica de um espaço pode afetar o conforto e a funcionalidade, influenciando a maneira como as pessoas interagem com o ambiente ao seu redor. Música suave pode criar uma atmosfera relaxante, enquanto sons naturais podem conectar um espaço à natureza, promovendo a serenidade (Thomaz, 2021).

Além disso, o tato, representado pela pele como o maior órgão sensorial humano, desempenha um papel significativo na neuroarquitetura. Texturas, materiais e até mesmo a temperatura de superfícies são considerações essenciais no design de interiores. Superfícies ásperas ou suaves, materiais naturais ou sintéticos, tudo isso influencia diretamente a sensação tátil do ambiente, afetando a experiência sensorial e o conforto dos ocupantes (Vobi, s.d.).

O olfato, muitas vezes subestimado, está fortemente ligado a regiões cerebrais responsáveis por processar memórias e emoções. Aromas têm o poder de evocar lembranças e induzir sensações. Elementos como velas perfumadas, aromatizantes e até mesmo plantas com fragrâncias agradáveis são usados no design de interiores para criar uma atmosfera acolhedora e influenciar positivamente o humor e a percepção do espaço (Dondis, 1997).

Por outro lado, o paladar, responsável pela percepção dos sabores, pode ser estimulado indiretamente no design de interiores. Cores e texturas podem despertar o apetite, influenciando a experiência durante refeições. Cores suaves, como as *candy colors*, podem ser empregadas em cozinhas e salas de jantar para criar uma sensação de leveza e estimular o apetite. Ademais, elementos como cestas de frutas ou bombonieres podem complementar esses espaços, adicionando estímulos visuais que acentuam a experiência sensorial (Vobi, s.d.).

Portanto, é de suma importância que uma proposta projetual de design de interiores seja capaz de abarcar a complexa interdependência dos sentidos humanos, reconhecendo que cada um deles desempenha um papel funcional, estético e emocional para a experiência dos usuários.

3 METODOLOGIA

O presente estudo visa trazer à luz uma série de conhecimentos advindos do âmbito da psicologia úteis para o contexto do design de interiores, mais especificamente, aplicações importantes para a criação de consultórios psicológicos. Para tanto, a fim de concretizar o objetivo do presente estudo, foi empregada uma pesquisa exploratória, com o intuito de identificar estratégias válidas para o desenvolvimento de ambientes com o potencial de influenciar positivamente a experiência de seus usuários.

Quanto ao método de pesquisa escolhido, de acordo com Babbie (1986), entre as vantagens da pesquisa exploratória, está a sua utilidade como forma inicial de desenvolvimento de familiaridade por parte do pesquisador – e do leitor – para com um dado tópico em questão, sobretudo em assuntos relativamente pouco discutidos. A escolha por esse método se deu através da compreensão de que há pouco material pertinente ao desenvolvimento de espaços voltados para profissionais da saúde mental, e, consequentemente, uma escassez de conteúdo que lide com a influência do ambiente nesse contexto. Dito isso, o método exploratório se mostra como uma estratégia adequada para tratar sobre o assunto referenciado.

Visando uma análise crítica e multidisciplinar, uma pesquisa bibliográfica foi empregada como procedimento técnico. Segundo Rother (2007), a revisão da literatura se caracteriza por corresponder a uma análise variada, apropriada para a descrição e discussão do *status quaestionis* de um determinado assunto. Para cumprir com o que foi proposto, a revisão bibliográfica do presente estudo contemplou uma gama de materiais distintos, isto é, foram consultados principalmente livros, artigos de revistas científicas e sites

especializados, pertinentes ao tema da neuroarquitetura, design multissensorial, design biofílico e psicologia ambiental no âmbito do design de interiores.

A partir do emprego dos procedimentos metodológicos previamente referenciados, o presente trabalho pretende discutir e providenciar sugestões concernentes ao conhecimento teórico-prático que reside na intercessão entre a arquitetura e a psicologia, evidenciando as formas como a aplicação inteligente do design de interiores pode favorecer o trabalho de profissionais da saúde mental, assim como seus clientes/pacientes. Portanto, a discussão dessa temática busca aprofundar a compreensão da teoria científica e servir como ponto inicial para o estudo de profissionais da arquitetura e design de interiores para o desenvolvimento de novos projetos e estudos.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A prática terapêutica é um campo complexo e multifacetado, cuja eficácia vai além da aplicação de técnicas específicas, estando intrinsecamente vinculada tanto à qualidade da relação estabelecida entre terapeuta e paciente, quanto ao contexto ambiental e à experiencia dos indivíduos no local de tratamento.

No que tange a esses dois últimos elementos, é importante ressaltar a compreensão de que assim como todo ambiente exerce influência sobre o comportamento humano, segue-se que a totalidade do *setting* terapêutico exerce um impacto significativo sobre o paciente (Bandura, 2008; Bowlby, 1988; Catzman, 2013; Rogers, 2003; Skinner, 2003; Winnicott, 1994). Esse ambiente, quando cuidadosamente moldado, não só facilita a criação de um lugar propício à reflexão e expressão, mas também atua como um catalisador de transformações positivas na vida do paciente.

Dessa forma, mostra-se evidente a importância de um design profissional no ambiente dos consultórios psicológicos, uma vez que estes desempenham um papel fundamental na otimização do tratamento terapêutico. Portanto, a análise das soluções de design de interiores deste projeto foi segmentada em quatro áreas principais: soluções destinadas a reduzir ansiedade, estresse e depressão; estratégias para estimular a permanência e o retorno ao espaço terapêutico; abordagens para aumentar o sentimento de segurança; e medidas voltadas para aprimorar as funções cognitivas.

4.1 Soluções Destinadas a Reduzir Ansiedade, Estresse e Depressão

Considerando a influência direta desses estados emocionais no processo terapêutico, é imperativo criar um espaço que promova a calma e o conforto.

No que tange ao som, evitar barulhos excessivos é essencial para criar um ambiente tranquilo. Segundo Assem, Khodeir e Fathy (2023), sons da natureza diminuem o estresse, enquanto músicas suaves, com cerca de 60 batidas por minuto, reduzem a pressão sanguínea, trazendo calma e serenidade. Sendo assim, em um consultório psicológico, uma forma inteligente de garantir um ambiente mais adequado para as sessões terapêuticas é incluir dispositivos de áudio, para reprodução de músicas e sons relaxantes.

Ainda segundo as autoras, além de ser útil para fazer anotações, a iluminação natural desempenha um papel importante na redução dos níveis de cortisol e estresse, promovendo um ambiente propício à cura, como verificado em estudos com pacientes hospitalares, fato potencialmente aplicável para consultórios psicológicos. Contudo, como os raios solares em excesso podem ter efeitos deletérios para os indivíduos, como provocar calor ou ofuscamento da visão, o uso de cortinas ou persianas como forma de regular a luz natural pode ser um grande aliado durante o dia. À noite ou em ambientes que não dispõem de uma fonte de luz natural, para não interromper o ritmo biológico dos ocupantes e estabelecer um clima acolhedor, o ideal é optar por uma iluminação difusa e de efeito, com lâmpadas amarelas vinculadas a um sistema de iluminação dinâmica (Penido, 2023; Gurgel, 2022).

Além disso, é importante incorporar soluções de layout que favoreçam a experiência terapêutica, criando espaços acolhedores e receptivos. Elaborar uma eficiente disposição espacial, que leve em conta o

espaçamento adequado entre o terapeuta e o paciente, pode ser uma das primeiras intervenções, uma vez que isso evita desconfortos decorrentes da invasão da distância pessoal (Gurgel, 2022). Em seguida, para potencializar essa experiência, é interessante optar por mobiliário flexível que preferencialmente utilize materiais que imitem ou sejam feitos de madeira, pois essa abordagem contribui para a redução do estresse (Assem; Khodeir; Fathy, 2022).

Adicionalmente, a presença de vegetação em sua forma natural e com leve cheiro, através de jardins internos, jardineiras verticais ou vasos de plantas, pode ser uma adição valiosa, uma vez que, segundo a teoria de redução de estresse proposta por Ulrich *et al*. (1991), a proximidade com a natureza é capaz de reduzir consideravelmente os níveis de estresse no organismo, promovendo ainda a revigoração das energias.

No tocante à influência das cores na criação de uma atmosfera adequada para um consultório psicológico, a utilização ponderada de cores frias e quentes desempenha um papel essencial nesse contexto, onde as cores frias proporcionam um ambiente aconchegante, ao passo que as cores quentes têm o poder de acalmar e tranquilizar os sentidos (Abbasi *et al*., 2014).

Segundo a teoria da psicologia das cores exposta por Gurgel (2022; 2023), Poctaruk (2023) e Rambauske (s.d.), certas colorações têm a capacidade de evocar sensações de relaxamento, calma, aconchego, serenidade e felicidade. Entre essas cores, destacam-se o verde, azul celeste, azul royal, roxo, creme, bege, laranja em equilíbrio com tonalidades de verdeazulado, tonalidades de amarelo-dourado e rosa em tons pasteis. Ademais, as colorações devem ser preferencialmente com pouco brilho e saturadas, uma vez que essa combinação pode contribuir para a melhora do humor (Valdez; Mehrabian, 1994),

Para obter benefícios terapêuticos, recomenda-se ainda a aplicação das cores seguindo um esquema cromático análogo. Este esquema, baseado na utilização de cores com tonalidades similares, tende a gerar uma sensação aprimorada de tranquilidade quando implementado (Gurgel, 2022). Para melhores resultados, ao analisar as diversas formas visuais de incorporar a cor ao espaço, o uso de linhas horizontais pode ser um recurso valioso, uma vez que trazem a sensação de calmaria e relaxamento (Raiter; Everling, 2016).

4.2 Estratégias Para Estimular Engajamento e Retorno ao Espaço Terapêutico

Para assegurar que um ambiente proporcione conforto, sustente o interesse prolongado e fomente uma conexão significativa, é importante criar um espaço agradável e convidativo. Além disso, nos consultórios de psicologia, é essencial que o ambiente seja capaz de estimular os pacientes a se sentirem à vontade e engajados durante as sessões, ao mesmo tempo que também promova aos terapeutas a sensação de conforto e disposição, de maneira a evitar o esgotamento físico e metal. Nesse contexto, o impacto visual do espaço desempenha um papel preponderante, uma vez que pode influenciar no desejo de retornar outrora ao mesmo ambiente, ou a recusa de visitá-lo novamente (Botton, 2007).

Estudos sobre as preferências dos indivíduos em relação aos espaços revelam padrões relevantes. De acordo com Araújo (2022), a maioria das pessoas tende a preferir ambientes que possuem características simétricas, harmônicas, esteticamente agradáveis e que sejam bem conservados, livres de danos estruturais ou desgaste no mobiliário. Ademais, espaços bem divididos em setores distintos (Hayran, 2022), com tetos mais altos, presença de objetos curvos, iluminação indireta e uso de luzes LED (Assem; Khodeir; Fathy, 2022), bem como a presença de móveis ergonômicos (Posanski, 2023), são também preferidos pela maioria das pessoas.

Com base nessas informações, diversas intervenções são possíveis no contexto dos consultórios de psicologia, como: a aplicação dos princípios de simetria e harmonia no design de interiores para melhor estruturar o espaço; a escolha cuidadosa do mobiliário, considerando se proporciona suporte adequado e dá conforto ao corpo, se possui tamanho e proporção corretos para o ambiente em que será instalado, assim como se o material e a textura são adequados (Posanski, 2023); incorporação de elementos em formatos curvilíneos, orgânicos ou em fractais, seja por meio de móveis, objetos de decoração, texturas, volumes,

efeitos luminotécnicos ou elementos visuais; utilização das cores ou de efeitos visuais para modificar a percepção dos espaços, seja para compactar – utilizando cores mais fortes em superfícies que refletem a luz natural – ou alongar – fazendo uso de linhas verticais ou pintando as paredes em uma cor mais escura e deixando o teto branco (Pocztaruk, 2023; Raiter; Everling, 2016); criação de um caminho intuitivo que estabeleça a divisão das zonas funcionais através de elementos ou de objetos e suas variações de altura, como móveis, estantes, divisórias, tapetes, cores e iluminação (Cortegana, 2023).

A consequência da aplicação correta desses elementos é o aumento na atratividade do espaço, fator que impacta diretamente no engajamento com a sessão terapêutica e o retorno dos pacientes, como também a manutenção do bem-estar e disposição do terapeuta no trabalho ao longo do expediente.

4.3 Abordagens Para Aumentar o Sentimento de Segurança

Uma vez que a confiança tanto no terapeuta quanto no local é fundamental para que os pacientes possam se expressar livremente e enfrentar seus problemas durante a terapia, é importante que o sentimento de segurança deles no ambiente terapêutico seja reforçado.

Para estabelecer essa atmosfera de confiança, é essencial tomar medidas cuidadosas, começando pela introdução de elementos que promovam a privacidade e a melhoria no isolamento acústico. Para isso, utilizar pisos que absorvem o som, evitar materiais brilhantes, optar por superfícies e tecidos texturizados ou foscos, utilizar cortinas espessas para os vidros das janelas, tapetes densos e a incorporação de plantas naturais no espaço são práticas recomendadas (Gurgel, 2022). Esses elementos são fundamentais para garantir o sigilo necessário, permitindo que os pacientes se abram sem constrangimentos.

Outra estratégia para fortalecer essa sensação de segurança é cuidar da disposição dos móveis. De acordo com Gurgel (2022), ao posicionar o paciente de forma que ele tenha as costas voltadas para uma parede ou divisória contribui para uma maior sensação de segurança e acolhimento.

Adicionalmente, é relevante considerar a inclusão de elementos sensoriais no ambiente terapêutico, visando oferecer conforto e segurança emocional aos pacientes. Itens como almofadas, mantas e outros objetos sensoriais podem desempenhar um papel importante nesse contexto, contribuindo para um ambiente acolhedor e reconfortante. Além disso, certos elementos aromáticos podem promover e facilitar a comunicação durante as sessões terapêuticas. Velas, aromatizantes, incensos e difusores com fragrâncias reconfortantes, como tomilho, pinho ou manjerona, são exemplos de recursos que podem ajudar a criar uma atmosfera propícia à abertura e à expressão durante as interações terapêuticas (Cortegana, 2023).

Nesse sentido, as decisões relacionadas às cores no ambiente terapêutico também desempenham um papel significativo na atmosfera e no bem-estar. De acordo com Pocztaruk (2023) e Gurgel (2017; 2022), a escolha de tonalidades específicas pode influenciar as emoções e as interações. Cores como amarelo em tons menos saturados, rosa e pêssego são reconhecidas por sua capacidade de facilitar a comunicação e promover uma atmosfera mais receptiva. Por outro lado, tons de azul esverdeado têm sido associados à redução da insegurança, enquanto a cor marrom transmite uma sensação de proteção.

Ademais, é importante complementar o projeto com materiais que transmitam estabilidade. Materiais sólidos, duráveis e visualmente pesados, como madeira maciça, pedras (ex.: granito e mármore), metais (ex.: aço e ferro), tijolos e concreto aparente, bem como couro, lã ou linho, contribuem para essa sensação de segurança no ambiente terapêutico. Essas escolhas visam criar um espaço que não apenas seja fisicamente seguro, mas que também transmita uma sensação de estabilidade e confiabilidade aos pacientes.

4.4 Medidas Voltadas Para Aprimorar as Funções Cognitivas

As funções cognitivas se referem a processos mentais que nos permitem adquirir conhecimento, compreender, processar, reter e aplicar informações do mundo ao nosso redor. Considerar as necessidades

técnicas da psicologia, como a privacidade e o conforto emocional, aliadas a uma abordagem funcional do planejamento arquitetônico, resulta em um ambiente que não apenas reflete a personalidade do profissional, mas também se configura como um recurso valioso para os processos terapêuticos. O consultório, assim concebido, se torna um espaço que não apenas acolhe, mas otimiza as funções cognitivas, contribuindo para a eficácia e o bem-estar dos pacientes e profissionais envolvidos.

Capacidade de Concentração

A capacidade de concentração desempenha um papel fundamental durante as sessões terapêuticas, tanto para o terapeuta, que precisa estar atento aos relatos dos pacientes, quanto para os pacientes, que buscam orientação para resolver seus problemas. Portanto, se faz necessário que um espaço terapêutico instigue esse estado mental.

Nesse sentido, de acordo com Llorens-Gámez *et al*. (2021), é fundamental que as condições de temperatura, som e iluminação estejam ajustadas dentro de uma zona de conforto comum entre os participantes, tendo em vista que discrepâncias nesses aspectos podem afetar significativamente a capacidade de escuta atenta. Para promover o foco durante as sessões, certas escolhas de design mostram-se benéficas. Segundo o mesmo autor, o uso de elementos de madeira está associado à redução da frequência cardíaca, melhoria da concentração, menor carga cognitiva e maior sensação de relaxamento. Adicionalmente, a aplicação moderada de cores como amarelo e vermelho, em tonalidades menos intensas, pode contribuir para criar um ambiente propício ao foco (Gurgel, 2022).

Estudos realizados em diferentes ambientes de trabalho mostraram que a interação com elementos naturais pode restaurar a atenção após o esgotamento mental. Segundo os dados de uma pesquisa realizada, é possível acumular um aumento de até 20% na capacidade de atenção e desempenho da memória após uma hora de interação com a natureza (Berman *et al*., 2008). A incorporação de elementos naturais nos ambientes terapêuticos pode ser uma estratégia valiosa para manter a atenção do terapeuta ao longo do dia de trabalho.

Capacidade de Recordar

Para a eficácia do processo terapêutico, a capacidade de recordar as discussões feitas que ocorrem dentro do consultório desempenha um papel importante tanto para o paciente quanto para o profissional. A potencialização da memória, essencial nesse processo, pode ser alcançada considerando o ambiente onde as informações são retidas.

Para estimular a memória, há estratégias específicas que podem ser ponderadas. Estudos recentes indicam que pintar as paredes da sala com cores frias, particularmente dentro do espectro do verde amarelado e roxo, pode influenciar positivamente na capacidade cognitiva, criando um ambiente propício para a reflexão e assimilação de informações (Llorens-Gámez *et al*., 2021; Gurgel, 2022).

Nesse sentido, a utilização de combinações de cores que ofereçam contrastes significativos é uma abordagem visual que pode favorecer a memorização, tornando o processo de psicoeducação mais eficiente. Da mesma forma, o uso de elementos amadeirados também é capaz de contribuir, uma vez que reduz a carga cognitiva do espaço, tornando o processamento dos acontecimentos dentro do espaço mais simples de relembrar (Llorens-Gámez *et al*., 2021).

Capacidade de Processamento de Informações e Resolução de Problemas

As condições ambientais são capazes de influenciar o processo cognitivo e emocional dos indivíduos, influenciando diretamente sua capacidade de processamento de informações e resolução de problemas. Estudos evidenciam que certas características do ambiente podem impactar significativamente as atividades

mentais e comportamentais dos indivíduos (Araújo, 2022). No contexto de consultórios de psicologia, a melhora na capacidade de resolução de problemas pode ser um recurso útil para a ocorrência de *insights* terapêuticos.

Segundo Llorens-Gámez *et al*. (2021), a altura do teto é um aspecto que pode afetar o processamento racional das informações, uma vez que tetos mais altos têm sido associados a um favorecimento desse tipo de pensamento, possivelmente pela sensação de liberdade e amplitude que proporcionam.

Além disso, de acordo com os autores, a temperatura do ambiente, a intensidade do som e a luminosidade desempenham um papel importante. Temperatura neutra e som moderadamente quieto são consideradas ideais para facilitar os processos de resolução de problemas. Adicionalmente, a utilização de luzes quentes, ou seja, confortáveis e não intensas, pode favorecer discussões reflexivas e o pensamento crítico (Assem; Khodeir; Fathy, 2022).

Por fim, cabe ressaltar que as cores também desempenham um papel significativo na influência do ambiente sobre o comportamento e as emoções. O magenta, como destacado por Gurgel (2007), é uma cor que encoraja a introspecção, enquanto o violeta em tons escuros e fortes pode contribuir para a criação de uma atmosfera de refúgio e introspecção, influenciando a percepção do espaço e o estado emocional das pessoas no ambiente.

5 CONCLUSÃO

Para muitas pessoas, o consultório de um psicólogo é um refúgio, um ambiente onde se busca relaxamento e alívio do estresse, proporcionando uma desconexão valiosa do tumulto da vida cotidiana. Sendo assim, o desenvolvimento de um espaço terapêutico não é apenas uma questão de criar um lugar aconchegante dentro de certos padrões, mas também de infundir uma identidade própria que reflita com precisão tanto a atividade profissional quanto a essência do terapeuta.

Longe de ser um ambiente frio ou impessoal, o consultório psicológico se distingue por sua intenção de priorizar a pessoa, transmitindo um ambiente acolhedor, livre de qualquer resquício de um ambiente hospitalar. Em essência, é um convite ao autoencontro, um retorno ao eu interior que busca reconhecer-se no espaço ao seu redor.

O design desse ambiente específico é essencial, pois precisa capturar o instinto humano de proteção e conforto, atendendo às expectativas dos pacientes. Quando as necessidades técnicas da psicologia se unem à funcionalidade do planejamento arquitetônico, o consultório torna-se um recurso valioso para os processos terapêuticos, ampliando sua eficácia e impacto.

Este estudo traz contribuições significativas ao discutir as possibilidades de integração da neuroarquitetura ao ambiente terapêutico. Apresentou abordagens projetuais que podem promover a saúde e o bem-estar dos usuários desse espaço, tais como o design biofílico, o conforto ambiental e o design multissensorial. Adicionalmente, discutiu e propôs soluções de design de interiores que se adequem às variadas necessidades de consultórios de psicologia, elencando uma gama de alternativas possíveis sujeitas às preferências dos profissionais.

Dentre as implicações do presente estudo para a área de atuação profissional, podemos dizer que ele oferece tanto subsídios teóricos para a elaboração de novos estudos como também práticos para o desenvolvimento de projetos de consultórios de psicologia que possam potencializar os resultados dos processos terapêuticos. Além disso, o trabalho em questão estimula a interdisciplinaridade entre a arquitetura, o design, a psicologia e a neurociência, favorecendo a troca de conhecimentos e experiências entre esses campos.

Contudo, algumas limitações foram encontradas. Podemos citar a escassez de literatura específica sobre o tema da neuroarquitetura e design de interiores para consultórios de psicologia, o que dificultou a realização de uma revisão mais aprofundada e abrangente. Ainda, um problema identificado foi a falta de dados empíricos que pudessem comprovar a eficácia das soluções de design propostas, uma vez que se tratou

de uma pesquisa exploratória. Ademais, a impossibilidade de generalizar os resultados se mostra como um empecilho, pois as soluções de design podem variar de acordo com o contexto, o público e o objetivo de cada projeto.

Estudos futuros que possam aprofundar, ampliar ou complementar o tema pesquisado são: a realização de uma pesquisa quantitativa que possa mensurar o impacto das soluções de design de interiores na saúde mental e bem-estar dos usuários de consultórios de psicologia, utilizando métodos como questionários, escalas, testes ou instrumentos de medição fisiológica; o desenvolvimento de um estudo de caso que possa ilustrar a aplicação prática das soluções de design de interiores propostas em um consultório de psicologia real, analisando os aspectos técnicos, funcionais e estéticos do projeto; a comparação entre as soluções de design de interiores para consultórios de psicologia com as soluções para outros tipos de ambientes de saúde, como hospitais, clínicas médicas ou odontológicas, verificando as semelhanças e diferenças entre eles.

REFERÊNCIAS

ABM. Como a neuroarquitetura contribui para o bem-estar físico e mental. ABM, 2022. Disponível em: <https://www.revistaabm.com.br/artigos/como-a-neuroarquitetura-contribui-para-o-bem-estar-fisico-e-mental>. Acesso em: 11 nov. 2023.

AGUIAR, A. C. Neuroarquitetura: entenda como criar espaços para estimular o bem-estar. **Archademy**, 2020. Disponível em: <https://www.archademy.com.br/blog/neuroarquitetura-entenda-como-criar-espacos-para-estimular-o-bem-estar/>. Acesso em: 11 nov. 2023.

ABBASI, M. A.; TALAEI. A; TALAEI A.; REZAEI. A. The use of appropriate colors in the design of children's rooms: A Short Review. **International Journal of Pediatrics**, 2013. Disponível em: https://ijp.mums.ac.ir/article_3204.html. Acesso em: 29 nov. 2023.

ARBELÁEZ, M. A psicologia no design de interiores. **A mente é maravilhosa**, 2022. Disponível em: <https://amenteemaravilhosa.com.br/psicologia-no-design-de-interiores/>. Acesso em: 12 nov. 2023.

ARAÚJO, M. T. Neuroarquitetura aplicada a um centro de apoio psicológico. **Repositório Universitário da Ânima (RUNA),** 2022. Disponível em: https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/c0ceb590-c272-4f67-bfdb-81487d761143. Acesso em: 23 nov. 2023.

ASSEM, H; KHODEIR, L; FATHY, F. Designing for human wellbeing: The integration of neuroarchitecture in design - A systematic review. **Ain Shams Engineering Journal**, 2023.

BABBIE, E. The practice of social research. 4th ed. Belmont, **Wadsworth Publ**., 1986.

BANDURA, A.; AZZI, R. G. & POLYDORO, S. Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos. Porto Alegre: **Artmed**, 2008.

BOLLNOW, O. F. O homem e o espaço. Curitiba: **UFPR**, 2008

BOTTON, Alain de. A arquitetura da felicidade. Rio de Janeiro: **Rocco**, 2007.

BOWLBY, J. A. Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory. London: **Routledge**,1988.

CATZMAN, C. Psicología y Diseño de Interiores. Estudio de la influencia del diseño en la práctica terapéutica. Proyecto de investigación pedagogía del diseño y las comunicaciones. **Universidad de Palermo y Facultad de Diseño y Comunicación**, 2013.

CAVALCANTE, S.; ELALI, G. A. (Orgs). Psicologia Ambiental: conceitos para a leitura da relação pessoa-ambiente. Petrópolis: **Vozes**, 2018.

CA-2. Tudo o Que Você Precisa Saber Sobre Conforto Térmico. **CA-2**, s.d. Disponível em: <https://ca-2.com/conforto-termico/>. Acesso em: 13 nov. 2023.

CA-2. O Que é Conforto Acústico. **CA-2**, s.d. Disponível em: <https://ca-2.com/o-que-e-conforto-acustico/>. Acesso em: 13 nov. 2023.

CORTEGANA, S. Decoração de Consultório de Psicologia: Simples + Moderna. **Sarah Penido**, 2023. Disponível em: https://sarahpenido.com.br/decoracao-de-consultorio-de-psicologia/. Acesso em: 10 set. 2023

COOPER, R. Human Spaces: The Global Impact of Biophilic Design in the Workplace. **Green Plants for Green Buildings**, 2015. Disponível em: https://greenplantsforgreenbuildings.org/wp-content/uploads/2015/08/Human-Spaces-Report-Biophilic-Global_Impact_Biophilic_Design.pdf. Acesso em: 14 nov. 2023.

CRÍZEL, L. Neuroarquitetura, neurodesign e neuroiluminação. Cascavel: **Lori Crizel**, 2020.

DATZ, T. Green office environments linked with higher cognitive function scores. **HSPH**, 2015. Disponível em: https://www.hsph.harvard.edu/news/press-releases/green-office-environments-linked-with-higher-cognitive-function-scores/. Acesso em: 13 nov. 2023.

DONDIS, D. A. Sintaxe da Linguagem Visual. São Paulo: **Martins Fontes**, 1997.

EVAP. Productivity and Work Area Temperatures in Industrial Facilities. 2023. Disponível em: https://www.azevap.com/workAreaTempProductivity.php. Acesso em: 13 nov. 2023.

EXPLORING YOUR MIND. NEUROARCHITECTURE: the enviroment's power over the brain. **Exploring Your Mind**, 2020. Disponível em: https://exploringyourmind.com/neuroarchitecture-environment-brain/. Acesso em: 11 nov. 2023.

FUNDAÇÃO TIRADENTES. Cresce a procura por Serviço de atendimento psicológico. **Fundação Tiradentes**, 2022. Disponível em: <https://www.tiradentes.org.br/noticias/cresce-a-procura-por-servico-de-atendimento-psicologico.html>. Acesso em: 8 set. 2023.

GIBBS, J. Design de Interiores: Guia útil para estudantes e profissionais. 2a. Edição. Barcelona Espanha, **Editorial Gustavo Gili**, 2009.

GIROLDO, B. O que faz um neurocientista e como se especializar na área? **PUCPR**, 2021. Disponível em: <https://posdigital.pucpr.br/blog/o-que-faz-um-neurocientista-e-como-se-especializar-na-area>. Acesso em: 9 nov. 2023.

GLASS, D. C.; SINGER, J. E. Behavioral aftereffects of unpredictable and uncontrollable aversive events. **American Scientist**, *60*(4), 457-465, 1972.

GOMES FILHO, J. Gestalt do objeto: sistema de leitura visual da forma. 5 ed. São Paulo: **Escrituras**, 2013.

GT BUILDING. Como Proporcionar Conforto Lumínico aos Ambientes. **GT Building**, 2023. Disponível em: <https://conteudos.gtbuilding.com.br/conforto-luminico/>. Acesso em: 16 nov. 2023.

GURGEL, M. Projetando espaços: design de interiores. São Paulo: **Editora Senac**, 2007

GURGEL, M. Organizando espaços: guia de arquitetura de Interiores para áreas comerciais. São Paulo: **Editora Senac**, 2009

GURGEL, M. Vivendo os espaços: design de interiores e suas novas abordagens. São Paulo: **Editora Senac**, 2022.

HALL, E. A dimensão oculta. São Paulo: **Martins Fontes**, 2005.

HAMILTON, T. What is STRESS Testing in Software Testing? Tools, Types, Examples. **Guru 99**, 2023. Disponível em: <https://www.guru99.com/stress-testing-tutorial.html>. Acesso em: 24 out. 2023.

HARARI, Y. N. Um dia na vida de Adão e Eva. In:Sapiens: uma breve história da humanidade. Porto Alegre: L&PM, 2020.

HASSEBROCK, L. M. Movements and Metaphors: the biophilia hypothesis, feng-shui and restorative landscape design.2016.135 f. Master thesis - **University of Minnesota**. Minnesota, 2016. Disponível em: <https://hdl.handle.net/11299/185094> Acesso em: 14 nov. 2023

HAYRAN, H. Como deve ser a decoração do consultório de psicologia. **Faz Fácil**, 2022. Disponível em: https://fazfacil.com.br/reforma-construcao/decoracao/decor-consultorio-de-psicologia/. Acesso em: 30 nov. 2023.

HOWARTH LITCHFIELD. How do you measure Design Quality? **Howarth Litchfield**, 2023. Disponível em: <https://howarthlitchfield.com/measure-design-quality/>. Acesso em: 25 out. 2023.

HUANG, Y.; ROBERTSON, M. M.; CHANG, K. The role of environmental control on environmental satisfaction, communication, and psychological stress: Effects of office ergonomics training. **Environment and Behavior**, 36(5), 617-637, 2004.

IPOG. Neuroarquitetura: o que é, exemplos práticos e como se especializar. **IPOG**, 2016. Disponível em: https://blog.ipog.edu.br/engenharia-e-arquitetura/neuroarquitetura/ . Acesso em: 18 nov. 2023.

KAPLAN, R.; KAPLAN, S. A experiência da natureza: uma perspectiva psicológica. **Cambridge University Press**, 1989.

KELLERT, S. Nature by design: the practice of biophilic design. New Heaven: **Yale University Press**. Versão Kindle, 2018.

KELLERT, S. R.; CALABRESE, Elizabeth F. The practice of biophilic design. **Biophilic Design**, 2015. Disponível em: <https://www.biophilic-design.com/> Acesso em: 14 nov. 2023.

KLAES, M. A Conceptual History of the Emergence of Bounded Rationality. **History of Political Economy**, v. 37, n. 1, p. 27–59, 2005. https://doi.org/10.1215/00182702-37-1-27

LLORENS-GÁMEZ, M.; TRUJILLO, H.; LUIS. J; SENTIERI, C.; LLINARES, C. The impact of the design of learning spaces on attention and memory from a neuroarchitectural approach: A systematic review. **Frontiers of Architectural Research.** 11, 2021.

MAGRI, D. No pós-covid, "home office" e comércio perto de casa. Nas franjas de São Paulo, essa realidade está distante. **El País**, 2020. Disponível em: <https://brasil.elpais.com/brasil/2020-10-15/no-pos-covid-home-office-e-comercio-perto-de-casa-nas-franjas-da-cidade-essa-realidade-esta-bem-distante.html>. Acesso em: 25 out. 2023.

MATOSO, M. Neuroarquitetura: como o seu cérebro responde aos espaços. **Archdaily**, 2022. Disponível em: https://www.archdaily.com.br/br/981830/neuroarquitetura-como-o-seu-cerebro-responde-aos-espacos. Acesso em: 18 nov. 2023.

MELO, R. G. C. DE. **Educação Gráfica, São Paulo**, v. 2, n. 1-2, p. 85-103, 1991. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-51771991000100008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 10 nov. 2023

MELO, R. G. C. DE. Psicologia ambiental: uma nova abordagem da psicologia. **Psicol. USP**, São Paulo, v. 2, n. 1-2, p. 85-103, 1991. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-51771991000100008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 10 nov. 2023

MOURA, R. Estudo revela que 80% dos profissionais de arquitetura tiveram alta na demanda de trabalho em 2021. **Estadão**, 2021. Disponível em: <https://imoveis.estadao.com.br/noticias/estudo-revela-que-80-dos-profissionais-de-arquitetura-tiveram-alta-na-demanda-de-trabalho-em-2021/>. Acesso em: 11 out. 2023.

NEVES, J. D. Arquitetura sensorial: a arte de projetar para todos os sentidos. Rio de Janeiro: **Mauad X**, 2017.

NORMAN, D. The Design of Everyday Things. New York: Basic Books, 2013.

PAIVA, A. D. Neuroarquitetura em tempos de enclausuramento. **Neuroau**, 2020. Disponível em: <https://www.neuroau.com/post/neuroarquitetura-em-tempos-de-enclausuramento> Acesso em: 25 out. 2023.

PARAZZI, M. Janeiro Branco e conscientização sobre a saúde mental. **Marcelo Parazzi**, 2021. Disponível em: <https://www.marceloparazzi.com.br/blog/janeiro-branco-e-conscientizacao-sobre-a-saude-mental/>. Acesso em: 26 out 2023.

PENIDO, S. Decoração de consultório de psicologia: simples + moderna. **Sarah Penido**, 2023. Disponível em: https://sarahpenido.com.br/decoracao-de-consultorio-de-psicologia/. Acesso em: 29 nov. 2023.

PEREIRA, J. A influência das cores no ambiente e no humor. **IPOG**, 2016. Disponível em: https://blog.ipog.edu.br/engenharia-e-arquitetura/influencia-das-cores-no-ambiente-e-no-humor/. Acesso em: 18 nov. 2023.

POCZTARUK, RENATA. Aula: Estudo da cor aplicada nos ambientes internos e externos. **PUCRS**, 2023. Disponível em: https://salavirtual.pucrs.br/curso/design-de-interiores-decoracao-e-ambientacao-36/conteudo?item=232682. Acesso em: 14 fev. 2023.

POSANSKI, D. A importância da escolha certa de móveis na sua saúde mental e física | Panorama Móveis. **Panorama Móveis**, 2023. Disponível em: https://www.panoramamoveis.com.br/blog/a-importancia-da-escolha-certa-de-moveis-na-sua-saude-mental-e-fisica. Acesso em: 01 dez. 2023.

PUCRS. O que é Neurociência? **PUCRS**, 2021. Disponível em: <https://online.pucrs.br/blog/public/neurociencia-conceito-campos-mercado-de-trabalho>. Acesso em: 9 nov. 2023.

RAITER, S. T.; Stephen R.; EVERLING, M. T. DESIGN DE INTERIORES: A LINGUAGEM VISUAL COMO RECURSO DE EXPRESSÃO**. Educação Gráfica**, v. 20, n. 3, 2016. Disponível em: <http://www.educacaografica.inf.br/wp-content/uploads/2017/02/21_DESIGN-DE-INTERIORES_-A-LINGUAGEM_317_334.pdf >. Acesso em: 16 nov. 2023.

RASSIA, S. T. How Architecture Fails in Conditions of Crisis: a Discussion on the Value of Interior Design over the COVID-19 Outbreak. **SN Operations Research Forum**, 1(3), 13. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s43069-020-0014-9>. Acesso em: 27 set. 2023.

ROGERS, R. C. Terapia Centrada no Cliente. Lisboa: **Ediual - Editora da Universidade Autónoma de Lisboa**, 2003.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 20, n. 2, p. v–vi, abr. 2007.

SANZ, E. Os efeitos psicológicos da poluição sonora. **A mente é maravilhosa**, 2022. Disponível em: https://amenteemaravilhosa.com.br/os-efeitos-psicologicos-da-poluicao-sonora/. Acesso em: 14 nov. 2023.

SKINNER, B.F. Ciência e Comportamento Humano. 11° Edição. São Paulo: **Martins Fontes**, 2003.

SOUZA, E. O que levar em conta para melhorar o conforto acústico? **Archdaily**, 2021. Disponível em: < https://www.archdaily.com.br/br/923739/o-que-levar-em-conta-para-melhorar-o-co nforto-acustico)>. Acesso em: 14 nov. 2023.

SOUZA, E. O que é design de interiores (e por que realmente ele pode fazer você se sentir melhor? **Archdaily**, 2022. Disponível em: https://www.archdaily.com.br/br/935872/o-que-e-design-de-interiores-e-por-que-ele-realmente-pode-fazer-voce-se-sentir-melhor#:~:text=Defini%C3%A7%C3%B5es%20de%20layout,perman%C3%AAncia%20e%20hierarquizar%20o%20espa%C3%A7o. Acesso em: 18 nov. 2023.

THOMAZ, A. Isolamento e Tratamento Acústico: Entenda a Diferença. **Espaço Smart**, 2021. Disponível em: https://conteudo.espacosmart.com.br/isolamento-e-tratamento-acustico/. Acesso em: 14 nov. 2023.

TOALDO, S. Stress test nos negócios: o que é, como funciona e métodos para aplicar. 4 Cinco, 2023. Disponível em: <https://4cinco.com/stress-test/>. Acesso em: 25 out. 2023.

TREASURE, J. Why architects need to use their ears. **TED**, jun. 2012. Disponível em: https://www.ted.com/talks/julian_treasure_why_architects_need_to_use_their_ears. Acesso em: 14 nov. 2023.

ULRICH, R. S.; SIMONS, R. F.; LOSITO, B. D.; FIORITO, E.; MILES, M. A.; ZELSON, M.

(1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments.

Journal of Environmental Psychology, 11(3), 201-230.

VALDEZ, P; MEHRABIAN,A. Effects of color on emoticons. **Journal of Experimental Psychology**, v.123, n.4, p-394-409, 1994.

VIANNA, J. Busca por imóveis maiores, com lugar para trabalho, deve continuar em 2021, dez. 2DC. **6a edição do Casa Vogue Experience**, 2021. Disponível em: <https://casavogue.globo.com/Casa-Vogue-Experience/noticia/2020/12/busca-por-imoveis-maiores-com-lugar-para-trabalho-deve-continuar-em-2021.html>. Acesso em: 22 set. 2023.

VIVA DECORA. Neuroarquitetura: O Que é e Como Ela Interfere na Criação dos Ambientes. **Viva Decora**, 2021. Disponível em <https://www.vivadecora.com.br/pro/neuroarquitetura/>. Acesso em: 11 nov. 2023.

VOBI. O que é neuroarquitetura e como aplicá-la de forma assertiva. **Vobi**, s.d. Disponível em: <https://www.vobi.com.br/blog/neuroarquitetura>. Acesso em: 10 nov. 2023

WILSON, E. 2003. Biophilia. Harvard: **Harvard College**, 2003.

WINNICOTT, Donald W. Explorações psicanalíticas. Porto Alegre: **Artes Médicas Sul**, 1994.