

Trocar de casa: porque sentimos esta necessidade "visceral" de mudar?

Pandemia obrigou-nos a enfrentar defeitos e virtudes nas nossas casas. E há uma razão biológica, diz o arquiteto Paulo Merlini.



Projetos do atelier Paulo Merlini Architects



[Comentários](#)

Autor: Leonor Santos

15 fevereiro 2022, 7:39

Durante a pandemia, muitas pessoas sentiram uma necessidade quase "visceral" de **trocar de casa**, para [casas com mais espaço interior e exterior](#), mais luz e maior contacto com a natureza. É algo, diz a ciência, muito mais profundo do que simplesmente uma mera tendência: "É o nosso legado biológico a falar mais alto", refere Paulo Merlini, fundador do [atelier Paulo Merlini Architects](#). Em entrevista ao [idealista/news](#), o arquiteto explica que, após séculos de construção de uma realidade arquitetónica "que ignora a sincronia entre a biologia e o mundo exterior, é natural que os ambientes em que vivemos nos causem, de uma forma geral, desconforto". E esclarece a **importância da biologia na arquitetura** dos espaços.

Na opinião de Paulo Merlini, ao obrigar-nos a passar mais tempo em casa, "a pandemia fez-nos parar e sentir o quão desestruturados e desconexos são a maior parte dos edifícios em que habitamos". Na prática, o **confinamento** obrigou-nos a lidar cara a cara com os defeitos e virtudes das nossas casas, e houve uma necessidade que se tornou mais evidente que todas as outras: a relevância de **contacto com o exterior e os espaços verdes**. Para o fundador do atelier de arquitetura, e "por mais cativante que seja a ideia de considerar a **arquitetura** uma mera expressão artística", não nos podemos esquecer que esta "foi criada para colmatar as nossas fragilidades enquanto seres vivos, e que essa é a sua verdadeira essência".

A pandemia fez-nos parar e sentir o quão desestruturados e desconexos são a maior parte dos edifícios em que habitamos

Para o arquiteto, a "casa não deve ser medida na sua individualidade, já que faz parte de um "organismo" maior, a **cidade**, que colmata as falhas intrínsecas das nossas casas". No entanto, quando a cidade não nos dá "respostas" e permite colmatar necessidades "com uma ida ao parque ou praça mais próxima", e nos vemos confinados a um só espaço, à nossa casa, "as possibilidades de sincronização que são contínuas e intemporais, não encontram a colmatação necessária, o que cria ansiedade e naturalmente nos encaminha na procura de soluções. Daí a necessidade "visceral" de **mudar de casa**", explica.

Nesta entrevista escrita para o idealista/news, Paulo Merlini reflete sobre o poder e impacto do nosso legado biológico na arquitetura – e porque é ao Ser Humano que ela deve servir –, explicando por que é que considera que vivemos em **edifícios "doentes"**, e o que pode ser feito para torná-los **mais saudáveis**.



Cortesia Paulo Merlini Architects

Qual foi o "verdadeiro motivo" que fez a maioria das pessoas sentir a necessidade quase "visceral" de mudar de casa na pandemia?

Uma das funções do sistema nervoso é garantir que sincronizamos o nosso estado interno com a realidade externa. Sempre que esses dois "mundos" se encontram dessincronizados sentimos algum nível de ansiedade. A ansiedade evoluiu para nos causar desconforto, e sempre que nos sentimos desconfortáveis com algo, sentimos um impulso automático de corrigir a situação, são os nossos mecanismos biológicos a funcionar. Após séculos de construção de uma realidade arquitetónica que ignora a sincronia entre a biologia e o mundo exterior, é natural que os ambientes em que vivemos nos causem, de uma forma geral, desconforto.

A ansiedade evoluiu para nos causar desconforto, e sempre que nos sentimos desconfortáveis com algo, sentimos um impulso automático de corrigir a situação

É claro que a qualidade de uma casa não deve ser medida na sua individualidade, já que faz parte de um "organismo" maior, a cidade, que colmata as falhas intrínsecas das nossas casas. Quando a necessidade visceral desse contacto com o mundo natural pode ser colmatada com uma ida ao parque ou praça mais próxima, o "organismo" cidade garante essa resposta, mas quando nos vemos confinados a um único espaço, à nossa casa, as possibilidades de sincronização que são contínuas e intemporais, não encontram a colmatação necessária, o que cria ansiedade e naturalmente nos encaminha na procura de soluções. Daí a necessidade "visceral" de mudar de casa.



Projeto residencial Casa do Rio / Cortesia Paulo Merlini Architects

“É algo, diz a ciência, muito mais profundo do que simplesmente uma mera tendência: é Biologia, o Nosso legado biológico a falar mais alto”. Em que medida?

O Ser Humano é na sua base um ser biopsicossocial. O que isto quer dizer é que a nossa construção enquanto indivíduos é constituída pela nossa biologia, psicologia e influência social. Se a psicologia pode ser influenciada e é, em grande medida, construída pelo resultado do processamento e interpretação das nossas experiências individuais, a influência social depende em grande medida do local onde vivemos, dos seus princípios, tradições e formas de pensar de determinado local.

A influência social depende em grande medida do local onde vivemos, dos seus princípios, tradições e formas de pensar de determinado local

Mas existe um elo de ligação em todos nós, a biologia. É, a meu ver, o pilar mais universal dos três, já que é ela que constitui o "hardware" sobre os quais correm os nossos "softwares" individuais, constituídos pelas nossas experiências pessoais e sociais. Este "hardware" foi sendo moldado pela seleção natural a uma realidade completamente distinta da que vivemos nos últimos 10.000 anos de existência, pós revolução agrícola. Hoje, envoltos por uma realidade completamente distinta, este "hardware" encontra-se desatualizado, mas continua lá, a exigir ou a procurar os inputs para os quais se moldou.

A crise sanitária e o consequente confinamento trouxeram à tona essas mesmas necessidades básicas, que se expressam pelo desejo de equilíbrio homeostático tanto biológico como social.



Abidjan Tower / Cortesia Paulo Merlini Architects

**Num artigo de opinião recente disse que "vivemos em edifícios doentes".
Porquê?**

Essa afirmação vem no seguimento do raciocínio anterior. Se esse processo de transformação se dá através da seleção natural, por natureza lento, com transições que ocorrem na sua maioria a cada mudança de geração, basta seguir o raciocínio lógico de que, se repentinamente alteramos o mundo exterior, tal como aconteceu no período pós revolução industrial em que passamos de 1 bilião de indivíduos para 7 biliões em menos de 150 anos, para um mundo revestido de artefactos arquitetónicos idealizados pouco depois do advento da razão, responsável pelo surgimento de muitos dos processos e conhecimento científicos atuais, criamos um mundo que ignora noções

recentes acerca da nossa própria natureza, conseqüentemente repleto de edifícios que nos adoecem, simplesmente por não responderem às necessidades básicas dos nossos organismos.

Criamos um mundo que ignora noções recentes acerca da nossa própria natureza, conseqüentemente repleto de edifícios que nos adoecem

O que é que continua a ser “mal” feito na arquitetura em Portugal?

Exatamente o que referi acima. Bem, na verdade, não há nada de errado com a arquitetura nacional, nem tão pouco com a arquitetura feita em qualquer outro país, pois esta é tendencialmente uma expressão da cultura, tradição e hábitos de determinado local. Nem eu teria arrogância de assumir que poderia fazer uma crítica tão transversal como a de referir que as várias formas de expressar a arquitetura ao longo dos tempos estão erradas. O que posso assumir, com um grande grau de certeza, é que a arquitetura tem vindo a ser feita de uma forma incompleta.

O que posso assumir, com um grande grau de certeza, é que a arquitetura tem vindo a ser feita de uma forma incompleta

Por mais cativante que seja a ideia de considerar a arquitetura uma mera expressão artística, não nos podemos esquecer que esta foi criada para colmatar as nossas fragilidades enquanto seres vivos, e que essa é a sua verdadeira essência. Devemos integrar essa perceção no nosso processo criativo e trabalhar a partir daí. Estou convicto de que as respostas para os problemas complexos se encontram mais facilmente quando compreendemos o porquê de estes terem surgido.

“De nómadas passamos a sedentários”. A pandemia fez o clique? Será um ponto de partida para a mudança?

Mais do que uma mudança, diria que se tratou de uma alavancagem, de uma perceção que se tem vindo a enraizar na consciência coletiva há pelo menos cinquenta anos. Acontece que, como em qualquer mudança de paradigma que tenha ocorrido ao longo da história, existe um atraso significativo entre as primeiras chamadas de atenção a determinado problema, e a sua total integração no tecido cultural. Este fenómeno ocorre por um simples motivo: as ideias proliferam como os vírus. Surgem de mutações de ideais anteriores, saltam de hospedeiro em hospedeiro e proliferam por contágio. Essa proliferação demora o seu tempo até que a ideia se instale e encontre o seu lugar no mundo.



Projeto residencial Combatentes da Grande Guerra / Cortesia Paulo Merlini Architects

Nesse processo de proliferação encontrará, naturalmente, resistências. Ideologias pré-definidas, já enraizadas nas mentes dos seus hospedeiros, que funcionam quase como sistemas imunitários ideológicos, e, por consequência, tendencialmente resistentes a novas ideias. Existem, no entanto, fenômenos que diminuem a resistência dos "sistemas imunitários ideológicos". A atual crise sanitária é disso um belíssimo exemplo. Um acontecimento como este, à escala universal, cria uma sincronização momentânea no ethos global. Em momentos como este, as idiosincrasias culturais de cada povo recuam momentaneamente, e abrem caminho na mente dos seus hospedeiros para a entrada de novas ideias. Este fenômeno, quando utilizado para fins benéficos, pode ser extremamente positivo.

A pandemia de Covid-19, fenômeno à escala mundial, impactou as nossas necessidades biológicas, as mais universais, e criou um sentido de urgência que, de outra forma, não aconteceria.

O contacto com o exterior e espaços verdes ganhou preponderância. É uma espécie de regresso às origens?

Considerando que o mundo que nos envolve hoje em dia é maioritariamente composto por artefactos arquitetónicos, acredito plenamente que esta pandemia, este sincronizar do ethos universal, aliado a uma nova consciência coletiva da relevância do contacto com as nossas origens criará um novo mundo, e conseqüente harmonização com a natureza.


Refere que a "essência da arquitetura" é servir o ser humano. Inverteram-se os papéis até agora?

Não se inverteram os papéis porque a origem da arquitetura surgiu exatamente dessas premissas. Mas houve de facto um desvio do propósito maior da arquitetura, que adveio em grande medida da forma como se estrutura o próprio sistema cultural.



Dizem que nos vossos projetos colocam o "Ser Humano e as suas verdadeiras necessidades no centro de tudo". O que significa isto e de que forma o conseguem?

Porque ao perceber que a arquitetura é na sua origem uma ferramenta de resposta a uma finalidade muito concreta, percebemos que o Ser Humano é a base do problema. Se foi ele que a criou e fê-lo por um motivo, por uma necessidade. O importante é compreender qual é essa necessidade. Ao obtermos essa resposta, compreendemos a que elementos essenciais a arquitetura deve dar resposta. Tudo o resto são artifícios, primordiais claro está, mas nada mais que artifícios. A partir do momento em que nos começamos a focar na problemática "Ser Humano", temos necessariamente de nos debruçar noutras áreas do conhecimento. Ao juntarmos informação proveniente de áreas como a neurociência, a biologia, a antropologia ou qualquer outra área ligada direta ou indiretamente ao estudo das nossas origens, garantimos uma base de raciocínio que nos parece a fórmula ideal para permitir uma aproximação ao problema "arquitetura" de forma mais assertiva.



Ao perceber que a arquitetura é na sua origem uma ferramenta de resposta a uma finalidade muito concreta, percebemos que o Ser Humano é a base do problema

O que é que pode ser feito para tornar os edifícios mais saudáveis?

Coisas básicas como entender o funcionamento do ciclo circadiano, e a relevância que este tem na saúde do indivíduo, da imprescindível relação com o mundo natural e o porquê dessa mesma necessidade, ou mesmo o entendimento de que em organismos complexos como o nosso existe um sistema de punição e recompensa associado à regulação da homeostasia, e que se manipulado da forma correta permite criar edifícios que trabalham em simbiose com as nossas necessidades mais básicas, tornando-os mais saudáveis, e em última instância mais "apetecíveis".

A lista de perceções a integrar é infindável. Quanto maior o conhecimento acerca da nossa própria natureza, mais assertivo se tornará um edifício.

Como é que se pode tornar a arquitetura "verdadeiramente relevante e intemporal"?

Integrando o conhecimento acerca do nosso legado biológico na génese do nosso processo criativo.