

# CARTA DA BIODIVERSIDADE E DA BIOFILIA



# Biodiversidade

## para o bem-estar dos nossos residentes, doentes e funcionários

**A integração da biodiversidade e da biofilia nas nossas atividades é uma alavanca poderosa para contribuir para o bem-estar dos residentes, doentes e funcionários.**

Numerosos estudos científicos demonstraram os benefícios do contato com a natureza para o bem-estar e a manutenção de uma boa saúde<sup>1</sup>.

A arquitetura dos nossos estabelecimentos e a sua gestão quotidiana têm em conta a biodiversidade e consideram um certo número de questões como a artificialização dos solos, a preservação do ambiente, da flora e da fauna, a poluição das águas por medicamentos e a gestão dos espaços verdes e a utilização de produtos fitossanitários.

No âmbito da sua abordagem ambiental, o nosso grupo está empenhado com a biodiversidade e com a biofilia.

### O caso dos internamentos hospitalares

O contato com a natureza, com vista para as árvores a partir dos seus quartos, reduz a duração da estadia dos doentes<sup>2</sup>.



*Résidence Crampel, casa de repouso emeis em França.*

### O que diz um médico

Bem-estar e saúde no trabalho  
*emeis*: os benefícios do contato com a natureza

*A atual ameaça aos ecossistemas já está a afetar a nossa saúde, a nossa qualidade de vida e o nosso futuro. Está também cientificamente provado que a riqueza das interações entre os seres humanos e a natureza, em particular com os nossos amigos animais, é benéfica para a nossa saúde mental, cognitiva e física. A esperança de vida saudável, com qualidade de vida, dos nossos doentes, residentes e funcionários está intimamente ligada a estes laços. Estamos empenhados no nosso papel de ator principal nos cuidados sociais e de saúde e nos cuidados de longa duração: é por isso que optámos por organizar as nossas atividades médicas e de cuidados e a arquitetura dos nossos projetos com um olhar constante sobre o ambiente, o mundo vivo e a biodiversidade. Tratam-se de três dimensões essenciais que devemos saber conciliar e respeitar numa lógica de desenvolvimento sustentável.*

Prof. Pierre Krolak-Salmon.  
Diretor Médico do Grupo

(1) Fontes: Yoshifumi Miyazaki, *Shinrin Yoku: The Japanese Art of Forest Bathing*, 2018 / Roger S Ulrich, *Health Benefits of Gardens in Hospitals*, 2002 / Bjørn Grinde, Grete Grindal Patil, *Biophilia: Does Visual Contact with Nature Impact on Health and Well-Being?* 2009 / Alzheimer's Australia SA, *Gardens that Care: Planning Outdoor Environments for People with Dementia*, 2010 / Louis Bherer, *Les bienfaits de la nature sur la santé globale*, 2021 / Barcelona Healthcare Architecture, *Therapeutic Gardens for People's Well-Being*, 2022 / Bjørn Grindal Patil, *Biophilia: Does Visual Contact with Nature Impact on Health and Well-Being?*

(2) Fonte: Roger S. Ulrich, *View Through a Window May Influence Recovery from Surgery*, 1984.

# Biodiversidade

## uma emergência mundial

### Biodiversidade: uma emergência mundial

> A nível mundial, estamos a assistir a **um declínio acelerado da biodiversidade**: destruição dos ecossistemas (desflorestação, desaparecimento da Grande Barreira de Coral...), desaparecimento de espécies vegetais e animais...

> Foram identificadas **cinco causas** interdependentes **do colapso da biodiversidade**: a fragmentação dos habitats em resultado da artificialização das terras, a sobre-exploração dos recursos (água, florestas, solo, produtos, etc.), as alterações climáticas, a poluição (ar, solo, água) e as espécies exóticas invasoras.

# -68%

O declínio global da população de animais vertebrados entre 1970 e 2016<sup>3</sup>.

# 1,26 M

de hectares

de terrenos naturais e agrícolas foram urbanizados em apenas 10 anos na Europa, entre 2008 e 2018<sup>4</sup>... o equivalente a 248 campos de futebol/dia.

# 25

dos rios do mundo

contêm concentrações de resíduos de medicamentos que são potencialmente perigosos para os ecossistemas<sup>5</sup>.

## Biodiversidade e biofilia: o que são?

### Biodiversidade

Diversidade dos organismos vivos a todos os níveis (ecossistemas, espécies, genética) e nas interações entre organismos vivos, espécies e o seu ambiente.

### Biofilia

A necessidade inata do ser humano de estar em contato com a natureza, o que se traduz num impacto positivo de contato com o corpo.



Grafenwörth, lar de idosos emeis, Austria

(3) Fonte: WWF - <https://www.wwf.fr/vous-informer/actualites/rapport-planete-vivante-2020>

(4) Fonte: Urbanização sustentável e práticas de utilização dos solos nas regiões europeias

(5) Fonte: Universidade de York - <https://www.york.ac.uk/news-and-events/news/2022/research/global-study-pharmaceutical-pollution-rivers/>

Os nossos compromissos em matéria de biodiversidade e biofilia

## Compromisso n.º 1

# Facilitar a interação dos residentes, dos doentes e do pessoal com a natureza, Para promover a saúde e o bem-estar

### A. Reforçar o contato com a natureza, integrando-a na conceção dos nossos edifícios:

- > Assegurar a **adaptação dos espaços exteriores às necessidades específicas dos utilizadores**: zonas **seguras e acessíveis** às pessoas com mobilidade reduzida, **equipadas** com mesas, cadeiras e bancos, e **ajardinadas**.
- > Criação de **jardins terapêuticos** que permitem um contato multissensorial com a vegetação: olfato, tato, etc.
- > Tornando as áreas exteriores dos nossos estabelecimentos **locais atrativos para relaxar, conviver**, e para manter a **forma física**, encorajando as saídas para a natureza.
- > Privilegiar a **luz natural** nos nossos estabelecimentos para ajudar a **respeitar o ciclo dia/noite**, que é particularmente importante para os residentes ou doentes com perturbações cognitivas, que podem perder os seus pontos de referência espaciais e temporais.



*Les Orchidées, clínica de saúde mental emeis, França*

### B. Reforçar o contato com a natureza através de atividades para residentes e doentes:

- > Oferecer **atividades ao ar livre durante todo o ano**: desporto, leitura, jogos, refeições, passeios, etc.
- > Organização de **atividades educativas** relacionadas com a natureza: visitas a quintas, construção e observação de viveiros ou colmeias de insetos, etc.
- > Desenvolver a utilização de **terapias não medicinais** baseadas no contato com a **natureza e os animais**, por **exemplo**, jardinagem terapêutica, terapia com animais de estimação, utilização de mel produzido para curar feridas, etc.

## Compromisso n.º 2

### Preservar a diversidade dos ecossistemas

#### A. Otimização da gestão da água:

- > Incentivar a **plantação de espécies autóctones** resistentes, adaptadas ao clima e que necessitem de pouca irrigação, bem como a gestão ecológica para reduzir a evaporação da água das plantas: gestão diferenciada, *cobertura morta*, etc.
- > Dar preferência à **plantação no solo em vez de** em vasos, que aumentam a necessidade de água (exceto vasos terapêuticos).
- > Limitar o investimento em **sistemas de irrigação por aspersão** para relvados nas explorações agrícolas; e manter redes temporárias de irrigação gota a gota para novas plantações até estas estarem bem estabelecidas.
- > Equipar **100% dos estabelecimentos com** coletores de **águas pluviais** de pequena capacidade (menos de 350 litros) para utilização em atividades, eventos e manutenção de pequenas áreas (varandas, terraços, plantas de interior), bem como 100% dos novos edifícios com coletores de águas pluviais de grande capacidade.
- > Instalação de **contadores separados** para água de rega e água potável em todos os novos estabelecimentos.
- > **Lutar contra a contaminação dos cursos de água por medicamentos**, combater a polimedicação<sup>6</sup> e promover a utilização de terapias não farmacológicas no tratamento dos doentes, residentes e pacientes.

#### B. Limitar o impacto da nossa restauração na biodiversidade:

- > Luta **contra o desperdício alimentar** e oferta de, pelo menos, uma vez por semana para os nossos residentes e pacientes da opção de um **dia sem carne** para contribuir para a redução da pressão sobre o ambiente e a terra.
- > Comprar **peixe e carne com rótulos** mais amigos da natureza, como o **rótulo MSC**<sup>7</sup>, que promove uma **pesca sustentável** que respeita os habitats marinhos.

#### C. Contribuir para a luta contra a impermeabilização do solo:

- > Dar prioridade a **superfícies permeáveis para o estacionamento exterior** nos nossos novos edifícios, tendo o cuidado de calcular o **Coefficiente de Biótopo por Área de Superfície**<sup>8</sup> antes e depois da construção, dando preferência a **locais já desenvolvidos (não naturais)** e maximizando a conservação da vegetação existente.

#### D. Desenvolver e gerir os espaços verdes de uma forma ecológica, favorável a uma flora rica que crie habitats naturais para a fauna:

- > Implementar progressivamente uma **gestão "zero fito"**<sup>9</sup> dos espaços verdes em todas as nossas explorações e incentivar a utilização de métodos alternativos (por exemplo, pastagem biológica).
- > Desenvolver a utilização de uma **gestão diferenciada** dos espaços verdes, favorecendo uma manutenção menos intensiva e um desenvolvimento mais natural da vegetação.
- > Nos novos edifícios, criar **projetos paisagísticos** ricos e enraizados no ambiente local, integrando os **quatro estratos de vegetação** (plantas herbáceas baixas, plantas altas, arbustos e árvores), **uma paleta de plantas** que favoreça as **espécies locais**<sup>10</sup>, **refúgios para a vida selvagem** (caixas de nidificação, hotéis para insetos, etc.) e zonas **de prado**.
- > Controlar a **poluição luminosa**, através da utilização de luzes de deteção de presença durante a noite.

(6) A polimedicação é a administração simultânea de um número excessivo de medicamentos. - (7) MSC = Marine Stewardship Council (Conselho de Proteção Marinha). - (8) Indicador que mostra o nível de artificialização dos solos e das superfícies no projeto. - (9) O termo "fitossanitário zero" é utilizado para descrever a manutenção de espaços exteriores sem a utilização de produtos fitossanitários de síntese. Desde 2014, a lei Labbé, em França, proíbe a utilização de produtos fitossanitários nos espaços verdes públicos. A partir de 1 de julho de 2022, esta lei aplicar-se-á às propriedades privadas, aos locais frequentados pelo público e aos locais de utilização coletiva. - (10) Espécies naturalmente presentes na zona biogeográfica ou, em certos casos, no território nacional em causa.

## Compromisso n.º 3

# Envolver as partes interessadas internas e externas na conservação da biodiversidade



Elbschloss, lar de idosos emeis, Alemanha

### A. Contribuir para a sensibilização dos nossos grupos de interesse sobre a biodiversidade, partilhar os nossos compromissos e co-construir soluções adaptadas nos nossos edifícios:

- > **Sensibilização para as** questões da biodiversidade ao longo do ano, especialmente entre os residentes, os doentes e as suas famílias.
- > Sensibilizar os nossos colaboradores através de **ações de formação e workshops lúdicos**.
- > **Incentivar as iniciativas e o intercâmbio** de boas práticas entre estabelecimentos.
- > **Medir anualmente a satisfação** com a biodiversidade, entre os gestores dos centros relativamente à manutenção dos espaços verdes, e entre os residentes, pacientes e familiares relativamente à qualidade dos espaços verdes.

### B. Desenvolver e aplicar ferramentas operacionais internas para implementar os nossos compromissos no terreno:

- > Implementação de especificações de biodiversidade para novos edifícios.
- > Implementação de **um rótulo interno de biodiversidade e biofilosofia, BiophilGood**, para os sítios operacionais.
- > Fornecer às equipas uma **"caixa de ferramentas"** com fichas de ação.

### C. Promover a conservação da biodiversidade em toda a nossa cadeia de valor:

- > Incluir **uma carta de obras de baixo impacto** com uma componente de biodiversidade nos contratos de construção dos nossos edifícios e exigir a utilização de **madeira com o selo FSC ou PEFC<sup>11</sup>**.
- > Incorporar nos nossos critérios de seleção de fornecedores a qualificação **Ecovadis CSR** que, através do seu pilar ambiental, tem em conta o respeito pela biodiversidade.
- > **Promover uma gestão otimizada dos resíduos verdes:** incentivar a reutilização dos resíduos verdes nos espaços verdes do estabelecimento; associar cada prestador de serviços a um processo de controlo da reciclagem dos resíduos verdes exportados das instalações.
- > **Promover a inclusão e o desenvolvimento económico local através da realização dos seguintes objetivos**
  - 100% dos concursos de "manutenção de espaços verdes" incluem a consulta obrigatória de, pelo menos, uma ESAT ou associação de integração local.
  - 20% dos contratos de manutenção de espaços verdes são adjudicados através de ESATs ou associações de integração local.
  - 70% dos contratos de manutenção de espaços verdes são realizados por pequenas empresas locais numa área geográfica inferior a 50 quilómetros.
  - É proibida a utilização de soluções totalmente robotizadas (por exemplo, cortadores de relva robóticos autónomos).
  - 100% das compras e das plantas são provenientes de viveiros ou retalhistas locais.



## O rótulo interno de biodiversidade e biofilia da *emeis*



Para acompanhar e partilhar a evolução dos nossos estabelecimentos em termos de biodiversidade e biofilia, o nosso grupo desenvolveu um rótulo interno denominado "**BiophilGood**". Desenvolvido numa abordagem colaborativa, este rótulo reconhece os estabelecimentos *emeis* que promovem a biodiversidade e o contato com a natureza.

As normas destinam-se aos estabelecimentos em funcionamento. Têm 3 objetivos principais:

- > Desenvolver instalações que favoreçam o contato com a natureza;
- > Promover eventos relacionados com a natureza e atividades de sensibilização;
- > Melhorar a qualidade ecológica dos espaços verdes.

Existem três níveis de certificação, de  a , que estão afixados à entrada dos centros.