

Infohabitar, Ano XIX, n.º 851

Idosos e espaços urbanos de vizinhança – versão de trabalho e base documental – Infohabitar # 851

António Baptista Coelho – com base direta nos textos, ideias e opiniões dos autores referidos ao longo do artigo

Resumo

Em mais um artigo dedicado à reflexão sobre a habitação para as pessoas mais idosas numa perspetiva integrada e intergeracional, abordamos, especificamente, os aspetos dedicados aos espaços urbanos das vizinhanças onde se integrem intervenções desse tipo.

Numa primeira parte do artigo desenvolve-se uma reflexão sobre como privilegiar vivências intensas nos espaços urbanos de vizinhança, avançando-se, depois, para a matéria da relação entre as características da vizinhança mais adequadas a um envelhecimento ativo e concluindo-se com o apontamento de aspetos associados ao desenvolvimento de vizinhanças residenciais e urbanas concebidas para todas as idades, considerando-se a crise que vivemos no atual espaço urbano.

Notas introdutórias ao presente conjunto de artigos sobre habitação intergeracional

O presente conjunto de artigos inclui-se numa série editorial dedicada a uma reflexão temática exploratória, que integra a fase preliminar e “de trabalho”, dedicada à preparação e estruturação de um amplo processo de investigação teórico-prático, intitulado Programa de Habitação Adaptável Intergeracional Cooperativa a Custos Controlados (PHAI3C); programa/estudo este que está a ser desenvolvido, pelo autor destes artigos, no Departamento de Edifícios do Laboratório Nacional de Engenharia Civil (LNEC), e que integra o Programa de Investigação e Inovação (P2I) do LNEC, sublinhando-se que as opiniões expressas nestes artigos são, apenas, dos seus autores – o autor dos artigos e promotor do PHAI3C e os numerosos autores neles amplamente citados.

Neste sentido salienta-se o papel visado para o presente conjunto de artigos, no sentido de se proporcionar uma divulgação que possa resultar numa desejável e construtiva discussão alargada sobre as muito urgentes e exigentes matérias da habitação mais adequada para idosos e pessoas fragilizadas, visando-se, não apenas as suas necessidades e gostos específicos, mas também o papel e a valia que têm numa sociedade ativa e integrada.

Nesta perspetiva e tendo-se em conta a fase preliminar e de trabalho da referida investigação, salienta-se que a forma e a extensão dos artigos agora listados reflete uma assumida apresentação comentada, minimamente estruturada, de opiniões e

resultados de múltiplas pesquisas, de muitos autores, escolhidos pela sua perspectiva temática focada e por corresponderem a estudos razoavelmente recentes; forma esta que fica patente no significativo número de citações – salientadas em itálico –, algumas delas longas e quase todas incluídas na língua original.

Julga-se que não se poderia atuar de forma diversa quando se pretende, como é o caso, chegar, cuidadosamente, a resultados teórico-práticos funcionais e aplicáveis na prática, e não apenas a uma reflexão pessoal sobre uma matéria tão sensível e complexa como é a habitação intergeracional adaptável desenvolvida por uma cooperativa a custos controlados e em parte dedicada a pessoas fragilizadas.

Idosos e espaços urbanos de vizinhança – versão de trabalho e base documental – Infohabitar # 851

Índice geral (entre parêntesis, n.º de página do item)

1. *Vivências intensas dos espaços urbanos de vizinhança (2)*
 2. *Vizinhança e envelhecimento ativo (4)*
 3. *Perspetivas para as vizinhanças concebidas para todas as idades num espaço urbano em crise (6)*
- Bibliografia (referências práticas) (8)*

Idosos e espaços urbanos de vizinhança – versão de trabalho e base documental – Infohabitar # 851

Nota específica relativa às citações: tal como foi acima sublinhado nas “Notas introdutórias”, e tendo-se em conta a fase preliminar e de trabalho do presente estudo, ele inclui numerosas citações, todas salientadas em texto a itálico, reentrante e em tipo de letra “Arial Narrow”, algumas delas longas e quase todas apresentadas na respetiva língua original; em termos formais e tendo-se em conta essa grande frequência de citações, optou-se, por regra, pela respetiva indicação da fonte documental, respetivo título e autoria, no corpo de texto e em nota de pé de página ou de final de artigo (conforme a edição), seguindo-se a(s) respetiva(s) citação(ões) com a indicação, posterior, do(s) respetivo(s) número(s) de página(s) entre parêntesis – ex: (pg. 26) –, e, em alguns casos, mas não por regra, repetindo-se a indicação específica ao documento que “está a ser referido” e/ou à sua respetiva autoria.

Specific note regarding citations: as highlighted above in the “Introductory Notes”, and taking into account the preliminary and working phase of the present study, it includes numerous citations, all highlighted in italicized text, reentrant and in font type. letter “Arial Narrow”, some of them long and almost all presented in their original language; in formal terms and taking into account this high frequency of citations, we opted, as a rule, for the respective indication of the documentary source, respective title and authorship, in the body of the text and in a footnote or at the end of the article (according to the edition), followed by the respective citation(s) with the subsequent indication of the respective page number(s) in parentheses – ex: (pg. 26) – and, in some cases, but not as a rule, repeating the specific indication of the document that “is being referred to” and/or its respective authorship.

1. Vivências intensas dos espaços urbanos de vizinhança

Nesta reflexão global sobre **como incentivar a vivência diversificada dos espaços de uso público pelos habitantes mais idosos e, paralelamente, aproveitar estes habitantes para a vitalização do espaço urbano**, sobressai, naturalmente, o protagonismo dos espaços de vizinhança de proximidade como aqueles onde, provavelmente, se jogará, ao máximo, uma tal compatibilização de vivências,

aproveitando-se e potenciando-se a proximidade ou mesmo contiguidade entre esses espaços e os espaços privados.

Uma ideia interessante seria promover o PHAI como solução de vida independente e bem personalizada e caracterizada “ao sítio”, mas que, pelas suas especificações exigentes possa servir, pelo menos, como **fogos e minifogos para habitação assistida: seja uma habitação simplesmente assistida em termos de facilitação das tarefas domésticas e de disponibilização de serviços e equipamentos amigos dos espaços domésticos e de vizinhança (que interessam praticamente a todas as idades), seja uma habitação “especialmente assistida” no sentido de se apoiarem idosos e fragilizados no melhor exercício da sua vivência doméstica em segurança e especial agradabilidade** – duplo conceito este de “habitação assistida” que se julga ter grande interesse e que, portanto, importará aprofundar e desenvolver.

E um carácter de assistência doméstica e vivencial que poderá até ter alguns aspectos evolutivos – em termos dos espaços e equipamentos privados e dos comuns – para uma franja significativa dos cuidados extra ou específicos; mas neste último casos sem que esta condição comprometa o carácter/ambiente dos restantes espaços residenciais – e isto aqui é bem sensível.

Julga-se que se os “fogos” forem adequadamente projetados e construídos em termos de pormenorização (incluindo aqui aspectos vários e extremamente exigentes, por exemplo, de isolamento, ventilação etc) , flexibilidade específica Pormenorizada e adaptabilidade especial com sentido *mains lato*, e se os espaços comuns forem adequadamente funcionais, versáteis e adaptáveis sera possível cumprir tais ideias; sendo aqui importante que os restantes habitantes possam encarar a sua natural evolução de necessidades também de uma forma natural e sempre desejavelmente calçada pela também natural e continua integração de novos residentes e de jovens residentes; daqui também a importância da intergeracionalidade.

Apenas como exemplo: um espaço para deambular em boas condições não serve apenas os doentes de Alzheimer; assim como um piso térreo cheio de referências domésticas/urbanas.

E para tal é também muito importante uma adequada e sustentável disponibilização de variadas formas de uso da habitação.

2. Vizinhança e envelhecimento activo

Se há “local” onde diversas manifestações do que designamos de “envelhecimento ativo” são mais prováveis e desejavelmente bem-vindas, a vizinhança próxima tem evidente protagonismo, seja pelo apoio direto que aí é possível com base nos espaços habitacionais privados, contíguos ou muito próximos, seja pelo conjunto de atividades associáveis a esse “envelhecimento ativo” que encontram a sua mais adequada localização nessa vizinhança, como é, por exemplo, o importante caso das múltiplas práticas de jardinagem e de todo um amplo leque de atividades que encontram situação estratégica nos estimulantes espaços de transição entre interior e exterior e nos atraentes pequenos espaços de estadia, privados ou comuns, nesse exterior bem protegido e apropriável, porque contíguo ou próximo dos respetivos edifícios.

Começamos esta temática com a revisitação do conceito de envelhecimento ativo para, em seguida, abordar aspetos que na vizinhança o favorecem, e, que, afinal, ao dinamizarem a presença de idosos nos seus espaços urbanos de vizinhança, favorecem o uso global e intenso do espaço urbano de uso público com vantagens para todos, desde a vivência à gestão urbanas.

Liz Cairncross, no seu estudo intitulado *Active Ageing and the Built Environment. Practice Briefing*¹ aborda e aprofunda o conceito de envelhecimento ativo e as suas claras vantagens para o bem-estar e a saúde dos idosos (negrito nosso).

The concept of active ageing encompasses both physical activity and wider social and community participation.

Physical activity provides many physical, social and mental health benefits for older adults, and is a recognized component in the management of many chronic diseases associated with ageing in older people. For example, physical activity appears to reduce the risk of mental disorders common in older age including depression, cognitive decline, and dementia.(pg. 1)

A autora avança no que considera ser a relação direta entre uma boa arquitetura urbana da vizinhança e o seu uso adequado em termos físicos e sociais; assim como a influência inversa que têm as más soluções de arquitetura urbana, bloqueando os relacionamentos domésticos e de vizinhança dos habitantes. (pg. 4)

Depois Liz Cairncross regista duas importantes definições: cidades amigas e vizinhanças para toda a vida. Definições onde ficam patentes as relações entre uma cidade amigável e a possibilidade de aí podermos viver um envelhecimento ativo e

¹ Liz Cairncross - ***Active Ageing and the Built Environment. Practice Briefing***. Housing Learning & Improvement Network – Housinglin - www.housinglin.org.uk. 2026.
Liz Cairncross, Head of Research at the Institute of Public Care, Oxford Brookes University

inclusivo, integrado por vizinhanças feitas “para a vida”, porque proporcionando qualidade de vida a habitantes de todas as idades.²

E por fim a autora aponta e desenvolve cinco aspetos que designa de ambientais e que influenciam particularmente a possibilidade de se ter um adequado envelhecimento ativo numa dada vizinhança urbana: (pg. 5 a 7)

- a respetiva e adequada infraestruturção pedonal, bem estruturada, bem ligada às continuidades urbanas locais e bem equipada – por exemplo boa iluminação, bons bancos em zonas bem mantidas;

- as respetivas condições de segurança no uso normal e pública – esta última frequentemente ligada a boas condições de segurança relativamente a veículos³ - por exemplo mais adequada temporização e sinalização nos semáforos pedonais e integração de comandos de semáforos e de controlos específicos nas passagens e cruzamentos, boas condições de manutenção do espaço público, boa iluminação, ausência de vandalismo e ausência de habitações vagas em número significativo;

- a boa acessibilidade a equipamentos coletivos e serviços urbanos; destacando-se aqui a boa disponibilidade de transportes públicos, pois os idosos tendem a usá-los com frequência, sendo a sua ausência fator de segregação urbana e de isolamento – e aqui é importante a aplicação de medidas concretas em termos de limitação da velocidade da circulação motorizada, de redução do afastamento entre paragens de transportes públicos e respetivo e bem adequado equipamento pormenorizado (ex., bancos, abrigos, etc.);

- uma boa atratividade em termos de imagens da respetiva arquitetura urbana – e nesta atratividade a integração da natureza parece ser muito importante;

² “The World Health Organisation (WHO) has promoted the concepts of age-friendly cities and lifetime neighbourhoods through its Age-friendly Environments Programme.

WHO describes an age-friendly city as one that: ... is an inclusive and accessible urban environment that promotes active ageing ... An age-friendly city adapts its structures and services to be accessible to and inclusive of older people with varying needs and capacities.

And a lifetime neighbourhood: ... is a place where a person’s age doesn’t affect their chances of having a good quality of life. The people living there are happy to bring up children and to grow older – because the services, infrastructure, housing, and public spaces are designed to meet everyone’s needs, regardless of how old they are...” (pg. 4 do livro referido anteriormente).

³ “Older people walk more slowly, making it more difficult to cross roads safely. This can be exacerbated by inadequate traffic signal times for crossing roads and reckless drivers. The risk of a fatality crossing the road increases more rapidly with age from the early 60s, and very rapidly from age 70. Older pedestrians express particular concern about fast traffic, busy roads, and crossing where several roads meet.” (pg. 6 do livro referido anteriormente).

- e condições ambientais específicas, designadamente, em termos de conforto ambiental, limpeza, e proteção da poluição atmosférica e sonora nos espaços de uso público.

E aqui fica uma síntese de carta de intenções qualitativas para uma vizinhança especialmente amiga dos idosos, que poderá ser aplicada na escolha e no desenvolvimento de vizinhanças pormenorizadas para integração de conjuntos residenciais intergeracionais.

3. Perspetivas para as vizinhanças concebidas para todas as idades num espaço urbano em crise

Considerando-se a crise de usos e, conseqüentemente, de (in)segurança que continua, hoje em dia, nos espaços públicos urbanos, , como perspetivar o desenvolvimento dos espaços de vizinhança residenciais e o seu equipamento ao serviço dos habitantes de todas as idades e com especial e natural cuidado daqueles mais fragilizados?

Um dos aspetos a ter em conta é a habitual ausência de tipologias residenciais qualificadas e desenvolvidas usando-se todos os elementos de composição e funcionalidade disponíveis, como é o caso dos espaços exteriores privados e comuns contíguos ao edificado e marcando, positivamente, quer a solução global térrea, quer a imagem urbana dos respetivos conjuntos residenciais.

Realmente é frequentemente pobre, e por vezes mesmo muito pobre, o “uso” que se faz do potencial dos espaços urbanos e naturais envolventes e integradores de edifícios de habitação, talvez porque exija muito mais em termos de conceção do que a “simples” projeção do edificado “puro e simples” e, sendo assim, acabou por “fazer escola” e mesmo consolidar-se na própria regulamentação, com diversas “desculpas”, muito associadas à dificuldade do controlo público de tais soluções integradoras de espaços exteriores privados e comuns, e ao perigo, que é, realmente, real de um uso excessivo e inapropriado de tais espaços pelos respetivos habitantes; e sendo assim é, atualmente, a própria regulamentação que dificulta tais soluções de arquitetura urbana. Mas esta é uma matéria específica que nos levaria muito longe.

E, por outro lado, é sempre complicado avançar para uma renovada qualificação dos espaços residenciais de uso público, numa perspetiva de acessibilidade e utilidade universais e num quadro de qualidade marcado pela criação de vizinhanças amigas dos idosos e feitas para “toda a vida”, quando muitos de tais espaços estão ainda “na idade da pedra” da qualificação dos respetivos espaços exteriores específicos e

mesmo quando em outros casos nem sequer existem “espaços exteriores” minimamente dignos; no entanto este atraso pode ser convertido num atalhar de caminho, passando-se, desde já, para a referida ideia do espaço “universal” e “para a vida”.

Neste sentido e utilizando o artigo de Ed Harding intitulado ***Weathering the downturn: What is the future for Lifetime Neighbourhoods?***⁴, podemos sublinhar alguns aspetos a privilegiar nos novos ou renovados espaços exteriores residenciais, entre os quais se salientam os seguintes aspetos: (pg. 21) (tradução aproximada e negrito nossos)

- **considerar a referida conceção inclusiva e geracional (“para toda a vida”) como parte de uma aposta em vizinhanças sustentadas para todos os seus residentes;**
- considerar esta reflexão como uma **oportunidade para se desenvolver uma nova perspetiva sobre qualidade residencial;**
- **considerar o envelhecimento da população e mesmo as opiniões dos idosos como base** para uma boa conceção residencial;
- ter em conta e procurar entender o **impacto desigual de uma negativa conceção arquitetónica nos diferentes grupos socioculturais de idosos;**
- assumir que uma boa conceção arquitetónica residencial é desenvolvida em **três principais níveis de intervenção: o bairro** ou vizinhança alargada (ex., infraestruturas, transportes, equipamentos coletivos); **a vizinhança** (ex., arquitetura urbana da rua, equipamentos de pormenor, acessibilidades); **e o longo prazo** (ex., manutenção e gestão).

Como comentário, julgado oportuno, há aqui um conjunto de ideias considerado extremamente rico para posterior discussão e aprofundamento; e a título de exemplo referimos a última em que são apontados três principais níveis de intervenção, sendo dois deles ligados à vizinhança e à arquitetura urbana e outro à manutenção/gestão, designado, significativamente, por “**longo prazo**”.

Finalmente e uma vez mais coloca-se a tónica na segurança pública e até, diferente disto, numa clara perceção de segurança pública e lembremo-nos que muitas das fontes consultadas se referem a realidades bastante mais problemáticas do as nossas

⁴ Ed Harding - ***Weathering the downturn: What is the future for Lifetime Neighbourhoods?*** - discussion paper. The International Longevity Centre - UK (ILC-UK). April 2009. www.ilcuk.org.uk - edharding@ilcuk.org.uk.

no tocante a essa segurança pública nos espaços residenciais e designadamente naqueles associados a grandes conjuntos de habitação de interesse social.

E é muito interessante a afirmação, feita ainda no último artigo citado, e abaixo registada, de que se os idosos se sentirem bem nos espaços de uso público, toda a gente assim se sentirá. Sobre como acentuar o sentimento de segurança pública há sempre que referir as questões ligadas a uma estratégica e contínua visibilidade de segurança (em termos de uso de percursos e em termos de vistas envolventes sobre esses percursos) e à existência de uma presença securizadora, também abaixo apontada; no entanto há que moderar tais cuidados, para não serem intrusivos, tornando-os praticamente informais, ainda que quase constantes (ex., contiguidade entre passagens e lojas) e periódicos mas bem visíveis (zonas pedonais mas episodicamente percorridas por veículos da polícia). (negrito nosso)

*Older people need to feel safe in streets and public spaces. Public and green spaces should prune back bushes and create clear sight lines. **Staff also need to be present and visible to users. If older people feel comfortable using public spaces, other people will too, increasing use of public spaces makes them safer and ensures there are eyes on the street.*** (pg. 24)

Bibliografia (referências práticas)

CAIRNCROSS, Liz - **Active Ageing and the Built Environment. Practice Briefing**. Housing Learning & Improvement Network – Housinglin - www.housinglin.org.uk. 2026. Liz Cairncross, Head of Research at the Institute of Public Care, Oxford Brookes University

HARDING, Ed - **Weathering the downturn: What is the future for Lifetime Neighbourhoods?** - discussion paper. The International Longevity Centre - UK (ILC-UK). April 2009. www.ilcuk.org.uk - edharding@ilcuk.org.uk

Referências editoriais:

Primeira edição e respetivo link:

Infohabitar, Ano XIX, n.º 851 – Idosos e espaços urbanos de vizinhança – versão de trabalho e base documental – Infohabitar # 851. Lisboa, quarta-feira, março 15, 2023.

Link para a 1.^a edição: <http://infohabitar.blogspot.com/2023/03/idosos-e-espacos-urbanos-de-vizinhanca.html>

Etiquetas/palavras chave: habitação, habitação intergeracional, habitação para idosos, intergeracionalidade, espaços residenciais, PHAI3C, Programa de Habitação Adaptável e Intergeracional Cooperativa a Custos Controlados

Nota editorial da Infohabitar:

Embora a edição dos artigos na Infohabitar seja ponderada, caso a caso, pelo corpo editorial, no sentido de se tentar assegurar uma linha de edição marcada por um significativo nível técnico e científico, as opiniões expressas nos artigos e comentários apenas traduzem o pensamento e as posições individuais dos respectivos autores desses artigos e comentários, sendo portanto da exclusiva responsabilidade dos mesmos autores.

Infohabitar

Editor: António Baptista Coelho, Investigador Principal com Habilitação em Arquitectura e Urbanismo – Departamento de Edifícios do Laboratório Nacional de Engenharia Civil - LNEC

abc.infohabitar@gmail.com, abc@lnec.pt

A Infohabitar é uma Revista do GHabitat Associação Portuguesa para a Promoção da Qualidade Habitacional Infohabitar – Associação atualmente com sede na Federação Nacional de Cooperativas de Habitação Económica (FENACHE) e anteriormente com sede no Núcleo de Arquitectura e Urbanismo do LNEC.

Apoio à Edição: José Baptista Coelho - Lisboa, Encarnação - Olivais Norte.