

Importância da adaptabilidade na habitação para idosos – versão de trabalho e base documental – Infohabitar # 852

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, a importância de uma adequada caracterização residencial em termos de adaptabilidade passiva e ativa quando se visa uma habitação intergeracional especificamente amigável para idosos e fragilizados .

Numa primeira parte do artigo faz-se uma introdução global à temática acima referida, passando-se, depois, para a abordagem do tema do interesse que tem o desenvolvimento de habitações, positivamente, à prova do futuro.

Em seguida desenvolve-se a temática da adaptabilidade das habitações, realizada no sentido da facilitação da vivência dos idosos e conclui-se o artigo com uma reflexão sobre o assunto específico da opção por se viver em várias (e entre) habitações quando envelhecemos ou quando por isso optamos.

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 perspetiva 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.

Importância da adaptabilidade na habitação para idosos – versão de trabalho e base documental – Infohabitar # 852

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

Introdução à opção pela adaptabilidade residencial (3)

1. Habitações à prova de futuro (3)

2. Adaptar habitações para facilitarem a vivência dos idosos (8)

3. Viver em várias (e entre) habitações quando envelhecemos ou quando por isso optamos (10)

Bibliografia (referências práticas) (11)

Importância da adaptabilidade na habitação para idosos – versão de trabalho e base documental – Infohabitar # 852

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.

Introdução à opção pela adaptabilidade residencial

A opção por características afirmadas de adaptabilidade habitacional assegura uma resposta integrada aos desafios da habitação para pessoas fragilizadas e nela às questões diversas colocadas pela revolução grisalha, aos desafios colocados pela necessidade de oferta de renovadas formas de habitar para variadas necessidades e gostos residenciais e, também, potencialmente aos desafios “de escala” colocados pela renovada crise de falta de habitação.

Quando o objetivo de adaptabilidade residencial transborda para o edifício ou conjunto de arquitetura urbana, poderemos ter ainda maior potencial de diversificação de oferta numa base comum racionalizada e maximizada em termos financeiros, para além de se abrirem interessantes possibilidades de gestão e integração de espaços, equipamentos e serviços comuns muito diversificados e um pouco “à la carte”, que deverão abranger a respetiva vizinhança urbana com vantagens quer de integração social, quer sustentabilidade financeira.

Quando o objetivo da adaptabilidade residencial alastra à vizinhança poderemos, no limite, tender a harmonizar diversas tipologias residenciais edificadas a partir de uma base urbana comum e marcante, para além de podermos contar com elementos do espaço urbano exterior ou de transição exterior/interior como ricos elementos de valorização funcional e formal da solução geral (ex., pequenos pátios privados ajardinados, jardins comuns com aspetos naturais densificados/intensificados, etc., etc.).

1. Habitações à prova de futuro

Uma habitação “à prova de futuro” é um espaço residencial que se vai adaptando, o mais possível passivamente e portanto sem obras significativas, à evolução das necessidades dos seus habitantes, sejam elas consideradas como mais importantes (ex., em termos de mobilidade), sejam as numerosas outras “pequenas necessidades” que, no seu conjunto, caracterizam uma habitação como verdadeiramente acolhedora e mesmo dialogante (ex., mudanças periódicas nas disposições da mobília).

Mas infelizmente há muitas habitações que não aceitam qualquer futuro e, mais ainda, até pouco aceitam simples alternativas de disposição de mobiliário.

Esta ideia de uma habitação “à prova de futuro”, ou “para a vida” é algo muito adequado na sua aplicação a uma habitação que “envelheça”, positivamente, consoante os seus próprios habitantes vão também envelhecendo, e desejavelmente

também de uma forma positiva; e neste caso, como já bem sabemos, em termos de um envelhecimento ativo.

Daria vontade de, desde já, sumarizar que o pretendido será, provavelmente, o desenvolvimento de novas ou renovadas habitações que sejam globalmente adaptáveis de modo passivo, portanto, sem grandes custos, e ao serviço do envelhecimento ativo dos seus habitantes. Esta possível dinâmica residencial vai compatibilizar-se com as preconizadas soluções residenciais intergeracionais, funcionalmente mistas e participadas (PHAI3C), essencialmente, ao nível dos fogos.

No estudo oficial intitulado **What can I do to make my home future proof? - Home Topics Housing for older people Question and answer**¹ avançam-se algumas respostas de pormenor para este desafio de uma habitação “à prova de futuro” ou “para a vida”, que foram devidamente consideradas como base direta de referência para se elaborar e salientar, em seguida, uma listagem de aspetos considerados estruturantes da solução ao nível da habitação, tendo-se em conta a sua futura adequação a mudanças de necessidades e mesmo de gostos habitacionais:

- Adequadas e simplificadas condições de segurança no controlo de acessos e na envolvente (ex. clareza e durabilidade na relação com o controlo de acessos comum em termos sonoros e visuais, excelente visibilidade e segurança no controlo de acesso ao espaço privado, adequadas proteções dos vãos exteriores, detetores de movimento exteriores ligados a luzes).
- Vãos exteriores bem configurados e dispostos tendo em consideração os diversos aspetos de conforto ambiental e vistas agradáveis sobre o exterior, possíveis a partir de posições sentadas diversas.
- Pavimentação global da habitação, desejavelmente, com continuidade superficial (sem ressaltos) e antiderrapante mesmo quando molhada.
- Controlos de vãos exteriores fáceis de manobrar, pelo interior, e ergonomicamente dispostos.
- Torneiras fáceis de usar com uma mão e, desejavelmente, com termostato.

¹ Government of the Netherlands - **What can I do to make my home future proof? - Home Topics Housing for older people question and answer.**

- Arrumações feitas preferencialmente em gavetas e não em prateleiras, evitando-se arrumações baixas (posições do corpo dobradas) ou muito altas (exigindo recurso a escadote).
- Ergonomia, multifuncionalidade (ex., poder estar sentado a usar o plano de trabalho) e excelente iluminação natural e artificial nos planos de trabalho da cozinha e na zona potencialmente destinada a uma mesa de jantar.
- Contiguidade na relação entre um quarto de dormir e uma casa de banho.
- Escadas privadas seguras e ergonómicas, proporcionando instalação (que pode ser posterior) de corrimãos bilaterais.

As questões de dimensionamento regulamentar estão atualmente bem definidas, apontando-se, aqui, apenas, que uma habitação concebida para um futuro, sempre desconhecido, deverá optar por um dimensionamento desafogado no que se refere a dimensões mínimas de circulações, larguras de compartimentos e vãos e “espaços livres” entre equipamentos fixos, sendo que eventuais futuros aproveitamentos desafogados para proporcionar a boa manobra de pessoas condicionadas na mobilidade, poderão ser, entretanto, aproveitados para uma mais diversificada e elaborada capacidade e adaptabilidade na integração de mobiliário (ex., corredor largo mobilável que, se necessário, futuramente poderá ser libertado desse mobiliário para facilitar a movimentação).

Continuando nesta matéria de uma qualificação residencial globalmente aplicável e que suporte, no futuro, adaptações o mais possível simplificadas e económicas dos espaços residenciais edificados e de vizinhança no sentido de que os seus habitantes, querendo, possam aí envelhecer (*aging in place*), agradavelmente, em segurança e com toda a autonomia, vamos, em seguida, tentar aproveitar e comentar, minimamente, um conjunto de interessantes reflexões arquitetónicas de Judith Torrington sobre o assunto. 2

Em termos de vizinhança Judith Torrington aponta um conjunto de aspetos que se refletem no próprio edificado e que se resumem em “identidade, bem-estar e sentido de pertença” (pg. 10) e que, em seguida, se referem de modo mais pormenorizado: (negrito nosso)

² Judith Torrington - **What developments in the built environment will support the adaptation and ‘future proofing’ of homes and local neighbourhoods so that people can age well in place over the life course, stay safe and maintain independent lives?** December 2014.

*The home and neighbourhood are seen as having a crucial role in the well-being of older people. Peace et al. (2006), in their book *Environment and Identity in Later Life*, argue that the home and place in which people live are an essential element of their quality of life; **the home cannot simply be viewed as a 'setting'**.*

The sense of belonging to a place is connected with identity; deterioration in a neighbourhood and fear of crime have a strong negative influence on well-being by limiting activity and engagement with the outside world. The book discusses the value people place on their relationship with the natural environment, although maintaining gardens can become a source of stress for some.

*The emotional attachment to place is an aspect of identity... **People who have lived in one place for many years and brought up their families there see their homes as an aspect of themselves**, which makes them reluctant to move, and those who do move away from their homes experience a loss of autonomy and control. (pg. 10)*

No entanto, uma nova promoção ativamente participada pode ser também uma forma de incentivar esta relação emocional com o nosso (novo) habitar, de certa forma “concentrando-a”; e se a nova localização estiver ligada vantagens em termos de centralidade e de relação com vida urbana, então a mudança talvez possa ser bem aceite.

Não perdendo esta eventual mudança para uma zona estrategicamente melhor colocada em termos urbanos, as questões ligadas a um natural aumento da solidão, quando envelhecemos, podem encontrar uma importante e bem direcionada suavização, pois, eventualmente, alguém que até se vai sentindo mais solitário no seu uso do tempo, poderá encontrar em tais situações urbanas, mais centrais e/ou melhor servidas de transportes para pólos urbanos, uma forma de lidar, positivamente, com parte dessa solidão, que acaba por ser vivida no meio da cidade mais animada (“sozinho” entre muitos) ou sozinho, mas em união com a natureza, por exemplo, ao passear por uma ampla zona verde e natural.

E tais possibilidades de experienciar uma solidão razoavelmente agradável, porque até eventualmente desejada, ligam-se à simultânea existência de adequadas possibilidades de um convívio verdadeiramente qualificado, que pode ser familiar ou entre amigos e colegas, mas que para bem ser desenvolvido tem de ter adequadas condições espaciais, funcionais e ambientais, tal como refere Judith Torrington:

*... older people become lonelier with time, and that the loss of a partner and ill health were associated with a greater increase in loneliness ... Jong-Gierveld (1998) draws attention to **the importance of the quality of relationships to the experience of loneliness**. (pg. 10)*

De certa forma e resumindo os bons espaços de habitar adequados a idosos têm de propiciar condições específicas de privacidade e de convívio, nos espaços privados, nos espaços comuns e nos espaços públicos vizinhos.

Passando-se, agora ao espaço interior e doméstico, aponta-se que a questão de uma habitual subocupação das habitações de idosos é uma matéria que se julga dever ser um pouco reconsiderada – Judith Torrington refere-se a uma habitação onde exista mais do que um quarto do que os que são necessários –, porque, de certa forma, a habitação também acaba por ser uma pele e um repositório de vida e porque com o aumento da idade passamos a precisar de mais espaço para as diversas atividades domésticas – ex., desde mais quartos considerando a opção de um casal dormir em quartos separados, que pode ser adequada por diversas razões; até mais espaço para uma grande variedade de atividades e comportamentos domésticos, pois quando envelhecemos tendemos a ser mais “trapalhões” ou menos eficazes em muitas movimentações e, porque, no limite, podemos precisar de apoios específicos na movimentação (ex., canadianas e cadeiras de rodas) e mesmo de apoio de outras pessoas para diversas atividades; e cita-se, assim, Judith Torrington, a propósito desta temática específica:

... Bathrooms and toilets should be capable of being converted to disabled standards and large enough to allow for carers to provide assistance by helping people to get onto the toilet and for bathing or showering. Converting bathrooms to wet rooms is one way of achieving this. (pg. 9)

Podemos generalizar este tipo de condições, salientando que todos os espaços domésticos e, muito especialmente, aqueles que integram instalações (ex., de água) e equipamentos (ex., mobiliário fixo) devem poder ser convertidos, com facilidade, ao seu uso por condicionados na mobilidade e na perceção, sendo que, complementarmente: há que prever uma capacidade de arrumação “acrescida”(pg. 9, d estudo que está a ser referido) e bem disseminada (arrumação específica e de mobiliário), para que possa “absorver” boa parte da nossa “história de vida”, sem obrigar a racionalizações sempre desagradáveis ou mesmo críticas para pessoas eventualmente fragilizadas; e é vital a existência de um espaço exterior privado (pg. 9), pelo menos, minimamente capaz de acolher muito positivamente uma pequena zona de estar/convívio.

Finalmente e utilizando, ainda, como base de reflexão, o referido estudo de Judith Torrington, salienta-se nos espaços de habitar muito dedicados a idosos há que dar importância acrescida aos aspetos: (i) de conforto ambiental e segurança no uso normal, na sua relação direta com o bem-estar e a saúde, isto porque a luz natural é vital no bem-estardoméstico e porque os idosos são extremamente sensíveis a negativas condições higrotérmicas e de ventilação; (ii) sensoriais, designadamente, em termos de visão e audição, porque os idosos tendem a ver e ouvir pior; e (iii) de relação com o frequente desenvolvimento de demências, tendo-se em conta o pouco que ainda se sabe e a necessária e urgente investigação sobre como os ambientes

residenciais e urbanos de vizinhança e os ambientes domésticos podem ajudar a mitigar os problemas de vida diária levantados por essas demências.

Em seguida registam-se alguns aspetos de pormenor ligados a estas temáticas que conjugam problemas de saúde e deficientes condições habitacionais, que se influenciam e mutuamente e se agravam com o envelhecimento dos habitantes; aspetos estes citados do estudo de Judith Torrington que tem estado a ser referido: (negrito nosso)

Poor-quality housing has been linked to poor health for at least 200 years. Lack of insulation, damp penetration, poor heating systems, unsafe stairs and low levels of daylight are associated with poor health. The greatest risk to health results from cold damp houses; there are 40,000 excessive winter deaths in England. Falls are the other major health risk, with falls from heights (i.e. falling down stairs) responsible for most serious injuries. The costs of these injuries to the NHS are estimated to be £600 million a year. (pg. 15)

[sobre a importância de um adequado apoio sensorial] *Sensory support: vision and hearing ...*

*Sight loss is a common condition in older people, and **increasing longevity means that there are substantial numbers in the population living with some degree of sight loss.***

*Symptoms of sight loss vary according to the condition, but they include: **sensitivity to glare, slower adaptation to changes from light to dark, reduced sensitivity to contrast, colour saturation and retinal illuminance, inability to focus and reduced ability to see blue light** (Littlefair, 2010). Older people who do not have a serious visual impairment are still likely to have some degree of sight loss. (pg. 14)*

on design for dementia is largely concerned with specialist accommodation and there is very little on normal housing, and that further research in this area is needed ...

*... people with dementia do go out but restrict themselves to familiar areas. The research identified six **principles of a dementia-friendly environment: familiarity, legibility, distinctiveness, accessibility, safety and comfort.** A checklist of recommendations for neighbourhood design based on this research is available (Mitchell et al., 2004). (pg. 14)*

Salienta-se que há, assim, aqui já um conjunto de aspetos extremamente importantes a considerar em intervenções intergeracionais, que irão ser marcadas por condições muito adequadas aos seus habitantes mais fragilizados, mas, note-se, também extremamente interessantes para os restantes vizinhos.

Para além disto um conjunto significativo de intervenções intergeracionais que influenciem, desta forma, muito positivamente a saúde dos seus habitantes mais fragilizados, estará também a prestar um excelente serviço à sociedade e ao país.

2. Adaptar habitações para facilitarem a vivência dos idosos

Globalmente a adaptação de habitações visando-se facilitar a vivência dos idosos e mesmo a prestação de cuidados pessoais ao domicílio – atividade esta que provavelmente irá ter crescimento exponencial – depende: (i) quer de condições domésticas de adaptabilidade e multifuncionalidade passivas, isto é “embebidas” em

dimensionamentos e soluções de pormenor capazes de aceitar facilmente variadas conversões funcionais e formais; (ii) quer de condições domésticas de integração fixa ou temporária de tecnologias de adaptação (adaptativas) a essas necessidades ligadas à vivência diária dos idosos e à prestação de cuidados pessoais ao domicílio.

Estas tecnologias adaptativas podem ser fixas ou portáteis e incluem as designadas “tecnologias assistivas” ou de “ajuda técnica”, referidas a todo um amplo leque de recursos, instrumentos, práticas e serviços destinados a proporcionar mais autonomia, independência e qualidade de vida aos seus utentes.

Já se salientou, anteriormente, que importa identificar e melhorar soluções-tipo eficazes e económicas de adaptação habitacional facilitadoras da vivência de pessoas fragilizadas, contribuindo-se, assim, seja para a sua integração, de raiz, em novos conjuntos residenciais, seja para a sua adoção em ações de adaptação de habitações preexistentes.

Nesta perspetiva cita-se e comenta-se, em seguida, o estudo de vários autores, intitulado *Adapting the homes of older people: a case study of costs and savings* ³, onde é possível consultar uma proposta de critérios de avaliação aplicáveis à importante e muito sensível decisão sobre manter ou não manter na sua habitação uma pessoa fragilizada:

The scope for an individual older person to remain in their own home depends on many issues, but the most relevant are concerned with the following:

- *extent of their capacities, their needs and their view of those needs.*
- *how far these needs can be met through adapting the home and providing AT [Adaptive Technology] and other specialist equipment, and the cost.*
- *availability of formal and informal care.*
- *costs of formal care.*
- *acceptability of these solutions to older people.*
- *resulting quality of life for the individual. (pg. 469)*

Importa comentar que, em primeiro lugar, não se contempla aqui referida capacidade passiva de uma dada habitação no sentido de acolher novas necessidades dos seus habitantes e que, em segundo lugar, poderá existir um nível residencial “intermédio” e de uso tendencialmente comum, onde várias necessidades pessoais específicas poderão ser bem acolhidas e até e desejavelmente com um sentido expressivamente

³ Peter Lansley , Claudine McCreddie , Anthea Tinker , Susan Flanagan , Kate Goodacre & Alan Turner-Smith (2004) **Adapting the homes of older people: a case study of costs and savings**, Building Research & Information, 32:6, 468-483, DOI

residencial e nada “hospitalar” (ex., gabinetes de apoio médico e de enfermagem, banho assistido, spa, sauna, pequena piscina hidrodinâmica, pequeno ginásio equipado, etc.); sentido residencial esse que é fundamental respeitar integralmente numa intervenção residencial intergeracional, conseguindo-se, assim, provavelmente, integrar e embeber variados cuidados “de saúde” numa solução global basicamente residencial, anulando-se estigmas e obtendo-se uma excelente integração social.

3. Viver em várias (e entre) habitações quando envelhecemos ou quando por isso optamos

Passamos, agora, a algumas rápidas reflexões sobre situações residenciais que são cada vez mais frequentes e que estão, realmente, a mudar de sentido e a ganhar importância na atual sociedade europeia, proporcionando, por vezes, outras mudanças residenciais direta e indiretamente associadas à questão da habitação dos mais idosos; isto porque realmente alguém que tenha uma excelente habitação fora da cidade poderá estar disponível para optar por uma habitação citadina mais contida em termos de espaciosidade, embora bem localizada e eventualmente associada a aspetos específicos de serviços de apoio, que, por exemplo, simplifiquem a manutenção doméstica.

Por outro lado e nestas matérias o teletrabalho revolucionou e revolucionará as opções residenciais; afinal há tanto tempo anunciado, porque associado à revolução informática pessoal, foi esquecido e só, recentemente e devido à pandemia foi adotado, criando rotinas que irão ficar, sem margem para dúvidas, num grande leque de profissões e atividades realizadas “à distância” e com autonomia, e que irão também marcar outras atividades menos autónomas, mas que também são possíveis à distância.

E assim temos/teremos desde “segundas habitações” que se tornaram e tornarão “primeiras habitações”, assim como temos e teremos postos de trabalho móveis entre variadas localizações mais profissionais, ou mais comuns, ou mais domésticas e também temos e teremos grupos socioculturais e etários que, muito mais cedo do que o habitual, optam pelo afastamento da cidade, de forma habitual, mas continuando a usar a cidade de forma periódica; e tudo isto tem e terá reflexo nas soluções habitacionais urbanas.

Abordam-se, aqui, matérias relativamente inovadoras ou recentes e que têm, sempre, influência nas novas ofertas habitacionais, designadamente intergeracionais, designadamente, referidas seja a uma duplicação do espaço doméstico, seja a uma

diversificação dos níveis etários aposentados ou com atividades à distância e, portanto, podendo fundir atividades domésticas e profissionais.

Vários estudos e diversos autores abordam esta temática, que pede desenvolvimento específico, sublinhando-se, em seguida, e apenas de forma geral, alguns aspetos identificados a partir de um estudo desenvolvido por Francine Benguigui e um conjunto de outros autores, no âmbito do PUCA em 2009 e onde é feita referência a um anterior estudo de Philippe Bonnin e Roselyne de Villanova (1999). 4

Tudo se refere a uma possível e provável mudança de estatuto (o termo é meu) de algumas residências secundárias, que deixaram de ser consideradas como habitação de turismo de final de semana e de férias, para se assumirem como “segundo lugar de vida, equiparado ao da anteriormente designada “residência principal”; situação esta que, aquando da aposentação, talvez possa evoluir mesmo para uma mudança nessa hierarquia residencial, passando a anterior habitação secundária para “habitação principal”.

Julga-se que tais possibilidades decorrerão, também, da localização e acessibilidades entre os dois sítios de habitar, perdendo potencial quando a distância e/ou as acessibilidades são mais complicadas; sendo que esta possibilidade muito ganhou com a recente pandemia e o conseqüente regime de teletrabalho quase universal, sempre que possível; e isto poderá mesmo levar a uma reversão da casa mais urbana e anteriormente principal para uma habitação mais “maneável”, desde que especialmente cêntrica e vitalizadora, o que é muito harmonizável com a noção desenvolvida no âmbito do PHAI3C.

Bibliografia (referências práticas)

BENGUIGUI, Francine (2009) - Infelizmente não nos foi possível identificar, objetivamente, o estudo de Francine Benguigui e de um conjunto de outros autores, realizado, cerca de 2009, no âmbito do excelente Plan Urbanisme Construction et Architecture (PUCA), que tinha sido anteriormente consultado; mas, no entanto, preferiu-se realizar esta indicação genérica, pois fica evidente numa consulta ao nome da referida autora o grande leque de trabalhos realizados nesta e em outras temáticas habitacionais.

⁴ Infelizmente não nos foi possível identificar, objetivamente, o estudo de **Francine Benguigui** e de um conjunto de outros autores, realizado, cerca de 2009, no âmbito do excelente Plan Urbanisme Construction et Architecture (PUCA), que tinha sido anteriormente consultado; mas, no entanto, preferiu-se realizar esta indicação genérica, pois fica evidente numa consulta ao nome da referida autora o grande leque de trabalhos realizados nesta e em outras temáticas habitacionais.

Government of the Netherlands - **What can I do to make my home future proof?** - Home Topics Housing for older people question and answer.

LANSLEY, Peter; MCCREADIE, Claudine; TINKER, Anthea; FLANAGAN, Susan; GOODACRE, Kate; TURNER-SMITH, Alan, (2004) **Adapting the homes of older people: a case study of costs and savings**, Building Research & Information, 32:6, 468-483, DOI

TORRINGTON, Judith - **What developments in the built environment will support the adaptation and 'future proofing' of homes and local neighbourhoods so that people can age well in place over the life course, stay safe and maintain independent lives?** December 2014.

Referências editoriais:

Primeira edição e respetivo link:

Infohabitar, Ano XIX, n.º 852 – Importância da adaptabilidade na habitação para idosos – versão de trabalho e base documental – Infohabitar # 852. Lisboa, quarta-feira, março 22, 2022.

Link para a 1.ª edição: <http://infohabitar.blogspot.com/2023/03/importancia-da-adaptabilidade-na.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 GHabitar 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.