



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Engenharia

Arquitetura de Inclusão Social - Centro de Dia e Apoio Domiciliário / Residência Geriátrica em Alturas do Barroso

Onélia Cristina Pereira Alves

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em
Arquitetura
(ciclo de estudos integados)

Orientador: Prof. Doutor José Neves Dias

Covilhã, Junho de 2016

Dedicatória

É com muito orgulho que dedico este trabalho académico aos meus pais, irmã e amigos que contribuíram para que o mesmo se tornasse possível.

Agradecimento

Ao Professor José Neves Dias, pela orientação, disponibilidade, compreensão e paciência. Às pessoas que contribuíram com os seus testemunhos e documentação para que esta investigação fosse possível.

Ao Arquitecto Jorge Videira, pela disponibilidade em facultar documentação e pelo seu interesse pelo tema.

À minha família, em particular, aos meus pais e irmã, pelo incentivo, motivação, compreensão e paciência.

Em geral aos meus amigos de Chaves, da Covilhã, de curso, em especial à Inês Xavier, que sempre estiveram ao meu lado neste percurso académico, motivando-me e encorajando-me para que este resultado hoje fosse possível. Alguns não estão perto como desejaria, contudo, o seu apoio foi crucial. Desta forma quero agradecer à Dina Santos, Melanie Vaz, Christiane Fernandes, Filipe Ferreira, Davide Ferreira e Carina Fernandes. À Susana Nascimento pelo seu apoio e companheirismo.

Às colegas de residência, Ana Pereira, Filipa Pereira e Joana Ferreira por toda atenção amizade ao longo destes anos.

E por último, mas não menos importante ao meu companheiro Yann Chaves.

Resumo

Para a conclusão do Mestrado Integrado em Arquitetura na Universidade da Beira Interior, apresenta-se uma proposta de projeto que tem como principal objetivo a criação de um Centro de Dia e SAD (Serviço de Apoio domiciliário) para uma freguesia de Alturas do Barroso. Pretende-se com esta proposta colmatar a falta de apoios à população idosa com mobilidade condicionada da freguesia atrás mencionada.

A principal preocupação com a escolha do local prendeu-se a um conjunto de características propícias para a implantação da proposta de projeto a apresentar.

Questões como insolação, infraestruturas e integração com o meio natural da envolvente foram pontos principais para o desenvolvimento da proposta apresentada, uma vez que a procura da harmonia, o conforto e bem-estar são conceitos que se pretendem promover, para aqueles que venham usufruir do espaço, quer seja residente ou visitante. O local escolhido situa-se numa zona perto do centro da aldeia, sossegado e integrado no meio natural da região tão característica do Barroso, permitindo uma simbiose entre o construído, as gentes da aldeia e o natural, facilitando a frequência do local, quer por via automóvel quer por via pedonal. A proposta decorre da análise das problemáticas mais urgentes da região, entre as quais a desertificação e o envelhecimento da população. Propõe-se a criação de um equipamento que garanta as condições básicas, incluindo espaços de saúde, higiene e alimentação, bem como de lazer e de outras atividades adequadas às condições físicas e mentais de cada um. É ainda intenção desta investigação, a inclusão de um núcleo que permita uma aproximação mais atenta e personalizada na proteção do mesmo grupo etário a que se destina o equipamento (SAD), com cooperação simultânea com o Centro de Dia.

Palavras-chave

Centro de Dia, SAD, desenvolvimento social, crescimento urbano, Ecologia humana

Abstract

In order to complete the integrated master's in architecture in the University of Beira Interior, a project will be presented for the small village of Alturas do Barroso, which has as main objective the creation of a Day Centre and SAD (home help service). The aim of this proposal is to address to the lack of support for the population of the region, with special emphasis to this village of Alturas do Barroso and targeted to the elderly with restricted mobility.

The main concern about the choice of the location was led by a group of features that conducted to the proposal of this project in question.

Insolation, infrastructures and its integration with the natural environment were the main notes taken into account for the development of this present proposal, since that the search for harmony, comfort and well-being are the concepts that want to be promoted, for those who will choose the place, as a resident or just as a visitor. The chosen place is located nearby the village center, so you can easily access it by car or on foot. It is also a quiet place and it is integrated in a natural environment so typical of this region of Barroso, which allows a symbiosis between what is built, the people of the village and the nature by itself.

This proposal elapses from the analysis of the most urgent problems of the region including desertification and the aging of the population. It is proposed the creation an equipment that will support and fulfill the basic needs, including health care, hygiene and food, as well leisure and other activities adequate to the physical and mental capabilities of each user.

It is further the intent of this research, the inclusion of a core that allows for a more attentive and personalized approach in protecting the same group age to whom this equipment is intended for (SAD) with simultaneous cooperation of the Day Center.

Keywords

Day Center, SAD, social development, urban growth, human ecology.

Índice

Dedicatória	III
Agradecimento	V
Resumo	VII
Abstract	IX
Índice	XI
Lista de Esquemas	XVII
Lista de Fotografias	XIX
Lista de Gráficos	XXI
Lista de Ilustrações	XXIII
Lista de Imagens	XXV
Lista de Tabelas	XXVII
Capítulo 1	1
Introdução	1
1.1 - Relevância da temática	1
1.2 - Objetivos	2
1.3 - Metodologia	2
1.4 - Estado da arte	3
Capítulo 2	5
Trás-os-Montes, em particular Barroso: Situação geográfica, seus limites e suas características peculiares	5
2.1 - Situação geográfica, seus limites	6

2.2 - Trás-os-Montes e as suas características peculiares	8
2.3 - Barroso, situação geográfica, limites e suas características peculiares	9
2.3.1 - Barroso e as suas serras	10
2.4 - O clima na Região de Barroso	11
2.5 - As “Casas” do concelho transmontano	12
2.5.1 - Abordagem a quatro aldeias típicas de Trás-os-Montes e Alto Douro	14
2.5.2. - As características e as condições das habitações deste Concelho	28
Capítulo 3	31
A aldeia de Alturas do Barroso	31
3.1 - Os habitantes de Barroso na Pré-História	32
3.1.1 - Vestígios Megalíticos em Barroso	32
3.2 - A chegada da Era Metalúrgica	34
3.3 - A passagem dos Mouros por Barroso	34
3.4 - Reconquista cristã de Barroso	34
3.5 - A formação do condado Portucalense	35
3.6 - Alturas do Barroso atualmente	35
3.6.1 - Demografia da aldeia de Alturas do Barroso	38
3.6.2 - Conclusão sobre a aldeia de Alturas do Barroso	44
Capítulo 4	45
Contextualização do Concelho de Boticas	45
4.1 - Contextualização do Concelho de Boticas	46
4.2 - Enquadramento do Concelho de Boticas: a sua origem, situação e composição	48
4.3 - A demografia no Concelho de Boticas	51
4.3.1 - Análise Demográfica em relação ao Município	51

4.4 - O desenvolvimento dos residentes nos últimos anos	52
4.4.1 - Análise detalhada dos residentes deste Concelho	55
4.5 - As famílias do Concelho de Boticas	59
4.5.1 - A evolução e composição das famílias	59
4.6 - Os fatores de crescimento do envelhecimento da população	60
4.6.1 - A Análise demográfica, o envelhecimento da população	61
4.7 - A população idosa do concelho	64
4.8 - Os tipos de apoio da segurança social	67
4.8.1 - O que é a segurança social?	67
4.8.2 - Os pensionistas do Município	67
4.9 - Instituições no âmbito do apoio social ao idoso	69
4.9.1 - Santa Casa da Misericórdia de Boticas - Respostas sociais de apoio às pessoas idosas	72
4.9.2 - Reabilitar e Integrar pessoas	73
4.10 - Conclusão final sobre o Município	75
Capítulo 5	77
O processo do envelhecimento	77
5.1 - O fenómeno do envelhecimento	78
5.2 - Definir sentir	78
5.2.1 - Os cinco sentidos	79
5.3 - Sentir a arquitetura	81
5.4 - O processo de envelhecimento	84
5.5 - O que é institucionalização?	87
5.5.1 - Institucionalização de pessoas idosas	89
5.6 - O que significa qualidade de vida?	90
5.6.1 - O que significa qualidade de vida em um idoso?	92

5.6.2 - Institucionalização de idosos e a qualidade de vida?	94
5.7 - Abordagem breve de alguns conceitos	96
5.7.1 - Conceito de Arquitetura	96
5.7.2 - Conceito de Lugar	98
5.7.3 - Habitar é?	99
5.7.4 - Conceito de Habitação	101
5.7.5 - Conceito de qualidade da habitação	103
Capítulo 6	103
Memória descritiva	
Centro de Dia e Apoio Domiciliário / Residência Geriátrica em Alturas do Barroso	103
A - Introdução	104
B - Aspetos Gerais	105
1. Localização e Caracterização do terreno	105
2. Caracterização da proposta	106
3. Articulação espacial do programa para o equipamento principal	120
5. Infraestruturas de segurança	120
C - Aspetos Construtivos	121
1 - Estrutura	121
2- Pavimentos térreos e lajes de pavimento	121
3- Alvenarias exteriores	121
4- Alvenarias interiores	121
5- Cobertura	122
6- Caixilharia exterior	122
6.1- Peitoris e soleiras	122
7- Caixilharia interior	122
8- Revestimentos exteriores	123

9- Revestimentos interiores	123
9.1 - Mapa de acabamentos para o equipamento principal	123
9.2 - Mapa de acabamentos para habitações independentes	128
10- Rede de Abastecimento de Água	128
11- Rede de Esgotos	128
12 - Louças sanitárias, bancadas de cozinha, copa e lavanderia	129
13 - Rede de gás	129
14 - Instalações telefónicas	129
15 - Instalações eléctricas	129
16 - Sistema de som e T.V.	129
17 - Climatização	130
18 - Segurança contra Incêndio	130
19 - Disposições finais	130
Referências Bibliográficas	131
Referências web	137
Outras referências	139
Anexos	141
Peças desenhadas da proposta de projeto	141

Lista de Esquemas

Esquema 1 - Conclusão final sobre as habitações de Trás-os-Montes e Alto Douro. Em Trás-os-Montes e Alto Douro, existe dois tipos peculiares de casas típicas Transmontanas	27
Esquema 2 - Os dois tipos de envelhecimento o seu significado	62
Esquema 3 - A correlação do "real" com "ideal" - Fatores de Influência	83
Esquema 4 - Consequências psicológicas	85
Esquema 5 - Teorias Sociológicas do envelhecimento	86
Esquema 6 - Dualidade entre Qualidade de Vida e Equilíbrio	91
Esquema 7 - Dualidade entre Qualidade de Vida e Equilíbrio	93
Esquema 8 - Palavras que levam à definição de arquitetura	98

Lista de Fotografias

Fotografia 1 - Vista aérea da vila de Montalegre	5
Fotografia 2 - Vista aérea da cidade de Chaves	5
Fotografia 3 - Vista geral da cidade de Bragança	5
Fotografia 4 - Serras circundantes de Alturas do Barroso	10
Fotografia 5 - Serra de Alturas do Barroso / os Cotos	10
Fotografia 6 e 6.1 - A neve na aldeia e serras de Alturas do Barroso	11
Fotografia 7, 7.1 e 7.2 - Habitações existentes em Alturas do Barroso	12
Fotografia 8 - Alturas do Barroso. Reencontro com Ana Dias (84) e João Pereira (88)	13
Fotografia 9, 9.1 e 9.2 - Vários pontos de vista da aldeia de Alturas do Barroso	31
Fotografia 10, 10.1 e 10.2 - O museu de Alturas do Barroso e as suas antiguidades	33
Fotografia 11 - Matança do porco em Alturas do Barroso	33
Fotografia 12 e 12.1 - O gado a pastar em terras de Alturas do Barroso	33
Fotografia 13 - Vista geral da Aldeia de Alturas do Barroso	36
Fotografia 14, 14.1 e 14.2 - Vários pontos simbólicos da aldeia de Alturas do Barroso	36
Fotografia 15, 15.1 e 15.2 - Casas em pedra de granito típicas de Alturas do Barroso	36
Fotografia 16 e 16.1 - Zonas montanhosas circundantes de Alturas do Barroso	37
Fotografia 17 e 17.1 - Os picos mais altos da serra de Alturas do Barroso, “os Cornos das Alturas”	37
Fotografia 18, 18.1 e 18.2 - Aglomerado habitacional perto da igreja e em pormenor um relógio de sol	38
Fotografia 19, 19.1 e 19.2 - Casas de Alturas do Barroso e um pormenor de uma varanda	38
Fotografia 20, 20.1 e 20.2 - O envelhecimento e a recuperação das habitações de Alturas do Barroso	44
Fotografia 21 - Vista geral da vila de Boticas	45
Fotografia 22 e 22.1 - Zona ribeirinha e o monumento do concelho de Boticas - Guerreiro Galaico	45

Fotografia 23 - Edifício da Câmara Municipal de Boticas	48
Fotografia 24 - Vista geral da vila de Boticas	48
Fotografia 25 - Rio Tâmega, ponte romana da cidade de Chaves	49
Fotografia 26 e 26.1 - A envolvente da zona ribeirinha da vila de Boticas	49
Fotografia 27, 27.1 e 27.2 - Vários ícones da vila de Boticas	50
Fotografia 28 - Hotel Art e Spa em Boticas	50
Fotografia 29 - A rua principal da vila de Boticas	50
Fotografia 30 e 30.1 - Ruas da vila de Boticas	51
Fotografia 31, 31.1 e 31.2 - Os traços notórios do envelhecimento	77
Fotografia 32 - Ana e João fotografados em Maio de 2008	78
Fotografia 33 - Alturas de Barroso - Palmira a fiar lã de ovelha	80
Fotografia 34 e 34.1 - Local da proposta e sua envolvente	105
Fotografia 35 - Maquete de estudo - Composição de coberturas	109
Fotografia 36 e 36.1 - Alguns pormenores em maquete	110
Fotografia 37 - Vista frontal do edifício principal em maquete	111

Lista de Gráficos

Gráfico 1 - População residente, população presente, famílias, núcleos familiares, alojamentos e edifícios	39
Gráfico 2 - População residente em 2001 e 2011, segundo os grupos etários e a sua evolução entre 2001 e 2011	39
Gráfico 3 - População residente em 2001 e 2011, segundo os grupos etários e a sua evolução entre 2001 e 2011	40
Gráfico 4 - População residente, população presente, famílias, núcleos familiares, alojamentos e edifícios	40
Gráfico 5 - População residente economicamente ativa (sentido restrito) e empregada, segundo o sexo e o ramo de atividade e taxas de atividade	41
Gráfico 6 - População residente e economicamente ativa (sentido restrito) e empregada, segundo o sexo e o ramo de atividade e taxas de atividade	42
Gráfico 7 - População residente e economicamente ativa (sentido restrito) e empregada, segundo o sexo e o ramo de atividade e taxas de atividade	42
Gráfico 8 - População residente em 2001 e 2011, segundo os grupos etários e a sua evolução entre 2001 e 2011	43
Gráfico 9 - Alojamentos familiares no Conselho e na aldeia de Alturas de Barroso	43
Gráfico 10 - Densidade populacional (Nº/Km ²) por local de residência; Anual	52
Gráfico 11 - Evolução da População Residente nos últimos 20 anos	53
Gráfico 12 - População residente do Concelho, segundo o género; População residente (N.º) por Local de residência, Género e Grupo etário; Anual	55
Gráfico 13 - Estimativas de População residente, por sexo e grandes grupos etários	56
Gráfico 14 - Índice de Envelhecimento (N.º) por local de residência Anual	57
Gráfico 15 - Evolução do número de Famílias do Concelho	58
Gráfico 16 - Indivíduos com 65 anos, seguindo uma situação de solidão	64
Gráfico 17 - Pensionistas da Segurança Social do concelho de Boticas	68

Lista de Ilustrações

Ilustração 1 - Planta de distribuição de funções de uma Casa transmontana de forma quadrangular	13
Ilustração 2 - Localização das quatro aldeias a abordar. Pitões das Júnias	14
Ilustração 3 - Explicação da localização do concelho em estudo	46
Ilustração 4 - Total de Idosos sem pensão por velhice	69
Ilustração 5 - Esquema dos cinco sentidos	79
Ilustração 6 - O indivíduo e o direito à habitação, adequada às suas necessidades	101
Ilustração 7 - As várias valências que o equipamento proposto está adaptado a receber	103
Ilustração 8 - Planta de Implantação: desenho esquemático de separação de funções e da envolvente.	106
Ilustração 9 - Estudo esquemático do movimento originado pela descentralização dos volumes.	107
Ilustração 10 - Desenho esquemático de desenvolvimento do conceito	108
Ilustração 11 - Sequência da formação da malha e volumetria da proposta	108
Ilustração 12 - Desenho esquemático de disposição de áreas	110
Ilustração 13 - Estudo esquemático da volumetria da proposta e organização da sua envolvente	112
Ilustração 14 - Explicação do percurso criativo	112
Ilustração 15 - Desenho esquemático da organização da zona dos alojamentos habitacionais e sua envolvente. Legenda: Barreira física e estacionamento	113
Ilustração 16 - Desenho esquemático da organização da zona interior do alojamento habitacional	114
Ilustração 17 - Fotomontagem local com a volumetria da proposta de projeto	141

Lista de Imagens

Imagem 1 - Altimetria e rios	6
Imagem 2 - Geologia, Terra Fria, Terra Quente	7
Imagem 3 - Culturas	8
Imagem 4 - Montes. Esquema da povoação	14
Imagem 5 - Montes. O “lugar”	15
Imagem 6 - Montes. A cumeeira de um telhado	15
Imagem 7 - Montes. Campeã. Vila Real. Planta da Casa do Sr. José	16
Imagem 8 - Rio de Onor. Esquema da povoação	17
Imagem 9 - Rio de Onor. Planta de uma casa	18
Imagem 10 - Rio de Onor. Corte de uma cozinha	18
Imagem 11 - Rio de Onor. Bragança. Uma rua	18
Imagem 12 - Rio de Onor. Vista geral	18
Imagem 13 - Rio de Onor. Bragança. Escadas	19
Imagem 14 - Rio de Onor. Bragança. Casa com varanda	19
Imagem 15 - Rio de Onor Bragança. Porta de varanda	19
Imagem 16 - Ifanes. Planta do mesmo pátio	20
Imagem 17 - Ifanes. “Vista” do teatro para o mesmo pátio	20
Imagem 18 - Ifanes. Miranda do Douro. Entrada para um pátio	20
Imagem 19 - Ifanes. Uma fachada com porta curral	21
Imagem 20 - Ifanes. Miranda do Douro. Pormenor de porta curral	21
Imagem 21 - Ifanes. Miranda do Douro. Porta curral	21
Imagem 22 - Ifanes. Esquema da povoação	22
Imagem 23 - Pitões das Júnias. Montalegre. Vista geral e um dos núcleos da povoação	22
Imagem 24 - Pitões das Júnias. Montalegre. Um dos núcleos da povoação	23
Imagem 25 - Pitões das Júnias. Montalegre. Ruas	23
Imagem 26 - Pitões das Júnias. “Latas”	24

Imagem 27 - Pitões das Júnias. Montalegre. Colmo novo acumulado sobre um telhado	24
Imagem 28 - Pitões das Júnias. Montalegre. Casas	25
Imagem 29 - Pitões das Júnias. Casas	25
Imagem 30 - Pitões das Júnias. Montalegre. Granito	25
Imagem 31 - Pitões das Júnias. Montalegre. Granito	25
Imagem 32 - Pitões das Júnias. Montalegre. O boi do povo com o seu tratador	26
Imagem 33 - Vista aérea da povoação de Alturas do Barroso - esquema da povoação	35
Imagem 34 - A cidade do envolvimento sensorial. Peter Bruegel, o Velho, Jogos de Crianças 1560	82
Imagem 35 - A cidade moderna da privação sensorial; A área comercial de Brasília 1968; Fotografia de Johami Pallasma	82
Imagem 36 - Vista aérea do terreno e sua envolvente	105

Lista de Tabelas

Tabela 1 - Tipo de Alojamento	28
Tabela 2 - Alojamentos Familiares de Residência Habitual, segundo a existência de infraestruturas	29
Tabela 2.1 - Remodelação dos alojamentos do Concelho de Boticas	29
Tabela 3 - Portugal, comparação dos dados do ano 2001 para o ano 2011	47
Tabela 4 - Concelho de Boticas, comparação dos dados do ano 2001 para o ano 2011	47
Tabela 5 - Dados referentes ao gráfico	53
Tabela 6 - População Residente ao nível de Freguesia e variação populacional	54
Tabela 7 - População residente entre 2001 e 2011, segundo os grupos etários e a sua evolução, entre 2001 e 2011	56
Tabela 10 - População Idosa do Concelho de Boticas	65
Tabela 11 - População Idosa do Concelho de Boticas	65
Tabela 12 - Caracterização do Serviço de Apoio Domicílio	71
Tabela 13 - Caracterização do Serviço de Apoio Domiciliário	72
Tabela 14 - Caracterização das Respostas Sociais de Reabilitação e Integração de Pessoas com deficiência	74
Tabela 15 - Valências Programáticas e Dados Numéricos	104
Tabela 16 - Articulação funcional do programa para o equipamento principal - Cave	114
Tabela 17 - Articulação funcional do programa para o equipamento principal - Rés-do-Chão	115
Tabela 18 - Articulação funcional do programa para o equipamento principal - 1º Piso	117
Tabela 19 - Articulação funcional do programa para os alojamentos habitacionais - Rés-do-Chão	120
Tabela 20 - Mapa de acabamentos para o equipamento principal - Cave	123
Tabela 21 - Mapa de acabamentos para o equipamento principal - Rés-do-Chão	123
Tabela 22 - Mapa de acabamentos para o equipamento principal - 1º Piso	126
Tabela 23 - Mapa de acabamentos para as habitações independentes - Rés-do-chão	128

Capítulo 1

Introdução

1.1- Relevância da temática

Este tema foi escolhido, em grande parte, pelo facto da autora ser oriunda de uma freguesia na qual a questão da desertificação e o envelhecimento da população da região assumem particular importância, o que por conseguinte requer uma atenção urgente na aplicação de medidas de protecção à população idosa.

As aldeias estão a ficar cada vez mais despovoadas devido à necessidade de emigrar para procurar trabalho no estrangeiro, ficando assim só população idosa.

O desinteresse com esta realidade é cada vez mais visível, os idosos estão cada vez mais sozinhos, fora do seu núcleo familiar, o que põe em causa a realização dos cuidados mínimos de higiene, de saúde e de alimentação.

Atesta-se a existência de um Centro de Dia, numa aldeia próxima à freguesia de intervenção, mas este não funciona de forma satisfatória, prestando apenas serviço ao domicílio, nos dias úteis.

Com esta proposta de projecto, para Centro de Dia e SAD, pretende-se assim contribuir para a criação de uma estrutura capaz de prestar os cuidados básicos de saúde e higiene aos idosos, entretenimento, bem como serviço ao domicílio, envolvendo todos os cuidados necessários e o seu transporte de ida e volta para o Centro de Dia.

Como efeito lateral, também considerado significativo, pode ainda promover postos de trabalho para a população jovem, bem como para população adulta/trabalhadora, o que contribui para a criação de condições que podem permitir que os mesmos se fixem na aldeia, possibilitando um incremento de capital de benefício para o desenvolvimento da aldeia e da região.

1.2- Objetivos

Talvez possamos destacar as problemáticas da desertificação do envelhecimento nos meios rurais como aqueles com que a sociedade menos se tem preocupado. Denota-se, assim, que as aldeias estão cada vez mais desabitadas, situação que origina, em forma crescente e alarmante, regiões do território interior do país cada vez mais isoladas, servindo constatação desta situação, por um lado, e o interesse pessoal pelos idosos, por outro, de motivação na elaboração de uma proposta que os venha apoiar nos campos psicológico, médico e logístico.

O objetivo desta dissertação/projeto será, portanto, elaborar uma proposta para de um Centro de Dia e SAD (Serviço de Apoio Domiciliário).

Esta proposta assentará num estudo que procurará incluir todas as classes sociais, a sua história e as necessidades sentidas, considerando os diversos fatores associados a esta problemática.

Como resultado, pretende-se desenvolver uma proposta de projeto arquitetónico que possa responder às condições e anseios que os idosos requerem, promovendo assim a criação de um equipamento que lhes garanta as condições mínimas e dignas, propondo espaços de saúde, higiene e alimentação, bem como de lazer e de atividades.

Neste contexto, vale apenas salientar que o serviço essencial de referência ao Centro de Dia será constituído por um conjunto de atividades, entre elas:

- Mobilização dos utentes;
- Acolhimento e escuta qualificada;
- Iniciativas de promoção de convívio e de organização da vida quotidiana;
- Desenvolvimento do convívio familiar, grupal e social;
- Promoção e apoio nos cuidados pessoais;
- Orientação sociofamiliar.

1.3- Metodologia

Em relação à metodologia do trabalho prevê-se que a primeira fase se centre na pesquisa de informação, de modo a constituir uma bibliografia que permita clarificar os princípios e os conceitos orientadores.

A segunda fase refere-se à análise e seleção de critérios de acordo com o que é pretendido.

A terceira fase diz respeito à elaboração da proposta de projeto propriamente dito, com base nos objetivos definidos anteriormente, de modo a apurar a coerência da proposta.

1.4- Estado da arte

De modo a clarificar os conceitos principais relacionados com esta dissertação, foram recolhidas e analisadas diferentes obras bibliográficas, as quais foram selecionadas consoante os temas abordados ao longo da mesma.

A propósito da caracterização da zona de intervenção - Trás-os-Montes e a região do Barroso

Tendo em vista o desenvolvimento desta dissertação e intervenção na aldeia da região de Barroso, localizada no interior da região de Trás-os-Montes, tornou-se necessária uma abordagem à sua caracterização. Com especial destaque na freguesia de Alturas do Barroso, concelho de Boticas, a consolidação de conhecimento relativamente à situação geográfica e ao processo evolutivo nos sistemas construtivos, relativamente à arquitetura tradicional portuguesa, no que diz respeito aos seus usos e costumes e os tradicionalismos a ela associado, obras como “Arquitetura Popular em Portugal” (Vários Autores, 1980) e “A casa é a questão fundacional da arquitetura” (Gorden, R. B.), tornaram-se uma das principais fontes para a elaboração da caracterização da região e do tipo de arquitetura tradicional que a individualiza.

A propósito da Demografia - População Idosa

Considerando a temática da proposta do projeto arquitetónico, o aprofundamento sobre a demografia, na elaboração da dissertação, torna-se um dos pontos fulcrais na perceção da evolução demográfica em Portugal, em especial na região de Trás-os-Montes no concelho de Boticas, a fim de entender as tendências evolutivas, as necessidades a elas associadas e as políticas de intervenção existentes na integração do Idoso no contexto social e económico.

Neste caso, os dados analisados em “Espaço Português, Geografia 10º Ano” (António, M; Fernando, Lopes, Francisco, L,2010) serviram de base de consolidação no que respeita à demografia e o seu processo evolutivo.

A propósito do Processo de Envelhecimento

Numa abordagem ao processo de envelhecimento, torna-se importante a clarificação de alguns conceitos fundamentais na interpretação da realidade do quotidiano da população idosa.

No sentido de entender estes fenómenos e integrar fundamentalmente a proposta de projeto arquitetónico, o conhecimento sobre o processo cognitivo e sensitivíssimo, o sentir da arquitetura, a qualidade de vida, o lugar, habitar e a habitação, adquirem um lugar de destaque na compreensão da perspetiva da população idosa.

Para tal, obras como “O Homem e a Casa: definição individual e social da qualidade da habitação” (Cabrita, Reis, 1995) contribuem para o entendimento sobre a definição dos conceitos acima referidos.

Capítulo 2

Trás-os-Montes, em particular Barroso: Situação geográfica, seus limites e suas características peculiares

“Panóias, 6 de Outubro de 1951 - Volto a este livro de pedras, onde o passado deixou gravadas as suas devoções. Estou nisto: coisas que falem, que respondam. Marcos, estrelas ou fragas com inscrições, mesmo delidas, onde a gente solete uma intenção, um protesto, um voto. O pasmo bovino da natureza movimentado, contrafeito, reduzido pela compreensão a palavras ou caracteres inteligíveis. Paisagem com voz, que dialogue.”

Miguel Torga, in “Diário VI”, Coimbra, 1953



Fotografia 1- Vista aérea da vila de Montalegre.

Autor: n.d. , n.d. *

Fotografia 2 - Vista aérea da cidade de Chaves.

Autor: Fernando Ribeiro, 24 de Agosto 2012. **

Fotografia 3- Vista geral da cidade de Bragança.

Autor: n.d. , n. d. ***

* Acedido a 15 de Junho de 2015 em <http://cimat.pt/territorio/montalegre>.

** Acedido a 15 de Junho de 2015 em <http://chaves.blogs.sapo.pt/830537.html>.

*** Acedido a 15 de Junho de 2015 em http://www.cm-braganca.pt/pages/426?image_gallery_detail_4_page=1&image_gallery_id=7

2.1- Situação geográfica, seus limites

A zona de Trás-os-Montes e Alto Douro é demarcada de “... Norte para o Sul, por uma linha quebrada, com origem na área despovoada do Gerês, e ligando Vieira do Minho, Mondim de Basto, Amarante e Sinfães. De Oeste para Leste, por uma linha reta que de Sinfães se alonga até Figueira de Castelo Rodrigo.”¹ (Vários autores, 1980)

Toda a Zona do Douro (Oeste-Leste) apresenta-se em total uniformidade com a natureza, não se verificando de igual forma na zona (Norte-Sul). Assim, verifica-se uma mudança acentuada na Zona de Entre Douro e Minho para Trás-os-Montes, surgindo, deste modo, a Região de Barroso mais a Norte.

A zona de Trás-os-Montes é considerada uma zona montanhosa, apontando-se as serras do Barroso e do Marão como as mais conhecidas. Nesta zona, o xisto e o granito marcam os vales, pelo que no Minho o granito adquire uma maior importância e uma maior afluência. Relativamente ao Douro, este é marcado pelos espelhos de xisto que se refletem através do sol.

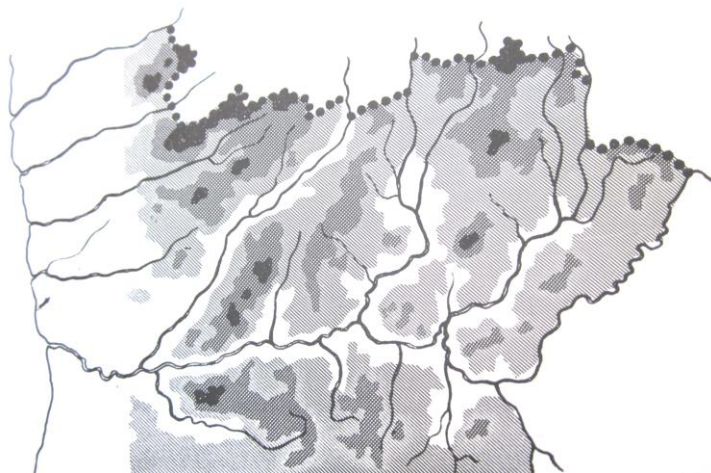


Imagem 1 - Altimetria e rios. *

*VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Oficina Neogravura, Lda, p. 116

¹ VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Oficina Neogravura, Lda p.115

No que respeita ao clima, registam-se, nesta zona, temperaturas muito elevadas ou muito baixas ao longo do ano, provocadas pelas grandes altitudes de serras e vales. A região apresenta duas zonas bem definidas e designadas de Terra Quente e Terra Fria.

“... O clima da zona, com grandes diferenciações térmicas, referenciadas às grandes altitudes ou às baixas dos vales dominantes. Nestes pólos se definem as duas primeiras grandes subdivisões regionais: Terra Fria e a Terra Quente.”² (Vários autores, 1980)

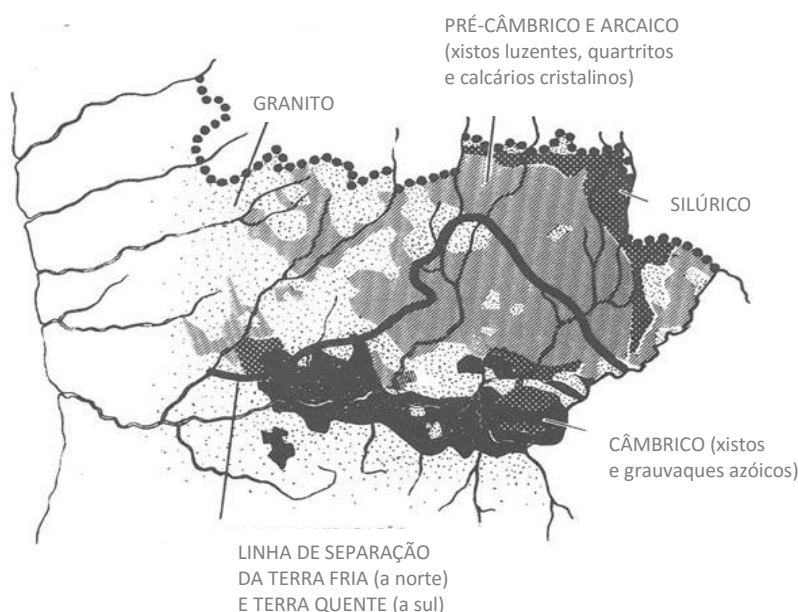


Imagem 2 - Geologia, Terra Fria e Terra Quente. *

Esta região é demarcada por três pontos cardeais fundamentais que vão originar a subdivisão e a diferenciação da região, dividindo-se em Norte, Sul e Oeste. A Norte, verifica-se a existência de uma zona montanhosa e de gado grosso, a Sul, verifica-se uma zona de árvores e arbustos; e de Oeste para Leste, é possível observar-se uma policultura de regadio e de sequeiro. A passagem de Oeste para a zona Norte, mais especificamente de montanha, provoca o encontro do regadio do Minho.

*VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 116

² VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 116

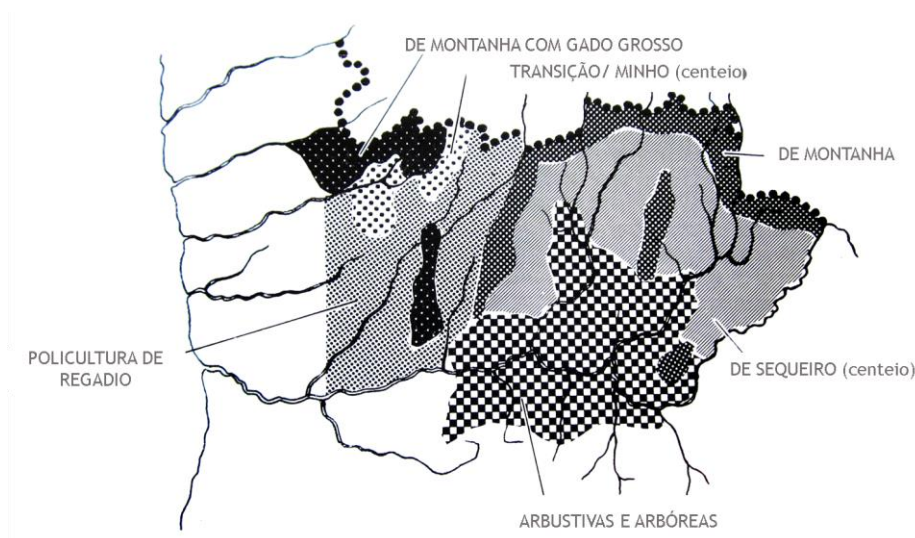


Imagem 3 - Culturas. *

2.2 - Trás-os-Montes e as suas características peculiares

A região de Trás-os-Montes é delimitada por diferentes “formas” que definem a arquitetura. O povo apresenta uma forma distinta de viver e sobreviver, consoante a terra, sendo perceptível a forma de proximidade e convivência dos habitantes de cada aldeia. Em determinadas aldeias existe coesão e união entre o povo e este ‘caminha na mesma direção’, no entanto, noutras terras o povo vive para si próprio. Neste seguimento, as aldeias foram-se constituindo de acordo com a proximidade dos habitantes.

Pode, então, concluir-se que existem distintos núcleos de povoamentos e as casinhas vão nascendo par a par, em volta dos percursos que foram feitos com o tempo e com a passagem do carro de bois. Importa frisar que no centro da povoação pode surgir um elemento mais característico, consoantes as zonas, uma igreja, capela, ou um forno para cozer o pão. Estas aldeias designam, deste modo, a zona de Trás-os-Montes. Destarte, é possível observar, nesta zona, situada entre vales e serras, pastores a comandar o seu rebanho e a deambularem pelos prados. Veem-se agrupamentos organizados de habitações, com características que a natureza mãe lhes foi impugnando, devido à própria geologia da região.

*VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 117

A maneira de viver desta população pode sofrer influências, de carácter social, religião, senhorial, da própria economia local ou até mesmo o facto de ser autossuficiente.

Assim, verifica-se que a arquitetura se vai transformando, consoante o desenvolvimento da população. Esta caracteriza-se mediante o tipo de região. Entende-se, que a mesma é influenciada pela forma de viver dos habitantes, do seu comportamento, pelo “tipo” de aglomerados de habitações, pelos materiais existentes na zona, pela altitude a que a mesma se encontra e até pelo clima.

2.3 - Barroso, situação geográfica, limites e suas características peculiares

Barroso é uma região nortenha, montanhosa, que ocupa o planalto situado a Noroeste do distrito de Vila Real. Os Concelhos de Montalegre, quase todo o de Boticas e uma pequena parte do de Chaves estão envolvidos por este território montanhoso do Barroso.

*“ Barroso é o nome de uma das primeiras serras do sistema Galaico-Duriense, e Barroso se chama vulgarmente à região que, entre Geres e o vale do Tâmega, confina a sul com as terras de Bastos.”*³ (Vários autores, 1980)

“Terras de Barroso”, região como era conhecida nos documentos medievais portugueses, confronta com a província espanhola da Galiza, a Oeste, com o Concelho minhoto de Terras de Bouro a Sul e Sudoeste, com terras de Vieira do Minho e de Cabeceiras de Basto, a Sueste. Confina, também, com o Rio Tâmega, até alturas da Serra de Pinho.

Esta região divide-se em duas partes: o Alto e o Baixo Barroso. As terras mais altas e frias integram o alto barroso e as mais baixas e férteis constituem o Baixo Barroso. Os habitantes deste território são conhecidos como Barrosões.

O escritor Miguel Torga talvez tenha sido aquele que mais humanizou as gentes transmontanas ao longo dos seus registos diarísticos, apelidando a zona como “Reino Maravilhoso”. Sobre as suas gentes, o escritor escreveu: *“ A paz destes Barrosões, sentados no combro de uma lameira a guardar a junta de bois! Parecem sonâmbulos a apascentar a eternidade.”* (Miguel Torga, in “Diário XI”, pag.56)

³ VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda p. 160

2.3.1 - Barroso e as suas serras

O vasto horizonte do planalto de Barroso é constituído pelas cinco serras que o caracterizam, tendo por nome: Larouco, Gerês, Cabreira, Alturas e Leiranco. A Serra do Larouco começa a erigir-se a Noroeste de Montalegre e atinge uma altitude de 1525 metros, na direção Sudoeste/Noroeste. O seu alongamento é notório e esta vai descendo para a fronteira em declive ameno, com uma extensão de aproximadamente 10 quilómetros. Esta serra é considerada um esplêndido miradouro, com vista panorâmica sobre Portugal e Espanha.



Fotografia 4 - Serras circundantes de Alturas do Barroso.

A imponente e majestosa Serra do Gerês ergue-se a Oeste do planalto. O seu lombo agreste, formado por inúmeros picos agudos e íngremes, com despenhadeiros e ravinas, estende-se desde Espanha ao Cávado, bem como até à província do Minho, com uma extensão sensivelmente de 30 quilómetros. Esta serra é uma das três serras mais altas de Portugal, apresentando 1.434 metros de altitude.

A sua característica predominante é a paisagem típica do Gerês. O seu relevo, com os seus numerosos cumes e despenhadeiros, com ravinas, desfiladeiros e abismos consideravelmente desmedidos, é inigualável. A zona do Gerês é rica em fontes e águas correntes e o seu índice de pluviosidade anual chega a atingir os 2.000 mm.

A Serra da Cabreira está situada a sudoeste do concelho de Montalegre, todavia, pertence ao município de Cabeceiras de Basto. Esta delimita a divisão entre Minho e Trás - os - Montes. Esta é uma das serras nortenhas com uma extensa zona florestal e atinge os 1262 metros de altitude, sendo a sua orientação predominante na direção Este / Oeste.

A Serra das Alturas situa-se a Oeste de Boticas e ocupa a parte Sul do Concelho de Montalegre. Esta é o ponto mais elevado da povoação das Alturas, a 1279 metros. Este aglomerado de montanhas e picos encontra-se disposto na direção Noroeste e Sudoeste ao longo de 8 km.



Fotografia 5 - Serra de Alturas do Barroso / os Cotos.

O Outeiro de Lesenho compõe um dos morros mais notáveis da serra, a 992 metros,

próximo da aldeia de Campos, que pertence à freguesia de Covas de Barroso. Este morro passou a um castro aquando da passagem dos Romanos pela zona, deixando para trás vários vestígios da sua civilização, ainda hoje visíveis e conservados.

A Serra do Leiranco é a mais pequena das cinco serras que constituem o Barroso e forma-se nas montanhas de Calvão e Castelões seguindo a direção Noroeste/ sudoeste e dividindo os rios Beça e Terva, conhecendo o seu término na margem direita do rio Tâmega.

A Este, situa-se o ponto mais alto da freguesia de Cervos, alcançando uma altitude de 1156 metros. Outrora, a Serra do Leiranco foi atravessada por uma via romana, perto da povoação de Arcos.

2.4 - O clima na região de Barroso

O clima de qualquer região encontra-se dependente de diversos fatores tais como a chuva, a temperatura, o vento, a nebulosidade, a humidade, a pressão atmosférica e a influência solar. Estes, por sua vez, são condicionados pela altitude, latitude, proximidade do mar e vegetação.

A região de Barroso situa-se entre 41° 35' e 41° 55' de latitude norte, oscilando entre os 700 e os 1000 metros de altitude. Em termos térmicos, a zona de Barroso apresenta a particularidade de ser uma região de temperaturas extremas: descidas térmicas bastante acentuadas no inverno, contrastando com temperaturas relativamente altas no verão. De forma geral, o clima barrosão pode ser classificado como frio, agreste a irregular.



Fotografia 6 e 6.1 - A neve na aldeia e serras de Alturas do Barroso.

A chuva é um dos fatores mais relevantes do clima. A região do Barroso é comumente conhecida pelos seus dias chuvosos, mas também pelas nevadas que cobrem as suas serras, revestindo-as de uma beleza rara.

Um dos elementos mais influentes do clima é o vento. Em Barroso, como geralmente acontece em todo o noroeste ibérico, a intensidade, velocidade e orientação do vento são

muito irregulares e variáveis. Nesta região, os ventos são excessivamente quentes no Verão e frios no Inverno.

Por se situar na chamada Ibéria Húmida e também devido à sua elevada altitude, o planalto barrosão possui um bom índice de pluviosidade. A título de exemplo, o concelho de Montalegre apresenta cerca de cem dias de chuva por ano e é uma das boas zonas de condensação, derivado à média anual de pluviosidade. Aqui, a média anual de pluviosidade é de 1100 mm.

A região de Barroso é abundante em nascentes de água e é considerada uma das zonas continentais metropolitanas mais beneficiadas pelas chuvas. Apontam-se como os rios predominantes desta região o Rio Cávado, o Rio Rabagão, o Rio Beça, o Rio Terva e o Riacho da Assureira.

2.5 - As “Casas” do concelho transmontano

“Compreender a casa nos diferentes lugares e tempos, pensada por pessoas diferentes; mas sobretudo vivida por pessoas sempre diferentes. Pessoas que darão inevitável continuidade aos lugares que construímos.”⁴ (Gorden, R.)

A zona de Barroso é, atualmente, distinguida por ser a zona do colmo. As suas habitações, muralhadas em granito e coberturas em palha, possibilitam a diferenciação desta zona de Trás-os-Montes. Ulteriormente, as paisagens tão características desta região transmontana deixam de apresentar a singularidade da cobertura das habitações em colmo, uma vez que a chegada da telha deu origem à modificação da imagem tinha destas típicas aldeias de montanha da zona transmontana.



Fotografia 7, 7.1 e 7.2 - Habitações existentes em Alturas do Barroso.

* Acedido a 21 de Agosto 2015, em http://www.anterodealda.com/osdiastodosiguais/index_31_40.html

⁴ GORDEN, R. B. - A casa é a questão fundacional da arquitetura (entrevista a). Arq.a. vol.86/87, p. 63

Uma casa, para um habitante transmontano, é um local de refúgio, principalmente das intempéries, permitindo também alojar o resto da família.

*“Por “casa” entende-se um espaço fechado onde o frio e a chuva se imiscuem com maior ou menor dificuldade, mas que é, afinal o último reduto da vida do indivíduo.”*⁵ (Vários autores, 1980)

Após se ter abordado a construção da típica casa transmontana, é possível deduzir que esta é muito peculiar. A habitação de um ser transmontano, na grande maioria dos casos, era apenas um compartimento, onde se repartia o espaço, com a finalidade de se adequar às diversas funções de importância para o habitante. Este compartimento pode ser visualizado como um retângulo dividido ao meio onde eram utilizados os dois quadrados resultantes.

Num dos cantos, acendia-se o lume, onde se aproveitava o calor da lenha para algumas funções como cozinhar, aquecer-se e secar roupas, principalmente em tempos de grandes chuvas. No noutro canto, a família repousava e dormia, que normalmente era numerosa. Este espaço era visto com grande admiração, uma vez que foi construído pelo próprio habitante, com grande esforço e apreço. Apesar de não ter grandes condições, era um lugar único, subdividido visualmente e até com o próprio mobiliário, consoante as necessidades dos moradores.

“...Estes espaços, que circunscrevem a vida em resguardo, apresentam valores tão válidos como os das nossas casas, ou ainda mais, somente com a diferença de que, a par dum aspeto de penúria extrema, existe uma sobrevalorização proveniente do ar pessoal com que as coisas aparecem feitas, pousadas e utilizadas. Devassar uma intimidade destas tem muito mais de íntimo porque em tudo perdura o ar do seu dono. Em meia dúzia de



Fotografia 8 - Alturas do Barroso. Reencontro com Ana Dias (84) e João Pereira (88).

Autor: Antero de Alda. 24 de Maio 2008. *

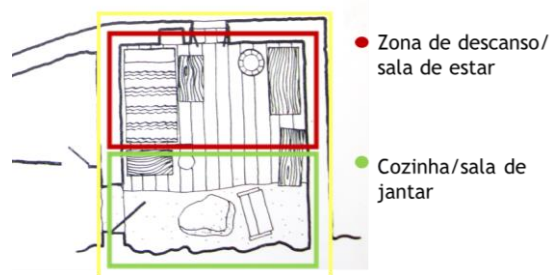


Ilustração 1 - Planta de distribuição de funções de uma casa transmontana de forma quadrangular.

⁵ VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Oficina Neogravura, Lda, p. 124

pormenores sem importância, saltam-nos aos olhos todas as funções, hábitos, maneiras dos ocupantes. Pode existir uma única peça, o que é o caso geral. Mas, mesmo assim, com carácter unicelular do autenticamente amebiano, destringem-se os aspetos e as funções à moda de vacúolos,..."⁶ (Vários autores, 1980).

2.5.1 Abordagem a quatro aldeias típicas de Trás-os-Montes e Alto Douro

Estas aldeias encontram-se na zona Norte de Portugal Continental e são aldeias ligadas à zona fronteiriça. Hoje em dia, ainda se mantêm várias características de tradição e costumes.

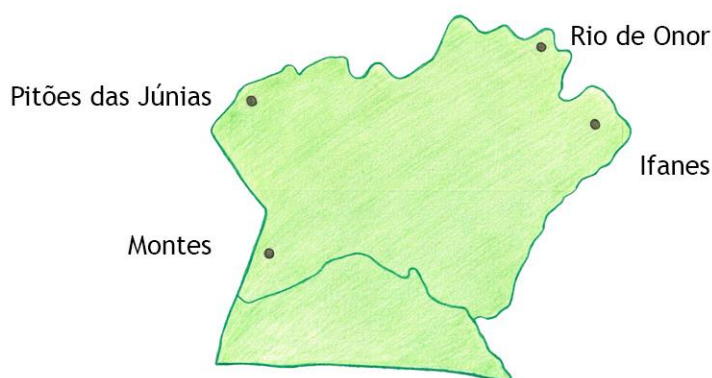


Ilustração 2 - Localização das quatro aldeias a abordar.

1º - Aldeia de Montes

A aldeia de Montes é uma povoação rodeada, em toda a sua área, por enormes montes e vales, levando a que esteja escondida entre os mesmos, sendo difícil de se encontrar. Sabe-se que existiram 28 fogos, todos eles habitados. Nos dias de hoje grande parte destes fogos encontram-se recuperados e ainda habitados não deixando de existir construções novas. Esta é uma aldeia pequena, recheada de características apelativas para os habitantes.



Imagem 4 - Montes. Esquema da povoação. *

* VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). "Arquitetura Popular em Portugal": Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 122 e p. 123

⁶ VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). "Arquitetura Popular em Portugal": Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 124

Aqui, o homem, enquanto ser rural, não se encontrava nos montes, pois estes eram demasiado grandes para se poder verem os pastores e seus rebanhos. Há algumas décadas atrás, a população vivia nesta aldeia, com aquilo que a própria lhe podia oferecer.

Não obstante, entende-se que a população era modesta, vivendo da pastorícia e da agricultura. Sendo esta uma zona em que a neve cai todos os anos e durante muito tempo, chegando mesmo a cobrir toda a povoação, a população tem por intenção refugiar-se nas suas casas.

“ O que se não vê é o que marca essa sucessão de dias de vinte e quatro horas aparentemente uniformes - um ano agrícola pior, uma doença, a morte dum animal ou duma pessoa mais chegados, a carta que se esconde timidamente entre a roupa e que, por vezes, atravessou milhares de quilómetros até chegar ao seu destino. O resto pode ser o fumo, o musgo, o encortiçado de muitos anos que dão o tom às coisas, mas que não passam duma epiderme tosca a encobrir corações iguais aos nossos.”⁷ (Vários autores, 1980).

Ainda assim, estes habitantes viviam numa zona muito complicada e eram postos à prova diariamente. Importa frisar que os habitantes se conseguiam entreajudar, comportando-se como um núcleo familiar e vivendo de forma modesta.



Imagem 5 - Montes. O “ lugar”. *

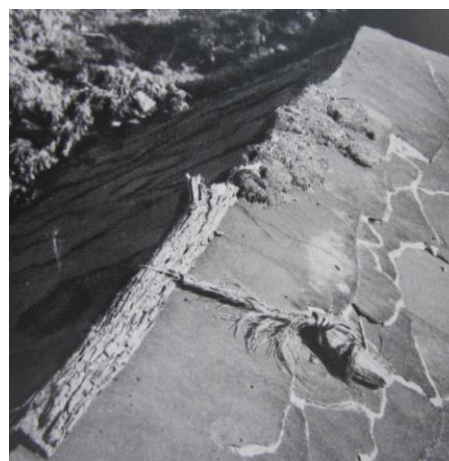


Imagem 6 - Montes. A cumeeira de um telhado. **

⁷ VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 124

* e ** VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 130 e p. 127

As casas desta aldeia apresentavam características particulares da zona do Marão. A sua edificação era composta por muros em xisto, cobertura em lajetas de lousa e soalho em madeira no chão, tendo a preocupação de um bom acabamento junto à lareira.

Estas encontravam-se em linha recortada, acompanhando os caminhos que se iam formando à medida que iam passando os pastos e os seus rebanhos. Em geral, estas habitações eram constituídas por apenas um volume com um ou dois pisos, de forma retangular ou irregular consoante o aproveitamento do terreno. O seu interior era visivelmente dividido em duas zonas primordiais.

O espaço não tinha uma forma correta de organização na medida em que esta população não apresentava preocupações com a disposição interior, mas sim com o modo como o se podia viver na habitação. Contudo, o mais usual era de um lado ficar a zona de dormir/repouso e do outro, ficar a cozinha/zona de estar.

Junto à habitação, existiam os anexos, onde se arrumavam os utensílios da agricultura. Estas habitações possuíam pouca iluminação natural, com apenas duas ou três janelas de pequena dimensão, sendo que estas eram quase buracos na parede uma vez que faltavam alguns cascalhos de xisto ao muro do edifício. Desta forma, a habitação não era provida de boa iluminação natural.

De acrescentar ainda a existência de um outro tipo de habitação. Estas foram aparecendo consoante os caminhos que se iam criando. Assim iam surgindo, de acordo com a ocupação e com a união das mesmas, habitações, em que o pátio servia de elemento de ligação para os dois volumes. Cada volume tinha a sua função, um servia de zona de repouso/ zona de dormir, já o outro servia de zona de estar/cozinhar/convívio.

Esta é uma habitação, ao rés-do-chão, onde se pode verificar a acoplação de volumes ou simplesmente, a desistência dos mesmos, por não serem mais úteis ao habitante. Estes podem servir de arrumos de matérias do campo, bem como de dormitório dos animais. Assim, a forma desta habitação é um particular, pois surge com a acoplação de vários volumes, e o resultado final é consequente dessa mesma união, em volta do caminho já existente.



Imagem 7 - Montes. Campeã. Vila Real.
*Planta da casa do Sr. José. ***

* VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). "Arquitetura Popular em Portugal": Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 130 e p. 127

*“Também com muitos poucos passos se medem as “casas”: Por casa, entende-se um espaço fechado onde o frio e a chuva se imiscuem com maior dificuldade, mas que é, afinal, o último reduto da vida do indivíduo.”*⁸ (Vários autores, 1980).

2º - Aldeia de Rio de Onor

Aborda-se, agora, uma aldeia perto da fronteira com Espanha, situada no Norte Bragança, mais precisamente a cerca de 26 km, sendo esta uma região com uma vasta planície. A aldeia em questão tem por nome Rio de Onor e desenvolve-se nas duas margens do rio, num vale bastante afável. É um lugar onde abundam terras de cultivo de centeio, divididas por inúmeras parcelas, que se repartem pelas famílias da aldeia, para o cultivo das mesmas. Deste modo, podem encontrar-se grandes medas, num campo perto da igreja, marcando o trabalho anual de toda a população. Também se encontram algumas vinhas que percorrem a encosta.



Imagem 8 - Rio de Onor. *Esquema da povoação.* *

Nesta aldeia a organização territorial é mais desenvolvida, em comparação com a aldeia anteriormente abordada. Nos dias de hoje, esta aldeia permanece ainda como aldeia comunitária, denotando-se uma partilha e entreaajuda de todos os habitantes. Atualmente, tal princípio ainda persiste quando decorre a partilha dos fornos comunitários e a partilha de terrenos agrícolas comunitários, onde toda a população deve prestar serviço, partilhar um rebanho, sendo este alimentado dos terrenos comunitários.

O rio, os caminhos, os campos e os montes são a principal preocupação para a construção das habitações em sua comunhão. Por isso tenta-se que estes quatro elementos ajudem na organização de uma boa distribuição de habitações. As casas foram-se edificando em fila, preenchendo os dois lados do rio e, para um lado e para o outro, foi-se desenvolvendo a malha urbana, sempre com preocupação dos caminhos e percursos já existentes, bem como os montes.

Nesta povoação, as casas apresentam formas retangulares, mas também existem habitações com formas irregulares. Estas são constituídas por um ou dois pisos, um deles o

* VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 136

⁸ VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 124

térreo, normalmente conseguido através do aproveitamento do declive do terreno, apelidado por loja, onde se situa o gado, os cereais e outros produtos da terra. O outro piso, geralmente, encontra-se ao nível de uma rua, sendo a zona de habitação da família.

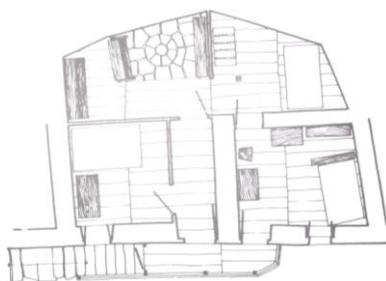


Imagem 9 - Rio de Onor.
*Planta duma casa. **

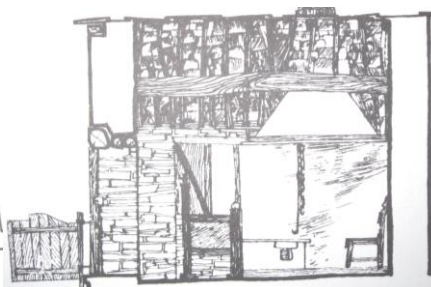


Imagem 10 - Rio de Onor. *Corte de uma cozinha. ***



Imagem 11 - Rio de Onor.
*Bragança. Uma rua. ****

A sua construção é executada em paredes em xisto, cobertura em placas de lousa, onde sobressaem as chaminés, todas elas diferentes e com um toque decorativo. A laje de divisória entre o rés-do-chão e o primeiro piso é em soalho de madeira. Existe pouca iluminação natural, devido aos poucos e pequenos rasgos que se encontram nas paredes.

Estas habitações não apresentam alterações significativas no que concerne a diferenciação de funções, em comparação com a aldeia referida anteriormente. Podendo até afirmar-se que são bastante similares. O importante para o habitante é que a família esteja recolhida nas noites de inverno e se possa servir dos vários serviços que precisa, tornando-se um lugar íntimo.



Imagem 12 - Rio de Onor. *Vista geral. *****

* e ** e *** e **** VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Oficina Neogravura, Lda, p. 140, p.141 e p.137

As casas desta terra possuem determinados elementos que não se encontram na aldeia de Montes. A rua é demasiado estreita em termos visuais quando nos deparamos com certas particularidades que sobressaem das habitações. É possível obter-se escadas, varandas, permitindo uma maior ligação entre o interior e o exterior da habitação.

*“Se a casa é um mundo, a varanda é um pequeno mundo dentro desse mundo. Sobrevém uma pacificação imensa ao furtarmo-nos do ambiente excessivamente “vivo” dessas ruas ”*⁹ (Vários autores, 1980)

As escadas surgem como elemento relevante e existem em diversas formas como por exemplo formas direitas, simples, sinuosas, ou geminadas, podendo até estar ligadas à varanda. Assim, as varandas e as escadas servem para zona de abrigo da porta principal, como de zona de estar mas também servem de embelezamentos com as flores colhidas no campo. Há a possibilidade de transportar algumas características da família que ali habita, para a rua. As varas entrançadas com palha, protegiam as varandas lateralmente, servindo de guardas laterais, para proteger do frio no inverno e do sol no verão, mas principalmente para os habitantes se sentirem seguros



Imagem 13 - Rio de Onor. **Imagem 14** - Rio de Onor. **Imagem 15** - Rio de Onor. Bragança. *Escadas.* * Bragança. *Casa com varanda.* ** Bragança. *Porta de varanda.* ***

3º - Aldeia de Ifanes

Ifanes é uma aldeia mirandesa, situada a 11 km de Miranda do Douro. É uma zona de grandes paisagens, que surgem de espaços com pouco relevo. Aqui a planície envolve toda a região, no entanto, proporciona uma vasta zona de cultivo. É visível a separação dos terrenos

⁹ VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 140

* e ** e *** VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 136

de cada proprietário dado que este desempenha o papel de uma muralha em volta da sua terra.

Estas paisagens revelam tons muito peculiares, apresentando uma tonalidade de granito envelhecido. Estes pequenos muros são visíveis na imensidão da planície que envolve a aldeia, permitindo uma maior e visível organização espacial. As habitações desta povoação têm características diferentes, comparativamente com a aldeia abordada previamente.

Os elementos principais e característicos desta aldeia são a cobertura em telha, a construção das paredes em pedra (granito), a madeira para os soalhos, a proteção de vãos e por último o pátio coberto. Normalmente são habitações compostas por um ou dois pisos, com poucas aberturas para o exterior, logo, possuem pouca iluminação natural.

Atualmente, a aldeia ainda está ativa, as habitações foram recuperadas e o aglomerado foi desenvolvido com novas construções. Contudo, a população em questão apresenta-se um pouco mais individualista devido ao aconchego que encontram nas suas casas e principalmente nos seus pátios, não pretendendo procurar convivência na rua. Estes pátios podem ter uma particularidade que os da aldeia mencionada anteriormente não detém, na medida em que podem ser ou não cobertos ou semicobertos.

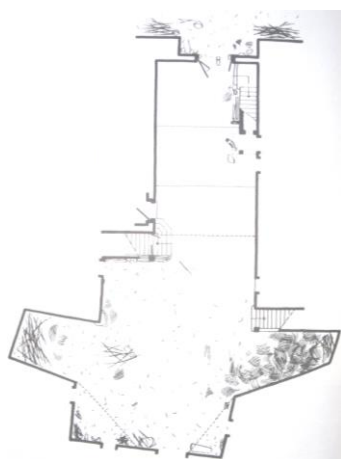


Imagem 16 - Ifanes. *Planta do mesmo pátio.* *



Imagem 17 - Ifanes. *Vista do “teatro” para o mesmo pátio.* **



Imagem 18 - Ifanes. *Miranda do Douro. Entrada para um*

Nem todos os pátios exibem a mesma dimensão. Estes são designados de zonas que se vão formando consoante a apropriação do habitante. Posto isto, o curral e o teatro têm dimensões diferentes de acordo com o pátio em questão. Estes servem de arrumos, onde se podem encontrar diversas coisas, tais como utensílios agrícolas, os carros bois e até as pias para o gado beber antes de entrarem para a corte.

* e ** e *** VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 138, p. 139 e p. 140

“Da mesma forma que em Miranda se come marmelada de Famalicão e queijo tipo flamengo, também o pátio - ou curral - vai perdendo características primitivas: agora começando a dar apenas para as arrecadações, cortes, etc... erguendo-se a habitação ao lado com as suas entradas independentes. Desta forma se vai perdendo toda uma complexa ordenação de espaços *representada pelo curral, geralmente subdividido na zona coberta, em contacto direto com o acesso da rua, em que a altura do largo alpendre era partilhada com o meio piso do teatro (estrado elevado, tosco, onde se recolhem as forragens descarregadas diretamente dos carros dos bois); e o espaço descoberto, maior ou menor, por vezes dominando mesmo, onde a palha, no chão térreo ou empedrado, se transforma em estrume, macerada nas escorrências e detritos da casa agrícola, engrossados pela água das chuvas.*”¹⁰ (Vários autores, 1980)

Um aspeto ainda importante destes pátios são as suas portas de acesso. A entrada dos pátios é designada por porta carral e é alta, larga e apresenta duas folhas distintas. Uma folha é toda ela completa, a outra, a meio, tem uma porta com altura e largura adequada a uma pessoa. A sua função é permitir a entrada ou saída do pátio por esta porta, sem ser necessário abrir a porta de grandes dimensões. Por conseguinte, a porta maior é aberta para que o gado possa sair, ou para os utensílios da agricultura, entre outras coisas. Esta porta é tão colossal que não existe nenhum outro elemento no edifício com a sua proporção.

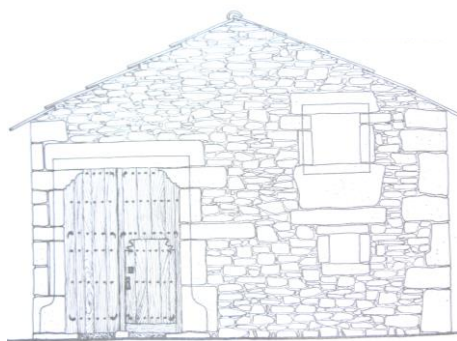


Imagem 19 - Ifanes. *Uma fachada com porta carral.* *

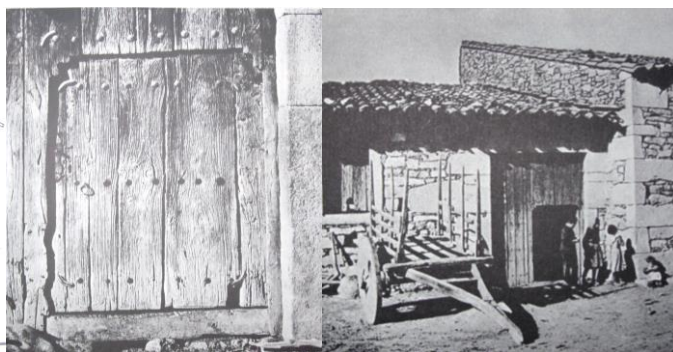


Imagem 20 - Ifanes.

Miranda do Douro.

Pormenor de porta carral.

**

Imagem 21 - Ifanes. Miranda do Douro. *Porta carral.* ***

¹⁰ VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 150

* e ** e *** VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 152, p. 153 e p. 152

“... É mais um símbolo dum vão que se fecha, do que uma abertura para maior contacto com o exterior. Isso talvez provenha do facto de as suas duas folhas avultarem como empanadas de grossos tubarões, pregueados de grandes cravos de ferro e a que não falta mesmo a porta estreita e baixa que, inserida na folha mais larga, introduz uma referência direta ao verdadeiro tamanho das pessoas.” (Vários autores, 1980)

Esta aldeia apresenta uma malha urbana constituída por pequenas habitações, que se vão reunindo em grupos. Não obstante, os caminhos e os largos também detêm a sua força na organização. Ifanes é uma povoação bastante organizada no que diz respeito ao seu planeamento urbano, é cheia de robustez e amplitude e é visível espacialmente.

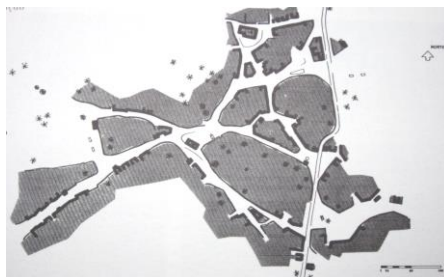


Imagem 22 - Ifanes. *Esquema da povoação.* *

4º - Aldeia de Pitões das Júnias

Por último, versa-se sobre uma aldeia típica de Barroso, que tem por seu nome Pitões das Júnias, encontrando-se situada num planalto. Supõe-se que esta aldeia terá a maior cota altimétrica. Nesta serra, fazem-se notar diversas cores, que emergem das várias manchas de vegetação, chegando a misturarem-se com o horizonte, não sendo possível a sua distinção.

“ Os recortes da paisagem ganham quase feição tão familiar como as casas, e nem se chega a saber bem se os montes foram feitos pelos homens, ou se o homem foi feito para a montanha.” ¹¹ (Vários autores, 1980).



Imagem 23 - Pitões das Júnias. Montalegre. *Vista geral e um dos núcleos da povoação.* **

¹¹ VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 169

*e ** VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 168 e p. 168

Esta povoação tem uma malha urbana relativamente complexa, e tem uma particularidade, que até agora não foi mencionada nas aldeias anteriores, uma vez que era inexistente. Esta característica atravessa pequenos grupos de habitações, que vão surgindo quase como “bairros” e se vão construindo em volta de um elemento importante para a povoação, como por exemplo, a igreja, a capela, ou até mesmo o forno comunitário. Destarte, emergem caminhos, ruelas e ruas. Os caminhos constituem o trajeto que os animais fazem até chegarem ao monte. As ruelas funcionam como elemento de ligação entre as habitações, sendo o trajeto mais perto.



Imagem 24 - Pitões das Júnias. Montalegre. *Um dos núcleos de uma povoação.* *

As ruas foram-se desenvolvendo, com os recortes das próprias casas e os seus beirados vão formando a largura da própria rua. Porém, são vias mais livres e mais destacadas, muitas das vezes pelas próprias fachadas das habitações. Importa ainda acrescentar que estas levam à entrada ou saída da aldeia, ou até mesmo a riachos ou ribeiros.

“Em verdade, a escala da aldeia é dada pela escala da rua ou, mais especificamente, pela escala resultante do volume que se sente construído e do espaço residual aberto, por onde escorrem os passos dos homens.” ¹² (Vários autores, 1980)



Imagem 25 - Pitões das Júnias. Montalegre. *Ruas.* **

¹² VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Oficina Neogravura, Lda, p. 169

*e ** VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Oficina Neogravura, Lda, p. 169 e p. 175

As habitações da aldeia de Pitões são como que volumes que vão surgindo em volta de um elemento estrutural importante para a população, logo não tem uma planta propriamente definida. A habitação mais frequente é a irregular, não descartando a possibilidade de existirem algumas casas de forma retangular. A construção destas moradias de Barroso tem como características principais as paredes em pedra (granito), tendo como cobertura o colmo.

O colmo vai desvanecendo aos poucos, com o surgimento da telha, mesmo com a preocupação de sustentabilidade e eficácia do material em questão.

A cobertura tradicional em colmo sugere várias questões: uma delas é como o amarrar uma vez que nesta aldeia os ventos e a neve são relativamente fortes. A técnica é *“as fortes armações de paus entrecruzadas - as “latas” - que, de onde em onde, os grampos amarram às beiradas.”*¹³ (Vários autores, 1980)

Estes são edifícios de um ou dois pisos, com escadas e varandas, em que se pode verificar que a utilização do granito é mais trabalhada nas varandas de determinadas habitações. A madeira localiza-se no tabuado (primeira laje da habitação) ou nas proteções das varandas. Estes, por vezes, procedem de um pátio coberto ou semicoberto, que serve de entrada para a habitação, bem como para as cortes do gado e de arrumos dos utensílios da agricultura.



Imagem 26 - Pitões das Júnias. *“Latas”*.
**



Imagem 27 - Pitões das Júnias. Montalegre. *Colmo novo acumulado sobre um telhado.***

¹³ VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 175

*e** VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 174 e p. 170

As suas fachadas são semelhantes às das aldeias abordadas anteriormente. O aspeto que merece mais destaque é a porta para o pátio, porta carral, aparecendo uma ou outra abertura com dimensões um pouco reduzidas, provocando, assim, uma minuciosa entrada de luz natural. As varandas e escadas exteriores ao pátio não passam despercebidas, devido às suas características de embelezamento, pela pedra granítica trabalhada (cachorro) (suporte da laje da varanda) e ligação interior/exterior da habitação.



Imagem 28 - Pitões das Júnias. Montalegre. Casas.*



Imagem 29 - Pitões das Júnias. Casas. ** **Imagem 30** - Pitões das Júnias. Montalegre. Granito.*** **Imagem 31** - Pitões das Júnias. Granito. ****

Esta era uma população individualista, no entanto, sempre que necessário, sabia agir em grupo.

Em Barroso, mais propriamente em Pitões, cultivava-se centeio e tratava-se do gado para próprio consumo. O gado desta região era composto pelas cabras, as ovelhas, as vacas e os bois, que também serviam para animar a população, com a participação nas grandes e tradicionais chegadas de bois. Importa aqui acentuar que subsequentemente surgiu o cultivo da batata.

*e** e *** e **** VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 174 e p. 170

Este povo não usava os animais para ajudar no trabalho de campo, mas sim para a sua própria subsistência. São inúmeros os animais que se veem espalhados pelo monte e a sua imensidão é tamanha que chegam a tornar-se característica desse mesmo local.

Para além dos elementos típicos de Barroso mencionados anteriormente, podemos ainda fazer referência aos calvários, aos espigueiros e aos fornos, que também eram parte integrante destas aldeias transmontanas.

Os calvários, elementos destacados nas montanhas das aldeias de Barroso, eram considerados elementos decorativos que posteriormente passariam a ser uma característica dos montes de Barroso.

Os espigueiros e os fornos vieram reforçar o individualismo deste povo, pois “... o facto de o milho desempenhar papel económico primacial, o tratamento dos materiais acusa como que uma importância quase simbólica.” (Vários autores, 1980)

O forno da aldeia era posto à disponibilidade da população. De uma “*construção dominante, incluindo a cobertura, era a de grandes lajes de granito; sem o que ele teria de ser retirado do interior das povoações para um local excêntrico, mas ermo, onde os riscos de incêndio pesassem menos na já dominante preocupação destas gentes.*”¹⁴ (Vários autores, 1980)

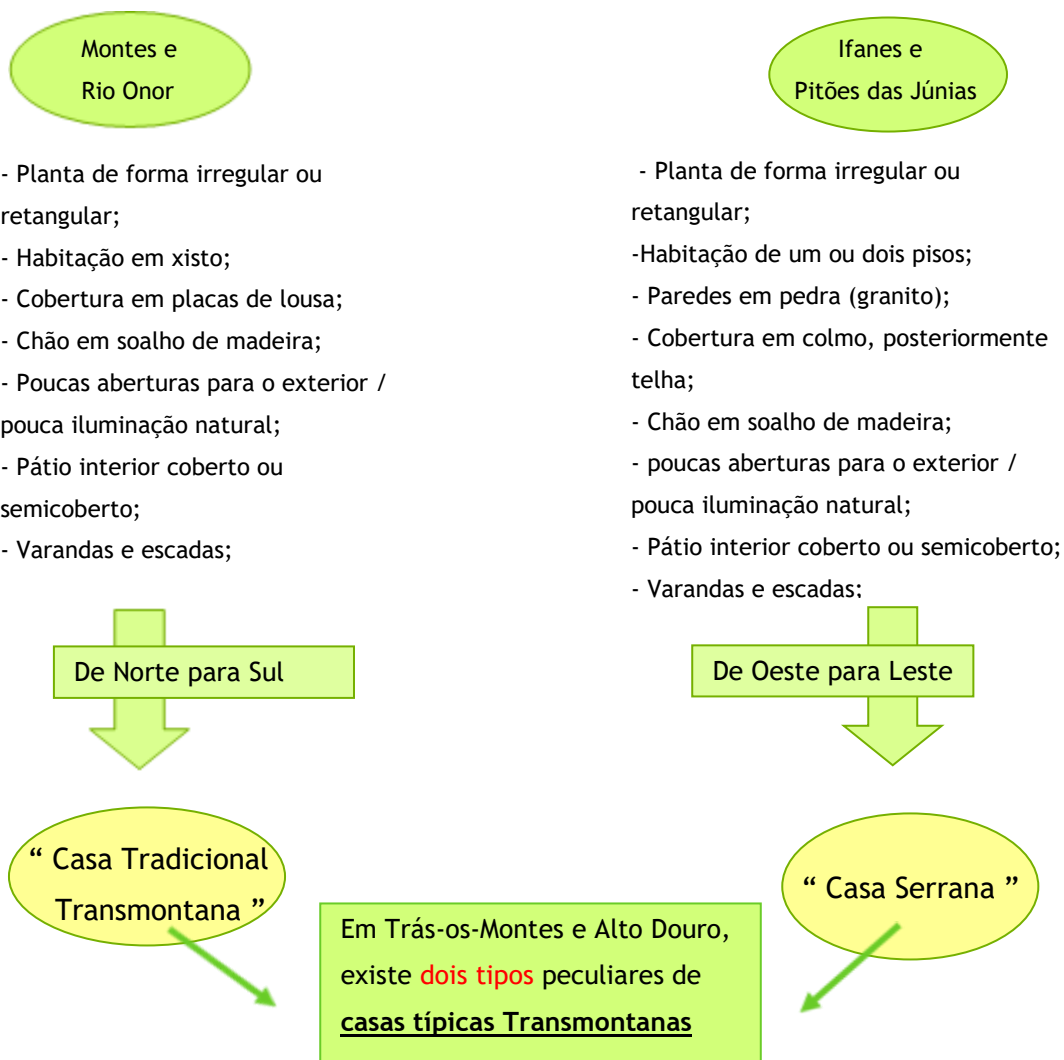
Na época atual, observa-se uma aldeia ativa, com algumas destas particularidades presentes, com as habitações recuperadas e em funcionamento, apesar da malha urbana se ter expandido com construções novas.



Imagem 32 - Pitões das Júnias. Montalegre. O boi do povo com o seu tratador. ****

¹⁴ VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 165

Após a abordagem destas quatro aldeias de Trás-os-Montes e Alto Douro, apresentam-se as seguintes conclusões:



Esquema 1 - Conclusão final sobre as habitações de Trás-os-Montes e Alto Douro.

“O sistema estrutural pode ser entendido como um casco [...] sobre o qual o significado arquitetónico se inscreve pelo detalhe e expressão do material.”¹⁵ (Trigueiros, Luiz, p.70) Ainda hoje, no concelho de Boticas, bem como nas aldeias do mesmo e no resto da região, podemos ver exemplos destas tradicionais casas em pedra, apesar do seu estado de conservação. Tem-se vindo a verificar ao longo do tempo, a título de exemplo, em Alturas do Barroso, que muitas destas habitações estão em ruína, completamente ao abandono e sem qualquer preocupação por parte dos proprietários, que as receberam de herança familiar.

¹⁵ TRIGUEIROS, Luiz - Álvaro Siza: 1954-1976. p.70.

Assim sendo, nos últimos anos, veio-se a constatar que algumas destas casas têm sido alvo de recuperação, surgindo a preocupação por parte do proprietário e da Câmara Municipal de Boticas, que incidem na recuperação e conservação do aspeto exterior, permitindo, a nível visual, a transmissão de uma harmonia, um bem-estar e, principalmente, um equilíbrio arquitetónico já que estas aldeias apresentam uma forma específica de organização territorial.

Regra geral, a decisão de recuperação destes edifícios advém das pessoas que nasceram e cresceram na povoação, que tomaram posse por herança, mas que no momento se encontram ou então pessoas que pretendem fugir à rotina e compram com a intenção de ter um lugar tranquilo para passar férias. Posto isto, estas tentam preservar o que ainda existe ou existiu um dia, de forma a dar vida e recriar o aspeto das típicas aldeias de Trás-os-Montes.

2.5.2 - As características e as condições das habitações deste Concelho

É um facto que existem dois tipos de “residência”. A tabela 8 que se apresenta a seguir indica os tipos e percentagens dos mesmos no concelho de Boticas.

Tabela 1 - Tipo de Alojamento.

Formas de ocupação	Famílias	
	Total	Percentagem
Clássico	4.631	-
Não clássico	0	-
Residência Principal ou Primária	2.289	49 %
Residência Secundária	2.170	47 %
Vago	172	4 %
Total	4.631	-

Fonte: Instituto de Nacional de Estatística, Censos 2011.

A residência habitual/própria destaca-se com 49%, a residência secundária apresenta uma percentagem de 47%, valor bastante considerável e, com apenas 4%, encontram-se os alojamentos que estão vazios. A residência habitual designa-se também por própria e é onde se põe em prática a vida civil. O nome de residência secundária é atribuído a hotéis, pensões, e a todos os tipos de imóveis que estejam para arrendamento.

Relativamente às condições de habitabilidade, é fundamental compreender que qualquer alojamento, para que possa ser habitável, terá de possuir as mínimas condições. O alojamento deve apresentar infraestruturas básicas, como água canalizada, esgotos e casa de banho com banho e duche. Porém, esta condição nem sempre se verifica, uma vez que no

meio rural ainda existem carências como falta de água canalizada ou luz. Atualmente ainda existem pessoas, na maioria idosos, que não estão providos de condições básicas de habitabilidade. Tal situação poderá ter como explicação o facto de ser uma população desprotegida, isolada, com baixa ou nenhuma escolaridade.

A tabela 9 corrobora os resultados da realidade acima indicada. A percentagem da população com água canalizada e sistema de drenagem é de 98,5%, e a população que possui casa de banho com banho ou duche com instalação representa 94,5%.

Tabela 2 - Alojamentos Familiares de Residência Habitual, segundo a existência de infraestruturas.

Água		Sistema de Drenagem e águas residuais		Instalação de banho ou duche		Total
Com água canalizada	Sem água canalizada	Com sistema de drenagem	Sem sistema de drenagem	Com instalação	Sem instalação	
2.256	33	2.256	33	2.165	124	2.289

Fonte: Instituto de Nacional de Estatística, Censos 2011.

Conforme a análise do Observatório Social do Concelho de Boticas (2010), verificou-se a presença de habitações danificadas e com débeis condições de habitabilidade.

Este panorama está diretamente relacionado com o envelhecimento da população das aldeias do concelho. Estas aldeias são marcantes pela sua ruralidade natural, havendo a necessidade urgente de intervir, requalificar e recuperar. A maioria das famílias/proprietários não tem condições financeiras para investir na melhoria da sua habitação o que dificulta a intervenção e recuperação do património.

Tabela 2.1 - Remodelação dos alojamentos do Concelho de Boticas.

	Nº de alojamentos
Não necessita de remodelação	1.769
Necessita de remodelação	344

Fonte: Inquéritos - Observatório Social do Concelho de Boticas, 2010.

Perante a tabela 10, constata-se que num total de 2.113 habitações, existem 344 que necessitam de pequenas remodelações. No âmbito do que foi exposto anteriormente, a Câmara Municipal de Boticas recebe várias famílias que recorrem à Divisão de Ação Social e

Educação, procurando apoio para remodelação da habitação.

Para este efeito, existe o “Regulamento de Apoio à Conservação de Habitações Degradadas de Pessoas Carenciadas do Município de Boticas”, que tem como função avaliar as condições em se encontra a habitação e quais os apoios necessários para melhorar as condições de habitação da família carenciada. Os beneficiários deste tipo de apoio são as famílias com carências económicas. Este departamento do município oferece uma pequena ajuda, como por exemplo, o material de construção para a cobertura, que, infelizmente, não é suficiente para que seja alcançada a totalidade de uma recuperação.

Capítulo 3

A aldeia de Alturas do Barroso

“Alturas do Barroso, 27 de Junho de 1956 - Entro nestas aldeias sagradas a tremer de vergonha. Não por mim, que venho cheio de boas intenções, mas por uma civilização de má-fé que nem ao menos lhe dá a simples proteção de as respeitar.”

Miguel Torga, in “Diário VIII”, pág. 42



Fotografia 9, 9.1 e 9.2 - Vários pontos de vista da aldeia de Alturas do Barroso.

3.1 - Os habitantes de Barroso na Pré-História

Desde a época Pré-histórica que o homem ocupa a Região de Barroso, no entanto, pouco se sabe acerca destes homens primitivos que habitavam estas terras e vales. No decorrer dos períodos leptólítico e mesolítico, estes homens deixaram poucos vestígios, o que dificulta a compreensão concreta de como habitavam e sobreviviam, bem como a sua cultura, os seus hábitos, o tipo de atividades, como por exemplo, caça e pesca.

O apelido Barrosão existe desde a Idade da Pedra, segundo os registos, e as provas que existem destes primitivos subsistem há quatro ou cinco mil anos. Ainda hoje encontramos diversos dólmenes/antas, espalhados pelas povoações da região. As poucas evidências que provam a residência deste povo enraizado às suas terras, mostram uma cultura neolítica minimamente desenvolvida.

Para além deste povo ter uma forte ligação às terras onde habitava, também tinha fortes laços com os seus antepassados, nomeadamente com as tradições religiosas que eram cumpridas escrupulosamente, prezando os seus defuntos.

3.1.1 - Vestígios Megalíticos em Barroso

Segundo a definição atribuída pelo dicionário, Megalítico significa “*feito ou formado por grandes pedras.*”¹⁶ (Dicionário da Língua Portuguesa, 2015)

Dólmen é definido como pedra de anta, que significa pilastra angular ou pedra faceada posta no ângulo da parede de um edifício. Como é possível constatar pelas definições, Megalítico é algo feito ou formado por grandes pedras e Dólmen, designa pedras faceadas, mesa de pedra por ser plana, postas num ângulo definido, ou seja pilares em pedra colocados propositadamente num determinado ângulo.

O período de civilização pré-histórico, também conhecido por cultura megalítica, ou dolménica, é descrito como sendo um período em que os túmulos construídos em pedra eram considerados verdadeiros monumentos da época, chegando mesmo a caracterizá-la. Estes túmulos eram distinguidos por megálitos ou dólmenes e, cronologicamente, situavam-se nos finais do Neolítico. Os Dólmenes que juntamente com megalíticos originam túmulos pré-históricos. Por exemplo, um dólmen simples possuía uma entrada lateral para a câmara interior, tendo uma função religiosa e funerária.

¹⁶ Megalítico in Dicionário da Língua Portuguesa com Acordo Ortográfico [em linha]. Porto: Porto Editora, 2003-2015. [consult. 2015-07-25 14:30:45]. Disponível na Internet: <http://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/megalitico>

Pela sua saliência do solo, o dólmen também era designado de mamoa. Era também conhecido, entre este povo, como anta, antela, orca, ou mesmo casa de Mouros. Segundo Barreiros (1919), os dólmenes desta época situavam-se mais na zona centro e norte do planalto de Barroso. Este mesmo autor procedeu ao levantamento e enumeração dos diversos dólmenes e antas existentes na região. É notória a existência de dólmenes em outras regiões do país, dado o conjunto de evidências encontradas, o que vem a comprovar a sua existência.



Fotografia 10, 10.1 e 10.2 - O museu de Alturas do Barroso e as suas antiguidades.

O homem primitivo de barroso tinha como principais atividades a caça, a pastorícia e a agricultura. Para a prática destas atividades, careciam de utensílios e ferramentas de uso doméstico, como pontas de lança, instrumentos garfiformes, placas, cilindros, machados entre outros, cuja matéria-prima eram a pedra, a madeira, o bronze e o osso.



Fotografia 11 - Matança **Fotografia 12 e 12.1** - O gado a pastar em terras de Alturas do Barroso do porco em Alturas do Barroso.

Além destas atividades de caráter de sobrevivência, o homem primitivo dedicou-se também às artes, como se pode verificar pelas pinturas e gravuras rupestres existentes, ainda hoje presentes nos dólmenes do Sales em Tourém.

3.2 - A chegada da Era Metalúrgica

Com a chegada da era dos metais, ocorrem duas descobertas de extrema importância que revolucionaram o modo de vida do homem: o metal e a roda. A roda transformou a indústria de transportes, tendo consequências diretas no desenvolvimento da agricultura. Por sua vez, a roda permitiu o aperfeiçoamento da metalúrgica, ainda que rudimentar, ao serviço da guerra e da agricultura, permitindo o aparecimento de novas indústrias e, conseqüentemente, de novas profissões, metalúrgicos e guerreiros. Na zona foram encontrados vestígios de machados, pontas de lança e um instrumento com a forma de garfo referentes a esta época. Tanto a arquitetura religiosa como a pintura também sofreram transformações nesta época.

3.3 - A passagem dos Mouros por Barroso

Em 710, os Mouros derrotaram os cristãos e entram na Península Ibérica, tomando posse desse território onde permaneceram cerca de sete anos.

Seis anos mais tarde, em 716, os Mouros invadem a Região de Barroso e, durante a ocupação, os habitantes de Barroso submeteram-se ao domínio dos invasores, sendo obrigados a pagar impostos muito elevados.

3.4 - Reconquista cristã de Barroso

A disputa territorial entre cristãos e muçulmanos durou cerca de 300 anos. Em 753, o rei Afonso I de Oviedo organizou uma expedição contra os mouros, conquistando-lhes o Norte do Douro. Assim, a reconquista da zona do Barroso data desta altura.

A permanência dos mouros nesta região deixou marcas, nomeadamente no que respeita a nomes e tradições que ainda hoje persistem. As eiras e os terrenos são, ainda hoje, denominados de eira dos mouros e terra dos Mouros. Existem duas povoações, cujo nome deriva do domínio árabe, que comprova esta relação. Estas são Mourilhe, e pensa-se que signifique Terra de Mouros, e Sarraquinhos, que se pensa que derive de terra sarracena

(Mouros). Da passagem muçulmana pela região, ficaram muitas lendas sobre mouras encantadas e castelos com tesouros escondidos.

3.5 - A formação do condado Portucalense

A reconquista cristã foi longa e demorada, porém, foi ganhando cada vez mais terreno. A localização geográfica privilegiada do Barroso poderá ter tido um papel fundamental nas inúmeras investidas contra os mouros. Uma vez que a ameaça árabe era constante, o rei de Leão dividiu o seu território em condados, atribuindo-os a nobres de confiança, descentralizando, assim, o poder administrativo e militar.

Deste modo nasce, em 1095, o Condado Portucalense, confiado ao conde D. Henrique, e que, posteriormente, virá a ser chamado PORTUGAL. Muito pouco se sabe acerca da região de Barroso nesta época. Contudo, a sua localização geográfica privilegiada permite-nos destacar o papel relevante que desempenhou em termos de defesa militar, como comprovam os castros e castelos espalhados pela região.

3.6 - Alturas do Barroso atualmente

Uma das maiores freguesias é a de Alturas do Barroso e Cerdedo. Tem 32,68 km² de área, uma densidade de 12,2 hab/km² e 399 habitantes (segundo os censos de 2011). Importa salientar que esta aldeia é, talvez, em Barroso e em todo o Norte de Portugal, a aldeia que se encontra a maior altit0ude (1150 metros).

Alturas, aldeia de Barroso, apresenta-se com uma planta organizada. As habitações estão organizadas em função das atividades agrícolas e surgem aglomeradas.



Imagem 33 - Vista aérea da povoação de Alturas do Barroso - esquema da povoação.

Fonte: Google maps.



Fotografia 13 - Vista geral da Aldeia de Alturas do Barroso.

Alturas do Barroso é uma aldeia típica, onde se denota que, ao longo dos séculos, o desenvolvimento foi substituindo o colmo pela telha tipo Marselha, a pedra de granito pelo tijolo e o cimento armado. Os materiais como o colmo e a pedra de granito são próprios para se contraporem às temperaturas geladas do inverno. Os materiais como a telha, o tijolo e o cimento armado permitem uma construção mais rápida.



Fotografia 14, 14.1 e 14.2 - Vários pontos simbólicos da aldeia de Alturas do Barroso.



Fotografia 15, 15.1 e 15.2 - Casas em pedra de granito típicas de Alturas do Barroso.

Sant'Anna Dionísio, no Guia de Portugal (1969 e 1970), descreveu a zona como *“uma massa compacta de terras altas, de topografia complicada, um aglomerado confuso de picos e serras, separados por altas depressões de planaltos, tal é o aspeto do Alto Barroso, a região mais elevada de Trás-os-Montes, a mais recuada e inacessível.”*



Fotografia 16 e 16.1 - Zonas montanhosas circundantes de Alturas do Barroso.

A freguesia de Boticas situa-se a 20 km da sede do concelho e encontra-se a 1100 metros de altitude, no extremo ocidental da serra do Barroso. Esta freguesia é caracterizada por paisagens de montanha e vales ricos em vegetação (os chamados lameiros do Barroso). Sendo uma zona rural, os seus habitantes vivem essencialmente da agricultura e da criação de animais e procuram manter vivas as tradições e costumes que constituíram, durante muitos anos, a seu modo de vida. Em termos arquitetónicos, é evidente uma arquitetura típica visível nas casas de granito cobertas com telhados de colmo e nas ruas lajeadas.



Fotografia 17 e 17.1 - Os picos mais alto da serra de Alturas do Barroso, " os Cornos das Alturas".

Nesta freguesia, durante a 2ª Guerra Mundial (1939- 1945) foram exploradas minas de volfrâmio, que nos dias de hoje ainda existem, embora se encontrem desativadas. Esta aldeia

é uma ótima atração turística para quem é curioso, uma vez que nos presenteia com paisagens maravilhosas, famosos castros, edifícios emblemáticos, como a igreja de St^a Ana, o Museu e os usos e costumes que não caíram em desuso.



Fotografia 18, 18.1 e 18.2 - Aglomerado habitacional perto da igreja e em pormenor um relógio de sol.

A aldeia cresceu e desenvolveu-se em volta da Igreja, que está localizada no centro da aldeia, servindo ocasionalmente, como ponto de referência.

As habitações dos nossos antepassados foram crescendo em seu redor, na medida em que estes acreditavam que a Igreja lhes transmitia defesa e, assim, foi determinado o lugar de cada família, dando origem ao aglomerado aldeão. Sem ter sofrido grandes alterações a nível de planta de implantação, esta aldeia é considerada uma aldeia tipicamente barrosã.

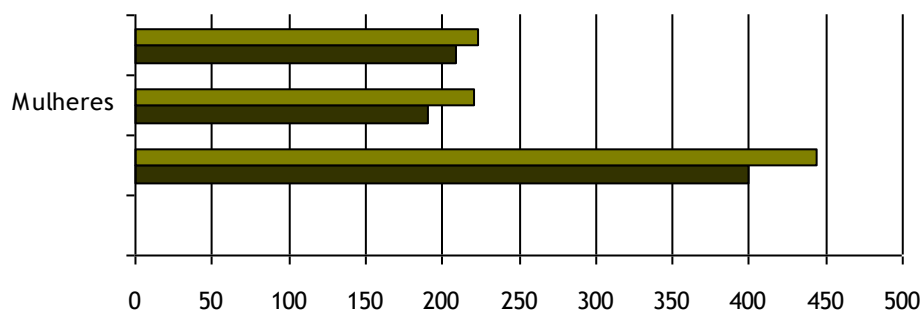
Atualmente, o aglomerado habitacional tem vindo a desenvolver-se com novas habitações, no entanto, são muitas as que se apresentam já recuperadas.



Fotografia 19, 19.1 e 19.2 - Casas de Alturas do Barroso e um pormenor de uma varanda.

3.6.1 - Demografia da aldeia de Alturas do Barroso

Em termos demográficos, na última década, Alturas do Barroso sofreu uma diminuição da população residente.

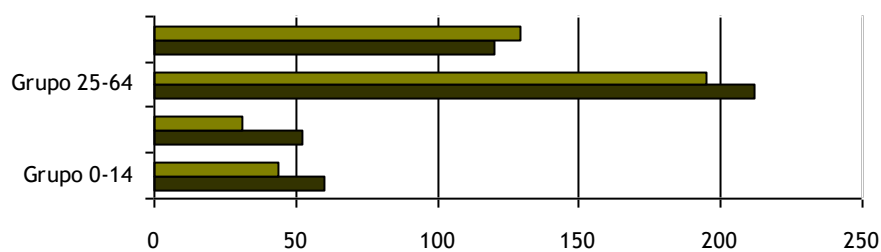


	Tota: Homens e Mulheres	Mulheres	Homens
Ano 2001	444	221	223
Ano 2011	399	190	209

Gráfico 1 - População residente, população presente, famílias, núcleos familiares, alojamentos e edifícios.

Fonte: Censos 2011.

Em 2001, o total de população desta aldeia era de 444 habitantes, enquanto em 2011 se verificou uma descida para 399. No que respeita ao género, quer o grupo dos homens quer o das mulheres apresenta também uma descida da população durante este período.



	Grupo 0-14	Grupo 15-24	Grupo 25-64	Grupo 65 e mais
Ano 2011	44	31	195	129
Ano 2001	60	52	212	120

Gráfico 2 - População residente em 2001 e 2011, segundo os grupos etários e a sua evolução entre 2001 e 2011.

Fonte: Censos 2011.

Em relação aos grupos etários, também é possível observar uma descida da população entre os anos 2001 e 2011. Os grupos que em 2011 apresentavam uma variação significativa são os grupos que vão dos 0 aos 14 anos, dos 15 aos 24, dos 25 aos 64. Contrariamente, o grupo da população idosa, entre os 65 e mais anos, apresenta um aumento da população.

Deste modo, na aldeia de Alturas do Barroso verifica-se uma descida da população nos grupos etários mais jovens e uma subida no grupo etário de idosos.

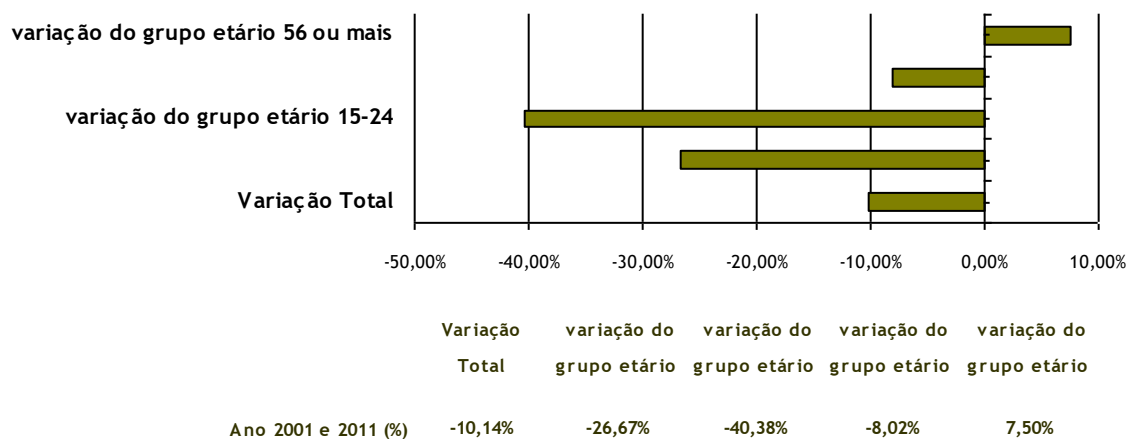


Gráfico 3 - População residente em 2001 e 2011, segundo os grupos etários e a sua evolução entre 2001 e 2011.

Fonte: Censos 2001.

O gráfico 3 mostra-nos a variação da população residente, segundo os censos de 2011.

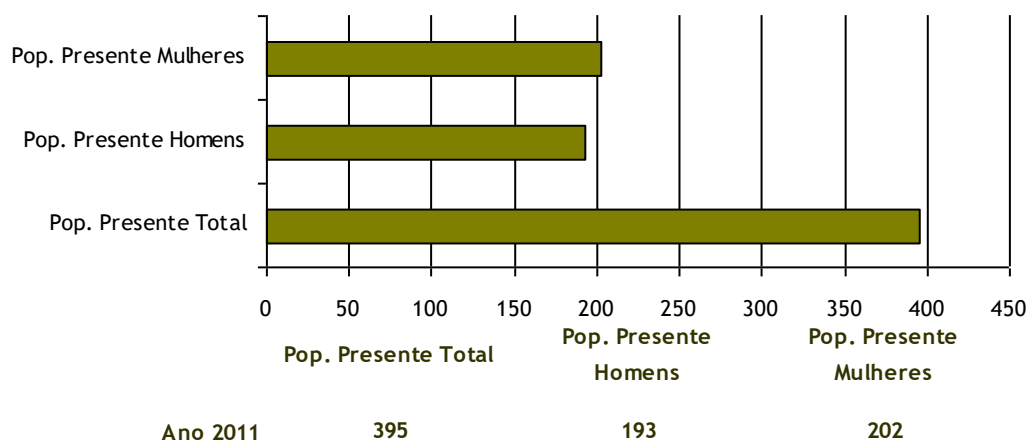


Gráfico 4 - População residente, população presente, famílias, núcleos familiares, alojamentos e edifícios.

Fonte: Censos 2011.

Pode afirmar-se que a evolução da população residente nesta aldeia é bastante notória. No grupo dos 0 aos 64 e regista-se um aumento significativo, um aumento da população idosa.

Como consta do gráfico 4, a aldeia de Alturas do Barroso apresenta um total de 395 habitantes, entre os quais 193 são homens e 202 são mulheres.

O gráfico 5, mostra que a coluna (A), que se refere à população economicamente ativa, apresenta um valor total de 113 pessoas, 73 das quais são homens, coluna (B) e 40 são mulheres, coluna (C).

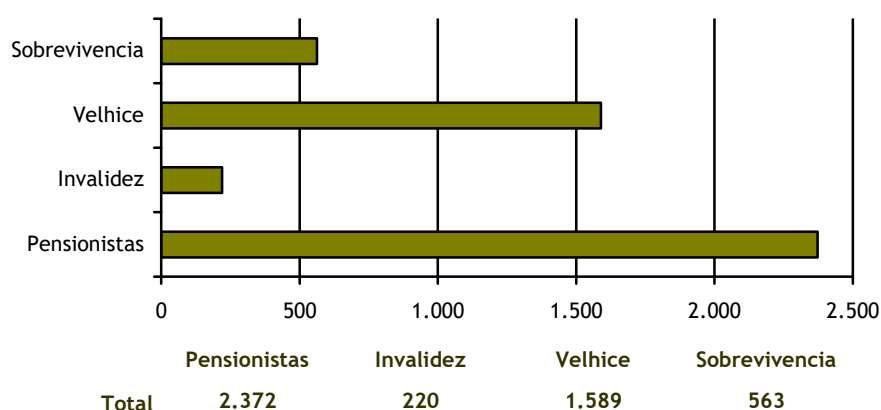


Gráfico 5 - População residente economicamente ativa (sentido restrito) e empregada, segundo o sexo e o ramo de atividade e taxas de atividade.

Fonte: Censos 2011.

O total da população economicamente ativa e empregada, demonstrado na coluna (A) é de 111 indivíduos, sendo que (Pop. Economicamente ativa) empregada Homens, coluna (B), apresenta 73 homens e a (Pop. Economicamente ativa) empregada Mulheres, coluna (C), apresenta 38 mulheres.

Segundo a análise do gráfico V, em anexo, o total da população economicamente ativa empregada, coluna (A), compreende 73 pessoas. A população economicamente ativa, empregada no setor primário, coluna (B), é de 54 pessoas e a ativa empregada no setor secundário, coluna (C), perfaz um total de 19 pessoas.

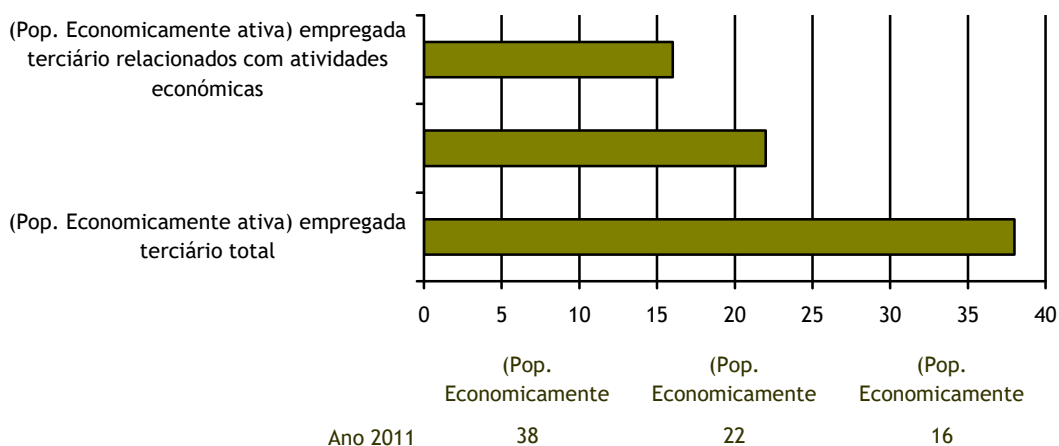


Gráfico 6 - População residente e economicamente ativa (sentido restrito) e empregada, segundo o sexo e o ramo de atividade e taxas de atividade.

Fonte: Censos 2011.

O gráfico 6 indica 38 pessoas que constituem o grupo da população economicamente ativa empregada no setor terciário e que se divide em dois grupos: o grupo da população economicamente ativa, empregada no setor terciário, de natureza social, que compreende 22 pessoas e o grupo da população economicamente ativa, empregada, no setor terciário, relacionado com atividades económicas, com 16 pessoas

No que respeita a taxa de atividade, a aldeia apresenta uma maior percentagem de mulheres, que se destacam com 32,89 (%), sendo esta representada na coluna (C). Esta percentagem consegue ser superior à percentagem total, 32,26 (%), taxa de atividade de ambos os géneros, coluna (A). Assim sendo, a percentagem que se encontra com taxa de atividade mais baixa diz respeito aos homens, coluna (B), com apenas 31,65 (%).

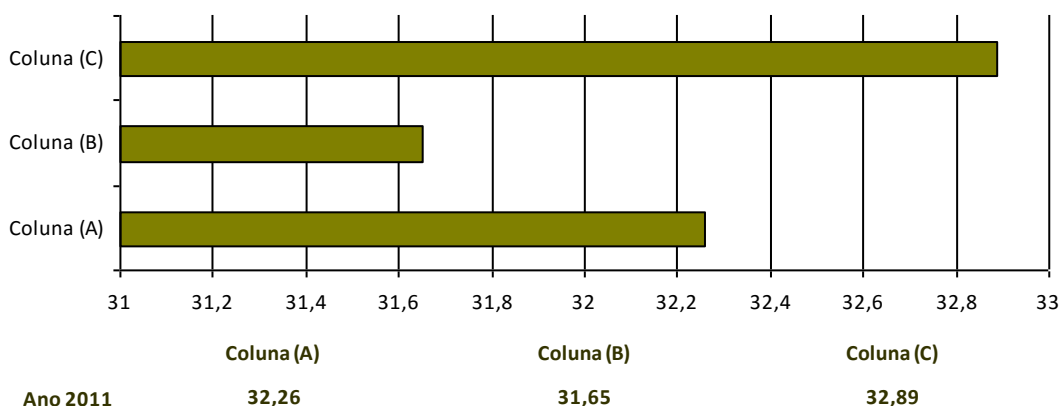


Gráfico 7 - População residente economicamente ativa (sentido restrito) e empregada, segundo o sexo e o ramo de atividade e taxas de atividade.

Fonte: Censos 2011.

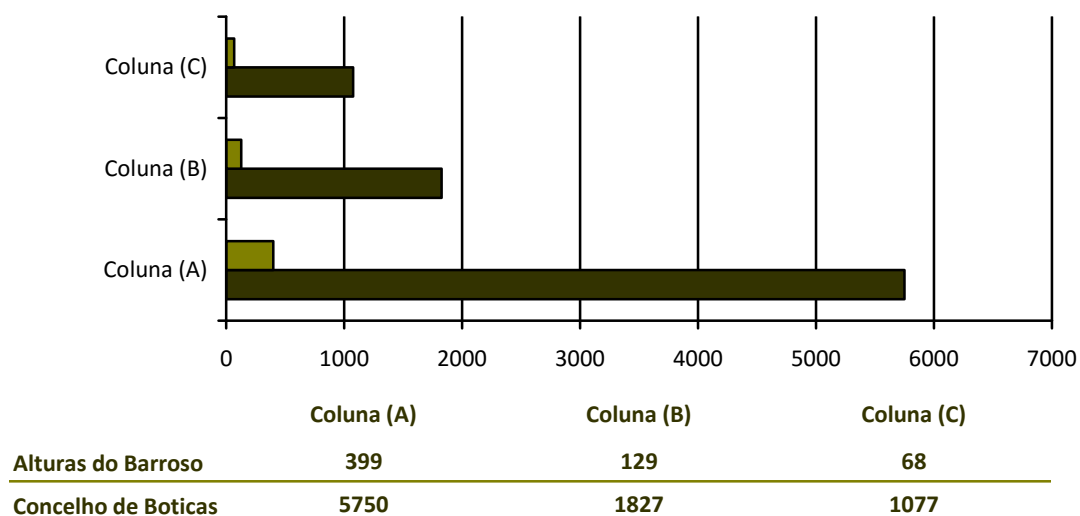


Gráfico 8 - População residente em 2001 e 2011, segundo os grupos etários e a sua evolução entre 2001 e 2011.

Fonte: Censos 2011.

A população residente do concelho com 65 ou mais anos, coluna (B), perfaz um total de 1827, das quais 129 pertencem à aldeia de Alturas do Barroso. O total de indivíduos no concelho com 65 ou mais anos, vivendo sós ou com outros do mesmo grupo, coluna (C), é de 1077, 68 dos quais vivem na Aldeia de Alturas. Verifica-se um valor significativo de idosos em Alturas do Barroso, comparativamente com a população total residente, uma vez que 197 são idosos num total de 399 habitantes, ou seja, quase metade da população desta aldeia é idosa.

O gráfico 9 apresenta a população residente do concelho, coluna (A), de 5750 pessoas residentes, sendo que 399 residem em Alturas do Barroso.

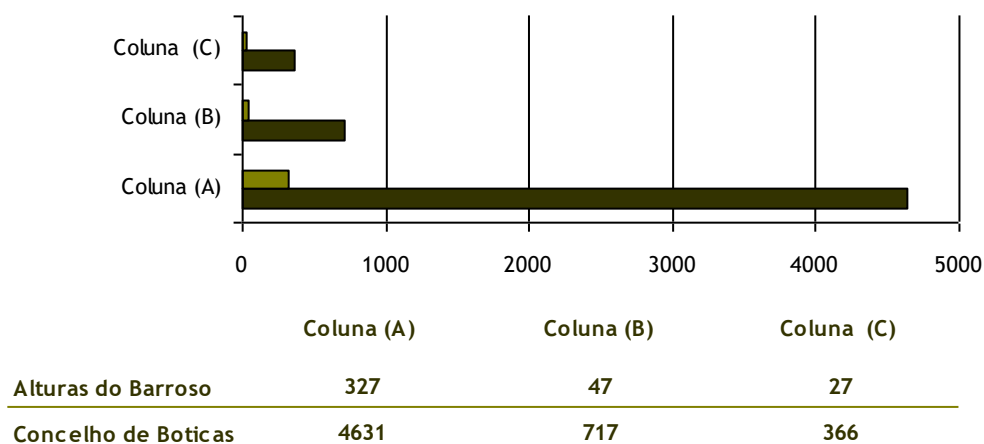


Gráfico 9 - Alojamentos familiares no Concelho e na aldeia de Alturas do Barroso.

Fonte: Censos 2011.

O total de alojamentos familiares do concelho, coluna (A), traduz-se em 4631, já em Alturas do Barroso são apenas 327 alojamentos familiares. Em 4631 alojamentos familiares do Concelho, 717 são alojamentos familiares com uma só pessoa de 65 ou mais anos, coluna (B). Já em Alturas do Barroso, em 327 alojamentos familiares, 47 têm só uma pessoa com 65 ou mais anos. No concelho, num total de 4631 alojamentos familiares, o número de alojamentos com uma pessoa com 65 ou mais anos, coluna (C) é de 366. Em Alturas do Barroso, em 366, total de alojamentos familiares, 27 alojamentos têm uma pessoa com 65 ou mais anos.

3.6.2 - Conclusão sobre a aldeia de Alturas do Barroso

A situação da aldeia Alturas do Barroso apresenta problemáticas que merecem ser alvo de reflexão. O desemprego é evidente, porém, a problemática mais expressiva, segundo a análise efetuada anteriormente, diz respeito ao envelhecimento da população a nível do concelho, também verificado. De entre as razões que contribuem para esta problemática podem destacar-se o aumento da taxa de desemprego, que por consequente leva à emigração, e o aumento da esperança média de vida. A aldeia encontra-se cada vez mais desertificada e abandonada pela população jovem. A população idosa é a que ainda resiste e faz com que esta aldeia ainda esteja “viva”.

De um modo geral, pode concluir-se que o envelhecimento existe e é bastante significativo, assim como o abandono dos idosos, que permanecem sós, enquanto os filhos vão à procura de melhores condições de vida. Ademais, a emigração contribui ainda para a baixa taxa de natalidade, realidade que acentua o envelhecimento e a solidão desta aldeia serrana.



Fotografia 20, 20.1 e 20.2 - O envelhecimento e a recuperação das habitações de Alturas do Barroso.

Capítulo 4

Contextualização do Concelho de Boticas

“Boticas, 17 de setembro de 1970 - um lauto e demorado jantar, a que assisti de talher praticamente cruzado, num enjoio renitente do estomago e cérebro. Quanto mais a fome crónica de Portugal se farta, mais repugnância sinto pelos guisados. É que, sem almejar finuras de espírito ou Banquetes de Platão e Kierkegaard às mesas lusitanas, também me não resigno a que saiam sempre delas, ou raciocínios que parecem eructações, ou Ceias de Cardeais.”

Miguel Torga, in “Diário XI”, pág. 232



Fotografia 21 - Vista geral da vila de Boticas.

Autor: nona, 25 de Maio de 2013. *

Fotografia 22 e 22.1 - Zona ribeirinha e o monumento do concelho de Boticas - Guerreiro Galaico.

* Acedido a 25 de Fevereiro de 2016 em
http://fotos.sapo.pt/ass_nona/fotos/?uid=SOvCHBdef1LDQ6bDaFOn

4.1 - Contextualização do Concelho de Boticas

Boticas é um concelho que se encontra localizado numa zona montanhosa e planáltica, presenciado por vales cavados e com alguns contrastes climáticos.

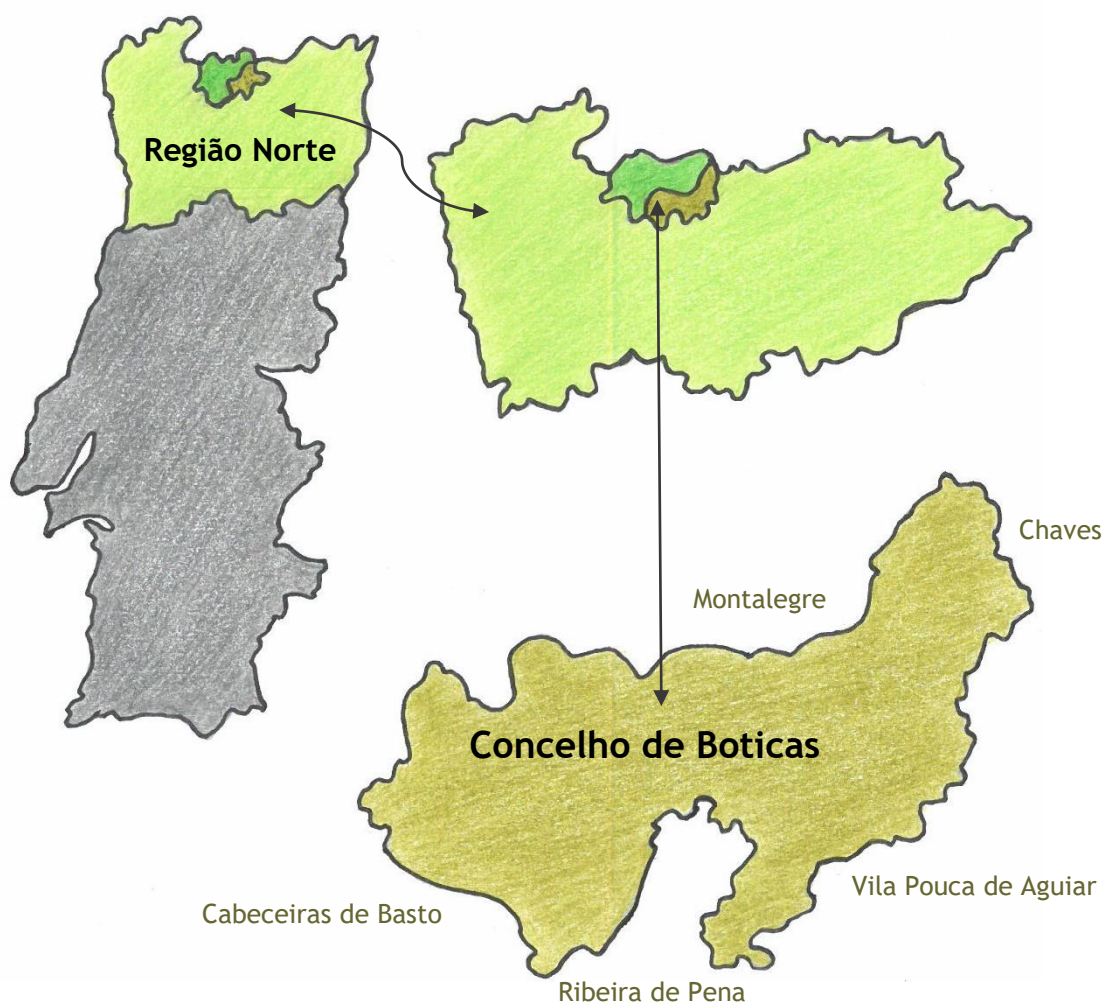


Ilustração 3 - Explicação da localização do concelho em estudo.

Este concelho situa-se no norte de Portugal, mais propriamente na Província de Trás-os-Montes, no distrito de Vila Real. Boticas encontra-se integrado na NUT III - Alto Trás-os-Montes e confronta, a norte, com os Concelhos de Montalegre e de Chaves, a sul com o de Vila Pouca de Aguiar e a poente com os de Montalegre e Cabeceiras de Basto.

Num primeiro momento, ambiciona-se proceder à análise da população em geral, isto é, a população residente no país e num segundo momento pretende-se versar sobre a população do concelho em análise (Concelho de Boticas).

Tabela 3 - Portugal, comparação dos dados do ano 2001 para o ano 2011.

Portugal		
	<u>2001</u>	<u>2011</u>
População	10356117	10562178
Mulheres	5355976	5515578
Homens	5000141	5046600
Famílias	3654633	4048559
Alojamentos	5054922	5878756
Edifícios	3160043	3544389

Fonte: INE, Estimativas Anuais da População Residente (2011).

A tabela 3 apresenta os dados gerais referentes a Portugal de 2001 a 2011, dados esses que auxiliam na conclusão de que em dez anos, se verificou um crescimento a todos os níveis.

A tabela abaixo é referente ao Município de Boticas. Através dos dados disponíveis, pode apurar-se que a situação não é igual a Portugal, pelo contrário, observa-se um decréscimo a quase todos os níveis, exceto nos alojamentos que apresentam um crescimento pouco acentuado.

Tabela 4 - Concelho de Boticas, comparação dos dados do ano 2001 para o ano 2011.

Boticas		
	<u>2001</u>	<u>2011</u>
<u>População</u>	6417	5750
<u>Mulheres</u>	3247	2971
<u>Homens</u>	3170	2779
<u>Famílias</u>	2342	2304
<u>Alojamentos</u>	4482	4641

Fonte: INE, Estimativas Anuais da População Residente (2011).

4.2. Enquadramento do Concelho de Boticas: a sua origem, situação e composição

O concelho de Boticas foi formado legalmente e definitivamente pelo Decreto de 6 de Novembro de 1836. Esta data marca a importante divisão que se deu em Barroso. A região Barrosã dividiu-se em dois concelhos: Boticas e Montalegre.

O Concelho de Boticas situa-se na zona noroeste de Portugal, no Distrito de Vila Real, na província de Trás-os-Montes, e, atualmente, conta com sensivelmente 5.750 habitantes, segundo os censos de 2011. Boticas apresenta uma área de 314,88 km² e é constituído por 10 freguesias e 52 povoações.

As freguesias de Alturas do Barroso e Cerdedo, Ardãos e Bobadela, Beça, Boticas e Granja, Codessoso, Curros e Fiães Do Tâmega, Covas do Barroso, Dornelas, Pinho, Sapiãos, Vilar e Viveiro, integram este município.

O atual Concelho de Boticas foi criado a partir da reforma administrativa de 1836 e representa uma parte da região do Barroso, à qual deu o nome, uma vez que é aqui que se situa a Serra do Barroso.

Boticas situa-se essencialmente numa vasta superfície planáltica em que a Serra do Barroso ou Alturas constitui o seu ponto mais alto. Contudo, o desnível entre as cotas extremas, 1279m e 225m em Fiães do Tâmega, junto ao rio Tâmega, é bastante considerável (1.054m), pelo que é possível conjugar vários tipos de paisagem, desde a montanha granítica, pobre em vegetação e rica em grandes penedias, aos verdes vales cobertos por prados de pastagens.



Fotografia 23 - Edifício da Câmara Municipal de Boticas.



Fotografia 24 - Vista geral da vila de Boticas.

Além das paisagens muito próprias do relevo da região, é também possível avistar a imensidão das serras de Cenábria, Larouco, Gerês, Cabreira e Marão, intercaladas pelas águas da barragem do Alto Rabagão.

O relevo acidentado desta região impõe vários condicionalismos em termos de acessibilidades e comunicação, hoje já minorados. Boticas encontra-se, sensivelmente, à mesma distância de Madrid e Lisboa e relativamente próxima de cidades como Orense, Vigo, Santiago de Compostela, Vila Real, Braga e Porto.

O facto de o Concelho de Chaves estar separado pelo do Rio Tâmega, dá um maior destaque ao Concelho de Boticas, tornando mais fácil o acesso à região de Barroso.

Contrariamente ao que normalmente se pensa, as terras de Barroso não são frigidíssimas nem pouco desenvolvidas, apesar de ainda se encontrar atrasado ao nível natural.



Fotografia 25 - Rio Tâmega, ponte romana da cidade de Chaves.



Fotografia 26 e 26.1 - A envolvente da zona ribeirinha da vila de Boticas

Tal situação, acima referida, leva a que seja conferido ao concelho uma imagem incompleta e incorreta, que, por conseguinte, gera uma enorme revolta nas pessoas que a habitam. O povo de Barroso, embora de aspeto rude, é forte, muito inteligente, mas, acima de tudo, é humilde.



Fotografia 27, 27.1 e 27.2 - Vários ícones da vila de Boticas

A vila de Boticas desempenha um papel fundamental na resolução de problemas da sociedade Barrosã, problemas esses que só podem ser solucionados através da deslocação à vila. Esta oferece os serviços mínimos que os cidadãos necessitam tais como: centro de saúde, dentista, departamento de Finanças Segurança Social, Câmara Municipal, correios, central de Camionagem, Bombeiros, Cruz Vermelha, Escola e Jardins de Infância, Santa Casa da Misericórdia, entre outros.



Fotografia 28 - Hotel Art e Spa em Boticas.

Fotografia 29 - A rua principal da vila de Boticas.

Para além deste tipo de serviços, a vila oferece ainda postos de trabalho para os residentes da região, em supermercados, cafés, padarias, lojas de pequeno comércio e numa fábrica que tem como função a produção de cordas. A vila de Boticas assume, assim, uma importância vital aos habitantes da região de Barroso.



Fotografia 30 e 30.1 - Ruas da vila de Boticas.

4.3 - A demografia no Concelho de Boticas

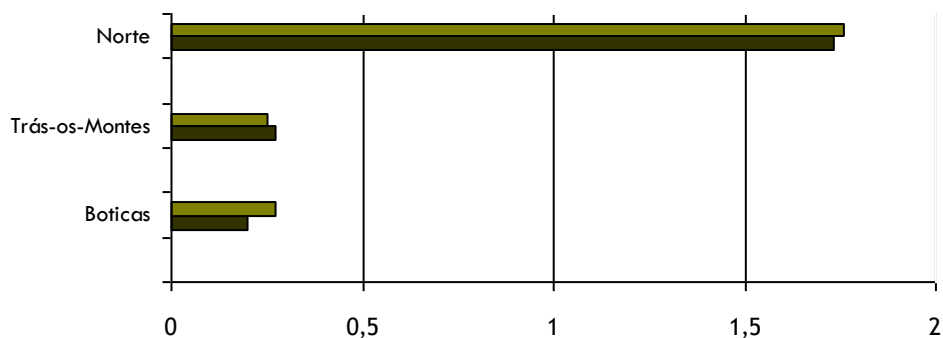
A demografia é a “ ciência que se dedica à análise quantitativa da população humana, tendo por objeto de estudo a explicação do modo como evolui e se modifica.” ¹⁷ (Matos, Santos, Lopes, 2010)

As sociedades contemporâneas enfrentam inúmeros problemas, originados por questões demográficas. O estudo da demografia é essencial na preparação de processos de planeamento, de desenvolvimento e na forma de contribuição para a melhoria da qualidade de vida da população.

4.3.1 - Análise Demográfica em relação ao Município

Inicia-se, seguidamente, esta análise com uma síntese da densidade populacional, mais especificamente, o número de habitantes residentes por km² e o total da área ocupada.

¹⁷ ANTÓNIO, M. ; FERNANDO, LOPES, & FRANCISCO, L. (2010). Espaço Português, Geografia 10º Ano - Curso Científico-Humanístico. Local de Edição: ASA Edições



	Boticas	Trás-os-Montes	Norte
■ População no ano 2011	27,30%	25,30%	175,80%
■ População no ano 2001	19,90%	27,30%	173,20%

Gráfico 10 - Densidade populacional (Nº/Km²) por local de residência; Anua.
Fonte: INE, Estimativas Anuais da População Residente (2011).

Através do gráfico 10, verifica-se que a Região Norte apresenta um índice populacional elevado, de 175,8 hab/km². Observa-se ainda que a densidade populacional nesta Região, na última década, aumentou cerca de 2,6 hab/Km². Relativamente à Região de Trás-os-Montes, confere-se que houve uma inversão da situação.

De igual forma, o Concelho de Boticas denota uma redução demográfica associada, provavelmente, à desertificação do concelho. Na última década registou-se uma descida de 2,6 hab/Km², sinónima de uma reduzida densidade populacional. Esta é uma realidade que abrange, igualmente, toda a Região de Trás-os-Montes.

Assim, enquanto a região Norte regista um aumento da densidade populacional, no Concelho de Boticas, bem como na região de Trás-os-Montes, a situação inverte-se, verificando-se uma redução da densidade populacional.

4.4 - O desenvolvimento dos residentes nos últimos anos

Outrora, existiu uma forte afluência de pessoas no concelho, no entanto, essa afluência, atualmente, deu lugar a uma perda de população.

Nas últimas décadas, nestas regiões, tem-se vindo a verificar um decréscimo da população residente em geral.

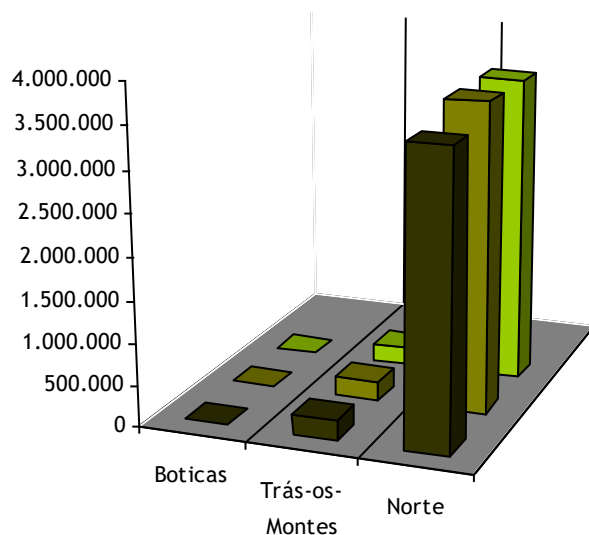


Gráfico 11 - Evolução da População Residente nos últimos 20 anos.

Fonte: População residente (N.º); Anual - INE, Estimativas Anuais da População Residente, 2011.

Tabela 5 - Dados referentes ao gráfico.

	Boticas	Trás-os- Montes	Norte
População residente ano 1991	7.936	235.241	3.472.715
População residente ano 2001	6.417	223.333	3.687.293
População residente ano 2011	5.750	210.624	3.689.713

Fonte: População residente (N.º); Anual - INE, Estimativas Anuais da População Residente, 2011.

Nos últimos 20 anos, o concelho de Boticas perdeu cerca de 2.186 residentes, desde o Recenseamento Populacional de 1991, como se pode confirmar no gráfico 11. A região de Trás-os-Montes segue a mesma tendência que o concelho de Boticas.

Tabela 6 - População Residente ao nível de Freguesia e variação populacional.

Unidade Administrativa	(Nº) População Residente 2001	(Nº) População Residente 2011	Varição (%)
Alto Trás-os-Montes (NUTS III)	223,333	210,624	- 5,6 %
Boticas (Concelho)	6,417	5,750	- 10,4 %
Alturas do Barroso	444	399	- 10,1 %
Ardãos	311	249	- 19,9 %
Beça	1,031	843	- 18,2 %
Bobadela	354	330	- 6,7 %
Boticas	1,065	1,280	20 %
Cerdedo	176	145	- 21,2 %
Codessoso	168	132	- 21 %
Covas do Barroso	348	262	- 24,7 %
Curros	87	67	- 22,9 %
Dornelas	413	338	- 18,1 %
Fiães do Tâmega	167	99	- 40,7 %
Granja	266	230	- 13,5 %
Pinho	478	401	- 16,1 %
São Salvador de Viveiro	345	293	-15 %
Sapiãos	526	488	- 7,2 %
Vilar	238	194	- 18,4 %

Fonte: População residente (N.º) Freguesia INE, Estimativas Anuais da População Residente, 2011.

Abordando agora a população residente ao nível de freguesia e variação populacional, verifica-se que segundo a tabela 5, a Região Norte apresenta um acréscimo de habitantes entre 2001 e 2011. Em contrapartida, Trás-os-Montes e Boticas registam uma perda de população nos últimos dez anos. Esta situação é observada na maioria das freguesias do Concelho, à exceção da freguesia da sede do Concelho, Boticas, como comprova a tabela 5, acima apresentada.

4.4.1 - Análise detalhada dos residentes deste Concelho

Procedendo a um estudo mais detalhado, esta perda de população é sentida por todas as freguesias do concelho, particularmente, pela freguesia de Fiães do Tâmega, onde se regista um decréscimo mais abrupto da população. Sendo assim, conclui-se que a população residente diminuiu e o Concelho de Boticas apresenta uma taxa de crescimento efetivo negativa de -1,71.

Os dados do Instituto Nacional de Estatística (INE) de 2011 revelam que o Concelho de Boticas regista 5.750 residentes. O gráfico 12 mostra que o género feminino é ligeiramente superior ao masculino, com (51%), ou seja, uma diferença de 0,187 habitantes.

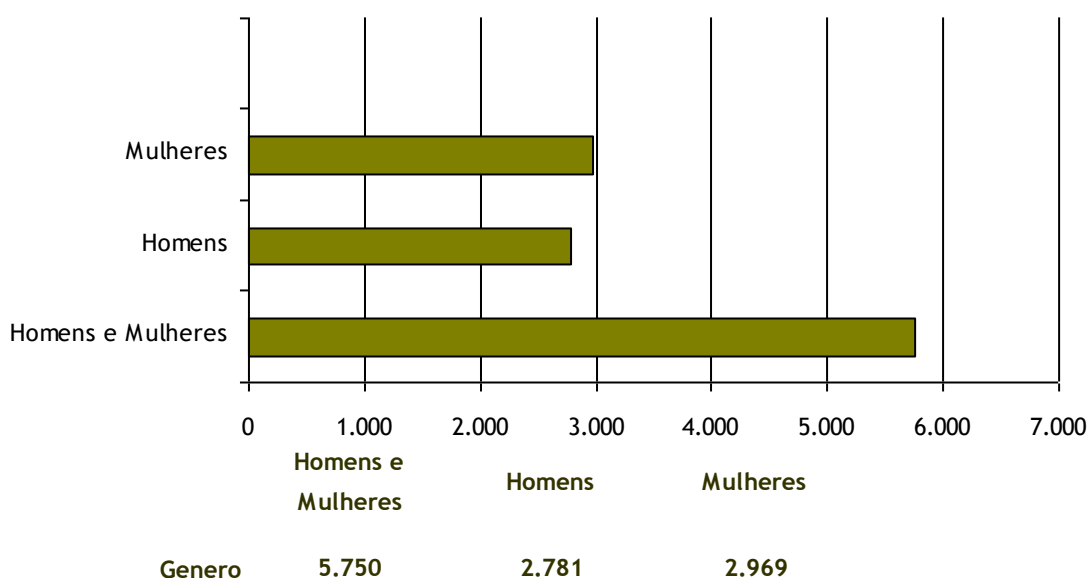


Gráfico 12 - População residente do Concelho, segundo o género; População residente (N.º) por Local de residência, Género e Grupo etário; Anual.

Fonte: INE, Estimativas Anuais da População Residente, 2011

Segundo os dados do INE (2011), Portugal, ao longo das décadas, tem vindo a registar um constante crescimento da esperança média de vida das mulheres, sendo esta superior à média da população.

Na análise dos dados de uma população, o aspeto mais importante é a composição etária. O gráfico 12 classifica, quanto ao género e grupo etário, a distribuição da população residente do Concelho de Boticas.

Tabela 7 - População residente entre 2001 e 2011, segundo os grupos etários e a sua evolução, entre 2001 e 2011.

Zona Geográfica	Total		Grupo etários			
	H.M.	H.	0 - 14	15 - 24	25 - 64	65 ou mais
Alto Trás-os-Montes 2001	223333	108838	30721	30576	111234	50802
Alto Trás-os-Montes 2011	204381	98261	22863	20032	104520	56966
Boticas 2001	6417	3170	821	819	3046	1731
Boticas 2011	5750	2779	581	499	2843	1827

Fonte: Instituto de Nacional de Estatística, Censos 2011.

São evidentes os sinais de envelhecimento da população desta região. A análise desta pirâmide etária permite a distinção de três principais grupos etários: o grupo etário dos 0 aos 14, considerados jovens, representam apenas 10% da população total; o grupo etário dos 20 aos 64 anos considerados adultos, constituem 62% e, por último, o grupo etário com 65 ou mais anos, considerado o grupo dos idosos, representa 28% da população total.

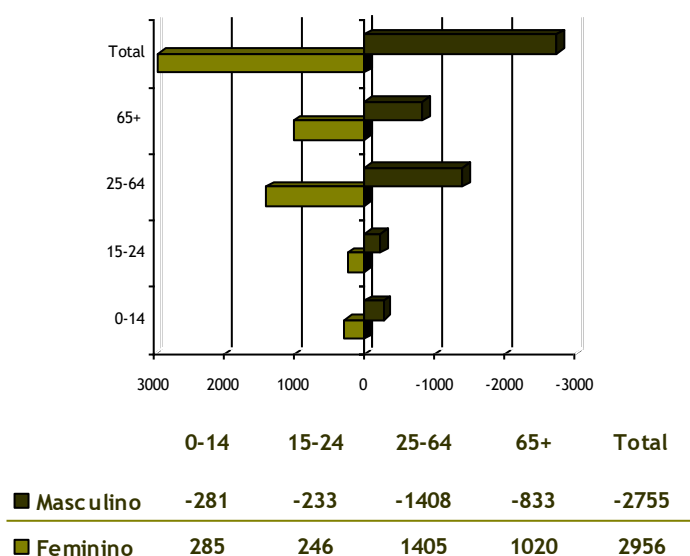


Gráfico 13 - Estimativas de População residente, por sexo e grandes grupos etários.

Fonte: INE, Estimativas Anuais da População Residente.

Da observação desta pirâmide, depreende-se que a população residente feminina supera, ainda que por pouco, a população residente masculina, no geral. Pode ainda afirmar-se que do grupo etário com 65 ou mais anos se destaca o género feminino. A pirâmide indigita também que o estreitamento na base indicia a baixa taxa de natalidade e o alargamento no topo traduz, consequentemente, um aumento do número de idosos.

No seguimento desta análise, pode ainda verificar-se a existência de classes ocas, isto é, o número de indivíduos que é inferior ao da classe anterior e ao da classe seguinte. São vários os fatores que podem estar na sua origem, tais como a baixa taxa de natalidade, o aumento da taxa de mortalidade ou fluxos migratórios.

Estes fatores não são de todo surpreendentes, uma vez que o concelho e as aldeias não possuem capacidade de resposta para os problemas dos habitantes, nomeadamente dos mais jovens. Estes veem-se obrigados a enveredar por outros caminhos que lhe ofereçam o que procuram.

Este é um dos motivos determinantes para a região de Barroso ser habitada por idosos, que permanecem nas suas raízes solitários e sem grandes recursos financeiros de saúde e bem-estar.

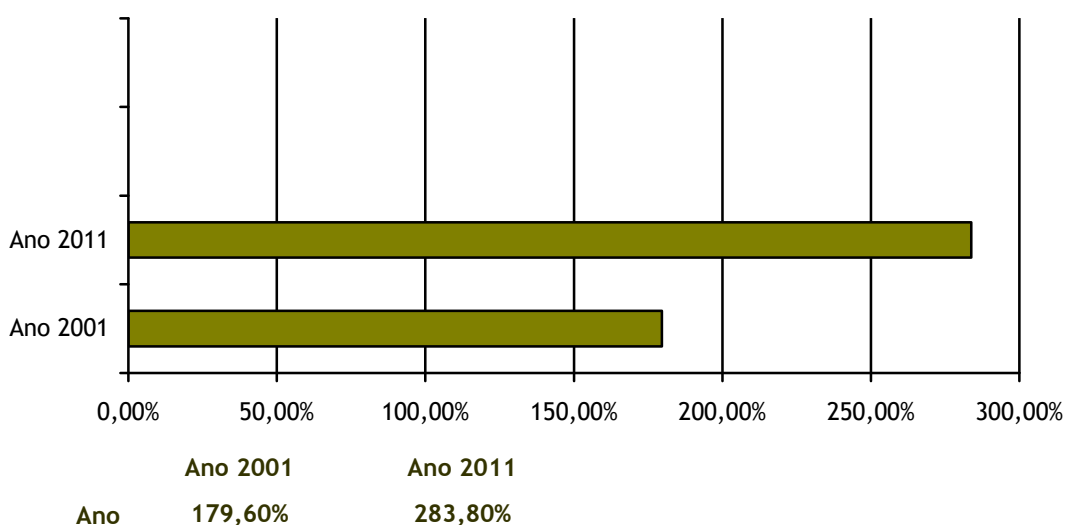


Gráfico 14 - Índice de Envelhecimento (N.º) por local de residência Anual.

Fonte: INE, Estimativas Anuais da População Residente, 2011.

Analisando o gráfico 14 deduz-se que o índice de envelhecimento registado em 2001 (179,60 %) subiu exponencialmente em 2011 (283,8 %), registando-se um aumento de cerca de 104,2 %. Esta situação é fomentada pelas dificuldades que vão emergindo como por exemplo ao nível da renovação de gerações, falta de motivação por parte do concelho, bem como

possibilidades financeiras. Um outro motivo bastante marcante é a questão da emigração que se encontra cada vez mais patente neste município, devido à falta de oportunidades e de empregabilidade. Deste modo, esta situação condiciona as perspetivas do concelho, em termos de crescimento demográfico.

É ainda de grande importância referir que o Concelho de Boticas apresenta uma taxa de natalidade inferior à taxa de mortalidade, 5,3‰ e 15,8‰ respetivamente, verificando-se um crescimento negativo de -1,05 % da população.

Muitos fatores contribuem para esta problemática, no entanto, destacam-se três principais: o êxodo rural, isto é, a mudança das pessoas da zona rural para a zona urbana, em busca de melhores condições de vida; e a crise que está a afetar atualmente o país, em geral, e por conseguinte, as aldeias em particular.

Não obstante, estes não designam os fatores que apresentam uma maior contribuição para a descida da natalidade, mas sim o facto de, cada vez mais, os casais terem menos filhos por diversas razões. É de salientar também a maternidade tardia que conduz a uma baixa taxa de fecundidade de 25,6‰.

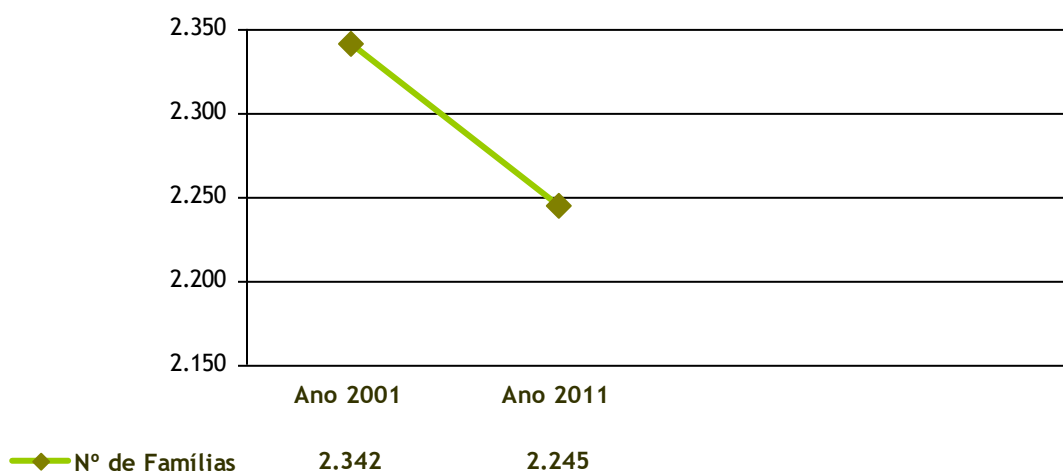


Gráfico 15 - Evolução do número de Famílias do Concelho.

Fonte: INE (indicadores demográficos) período de referência dos dados 2011; Inquéritos - Observatório Social do Concelho de Boticas, 2010.

Perante a baixa taxa de natalidade, que leva à desertificação sentida pelo Concelho. O Município viu-se obrigado a tomar certas iniciativas. Em 2005, iniciou um programa de medidas de incentivo à natalidade denominado Regulamento de “Incentivos à Natalidade no Município de Boticas”, que consistia num apoio financeiro mensal atribuído às crianças, desde os seis meses até aos 3 anos de idade.

Além deste projeto, foi impulsionado um outro incentivo que consistia na atribuição de 1000 euros às famílias por cada criança nascida no Concelho, ao qual se intitulou “Enxoval do Bebê do Município de Boticas”.

O Município de Boticas tem feito os possíveis para atenuar o fluxo de emigração, desenvolvendo iniciativas como a criação de novos postos de trabalho, com a finalidade de cativar os jovens a permanecer no Concelho.

Assim, entende-se que é imprescindível desenvolver estratégias que estimulem os jovens a trabalhar e a residir no Concelho, assim como continuar a apoiar e a incentivar a natalidade, pois estes são elementos essenciais para potenciar o crescimento efetivo da população e estimular o desenvolvimento económico e social do Município.

4.5 - As famílias do Concelho de Boticas

4.5.1 - A evolução e composição das famílias

Boticas é uma vila pequena, que tenta evitar a emigração dos seus habitantes, satisfazendo, sempre que possível, todas as necessidades das famílias. Contudo, nem sempre é suficiente uma vez que o trabalho escasseia e as famílias são obrigadas a abandonar a terra em busca de novas oportunidades. Cada vez mais é visível que a vila está despovoada, voltando a ganhar vida em Agosto com a chegada de turistas para conhecer a região e dos inúmeros emigrantes que regressam para visitar os seus entes queridos.

O Município tem tentado contornar a situação com o incentivo à natalidade e a criação de postos de trabalho, porém, não são suficientes para responder às carências da população local. A desilusão dos habitantes está cada vez mais presente e os jovens qualificados, sem quaisquer perspetivas de futuro, veem-se obrigados a deixar o país. Não é fácil para o município ver partir estes jovens e famílias que deixam as raízes em busca de uma vida melhor, mas a falta de condições não permite a fixação na região. Assim, na última década, o Concelho assistiu à diminuição do número de famílias.

A tabela abaixo mostra a descida do número de famílias do Concelho desde 2001, que eram 2.342 famílias, a 2010, contabilizando 2.245 famílias. Destaca-se a importância da análise do número de membros que constituem a família e da compreensão das razões que justificam essa situação.

Tabela 8 - Composição das famílias.

Composição das Famílias						
	1	2	3	4	5 ou mais	Total
	Pessoas	Pessoas	Pessoas	Pessoas	pessoas	
Nº de pessoas	466	817	520	302	140	2.245
Percentagem	21 %	36 %	23 %	24 %	6 %	100 %

Fonte: Inquéritos - Observatório Social do Concelho de Boticas, 2010.

A análise da tabela 8 leva-nos a concluir que 21% das famílias do concelho de Boticas são constituídas apenas por 1 elemento, mostrando que são pessoas que vivem sozinhas. Com uma percentagem de 36%, ou seja a maior, encontra-se a família composta por 2 elementos, com 23% a família com 3 elementos, 14% é a percentagem para 4 elementos e, por fim, com 5 elementos ou mais, destaca-se a percentagem de 6%.

Na base deste problema residem fatores como a baixa taxa de natalidade, devido à falta de condições para sustentar mais que dois filhos; o casamento e, conseqüentemente, a maternidade tardios e a emigração que origina a solidão dos mais idosos.

4.6 - Os fatores de crescimento do envelhecimento da população

Etimologicamente, o termo velhice deriva de velho, vindo do latim *Veclus, vetulum*, definindo assim uma pessoa de idade. Os vocábulos "velho", "velhice" e "envelhecimento" referem uma condição temporal e concretamente uma forma de ter em conta o tempo e a consequência do tempo no indivíduo. *"A velhice, como um estudo do individuo, presume uma etapa da vida: a última e o envelhecimento é um vasto processo que sucede, desde o nascimento ate à morte."* (Fernández-Ballesteros, 2000 cit. por Vaz, 2009) em qualquer parte, as pessoas são consideradas idosas com idade igual ou superior a 65 anos, idade essa que está associada à reforma. Desta forma, é importante compreender as gerações, na medida em que são estas que tornam possível o entendimento das características, cultura e desenvolvimento do idoso, que passam ao longo das épocas.

"Todo o ser humano segue um processo natural de vida, cresce, desenvolve-se, amadurece, envelhece e por fim acaba por morrer. É um processo comum a todas as pessoas, é um facto inerente ao ciclo de vida biológico. Desta forma, é preciso aceitar este processo

*contínuo e procurar torná-lo o melhor possível, adaptando-nos fisicamente e psicologicamente a cada uma das suas etapas.”*¹⁸ (Moura, 2006)

(Pavan, 2008) expõe “É de referir que o envelhecimento tem múltiplas dimensões - física, mental e social, política, económica, histórica e cultural - o que leva à necessidade de desenvolvimento de uma definição de envelhecimento que seja mais flexível.”

Segundo os gerontologistas e geriatras, “a velhice não é sinónimo de doença, embora com o passar do tempo aumentem os riscos de incapacidade, dependência física e cognitiva.” (Nunes, 2008)

4.6.1 - A Análise demográfica, o envelhecimento da população

Um dos dados populacionais analisados pela demografia consiste no envelhecimento da população. Sabe-se que o envelhecimento da população resulta da baixa taxa de natalidade que se tem agravado nos últimos anos e que não assegura a renovação das gerações e também a baixa taxa de mortalidade, que aumenta a esperança média de vida.

Tabela 9 - Comparação de dois grupos etários.

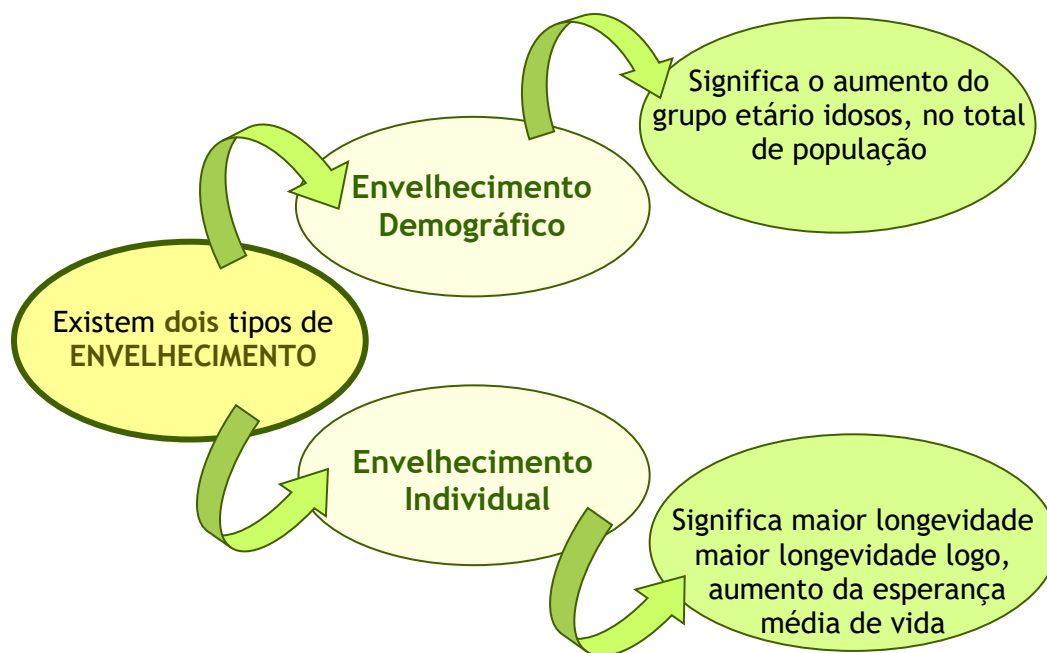
Faixas etárias	Total
Total de Crianças e jovens do Concelho: 0-17	725
População Idosa: 65 e mais anos	1.690

Fonte: Inquéritos-observatório social do concelho, 2010.

Pode então postular-se que existem dois tipos de envelhecimento, que irão ser, seguidamente, caracterizados em relação ao concelho em análise.

O esquema abaixo apresenta uma breve explicação sobre o assunto em questão, matéria que será aprofundada mais abaixo, com base na explicação do diagrama e nos dados anteriores em relação ao Município.

¹⁸ MOURA, C.M. (2006), Envelhecimento, Aptidão Física e Qualidade de Vida. Diferenças entre idosos ativos e não-ativos da comunidade e utentes do Concelho de Santa Maria da Feira. Dissertação de mestrado em Ciências do Desporto, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto.



Esquema 2 - Os dois tipos de envelhecimento o seu significado.

O envelhecimento da população de uma dada região dá-se quando se verifica o aumento do número de pessoas idosas na população total proveniente. Segundo dados do INE (2010) este facto acontece porque está em falta a população jovem e/ou a população em idade ativa, isto é, pessoas aptas para exercer uma atividade económica.

*“Neste sentido, o fenómeno do envelhecimento resulta da transição demográfica, geralmente definida como a passagem de um modelo demográfico de fecundidade e de mortalidade elevados, para um modelo em que ambos os fenómenos atingem níveis baixos, originando o estreitamento da base da pirâmide de idades, com redução de efetivos populacionais jovens e o alargamento do topo, com acréscimo de efetivos populacionais idosos”*¹⁹ (Fernandes, 1997).

O Concelho de Boticas passa por dois tipos de envelhecimento, os quais se podem ver através da pirâmide etária analisada anteriormente. A base da pirâmide apresenta a diminuição de percentagem de crianças e jovens e o topo, apresenta o aumento significativo do número de idosos. Importa frisar que ambos contribuem para o envelhecimento, mas de formas diferentes.

Quando se aborda o tema do envelhecimento da população pensa-se imediatamente no aumento da esperança média de vida, no entanto, essa não é a única justificação para tal fenómeno. Outra explicação consiste no facto da base da pirâmide, constituída por jovens, manter-se constante. Esta situação deriva de exigências impostas pelo mundo do trabalho, de

¹⁹ FERNANDEZ, A. A. (1997). Velhice e Sociedade. Oeiras: Celta editora.

meios de controlo de natalidade, o casamento tardio, entre outros fatores. Por conseguinte, depreende-se que existem menos nascimentos, logo, as gerações não se renovam e o número de óbitos é menor do que o de nascimentos. Como já foi referido anteriormente, o Concelho passa por alterações demográficas, sendo a mais presente e que mais preocupa o Município o envelhecimento populacional, bem como a baixa taxa de natalidade. O envelhecimento populacional é um dos fenómenos de cariz social, tornando-se premente solucionar este problema, devido à quantidade de idosos no Concelho. Grande parte dos idosos manifestam perda da autonomia, o que os leva a isolarem-se perdendo as interações sociais. Este fenómeno é notório um pouco por todo o país, mas na Região de Trás-os-Montes é, talvez, mais evidente.

Segundo (Paúl e Fonseca, 2005), *“as populações rurais debatem-se com inúmeras necessidades não preenchidas, como a ausência de serviços sociais, de saúde e de transportes, apresentam dificuldades económicas evidentes para aceder a serviços e equipamentos afastados da sua zona residencial e a migração do mundo rural para zonas urbanas despovoou as comunidades e afastou potenciais prestadores e cuidados familiares. Isto faz com que haja, frequentemente, uma dupla ou tripla sobrecarga da condição de idoso, ou seja, vive-se em zonas fracamente povoadas e com poucos recursos, a que se associam ainda por vezes problemas de saúde, de baixos rendimentos e de solidão.”*²⁰

(Schroots e Birren, 1980) citados por Fonseca, referem *“que o envelhecimento é um processo extremamente complexo, que resulta da interação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais. O biológico resulta da vulnerabilidade crescente e de uma maior probabilidade de morrer, a que se denomina senescência; o psicológico que se define pela autorregulação do indivíduo e pela capacidade de tomar decisões e fazer opções, adaptando-se ao processo de senescência; e o social, que se prende com os papéis sociais apropriados às expectativas da sociedade face aos idosos.”*²¹

²⁰ PAÚL, C., Fonseca, A.M., Martin, I., & Amado. J. (2005). Satisfação e Qualidade de vida em idosos Portugueses. In Paúl, C., & Fonseca, A, M., (coords.), *Envelhecer em Portugal: Psicologia, saúde e prestação de cuidados* (pp.77.98). Lisboa: Climepsi Editores

²¹ FONSECA, A. (2004). *O envelhecimento: Uma abordagem psicológica*. Coimbra. Universidade Católica Editora, Campus do saber nº8.

4.7 - A população idosa do concelho

“ Todos os seres humanos nascem livres e iguais em dignidade e direitos” Artigo 23, da 1ª Declaração Universal dos Direitos Humanos.

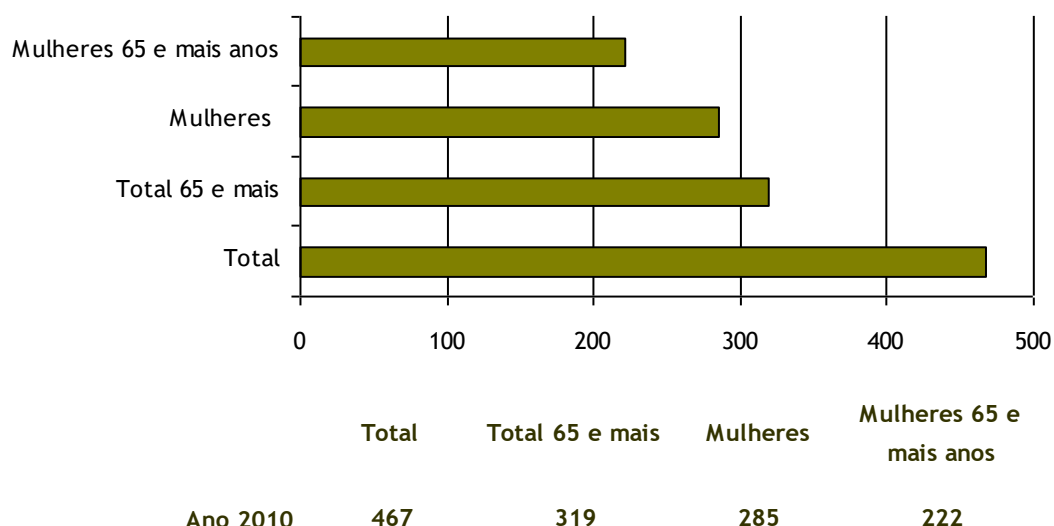


Gráfico 16 - Individuais com 65 anos, seguindo a situação de solidão.

Fonte: Inquéritos - Observatório Social do Concelho de Boticas, 2010.

A solidão tem vindo a atingir cada vez mais idosos, devido a inúmeros fatores como o afastamento da sociedade, devido à entrada na reforma, a problemas de saúde e até a viuvez. A análise dos inquéritos, elaborados pelo Observatório Social do Concelho de Boticas, em 2010, leva-nos a concluir que existem mais mulheres do que homens a viver sós, principalmente mulheres idosas.

Segundo Ribeiro e Paúl (2011), *“as mulheres que vivem claramente mais anos (e que justificam a descrição do envelhecimento como um fenómeno feminizado) chegam a uma proporção de cinco para um nos centenários e são, na generalidade, mais doentes e dependentes....”*²²

O gráfico 16 mostra que existe um elevado número de população idosa feminina. Num total de 467 indivíduos, 285 são mulheres, ou seja, mais de metade. Num total de 319 indivíduos, com 65 ou mais anos, 222 são mulheres.

²² RIBEIRO, O., PAÚL C., (2011) Manual de envelhecimento activo, Lisboa: Lidel cop.

Os dados do gráfico anterior equiparam-se aos dados da tabela 10 e tabela 11 que se seguem. Esta revela que 54% da população tem uma idade superior a 75 anos, 30% da população total representa a população idosa e desta percentagem, 19% são idosos isolados.

Tabela 10 - População Idosa do Concelho de Boticas.

	Total	Percentagem
População Idosa	1.690	30 %
População Idosa Isolada	319	19%

Fonte: Inquéritos - Observatório Social do Concelho de Boticas, 2010.

Tabela 8- População Idosa do Concelho de Boticas.

	Homens	Mulheres	Percentagem	Total
População 65-74 anos	427	472	46 %	899
População mais 75 anos	350	441	54 %	791

Fonte: Inquéritos - Observatório Social do Concelho de Boticas, 2010.

O concelho de Boticas atravessa uma realidade social que está bem visível. Desta forma, o Município definiu mecanismos para promover o bem-estar, particularmente o dos mais desfavorecidos. Este Município tem, para este público-alvo, a preocupação de garantir a proteção e os cuidados necessários dos mais idosos, nomeadamente os que se encontram sozinhos, entregues a si próprios. Muitas vezes isto acontece porque as famílias não estão capacitadas para tomar conta deles, ou simplesmente porque a vida profissional não lhes permite dar toda a atenção e carinho que eles precisam e merecem. São vários os motivos que levam a que esta solidão esteja presente todos os dias na vida de um idoso e é isto que o Município quer tentar minimizar, contando com o trabalho e contributo de entidades competentes na realização de iniciativas que auxiliem o idoso. Deste modo, existem quatro entidades:

1ª - Comissão Municipal de Proteção do Idoso

“ Todas as pessoas idosas têm direitos à segurança económica e a condições de habitação e convívio familiar e comunitário que respeitem a sua autonomia pessoal e evitem

e superem o isolamento ou a marginalização social.” ²³ Artigo 72º da Constituição da República Portuguesa. (Constituição da República Portuguesa VII Revisão Constitucional, 2005).

A Comissão Municipal de Proteção do Idoso visa a criação de uma instalação, onde esta população-alvo será esclarecida e apoiada em todos os âmbitos. Esta tem como principal objetivo ocupar-se das questões da terceira idade e incitar os responsáveis a criarem objetivos e medidas para que possam ser tratadas. Esta medida auxilia os idosos a sentirem-se um pouco mais seguros, uma vez que veem esclarecidas as suas dúvidas. A Comissão conta com a colaboração do Município, da Segurança Social, dos Serviços de Saúde, o qual auxilia com apoio ao domicílio em caso de dependência, da Santa Casa da Misericórdia de Boticas, que ajuda com apoio no âmbito psicológico e apoio aos mais carenciados com bens alimentares e a Guarda Nacional Republicana, que ajuda deslocando-se às aldeias, em particular a cada habitação, fornecendo números telefónicos de ajuda, esclarecendo a população sobre riscos que corre e como se proteger, bem como os deveres do idoso. Todas as instituições estão prontas a ajudar os idosos de forma a transmitir-lhes uma maior proteção.

2ª - Cartão Social do Município

O Cartão Social do Município é um cartão que permite auxiliar todos os utentes, perante a sua apresentação nas instituições. Destina-se às famílias carenciadas ou afetadas por exclusão social, famílias numerosas, idosos com baixas reformas, utentes com deficiência ou reformas por invalidez.

3ª - Celebração do Dia do Idoso

O objetivo desta comemoração é promover um encontro onde se possam proporcionar momentos de confraternização aos idosos e seus acompanhantes, se assim desejarem. Este encontro ocorre na época natalícia, uma quadra em que muitos idosos vivem sozinhos. Esta festa de natal tem a colaboração de instituições como Câmara Municipal de Boticas, da Santa Casa da Misericórdia de Boticas e do Núcleo de Boticas da Cruz Vermelha Portuguesa.

²³ Constituição da República Portuguesa VII Revisão Constitucional, (2005). Capítulo II Direitos e deveres sociais; Artigo 72º. Acedido em Setembro 20, 2014, em <http://www.parlamento.pt/Legislacao/Paginas/ConstituicaoRepublicaPortuguesa.aspx>

4ª - Gabinete Itinerante de Apoio ao Múncipe (GAM)

Trata-se de um gabinete móvel que permite levar a toda a população os serviços que esta procura na Vila de Boticas, evitando a deslocação das pessoas para tratarem dos mais diversos assuntos. Esta iniciativa foi posta em prática em 2003 pela Câmara Municipal.

4.8 - Os Tipos de apoio da Segurança Social

4.8.1 - O que é a segurança social?

*“Segundo o Dicionário Enciclopédico de Português (2006), segurança social envolve o conjunto sistematizado de medidas, organizadas pelo Estado ou por ele reconhecidas e tuteladas, de resposta à ocorrência de determinados riscos sociais na vida das pessoas (...) o elemento nuclear de qualquer sistema de segurança social é o poder, reconhecido por ordem jurídica, de que dispõem os cidadãos para exigir a concessão de prestações como resposta a (...) insuficiência de rendimentos, por serem inferiores a um determinado nível mínimo, considerado pela lei como exigência de dignidade humana e fronteira da pobreza. De acordo com esta definição, é lícito afirmar que Segurança Social pretende proteger os indivíduos da falta de bens e direitos considerados essenciais à dignidade humana.”*²⁴ (Rocha,2008).

Os principais objetivos desta instituição são:

- Prevenir os riscos sociais
- Remediar e reparar as suas consequências
- Recuperar e reabilitar

4.8.2 - Os pensionistas do Município

A pensão diz respeito a toda e qualquer prestação pecuniária, ou seja, qualquer pagamento em dinheiro, cheque, transferência bancária ou outra, atribuída de forma contínua.

“A simulação de cálculo de pensões de invalidez ou velhice do regime geral de Segurança Social está elaborada de acordo com as regras estabelecidas no Decreto-Lei n.º

²⁴ ROCHA, J. (2008). Pobreza urbana em Portugal. 2º Ano de Sociologia, Faculdade de Economia - universidade de Coimbra, Coimbra

187/2007, de 10 de maio, na redação dada pelo artigo 63.º da Lei n.º 64-A/2008, de 31 de dezembro e pelo Decreto-Lei n.º 167-E/2013, de 31 de dezembro, aplicando-se a pensões iniciadas em data igual ou posterior a 1 de janeiro de 2014. Permite ao cidadão obter um valor simulado de pensão com base nos dados disponíveis no sistema ou hipotéticos, por ele introduzidos”. (Segurança Social, (s/data)).

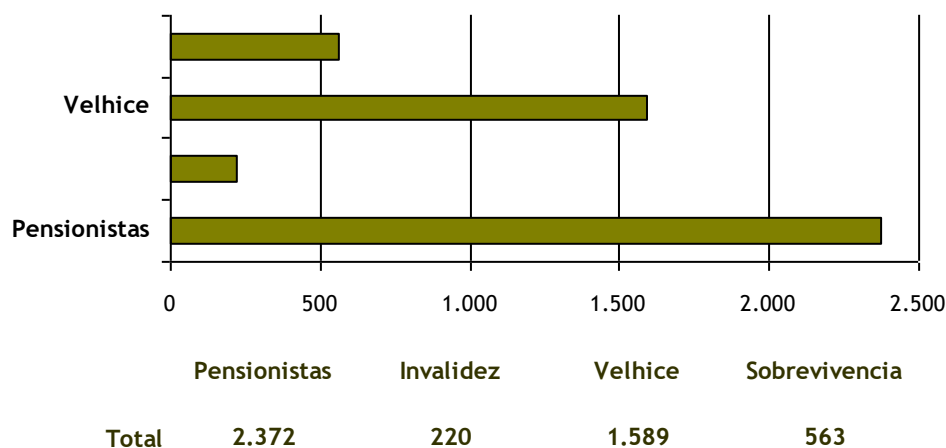


Gráfico 17 - Pensionistas da Segurança Social do concelho de Boticas.

Fonte: INE - Anuário Estatístico da Região Norte, 2010.

Existem vários tipos de apoios por parte da Segurança Social que ambicionam ajudar os indivíduos que comprovem a necessidade de apoios desta instituição. Há três grandes tipos de pensões, conforme a situação em que se encontra o sujeito. O gráfico 17 indica a existência de um total de 2.372 pensionistas no concelho. Deste total, 220 beneficiam da pensão de invalidez, 1.589 beneficiam da pensão de velhice e 563 beneficiam da pensão de sobrevivência. Em 2.372 pensionistas, 1.589 (pensionistas por velhice) é o valor que se destaca. Mais de metade dos pensionistas recebem a chamada reforma, devido à “velhice”. Deste modo o concelho apresenta três tipos de apoios diferentes

1º - A pensão por invalidez

A pensão por invalidez é uma prestação pecuniária, paga mensalmente, destinada a proteger os beneficiários do regime geral de segurança social nas situações de incapacidade permanente para o trabalho. O indivíduo é observado por um profissional da comissão de verificação de incapacidade permanente (CVIP) e, se for o caso, dá-se por incapacitada de trabalhar e só nestas circunstâncias é que será aceite a pensão de invalidez. A pessoa terá de

ter cumprido um prazo de 5 anos civis para invalidez relativa e de 3 anos civis no caso de invalidez absoluta.

2º - A pensão de velhice

A pensão de velhice é uma prestação pecuniária, paga mensalmente, destinada a proteger os beneficiários do regime geral da segurança social, quando atingem a idade mínima legalmente presumida como adequada para a cessação do exercício da atividade profissional. Pessoas que tenham completado os 65 ou que tenham mais anos, passam a chamar-se de "idosas" e são obrigadas a abandonar o mundo do trabalho e a viver com a pensão que a segurança social disponibiliza, mediante os descontos que efetuaram, durante os anos que trabalharam. Este prazo são 15 anos civis, seguidos ou interpolados. Assim, o que antigamente era designado de "ordenado", passa agora a ser a sua reforma.

3º - O complemento por dependência

O complemento por dependência é atribuído a pessoas que se encontrem em situação de dependência, pessoas que não têm autonomia e que não possam efetuar as suas necessidades básicas diárias, como serviços domésticos, cuidados de higiene, entre outros. Para a atribuição deste complemento, é necessário a verificação de que a pessoa em causa não tem autonomia suficiente para realizar a vida quotidiana. Comparando os dados do gráfico 17 apresentado, com os dados da População Idosa do Concelho de Boticas, tabela 8, analisado anteriormente, verifica-se que 101 pessoas idosas não recebem a denominada "reforma", o que não significa que não estão a receber pensão por invalidez ou pensão por sobrevivência.

População idosa total - Receptores de Pensão por velhice

1.690 - 1.589 = 101 idosos sem pensão por velhice

Ilustração 4 - Total de idosos sem pensão por velhice.

4.9 - Instituições no âmbito do apoio social ao idoso

"Considerando o despacho no artigo 63º, n.º 5 da Constituição da República Portuguesa, bem como os principais orientadores do subsistema de ação social, definidos na

*Lei n.º 4/2007, de 16 de Janeiro, que estabelece as bases gerais em que assenta o sistema de segurança social, o presente Protocolo reitera os princípios de uma parceria pública/social e determinada, um compromisso assente na partilha de objetos e interesses comuns, bem como de repartição de obrigações e responsabilidades entre o Estado e as Instituições. (...) Importa, ainda, realçar no âmbito do presente protocolo e em sede de cooperação, o espírito de solidariedade e a disponibilidade das instituições em colaborar com o Estado e com os cidadãos, destacando o seu empenho em iniciativas do ano europeu do envelhecimento ativo e da solidariedade entre gerações e na continuidade do desenvolvimento de uma estratégia de envelhecimento ativo mais abrangente e mais integrada.”*²⁵ (Protocolo de Cooperação entre o ministro da solidariedade e da segurança social e a União das Misericórdias Portuguesas; 2013-2014)

A poluição idosa pode contar com apoios de estruturas que lhes permitem dar resposta às suas necessidades. Deste modo, nota-se uma aposta em termos de investimento e de apoio público, para a possibilidade da existência das mesmas, bem como o seu funcionamento, podendo sempre corresponder às necessidades dos utentes. De seguida apontam-se os três tipos de locais de apoio mais conhecidos:

- Serviço de Apoio ao Domicílio
- Lar de Idosos
- Centro de Dia

O concelho de Boticas conta com o apoio por parte da Segurança Social e este apresenta as três principais instituições de apoio ao idoso.

1º - O Serviço de Apoio ao Domicílio (SAD)

O Serviço de Apoio Domicílio (SAD), “*é a resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio, a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou por outro impedimento, não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou atividades de vida diária.*” (Direção-Geral da Ação Social, guia técnico nº7, Dezembro de 1996). Esta resposta social, por parte do Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), apoia cerca de 62,3% de idosos isolados do Concelho.

²⁵ Protocolo de Cooperação entre o ministro da solidariedade e da segurança social e a União das Misericórdias Portuguesas; a confederação nacional das instituições de solidariedade e a União das Mutualidades Portuguesas; 2013-2014, acedido em Junho 05,2014, em http://novo.cnis.pt/images_ok/Protocolo%20ES%20IPSS2_13_14.pdf

Tabela 12 - Caracterização do Serviço de Apoio ao Domicílio.

SAD'S	Zonas de Intervenção	Capacidade do Serviço
Boticas	Granja e Boticas	28
Sapiãos	Sapiãos, Sapelos, Bobadela, Nogueira e Ardãos	37
Pinho	Sobradelo e Pinho	20
São Salvador de Viveiro	Viveiro e Campos	10
Vilar	Vilar e Carvalho	10
Covas do Barroso	Muro, Romainho e Covas do Barroso	30
Dornelas	Vila Grande, Vila Pequena, Espertina e Antigo	20
Atilhó	Atilhó e Alturas do Barroso	24
Lavradas	Lavradas, Carvalhelhos, Vilarinho da Mó, Beça, Quintas Seirraões, Codeçoso e Secerigo	20

Fonte: Santa Casa da Misericórdia de Boticas, 2011.

2º - Lar para Idosos

Lar para Idosos, “*é uma resposta social desenvolvida em alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, para idosos em situação de maior risco de perda de independência e/ou autonomia.*”²⁶ (Direção-Geral da Ação Social, Dezembro de 1996)

A Santa Casa da Misericórdia de Boticas apoia três lares neste Concelho: o Lar Santo Aleixo com lotação para 14 utentes; o Lar Nossa Senhora da Livração, com lotação para 50 utentes e o Lar de grandes dependentes com lotação para 20 utentes, dando preferência aos habitantes do Município.

3º - O Centro de Dia

O Centro de Dia pertence à instituição Santa Casa da Misericórdia. “*É um equipamento social, de prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar.*”²⁷ (Direção-Geral da Ação Social,

²⁶ Direção-Geral da Ação Social, guião técnico nº3, Dezembro de 1996

²⁷ Direção-Geral da Ação Social, guião técnico nº8, Dezembro 1996

Dezembro 1996)

A tabela 13 apresenta os dados de capacidade de ocupação, bem como o local de origem de cada pessoa que deixa as suas habitações para se estabelecer neste novo “lugar”.

Tabela 13 - Caracterização do Serviço de Apoio Domiciliário.

Equipamentos Sociais	Lar Santo Aleixo	Lar Nossa Senhora da Livração	Lar de Grandes Dependentes	Centro de Dia
Zonas de Intervenção das Respostas Sociais	Preferencialmente o Concelho de Boticas	Preferencialmente o Concelho de Boticas	Preferencialmente o Concelho de Boticas	Boticas
Capacidade dos Equipamentos	14	50	20	10

Fonte: Santa Casa da Misericórdia de Boticas, 2011.

Mediante a análise da tabela 13, constata-se que a maioria da população é oriunda da vila de Boticas, dado este que poderá indicar a inexistência deste tipo de apoio nas aldeias vizinhas. Por vezes, é escolha da própria pessoa, mas o facto é que estas organizações estão longe da sua terra, obrigando-a a deixar as suas raízes. O Lar Nossa Senhora da Livração tem capacidade para acolher 50 pessoas, o Lar de grandes dependentes, 20 pessoas, o Lar Santo Aleixo 14 pessoas e, por fim, o centro de Dia apenas 10 pessoas.

4.9.1- Santa Casa da Misericórdia de Boticas - Respostas sociais de apoio às pessoas idosas

A Santa Casa da Misericórdia de Boticas é uma instituição que foi fundada a 1 de Abril de 2004. Desde então tem ajudado e apoiado as pessoas com carências sociais, através de vários projetos no âmbito do apoio social. Esta instituição conta com equipamentos de apoio domiciliário, lares de terceira idade, lar para dependentes acamados, um jardim-de-infância e A.T.L, Centro de Apoio a Deficientes do Alto Tâmega (CADAT) que é apoiado pelo Centro de Atividades Ocupacionais (CAO), cujo objetivo é prestar apoio clínico e multidisciplinar à região norte do distrito de Vila Real.

4.9.2 - Reabilitar e Integrar pessoas

O Município, juntamente com a Santa Casa da Misericórdia, apoia mais três instituições. Estas, em conjunto, permitem uma integração socioprofissional, nos postos de trabalho, após o período de educação especial ou reabilitação profissional. Este centro acolhe pessoas de idade igual ou superior a 16 anos, com deficiências e visa promover e valorizar a sua autonomia, o seu equilíbrio emocional e social, assim como fornecer ensinamentos e comportamentos de disciplina e responsabilidade. Daqui advém a necessidade de se proceder à criação de atividades socialmente úteis à aprendizagem destes valores sociais. As respostas sociais de maior preocupação e destaque são a integração, a reabilitação social e atividades ocupacionais. Estas atividades intentam promover a integração, a autonomia, a qualidade de vida e a igualdade de oportunidades. O município conta com quatro entidades competentes, sendo elas:

1º - A recente edificação, Unidade de Cuidados Continuados no Concelho de Boticas

O concelho de Boticas dispõe atualmente de um centro de Unidade de Cuidados Continuados. Este edifício foi inaugurado a 31 de Agosto de 2014 e pretende oferecer aos utentes serviços tais como enfermagem, fisioterapia, terapia, nutrição e tratamento personalizado. Este serviço tem como principal objetivo ajudar pessoas em situação de dependência e com perda de autonomia e para tal necessita do apoio social ativo e contínuo, que possibilita a continuidade de cuidados integrados a pessoas com este tipo de carências. A Unidade de Cuidados Continuados criou 17 postos de trabalho, tem capacidade para 20 utentes e possibilidade de se expandir, chegando a albergar até 24 utentes.

2º - Um Centro de Atividades Ocupacionais

É uma *“resposta social, desenvolvida em equipamento, destinada a promover atividades para jovens e adultos com deficiência grave.”*²⁸ (Resposta Sociais, 2006) A zona de intervenção desta resposta social é no distrito de Vila Real e tem capacidade para 42 utentes.

²⁸ Resposta Sociais: Nomenclaturas e Conceitos; Despacho do Senhor Secretário de Estado da Segurança Social, de 2006.01.19, acedido Junho 5,2014, em www.cartasocial.pt/conceitos.php

3º - Uma Residência Autónoma

É uma resposta social, que se enquadra numa “*residência para acolher pessoas com deficiência que, mediante apoio, possuem capacidade de viver autonomamente.*”²⁹ (Resposta Sociais, 2006). A zona de intervenção desta resposta social é em território nacional e tem capacidade para 5 utentes.

4º - Um Lar Residencial

É uma “*resposta social, desenvolvida em equipamento, destinada a alojar jovens e adultos com deficiência, que se encontrem impedidos temporária ou definitivamente de residir no seu meio familiar.*”³⁰ (Resposta Sociais, 2006) A zona de intervenção desta resposta social é no distrito de Vila Real tendo capacidade para 30 utentes.

Tabela 14 - Caracterização das Respostas Sociais de Reabilitação e Integração de Pessoas com deficiência.

Equipamentos Sociais	Unidade de Cuidados Continuados no Concelho de Boticas	Residência Autónoma	Lar Residencial	Centro de Atividades Ocupacionais
Zonas de Intervenção das Respostas Sociais	Distrito de Vila Real	Território Nacional	Distrito de Vila Real	Distrito de Vila Real
Capacidade dos Equipamentos	20	5	30	42

Fonte: Santa Casa da Misericórdia de Boticas, 2011.

²⁹ Resposta Sociais: Nomenclaturas e Conceitos; Despacho do Senhor Secretário de Estado da Segurança Social, de 2006.01.19, acedido em Junho 05,2014, em www.cartasocial.pt/conceitos.php

³⁰ Idem

4.10 - Conclusão final sobre o Município

Após a análise, a nível cultural e sociológico, verificaram-se algumas problemáticas bem como obstáculos que o município pretende travar, nomeadamente no âmbito da baixa taxa da natalidade, a alta taxa de desemprego, a diminuição de agregados familiares a residirem no Concelho, mas principalmente, o envelhecimento da população.

O concelho de Boticas depara-se com problemas específicos de um concelho do interior do país, no entanto, apresenta a capacidade de se desenvolver uma vez que se encontra munido de todas as condições essenciais.

O Município pretende solucionar, ou, pelo menos, minimizar os obstáculos que enfrenta e, para tal, visa estimular a fixar da população e, conseqüentemente, promover o aumento da natalidade. O grande objetivo passa pela diminuição do envelhecimento na medida em que este é, na atualidade, a principal preocupação do concelho. Deste modo, o Concelho encontra-se a trabalhar no sentido de suprir estes problemas, principalmente o envelhecimento, exclusão social e pobreza, que também é uma realidade presente e um dos motivos que origina muitas outras problemáticas do Concelho.

Capítulo 5

O processo do envelhecimento

“Haveis de saber que nesta terra e em todos os mais lugares de cristãos há uma companhia de homens muito honrados, que têm cargo de amparar toda a gente necessitada, assim aos naturais cristãos como aos que novamente se convertem. Esta companhia de homens portugueses se chama Misericórdia; é coisa de admiração ver o serviço que estes bons homens fazem a Deus Nosso Senhor em favorecer a todos os necessitados”

(Carta de S. Francisco Xavier a Santo Ignácio de Loyola, Goa, 28 de setembro de 1542).



Fotografia 31, 31.1 e 31.2 - Os traços notórios do envelhecimento.

5.1- O fenómeno do envelhecimento

O envelhecimento, também conhecido por muitos como “terceira idade”, é considerado um processo de degradação que avança lentamente mas sem parar, galgando o tempo com diferenças físicas e psicológicas.

O envelhecimento é encarado como um fenómeno natural, mas que, geralmente, apresenta um aumento de fragilidade e vulnerabilidade, devido à influência dos problemas de saúde e do estilo de vida.

Para Beauvoir (1990 cit in Nunes, 2008) envelhecer pode ser expresso da seguinte forma: *“uma vez que em nós, é o outro quem é velho, a revelação da nossa idade vem através dos outros, referindo que, mesmo enfraquecido, empobrecido, exilado no seu tempo, o idoso permanece sempre o mesmo ser humano”*³¹

Esta interpretação sobre o ser humano leva a concluir que, apesar das transformações físicas que se verificam, o interior da pessoa não se altera.

Cada indivíduo é único, e por ser único vive e sente de maneira diferente, logo o seu desenvolvimento também é ímpar e irrepitível. De frisar que o envelhecimento é vivenciado de modo diferente, uma vez que está dependente do percurso de vida do sujeito.



Fotografia 32 - Ana e João fotografados em Maio de 2008.

Autor: Antero de Alda, 24 de Maio de 2008.

5.2 - Definir sentir

O que significa “Sentir”?

Retomando as origens etimológicas, a palavra derivada do latim *sentio*, - ire, *significa perceber pelos sentidos, perceber, pensar*.³² Sentir é perceber melhor os sentidos, daquilo

³¹ NUNES, V. M. A. (2008). Qualidade de vida na perspectiva de idosos institucionalizados no Município de Natal. Dissertação de Mestrado em Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande do Norte - Rio Grande do Norte (pp.33).

³² "sentir", in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2013, <http://www.priberam.pt/DLPO/sentir> [consultado em 25-08-2015].

que apreendemos do espaço em que nos inserimos, como seres humanos em interação com o outro e o meio envolvente.

Todo o ser humano tem recetores de sensações. O Homem, como ser vivo senciente, sobrepõe-se a todos os outros animais pela sua capacidade inata de reflexão, da sua forma de interpretar o que vê e pelo poder de opção de escolha sobre o que interpreta e reflexiona. Assim, o Homem tem a capacidade de controlo o gerir os seus impulsos e as suas emoções. Este é um ser racional, detém inteligência analítica, prática e emocional e utiliza a razão e a emoção no seu dia-a-dia.

(Damásio, 2008) expõe que *“o impacto completo e duradouro dos sentimentos exige também a consciência, pois só com o advento do sentido de si podem os sentimentos tornar-se conhecidos do indivíduo que os experimenta (...) Não existe, porém, qualquer prova de que estejamos conscientes de todos os nossos sentimentos, e existem muitas que sugerem quando não estamos.”*³³

Para se compreender melhor o significado de sentir é fundamental abordar um outro conceito, que vem complementar a definição anterior, a Consciência. A Consciência é *“opinião, faculdade da razão julgar os próprios atos ou o que é certo ou errado do ponto de vista moral.”*³⁴ (Damásio, 2008). Ser consciente não é exatamente a mesma coisa que perceber-se no mundo, mas ser no mundo e do mundo, para isso, a intuição, a dedução e a indução tomam parte.

5.2.1 - Os cinco sentidos

O ser humano é dotado de cinco sentidos básicos, essenciais para a sua sobrevivência e estão associados ao primeiro contacto do homem com o mundo que o envolve.

Quando, por alguma situação, nos deparamos com a privação sensorial, ou seja, quando perdemos um sentido essencial para a compreensão, conhecimento e sobrevivência, pode verificar-se uma distorção da realidade, um sentimento de impotência e uma dependência de terceiros.

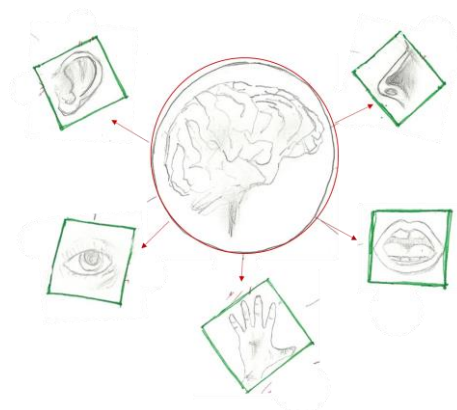


Ilustração 5 - Esquema dos cinco sentidos.

³³ DAMÁSIO, António R. (2008) O Sentimento de Si. O Corpo, a Emoção e a Neurobiologia da Consciência, trad. P.E.A, Mem Martins, publicações Europa-América, pp. 56.

³⁴ DAMÁSIO, António R. (2008) O Sentimento de Si. O Corpo, a Emoção e a Neurobiologia da Consciência, trad. P.E.A, Mem Martins, publicações Europa-América, pp. 56.

Após a perda de um dos cinco sentidos, os restantes, que permanecem intactos, começam a captar as coisas de uma forma mais aprofundada e mais detalhada.

Neste sentido pode-se comentar um exemplo de uma pessoa que perdeu a visão, ou já nasceu sem ela, o que verificamos é que essa pessoa vive da criação de um mundo imaginário, que apesar de tudo, nunca vai conseguir corresponder à realidade na sua plenitude. Para esta pessoa, existe sempre a noção de diferença de realidade e de verdade.

Daqui depreende-se que a realidade designa o que, de facto, existe, é o conjunto de todas as coisas. Assim, a realidade é sempre a mesma, no entanto, a verdade varia, de pessoa para pessoa, dependendo da consciência de cada indivíduo.

Portanto, todo o ser humano pode contar com os cinco sentidos básicos, como a visão, o toque, a audição, o olfato e o paladar. Estes são os principais para adquirir o saber, a experiência de vida, podendo então dizer-se que estes são como uma porta que se abre para alcançar o conhecimento.

Desta forma percebemos que os sentidos não passam de momentos e podem ser considerados como sentidos momentâneos. A nossa mente tem total acesso a memórias antigas, e assim podemos recordá-las ou até vivê-las, novamente. Cada indivíduo tem a sua forma de sentir uma vez que a experiência é vivida por cada um de nós de maneira diferente, assim como é recordada de maneira diferente.

*“As pessoas tocam as coisas segundo a sua forma. Uma forma singular torna-se magnífica através do toque perene. Pois a mão explora, para inconscientemente revelar e amplificar uma forma já existente. Uma escultura perfeita necessita da sua mão para transmitir pulso e calor, para revelar as subtilezas não alcançadas pelo olhar, precisa da sua mão para as incrementar. A pedra trabalhada, desgastada, exposta aos elementos, regista na sua forma concreta e de um modo espacial, imediato, e simultâneo, não apenas a tortuosa marcha dos dias e noites, céus abertos e carregados de calor e humidade, mas também a sensibilidade, até mesmo a vitalidade, que os sucessivos toques lhes transmitem.”*³⁵
(Stokes,1978)

Assim sendo, a sensação em relação a um objeto é a mesma para todos os indivíduos, todavia, a percepção que resulta desta experiência depende de cada um. Pode então afirmar-



Fotografia 33 - Alturas de Barroso - Palmira a fiar a lã de ovelha.

Autor: Antero de Alda, 28 de Agosto de 2008.

³⁵ STOKES, A. (1978) - The critical writings of Adrian Stokes, vol.1, Londres: Thames and Hudson, 1978. pp. 183

se que a sensação é o primeiro impacto em relação a uma determinada experiência e a percepção é o entendimento sobre essa mesma experiência.

5.3 - Sentir a arquitetura

Segundo Álvaro Siza, “arquitetura é antes de mais um serviço, orientado para o bem-estar.”³⁶ (Siza, pp. 30)

Sentir a arquitetura é colocar em prática os sentidos comuns que o ser humano tem, quando se depara com qualquer ambiente, edifício ou forma arquitetónica.

Bachelard afirma que “os olhos colaboram com o corpo e os demais sentidos. Nosso senso de realidade é reforçado e articulado por essa interação constante. A arquitetura é, em última análise, uma extensão da natureza na esfera antropogénica, fornecendo as bases para a percepção e o horizonte da experimentação e compreensão do mundo. Ela não é um artefacto isolado e independente; ela direciona nossa atenção e experiencia existencial para horizontes mais amplos.”³⁷ (Bachelard, cit in Pallasmaa, J. 2005).

A percepção é fundamental para se poder vivenciar a arquitetura, pondo em prática os sentidos do ser humano. Sentir é uma forma de perceber, assim os sentidos são meios de captação de informação sensorial. O que acontece quando o corpo de uma determinada pessoa recebe um estímulo é que o próprio corpo observa-o e interpreta o que ele quer transmitir. A este fenómeno pode-se chamar percepção, sendo vivida e sentida de maneira diferente por cada indivíduo. Esta “é uma experiência corrente no entanto paradoxal, em que, ao mesmo tempo pessoas diferentes experimentam o mesmo ambiente de maneira similar e diferente.”³⁸ (Jørgensen, 1967) A distância é um dos fatores mais fáceis para entender o que é percepção. Esta influencia a percepção, como por exemplo a Torre dos Clérigos na cidade do Porto: quando vista de uma rua, no início da tarde, passa despercebida no meio da multidão; mas à medida que nos vamos aproximando do centro e entrando na rua onde se pode ver a torre, a percepção não é a mesma, na medida em que temos uma noção da sua dimensão real. Assim, entende-se que quanto mais perto do edifício se estiver, melhor será a percepção da real dimensão do mesmo, bem como o impacto que este cria na sua envolvente.

Assim, sentir a arquitetura é ter uma melhor percepção do espaço. Ao longo do tempo diversas teorias foram referidas acerca dos sentidos e da percepção, umas mais relevantes

³⁶ SIZA, Álvaro em entrevista com Fonseca, João Carlos - Álvaro Siza em busca da serenidade. pág. 30.

³⁷ PALLASMAA, J. (2005). Os olhos da pele: Arquitetura e os sentidos. Artemed editora S.A. Santana, Poto Alegre. pp. 39.

³⁸ JÖRGENSEN, J. cit in Norberg-Schulz, Cristian - Intenciones en arquitectura, Barcelona: GG, 1967

outras menos, umas com sentidos positivos, outras com sentidos negativos. No entanto, a verdade é que não existe uma teoria correta uma vez que tudo depende da percepção do indivíduo, do edifício ou espaço e do que este transmite.

Foram também tecidas críticas ao modernismo, porém, podem ser apontados grandes nomes que, nesta época, colocaram em prática os sentidos na arquitetura.

De acordo com a perspectiva de Pallasmaa, (2005) *“a mesma contracorrente à hegemonia e ao olho da perspectiva tem ocorrido na arquitetura moderna, a despeito da posição culturalmente privilegiada da visão. A arquitetura cinestética e de texturas de Frank Lloyd Wright, os prédios musculares e tácteis de Alvar Aalto e a arquitetura da geometria e gravidade de Louis Kahn são exemplos particularmente significativos dessa realidade.”*³⁹



Imagem 34 - A cidade do envolvimento sensorial. Peter Bruegel, o Velho, Jogos de Crianças, 1560.

Promenor; Kunsthistorisches Museum mit MVK und ÖTM, Viena.*



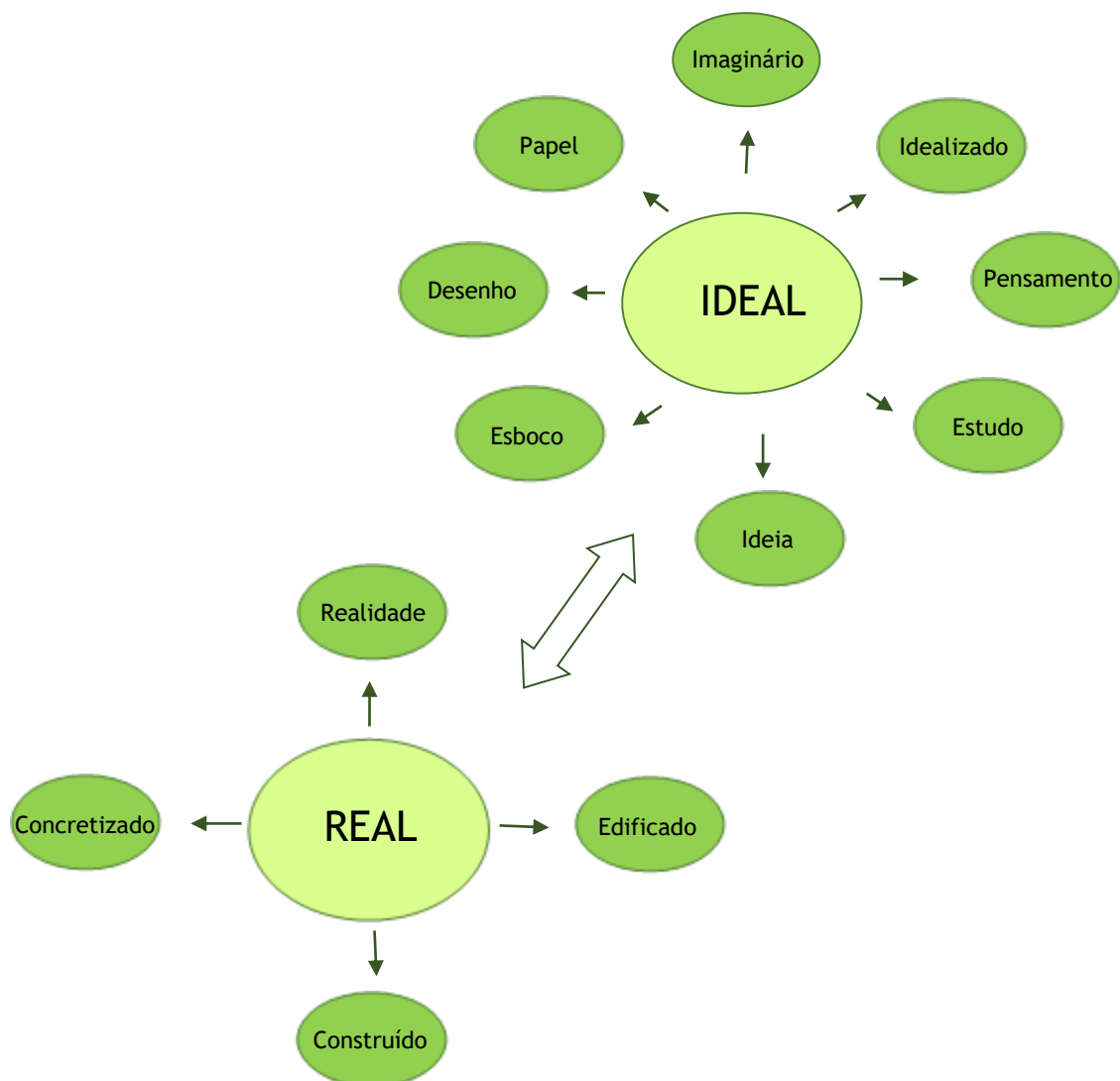
Imagem 35 - A cidade moderna, da privação sensorial; A área comercial de Brasília, 1968; Fotografia de Juhani Pallasmaa. **

* e ** Pallasmaa, J. (2005). Os olhos da pele: Arquitetura e os sentidos. Artemed editora S.A. Santana, Poto Alegre pp.41

³⁹ PALLASMAA, J. (2005). Os olhos da pele: Arquitetura e os sentidos. Artemed editora S.A. Santana, Poto Alegre pp.34

O espaço pode ser considerado “real” e “ideal” e para justificar apresenta-se um exemplo: um projeto “ideal” é aquele que é imaginado, criado, desenhado, idealizado no papel, e o “real” é aquele que é edificado, construído e, por conseguinte, apreendido pelos sentidos de cada indivíduo.

O “ideal” é, neste caso, o pensamento de um arquiteto a funcionar e consequentemente a passagem do imaginário para uma folha em branco, enquanto o “real” é a materialização do imaginário, é tornar visível, palpável, o desenho, de maneira a que qualquer indivíduo possa utilizar os seus sentidos e compreender que a realidade é bem diferente do imaginário e que ambos dependem um do outro.



Esquema 3 - A correlação do “real” com “ideal” - Fatores de Influência.

“Toda experiência comovente com a arquitetura é multissensorial; as características de espaço, matéria e escala são medidas igualmente por nossos olhos, ouvidos, nariz, pele,

língua, esqueleto e músculos. A arquitetura reforça a experiência existencial de reforço da identidade pessoal. Em vez da mera visão, ou dos cinco sentidos clássicos, a arquitetura envolve diversas esferas da experiência sensorial que interagem e fundem entre si” ⁴⁰ (Pallasmaa, 2005).

Em jeito de conclusão, pode referir-se que sentir a arquitetura envolve o ser humano a todos os níveis. É fundamental compreender que sentir é uma conjugação dos cinco sentidos com a perceção de cada indivíduo e com os fatores que implicam a perceção. O ser humano percebe, vê, sente, ouve, toca, cheira e saboreia de uma forma bastante própria, muito individual. A captação dos sentidos difere de pessoa para pessoa, existindo inúmeras opiniões positivas e negativas.

A arquitetura é entendida pelos seres humanos quando estes utilizam os seus sentidos juntamente, com a perceção e chegam a uma opinião própria.

5.4 - O processo de envelhecimento

(Moura,2006) explica o processo de envelhecimento da seguinte forma, “todo o ser humano segue um processo natural de vida, cresce, desenvolve-se, amadurece, envelhece e por fim acaba por falecer. É um facto real, que faz parte do ciclo da vida biológica, desta forma vê-se como sendo um procedimento comum a todos os seres humanos. Assim sendo é preciso adaptar-se psicologicamente a cada uma das suas fases, tornando assim possível adaptarmos e melhor este processo.” ⁴¹

Os seres humanos atravessam a designada “terceira idade”, estágio em que o seu desempenho profissional e motor já não apresenta o mesmo ritmo. Certas limitações começam a surgir e podem levar a que o idoso se sinta perturbado.

(Schneider, Marcolin & Dalacorte, 2008) atesta que “a partir da terceira idade, desempenho funcional das pessoas entra em declínio, devido ao processo fisiológico do envelhecimento. A maioria das vezes, as limitações funcionais apresentam uma maior influência na vida diária de um idoso do que as doenças crónicas.” ⁴²

Existe, assim, um envelhecimento ao nível psicológico e ao nível físico. Relativamente às alterações físicas, as mais frequentes envolvem a redução da capacidade do funcionamento

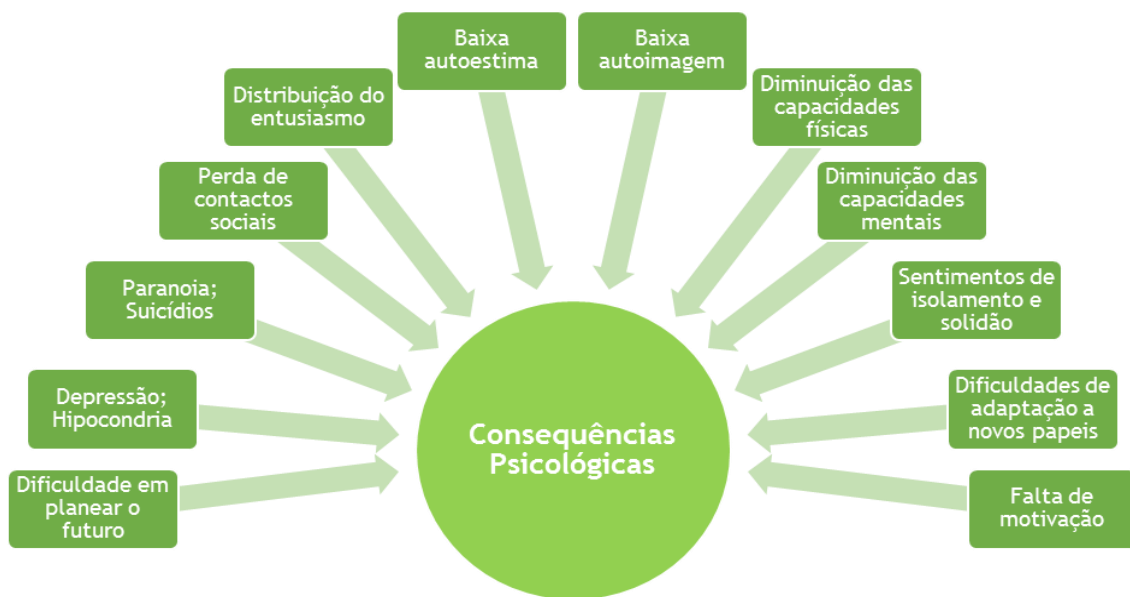
⁴⁰ PALLASMAA, J. (2005). Os olhos da pele: Arquitetura e os sentidos. Artemed editora S.A. Santana, Poto Alegre pp.39

⁴¹ MOURA, C.M. (2006), Envelhecimento, Aptidão Física e Qualidade de Vida. Diferenças entre idosos activos e não-activos da comunidade e utentes do Concelho de Santa Maria da Feira. Dissertação de mestrado em Ciências do Desporto, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto.

⁴² SCHNEIDER, R.H., Marcolin, D. & Dalacorte, R.R. (2008), Avaliação funcional de idosos. Scientia Medica, 18 (1), pp. 4-9.

dos órgãos, fraqueza dos músculos, problemas visuais e auditivos, fragilidades ósseas e complicações nas articulações. É extremamente importante evitar quedas, na medida em que, por vezes, podem ser fatais. Relativamente à capacidade motora, verifica-se um declínio das capacidades motoras básicas tais como a agilidade, a velocidade, a destreza e a força. Em relação à parte psicológica, surgem perdas ou mudanças ao nível da velocidade de processamento, do enfraquecimento de memória, da diminuição do ritmo de capacidades.

O bem-estar psicológico de um idoso está relacionado com a manutenção da autonomia.



Esquema 4 - Consequências psicológicas.

Fonte: Adaptado de Costa, 2003 cit in Almeida, 2008; Zimmerman, 2000 cit in Almeida 2008; Lopes & Benedetti, 2001.

A velhice vai-se apoderando do indivíduo aos poucos, lentamente, no seu dia-a-dia, sem que este se aperceba. Ainda assim, não pode ser considerada uma doença pois sabemos existirem muitos idosos saudáveis, que, apesar de se defrontarem com limitações mais ou menos extensas, não permitem que elas os afetem de forma a provocar atitudes derrotistas, mas antes se disponham a enfrentá-las e ultrapassá-las, melhorando as suas capacidades e métodos, eventualmente com ajudas e aconselhamentos médicos.

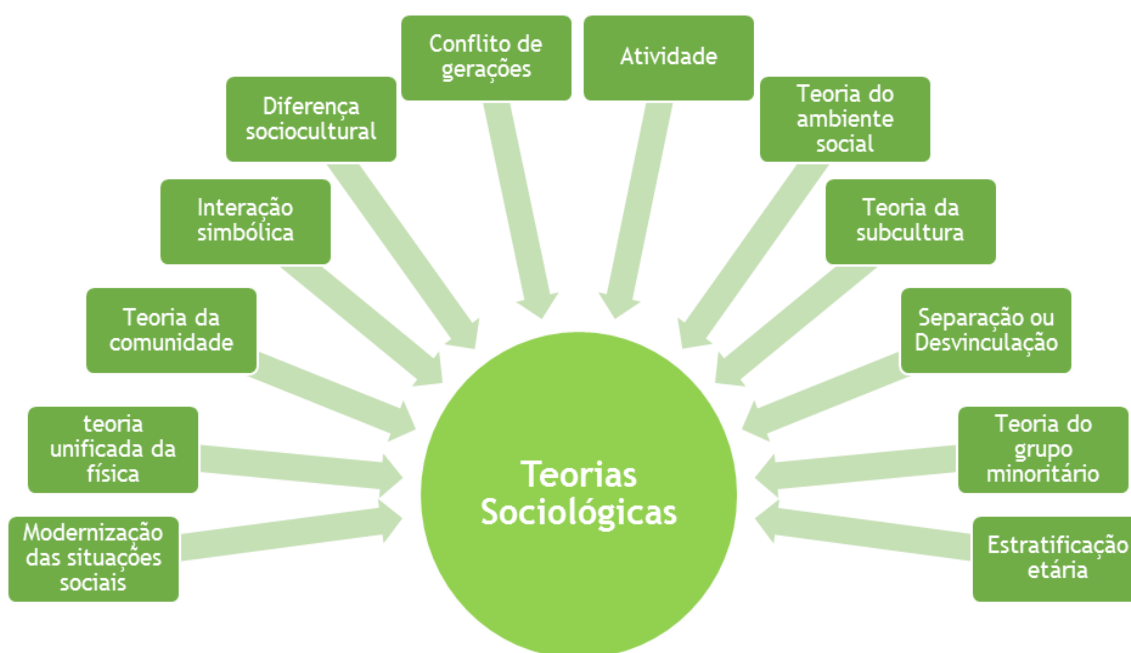
O que os idosos necessitam, mesmo nos casos mais complicados, é de um conjunto de soluções devidamente adequadas a cada caso e destinadas a apaziguar o seu sofrimento psicológico e físico, pois todas estas alterações, inerentes ao processo de envelhecimento, podem levar à perda, parcial ou mesmo total, de funções fundamentais para a realização das tarefas do seu dia-a-dia.

Existem diversos tipos de terapias e de desportos adequados que podem solucionar ou pelo menos atenuar estes dois problemas, oferecendo respostas ao idoso. Como atividades destacam-se as aulas de dança, o ioga, a natação, a hidroginástica, entre outras. Estas atividades trazem bem-estar ao corpo e à mente.

É importante uma boa alimentação de forma a evitar, ou pelos a minimizar, problemas de saúde como, por exemplo, o AVC (Acidente Vascular Cerebral) que tem como grande causa o aumento do colesterol.

(Costa, 2002 cit in Moura, 2006; Vaz, 2009) no “*estudo do envelhecimento, mencionam três tipos de idade, a idade social, a idade psicológica e a idade biológica, desta forma pode-se caracterizar três tipos de envelhecimento.*

Portanto, a idade social vai de encontro ao envelhecimento social, na medida em que a sociedade escolhe a função a desempenhar para os idosos.”^{43 44}



Esquema 5 - Teorias Sociológicas do envelhecimento.

Fonte: (Adaptado de: Rossel, Herrera, & Rico, 2004 cit in Vaz, 2009; Salgado, 1979 cit in Almeida, 2008; e Mailoux-Poirier, 1995 cit in Almeida, 2008).

⁴³ MOURA, C.M. (2006). Envelhecimento, Aptidão Física e Qualidade de Vida. Diferenças entre idosos activos e não-activos da comunidade e utentes do Concelho de Santa Maria da Feira. Dissertação de Mestrado em Ciências do Desporto, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto;

⁴⁴ Vaz, F.S.A. (2009). A Depressão no Idoso Institucionalizado: Estudo em Idosos Residentes nos Lares do Distrito de Bragança. (Dissertação de mestrado em psicologia do idoso).Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação, Porto.

Relativamente à idade psicológica, esta encontra-se relacionada a comportamentos do idoso no âmbito do dia-a-dia, como por exemplo mudanças de ambientes durante o dia, juntando a memória, a inteligência e as motivações dos mesmos.

A idade biológica diz respeito ao envelhecimento orgânico uma vez que se presencia uma diminuição da capacidade de funcionamento dos órgãos e uma diminuição da eficiência da sua autorregulação. Os órgãos dos idosos não envelhecem, simultaneamente sendo importante compreender que o envelhecimento é um processo gradual.

O envelhecimento designa um acontecimento que varia de indivíduo para indivíduo, tomando ritmos diferentes consoante a pessoa. Todas as pessoas são diferentes e até mesmo o envelhecer é diferente de pessoa para pessoa.

5.5- O que é institucionalização?

Institucionalização significa *“colocar alguém ou colocar-se de forma permanente ou por longo período de tempo numa instituição de correção, de assistência ou de cuidados de saúde.”*⁴⁵

Um dos motivos pelos quais os idosos são acolhidos em instituições específicas, deve-se a cuidados que o mesmo necessita e que, por razões diversas, não recebe em casa. Outro está relacionado com o fato da habitação não se adequar às suas necessidades. Assim, a institucionalização depende da situação em que se encontra e quais as suas limitações.

Ao longo do tempo, as instituições foram sofrendo alterações no âmbito do tipo de estruturas e decidiram apostar na especificação das suas funções.

*“O primeiro gerontocómio (Hospício para pessoas idosas) foi criado no ocidente, pelo Papa Pelácio II. Este transformou a própria casa num hospital repentino, para acolher os doentes, os pobres, os idosos e até os perseguidos. Em Itália, ainda hoje se apelam de gerontocómios as fundações que prestam auxílio aos idosos. Contudo, na grande parte do mundo, atualmente, não é esta a designação usada.”*⁴⁶ (Vaz,2009)

“Foi no século XVII, que se começou a refletir sobre as instituições e verificar-se que estas não deveriam estar ligadas a aspetos de solidariedade, muito menos dependentes de emoções e sensibilidades ligados a religião, mas sim de uma consciência do próprio estado e da sociedade civil. Desta forma surge assim nos finais do século XVII, a (3 de Julho de 1780) a

⁴⁵ "Institucionalização", in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2013, <http://www.priberam.pt/DLPO/institucionaliza%C3%A7%C3%A3o> [consultado em 25-08-2015].

⁴⁶ VAZ, F.S.A. (2009). A Depressão no Idoso Institucionalizado: Estudo em Idosos Residentes nos Lares do Distrito de Bragança. Dissertação de Mestrado em Psicologia do idoso - Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação, Porto.

*criação da Casa Pia em Portuga, que veio-se afirmar como um símbolo marcante da época, criando uma nova forma de ver e encerrar o apoio social por parte das entidades das mesmas e sociedade civil.”*⁴⁷ (Ferreira, 2006; Almeida, 2008)

*“No ano de 1498, as entidades sociais começaram a reconhecer dois tipos de instituições: uma com os objetivos de institucionalizar pessoas idosas e a outra a criação de condições, para pessoas idosas que queriam permanecer no seu domicílio, mas não tinham condições.”*⁴⁸ (Jacob, 2002)

*“Albergues ou asilos eram o nome que designavam as primeiras instituições. Estas eram habitadas por pessoas que eram apeladas de indigentes, mendigos e idosos, por se destacarem simplesmente por pobreza, ou por doença ou até rejeição familiar. O asilo pretendia ser o abrigo e recolhimento, eram habitualmente sustentados devido ao poder do público e dos grupos religiosos. Estes começaram a ser substituídos por Lar de idoso, Lar de terceira idade, Residência de idosos, Casa de Repouso, entre outros”*⁴⁹ (Hoffmann-Horochovski, 2008; Jacob, 2002; Vaz, 2009)

*“Sabe-se ainda que aos lares de idosos, assim apelados, surgiram a partir da década de 50 do séc. XX e constituem, deste modo, a primeira resposta social de apoio aos mais idosos.”*⁵⁰ (Ferreira, 2006; Hoffmann-Horochovski, 2008; Jacob, 2002)

⁴⁷ FERREIRA, J.L.S. (2006). Educação na Terceira Idade: Estudo do Colectivo de Pessoas Maiores no contexto comunitário de Vila Nova de Gaia. Dissertação de Doutoramento, Faculdade de CC. Da Education, Santiago de Compostela.

⁴⁸ JACOB. L. (2002). Ajudantes Sénior: Uma Hipótese de Perfil Profissional para as Ipss. Dissertação de Mestrado em Políticas de desenvolvimento de Recursos Humanos, Instituto Superior de Ciências do Trabalho e de Empresa, Lisboa.

⁴⁹ HOFFMANN-HOROCHOVSKI, M.T. (2008). Memórias de morte e outras memórias: Lembranças de velhos. Dissertação de Doutoramento em Sociologia, Universidade Federal do Paraná, Paraná;

Jacob. L. (2002). Ajudantes Sénior: Uma Hipótese de Perfil Profissional para as Ipss. (Dissertação de Mestrado em Políticas de desenvolvimento de Recursos Humanos). Instituto Superior de Ciências do Trabalho e de Empresa, Lisboa;

Vaz, F.S.A. (2009). A Depressão no Idoso Institucionalizado: Estudo em Idosos Residentes nos Lares do Distrito de Bragança. Dissertação de Mestrado em Psicologia do idoso, Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação, Porto.

⁵⁰ FERREIRA, J.L.S. (2006). Educação na Terceira Idade: Estudo do Colectivo de Pessoas Maiores no contexto comunitário de Vila Nova de Gaia. Dissertação de Doutoramento, Faculdade de CC. Da Education, Santiago de Compostela;

Hoffmann-Horochovski, M.T. (2008). Memórias de morte e outras memórias: Lembranças de velhos. Dissertação de Doutoramento em Sociologia, Universidade Federal do Paraná, Paraná;

Jacob. L. (2002). Ajudantes Sénior: Uma Hipótese de Perfil Profissional para as Ipss. Dissertação de Mestrado em Políticas de desenvolvimento de Recursos Humanos, Instituto Superior de Ciências do Trabalho e de Empresa, Lisboa;

*“A toma de decisão, por parte de um idoso em ir viver para um lar, é momentaneamente complicada, pois esta significa grandes mudanças para o mesmo, determinando a sua separação do núcleo familiar que este está inserido, levando a adaptação a um novo espaço e ambiente totalmente desconhecido.”*⁵¹ (Nunes, 2008)

Conclui-se, assim, que ao longo dos séculos as instituições de acolhimento de pessoas foram ganhando relevância e especializaram-se com o intuito de melhorar o serviços prestado e fornecer ao utente melhor qualidade de vida.

5.5.1 - Institucionalização de pessoas idosas

Falar do envelhecimento em Portugal é falar de um acontecimento real e atual da situação que marca a sociedade. O aumento da esperança média de vida, não se faz acompanhar de um bem-estar ou de autonomia, que ofereça aos idosos uma melhor qualidade de vida e que responda as suas necessidades e expectativas.

(Pimentel, L., 2001) cita *“... cada indivíduo idoso tem uma história, uma personalidade e é condicionada por um conjunto de fatores que tornam a sua existência única, ainda que partilhe experiências sociais e outras”*⁵²

Dentro do grupo etário da terceira idade encontramos indivíduos que apresentam capacidades de autonomia que lhes permitem tomar conta de si próprios bem como realizarem as tarefas do dia-a-dia sozinhos. Estes idosos ainda têm a capacidade de tomar as suas próprias decisões, são independentes e preferem continuar a gerir o seu dia-a-dia sem recorrer a qualquer tipo de apoio.

No entanto, a realidade apresenta uma imagem um pouco mais negativa uma vez que uma grande parte dos idosos não conseguem ser completamente autónomos. Nestas situações, estes devem ser institucionalizados, geralmente devido a problemas de saúde e à impossibilidade dos seus familiares cuidarem deles.

Normalmente, quando um idoso recorre aos apoios sociais é devido às dificuldades que apresenta ao nível da autonomia que o impedem de permanecer no seu lar. Aqui, verificam-se situações como limitações físicas, psíquicas e sociais e emerge a necessidade de procura de uma instituição que promova a autonomia e, desta forma, ajude os idosos a receberem acompanhamento.

⁵¹ NUNES, V.M. A. (2008). Qualidade de vida na perspetiva de idosos institucionalizados no Município Natal. Dissertação de mestrado em Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Rio Grande do Norte.

\PIMENTEL, L. (2001). O lugar do Idoso na família: contextos e trajectórias. Quarteto Editora, Coimbra. Coleção Teses, nº 11 pp. 94

A institucionalização de um idoso decorre quando este apresenta limitações físicas e psicológicas e as capacidades do meio ambiente diminuem. Não obstante, é previsível que a mudança do idoso para a instituição crie um impacto emocional, tanto para este como para a família, uma vez que irão sofrer alterações nos hábitos de vida adquiridos ao longo do tempo.

Os motivos que justificam a entrada do idoso para uma instituição são vários, como por exemplo, uma situação de recuperação após alta hospitalar, onde o idoso pode ter acesso a todos os tipos de tratamento e apoios que o seu lar não lhe pode oferecer.

Nesta fase da institucionalização poderá ser importante o acompanhamento psicológico, de forma a ajudá-lo na adaptação e integração, para que este não perca a sua identidade, bem como os vínculos afetivos e ultrapasse, o receio de mudança, entre outros. É ainda fundamental que haja um trabalho multidisciplinar, ou seja, um trabalho em que todos os serviços da entidade contribuam para a facilitação da adaptação e manutenção acima de tudo o bem-estar psicológico, ao longo do seu período de envelhecimento.

Existem várias atividades que podem ajudar o idoso na sua inserção na instituição e na nova comunidade, como por exemplo as atividades cognitivas, a terapia ocupacional, a pintura, a arte, entre outras.

A prática diária dos idosos nas atividades de estimulação propostas pela instituição é essencial para as competências cognitivas.

Em suma, segundo o (Grupo de Coordenação do Plano de Auditoria Social & CID, 2005) *“os principais objetivos de integração das pessoas idosas num lar de idosos ou numa outra instituição com este fim são os seguintes: 1º promover qualidade de vida; 2º proporcionar serviços permanentes e adequados ao idoso; 3º contribuir para a estabilização ou atraso do processo de envelhecimento e sucessivamente conduzir a um envelhecimento mais, autónomo saudável e ativo; 4º privilegiar a interação com a família e com a restante comunidade, no seguimento de se afirmar na sociedade; e por fim 5º incitar a auto estima, a valorização e autonomia pessoal e social, garantindo as condições essenciais para o apoio da sua capacidade autónoma, e para a organização das atividades diárias.”*⁵³

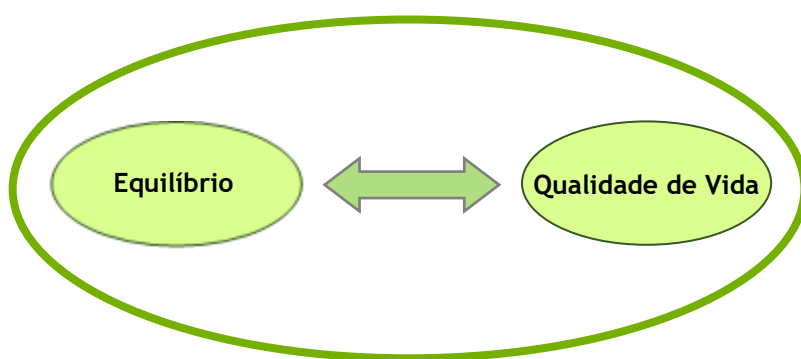
5.6 - O que significa qualidade de vida?

Qualidade de vida define-se para Paschoal como *“um conceito que está submetido a múltiplos pontos de vista e que tem variado de época para época, de país para país, de cultura para cultura, de classe social para classe social e, até mesmo, de indivíduo para*

⁵³ Grupo de Coordenação do Plano de Auditoria Social., & CID., (2005). Manual de boas práticas: um guia para o acolhimento residencial das pessoas mais velhas. Para dirigentes, profissionais, residentes e familiares. Instituto de Segurança Social, Lisboa

*indivíduo e inclusive tem variado para o mesmo indivíduo conforme o decorrer do tempo.”*⁵⁴ (Paschoal, 2000 cit in Tahan, 2009, pp.21)

Podemos definir qualidade de vida como os vários caminhos que nos levam a alcançar o equilíbrio. Sendo assim, o equilíbrio é a palavra-chave para a qualidade de vida. Este é originado pelo bem-estar físico, mental, psicológico e emocional, bem como pelos relacionamentos sociais e também pela saúde. Não se pode esquecer ainda a educação, o poder de compra, entre outras circunstâncias da vida. Sabe-se ainda que a qualidade de vida é entendida de maneira diferente de pessoa para pessoa, assim como é vivenciada de maneira diferente pelos diferentes estatutos sociais.



Esquema 6 - Dualidade entre Qualidade de Vida e Equilíbrio.

Assim, pode afirmar-se que a qualidade de vida significa viver melhor, o que implica boas habitações, bons relacionamentos com a cidade, tentando sempre aproveitar os espaços públicos e ter meios gratuitos de lazer. Se a qualidade de vida significa ainda melhores habitações, então a arquitetura é influenciada pela qualidade de vida e vice-versa. Pensar a arquitetura é pensar também na qualidade de vida dos habitantes, na medida em que a arquitetura é pensada e desenvolvida com o objetivo de proporcionar aos indivíduos as condições desejadas. A arquitetura engloba os projetos das habitações assim como o estudo dos projetos dos espaços urbanos. De um modo global, a arquitetura estuda a cidade e a sua organização. A arquitetura pode então descrever-se como sendo uma organização espacial e física, entre a habitação e a própria envolvente, tendo a cidade como um todo.

Daqui surge a necessidade de estudar o impacto que um projeto de um edifício irá causar no local e na sua envolvente, sempre tendo em atenção a minimização das

⁵⁴ TAHAN, J. (2009). Envelhecimento e Qualidade de vida: significados para idosos participantes de grupos de Promoção de Saúde no contexto da Estratégia Saúde da Família. Dissertação de mestrado em Medicina Social, Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, São Paulo.

consequências, que pode ser alcançada através de estudos, como por exemplo conservação de energia, insolação, ventilação e até em reciclagem de materiais.

Desta forma, pode-se abordar a Arquitetura Sustentável, na medida em que o arquiteto lida no seu dia-a-dia com a sustentabilidade, sabendo que esta desempenha um papel primordial a nível ecológico para as gerações seguintes. Refere-se ainda que ser arquiteto vai muito além de elaborar um projeto, é saber como colaborar para a melhoria do espaço urbano, é procurar e contribuir com novos métodos e tecnologias, é saber mostrar diferentes formas de aproveitamento de espaço. Sendo assim, é procurar sempre a inovação, pondo em prática a criatividade para que os habitantes residam melhor, vivam com uma melhor qualidade de vida, chegando pelo menos a satisfazer os seus ideais e as suas necessidades básicas.

5.6.1 - O que significa qualidade de vida em um idoso?

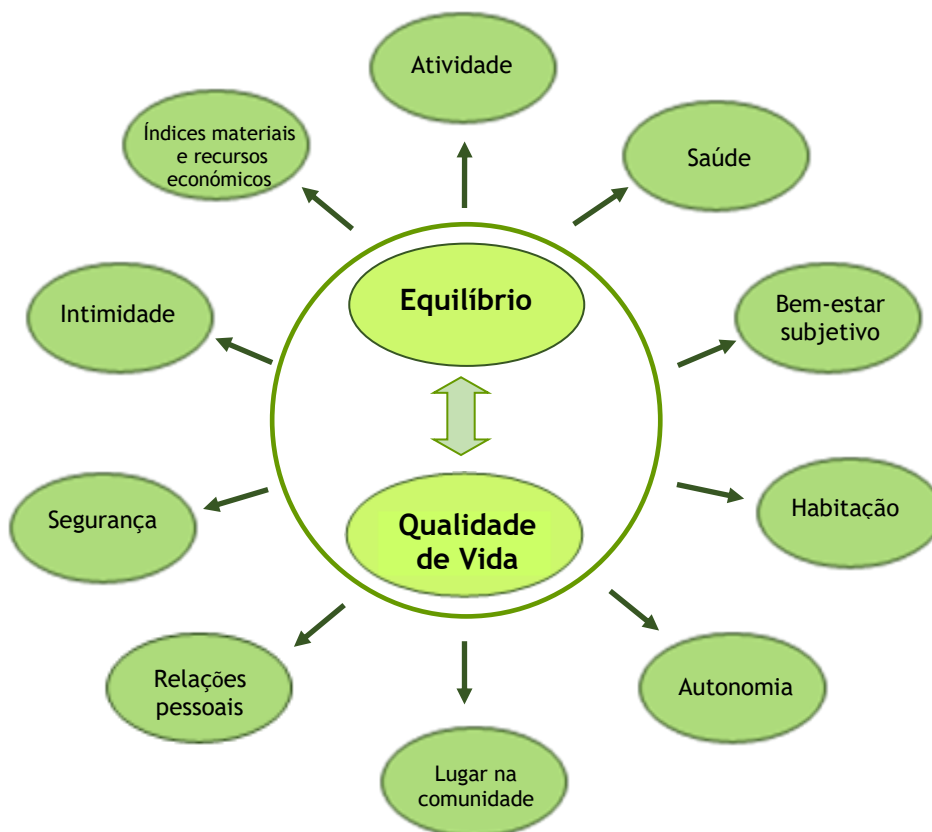
A terceira idade é uma etapa que requer uma certa atenção por parte dos próprios idosos e dos seus familiares. Assim, poder-se-á dizer que *“a entrada na terceira idade implica certos cuidados tais como o conforto e a manutenção da Qualidade de Vida, surgindo como desfecho a menorização na atenção despendida em terapias exclusivas em curas e/ou procedimentos médicos em casos de enfermidades particulares.”*⁵⁵ (Clotet, 2003 cit in Pavan, 2008).

Para um idoso, são inúmeros os fatores que se consideram essenciais para que possa ter qualidade de vida.

O esquema seguinte indica que a qualidade de vida e o equilíbrio se complementam e vice-versa. Assim, a qualidade de vida, de forma a alcançar o equilíbrio, beneficia de vários fatores importantes tais como *“o bem-estar subjetivo, que pode ser físico, material emocional ou até social; a autonomia; a atividade; os índices materiais; recursos económicos; a saúde; a habitação; a intimidade; a segurança; relações pessoais e ainda o lugar na comunidade.”*⁵⁶ (Castellon, 2003)

⁵⁵ PAVAN, A. P. (2008). Avaliação da Qualidade de Vida e tomada de decisão em idosos participantes de grupos socioterápicos da cidade de arroio do meio, RS/Brasil. (Dissertação de Mestrado em Gerontologia Biomédica). Instituto de Geriatria e Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do sul, Porto Alegre.

⁵⁶ CASTELLON, A. (2003). Calidade de vida en la atencion al mayor. Revista mulyidisciplinary de Gerontologia, 13 (3), 188-192.



Esquema 7 - Dualidade entre Qualidade de Vida e Equilíbrio - Fatores de Influência.

A qualidade de vida é, aos olhos dos idosos, ter saúde. É um bem essencial para a continuidade. Assim, pode-se expor que ter saúde é um dos principais, se não até o principal fator revelado pela maioria dos idosos para uma boa qualidade de vida. Viver sem saúde para estes, é viver sem qualidade de vida, pois ter saúde implica ter os restantes fatores como bem-estar, habilidades físicas, interação social, entre outros.

O idoso, para ter qualidade de vida, precisa de viver em tranquilidade, na medida em que ao longo do processo de envelhecimento atravessa diversas tensões sociais e psicológicas que conduzem a um desgaste ao nível físico e psicológico. Podem, ainda, apontar-se outros fatores relevantes como as relações pessoais, que oferecem ao idoso um sentido de pertença e integração na sociedade em que estão inseridos. Quando este carece de relacionamentos pessoais significativos pode sentir-se rejeitado pelo mundo que o rodeia. O convívio familiar e com amigos é fundamental, pois o facto de se poder relacionar com as pessoas que mais gosta transmite-lhes uma certa segurança.

A qualidade de vida do idoso inclui também recursos financeiros que lhe permitam pagar as suas despesas (e.g., rendas, contas de água, luz, medicamentos) e representa a manutenção da sua autonomia.

A habitação, é então, um dos fatores também associados à qualidade de vida. Se aliarmos o conforto interno da habitação com uma harmonia, encontramos o equilíbrio de uma habitação com qualidade de vida.

A qualidade habitacional pode então ser entendida como a preocupação com as dimensões funcionais, sendo estas fundamentais no uso dos diferentes espaços, proporcionando então conforto e segurança, mas também se destacam as sociais, pois a capacidade de vivência e convivência no espaço residencial, bem como a apropriação dos diferentes espaços, a acessibilidade a certos equipamentos coletivos, não deixa de ser importante. As dimensões ambientais são também fundamentais, como a insolação, a arborização, a poluição, a qualidade das infraestruturas, o enquadramento na malha urbana, entre outros.

São várias as estruturas de lazer que estão ao dispor dos idosos e estas podem sofrer adaptações para que possam proporcionar qualidade de vida a quem os frequenta. Estas estruturas são realmente importantes para os idosos, pois estes procuram atividades alternativas, o que lhes proporciona um bem-estar físico e psicológico.

A alimentação também é um fator que contribui para uma melhor qualidade de vida. Apesar de não se destacar tanto como os anteriores, é essencial referir que comer bem, ou seja, ter apetite é fundamental, pois grande parte das doenças são adquiridas pela má alimentação ou até mesmo pelo processo de comer em pouca quantidade. Assim sendo, comer bem, destaca-se para um bem-estar físico e psicológico.

5.6.2- Institucionalização de idosos e a qualidade de vida?

Até há bem pouco tempo atrás, os cuidados dos idosos ficavam ao cargo dos seus familiares. No entanto, atualmente, a situação modificou-se, uma vez que a família não tem disponibilidade para cuidar dos seus entes queridos. O que se verifica é que as alterações que surgiram a nível social como, por exemplo, famílias pouco numerosas, a integração da mulher no mercado de trabalho, até o facto de vivermos numa sociedade consumista e de competição, fez com que passassem a responsabilidade de cuidar dos seus familiares idosos para as instituições que foram criadas com o intuito de prestar auxílio a essas pessoas.

Para Marques (n.d), *“os idosos que passam a viver numa determinada instituição, sendo esta pública ou privada, apresentam uma inferior Qualidade de Vida comparativamente àqueles seniores que permanecem nos seus próprios lares, pois a sua casa é um lugar extremamente importante para eles, pelo facto de os mesmos terem criado fortes vínculos com habitação onde residiam e a mesma lhe trazer memórias do percurso da*

sua vida, assim como dos seus entes mais caros, como filhos netos amigos.” ⁵⁷ (Law & Warnes, 1982, Pynoos & Regnier, 1991 cit in Perez et al, 2001; Martins, 2004)

Contudo “os idosos que apresentam melhor Qualidade de Vida, são os idosos com menos idade, principalmente do sexo masculino, e ainda os que tem um nível socioeconómico elevado ou médio alto ou até mesmo só médio.” ⁵⁸ (Fernández-Ballesteros, 1998; Martins, 2004) Deste modo, pode concluir-se que não é importante o local de residência para o idoso mas sim a idade e o género. Todavia, *“a qualidade de vida dos idosos pode depender da vida diária do sénior, bem como das condições pessoais particulares como, posição social, género, idade e conseqüentemente não atribuir normas de Qualidade de Vida universalizáveis.”* (Fernández-Ballesteros, 1998 cit in Fonseca, 2005)

“As pessoas na terceira idade quando estão na institucionalização, veem o lugar, a instituição, como o último local, como se esse lugar fosse a indicação, de que o seu fim está perto, estes seniores chegam mesmo a declarar que não sairão da instituição vivos, e que os dias serão todos iguais, o de hoje igual ao de amanhã e conseqüentemente não terão mais preocupações diárias.” ⁵⁹ (Tavares, 2007)

Um idoso institucionalizado pode padecer de vários problemas. Um deles, bastante importante é a depressão, que pode causar isolamento social, as carências afetivas, a perda de autonomia que se expressa pela incapacidade física e mental, a perda de identidade, a baixa autoestima e a solidão.

Qualquer instituição, seja ela pública ou privada, deve ter como finalidade proporcionar aos utentes uma boa qualidade de vida, independentemente dos fatores que possam reduzir essa mesma qualidade. A grande preocupação das instituições deve ser o bem-estar dos seus utentes.

“Assim as instituições são dotadas de pessoas competentes para oferecerem os serviços necessários de auxílio aos idosos, como por exemplo médicos, fisioterapeutas, enfermeiros, terapeutas ocupacionais entre outros. O grande interesse da instituição é o bem-estar biopsicossocial, e por conseguinte a promoção das funções globais, com o objetivo de obter uma independência superior, uma maior autonomia e ainda uma melhor qualidade

⁵⁷ MARTINS, R.M.L. (2004). Qualidade de vida dos idosos da região de Viseu. Dissertação de Doutoramento em desenvolvimento e intervenção psicológica, Universidade de Extremadura, Badajoz.

⁵⁸ FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, R. (1998). Quality of life: the differential conditions. *Psychology in Spain*, 2(1), 57-65;

Martins, R.M.L. (2004). Qualidade de vida dos idosos da região de Viseu. Dissertação de Doutoramento em desenvolvimento e intervenção psicológica, Universidade de Extremadura, Badajoz.

⁵⁹ TAVARES, L. (2007). Estimulação em Idosos Institucionalizados: Efeitos da prática de Actividades Cognitivas e Actividades Físicas. Dissertação de mestrado em Psicologia, Universidade Federal de Santa Catarina, Santa Catarina.

para os seus últimos tempos de vida.” ⁶⁰ (Pereira, Britto, Pertence, Cavalcante & Guerra, 2005)

A instituição deve apresentar as condições mínimas, proporcionando assim ao utente uma vida com conforto, segurança, bem-estar e com os cuidados de saúde que este necessita e ainda com amor e carinho por parte de toda a equipa que os acompanha. A instituição não se compara ao seu lar familiar, contudo tenta, de alguma forma, minimizar o sofrimento dos utentes oferecendo todos os cuidados e atenção que estes merecem.

5.7 - Abordagem breve de alguns conceitos

Considera-se relevante explicitar alguns conceitos para que seja mais fácil a compreensão de alguns tópicos que irão ser referidos ao longo deste estudo. Assim, torna-se importante definir os conceitos de arquitetura, lugar, habitar, habitar a arquitetura, habitação e qualidade de habitação, na medida em que estes serão úteis para um melhor entendimento da matéria em si e dos temas relacionadas com a arquitetura.

“Quando eu tento identificar as intenções estéticas que me motivaram no processo de projetar edifícios, eu chego à conclusão que os meus temas variam entre o lugar, o material, a energia, a presença, as recordações, as memórias, as imagens, a densidade, a atmosfera, a permanência e a concentração. Durante o curso do meu trabalho, eu tento dar a estes termos abstratos, conteúdos concretos relevantes à cessação afetiva, mantendo na minha cabeça que estou a construir algo que irá fazer parte de um lugar, parte de um circundante, que irá ser usado e amado, descoberto e legado, abandonado, e porém até detestado - em suma, que irá ser vivido, no sentido mais amplo.” ⁶¹ (Zumthor, 1997)

5.7.1 - Conceito de Arquitetura

Atualmente existem inúmeras opiniões acerca do que é a arquitetura, no entanto, alguns comentários de arquitetos podem auxiliar na compreensão do que é este conceito.

(Mário Botta 1996), enquanto arquiteto, menciona que *“o primeiro ato da arquitetura não é por pedra sobre pedra, e sim pedra sobre um lugar, portanto transformar*

⁶⁰ PEREIRA, L.S.M., Britto, R.R., Pertence, A.E.M., Cavalcante, E.C. & Guerra, V.A. (2005). Programa Melhoria da Qualidade de Vida dos Idosos Institucionalizados. Anais do 8º Encontro de Extensão da UFMG Belo Horizonte, Brasil.

⁶¹ ZUMTHOR, P. (1997), Peter Zumthor Works : Buildings and Projects, 1979-1997, Hardcover, Lightness and Pain

*uma condição de natureza numa condição de cultura”*⁶². A arquitetura é, assim, considerada como um pensamento ou ideia que é transportado para o papel e que poderá tornar-se real caso se avance com a construção dessa ideia. É importante não ignorar que a edificação tem uma envolvente, a qual pode ser denominada de lugar, e que deve ser analisado de forma minuciosa, assim como o local da construção.

*“A obra de arquitetura concretiza a síntese entre o pensamento do arquiteto (ainda que abstrato, ideológico) e a realidade. Uma realidade que é antes de mais a condição geográfica: a arquitetura transforma uma condição de natureza numa condição de cultura. Esta transformação modifica um equilíbrio espacial existente num novo equilíbrio. O encontro entre o mundo ideológico do pensamento, o mundo abstrato do desenho e o mundo da realidade é também encontro com uma situação histórica, com uma entidade cultural, com uma memória da qual o território está impregnado e que, julgo, a arquitetura deve reler e repropor através, das tensões, das vontades de mudança do nosso tempo.”*⁶³ (Mário Botta 1996).

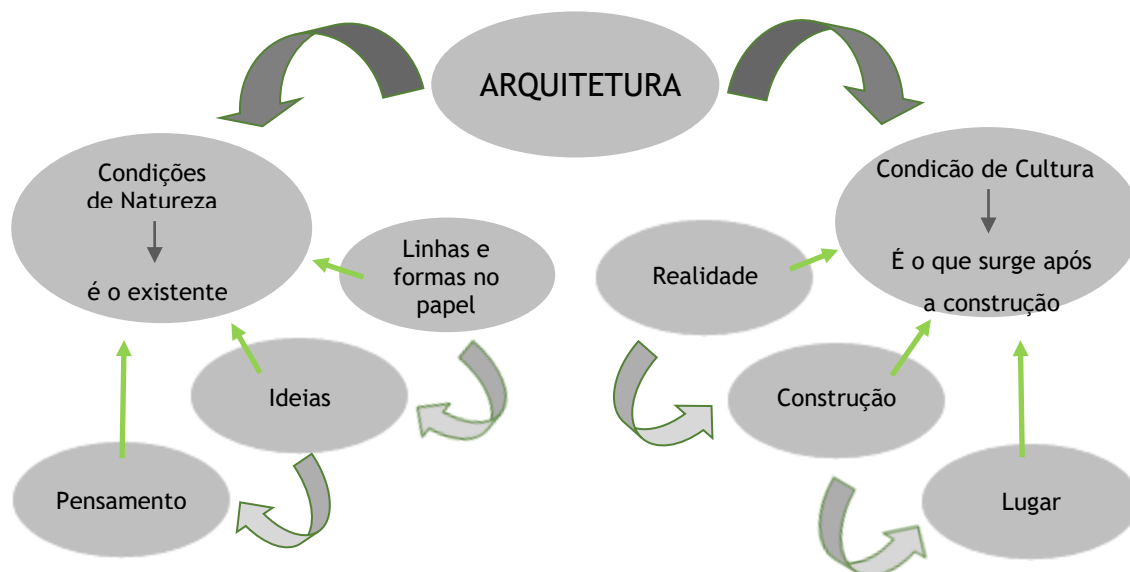
A arquitetura só pode ser considerada como tal quando o ser humano a consegue sentir, tocar, ver, seja como obra ou imagem. Assim, pressupõe-se que é o Homem quem faz a arquitetura e para que faça sentido, deve ser apreciada e avaliada.

*“Declaro que chegou a hora para a arquitetura reconhecer a sua natureza, compreender que deriva da vida e tem como objetivo a vida como hoje a vivemos, de ser, portanto uma coisa inteiramente humana. Se vivermos com personalidade e beleza, a arquitetura torna-se a necessária interpretação da nossa vida...Sim, a interpretação da vida: esta é a verdadeira tarefa da arquitetura, pois os edifícios são feitos para se viver neles, para se viver neles com felicidade, são construídos para acrescentar o prazer de viver.”*⁶⁴

⁶² BOTA, M. (1996), *Ética do construir*, Roma, Bari: edições 70

⁶³ BOTA, M. (1996), *Ética do construir*, Roma, Bari: edições 70

⁶⁴ ZEVI, B. (1978), *História da Arquitetura Moderna*, vol. II, Lisboa, Arcádia, frase citada por Frank Lloyd Wright, pag.426,



Esquema 8 - Palavras que levam à definição de arquitetura,
Fonte: Zevi, 1978

A arquitetura necessita de um plano e de uma intenção para que se possa tornar real. Todavia, esta pode deparar-se com um conjunto de circunstâncias que podem dificultar um pouco o processo. Porém, estas mesmas dificuldades podem possibilitar que seja uma obra de arquitetura ainda mais admirável, pois quanto mais difícil for o objetivo, mais vontade e empenho se tem de o concretizar. É o homem, enquanto arquiteto, que pode materializar uma ideia, podendo transformar um simples pavilhão num espaço de habitação.

*“Da ação do arquiteto espera-se, pois, o desenho de um marco habitável - não existe arquitetura sem projeto, não existe projeto sem memória, não existe memória sem ideias, não existe arquitetura sem habitante.”*⁶⁵ (Só nós e Santa Tecla, p. 124)

5.7.2 - Conceito de Lugar

Lugar *“(do latim locālis, de locus)”* designa o “ espaço ocupado por um corpo” ou num sentido mais abrangente *“ terra, povoado, localidade”* ou ainda, num sentido mais comum *“ sitio, residência, local”*^{66 67}

⁶⁵ FERNANDEZ, S. (n.d). Só nós e Santa Tecla: A casa de Caminha de Sergio Fernandez. (2008). Dafne Editora

⁶⁶ Lello Universal, vol. II, Artes Gráficas, Porto

⁶⁷ Dicionário de Português - Dicionário do Estudante, Porto Editora, Porto

Lugar pode ser definido como o espaço que é ocupado ou habitado pelo ser humano. Quando o indivíduo adquire o espaço, tem a possibilidade de lhe conferir um valor real, na medida em que este pretende ser o esperado por quem o desfruta.

O lugar só se torna lugar quando este é experienciado pelo homem. Assim, o lugar é um espaço, adequado, construído mediante a utilidade e o uso que o habitante lhe pretende dar. Bruno Zevi, afirma que *“para além das três dimensões, existia uma quarta: o tempo.”*⁶⁸ Neste sentido, o que se entende é que o espaço indefinido se torna lugar quando passa a existir o “tempo” (quarta dimensão) sendo possível conhece-lo e atribuir-lhe uma função. O lugar pode ser considerado a nível cronológico, uma vez que é através do tempo que se vive e que se pode, ou não, considerar o lugar.

*“O lugar da arquitetura é o da encruzilhada e o da permanente crise. O núcleo duro disciplinar situa-se no cruzamento de dois modos distintos - o mesmo e o outro, o ser e o devir, o espaço e a matéria, o centro e o caminho, o pensamento e a ação, a técnica e a arte. A arquitetura situa-se entre o lugar e o homem.”*⁶⁹ (Delgado, (1999)

Muitas vezes, confunde-se a palavra sítio com a palavra lugar. Deste modo, torna-se fundamental tecer um breve comentário acerca da sua definição, bem como o conceito arquitetónico para que se possa diferenciar da palavra lugar.

Sítio deriva do latim situs, significa *“lugar ou espaço, ocupado por um objeto; chão descoberto; local; qualquer lugar, localidade; lugar memorável; povoação; aldeia”* este também pode ser considerado lugar, localidade, cerco ou assédio”⁷⁰

Neste caso, sítio, é o espaço que ainda não sofreu qualquer ação do homem. Em arquitetura, entende-se que sítio representa a porção do espaço que se apresenta sem qualquer utilidade, completamente descaracterizada e sem reconhecimento urbano e onde o homem ainda não implementou a sua obra arquitetónica.

5.7.3 - Habitar é?

Segundo o dicionário português, habitar deriva do latim habitāre, tendo por significado transitivo *“residir ou viver em, morar em, ocupar, povoar, estar em, frequentar, ou de uma forma intransitiva é: estar domiciliado, residir ou morar.”*⁷¹

⁶⁸ BRUNO, Z. (2004), Saber ver a arquitetura, Tradução: Maria Isabel Gaspar e Gaetan Martins de Oliveira, 5.º Edição, Martins Fontes, São Paulo, 1996, citado por Luiz Augusto dos Reis-Alves, O conceito de lugar, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Faculdade de arquitetura e Urbanismo, Rio de Janeiro

⁶⁹ DELGADO, J. P. (1999) “O lugar da arquitetura: notas para uma estética da edificação” in Geha: revista de história, estética e fenomenologia da arquitetura e do urbanismo, Lisboa, nº 2-3, pág.261

⁷⁰ Dicionário de Português - Dicionário do Estudante, Porto Editora, Porto

*“Desta forma sabe-se que o conceito de habitar é quem habita, logo este só é apreendido por quem o puser em prática. O habitar é adquirido, quer se queira quer não, de uma forma empiricamente, pelo facto de ter de se por em prática esse exercício. Assim sendo habitar um espaço é algo que nós fazemos praticamente sem nos apercebemos, porque temos de o fazer é da nossa natureza ter a necessidade de ocupar um lugar”.*⁷² (Pereira, 1971)

Habitar diz respeito à permanência, durante um determinado período de tempo, num local, que esteja adequado ao indivíduo, para que possa defrontar o que o envolve e se poder apropriar dele. Deste modo, o ser humano coloca em prática uma ação sobre esse determinado sítio e a sua envolvente.

*“Um filósofo alemão de nome Martin Heidegger comentou a definição de habitar na base de filosofia, e argumentou a sua opinião, fazendo referência à derivação de três vocábulos alemães - bauen, wohnen, denken (construir, habitar, pensar). O termo bauen que quer dizer construir advém de buan (alto alemão) que significava habitar, vedar, cuidar e de bhu (indogermânico) ser/estar. O termo wohnen tem raiz em wun (gótico) que significava permanecer, ocupar muitas vezes, estar em sossego, em paz, ser/estar feliz.”*⁷³

Habitar pode, assim, ser entendido como um misto de palavras e sentimentos que leva o indivíduo a ‘viajar’ numa realidade que já foi construída. Habitar é estar num local que nos traga o que se procura.

O conceito de habitar é visto como *“realizar pela satisfação de um conjunto de necessidades humanas, individuais e coletivas... (que se manifesta) em torno de dois níveis sociogeográficos... onde o habitar tem expressão mais significativa: o alojamento (habitação, residência, fogo, casa) e a vizinhança (ambiente envolvente do alojamento com significado físico, social e funcional relativamente ao alojamento).”*⁷⁴ (Cabrita, 1995)

⁷¹ habitar in Dicionário da Língua Portuguesa com Acordo Ortográfico [em linha]. Porto: Porto Editora, 2003-2015. [consult. 2015-04-17 17:36:23]. Disponível na Internet: <http://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/habitar>

⁷² PEREIRA, Miriam Halpern - Livre-câmbio e desenvolvimento económico. Portugal na segunda metade do séc. XIX. Lisboa: Cosmos, 1971

⁷³ SILVA, S.M.E.C. (2012). O lugar onde habite a arte: Habitar a arte que habita. Formas contemporâneas de apropriação numa residência de artistas. Dissertação de Mestre em Arquitetura, Faculdade de Arquitetura - Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa;

⁷⁴ CABRITA, Reis - O Homem e a Casa: definição individual e social da qualidade da habitação. Lisboa: LNEC, 1995, pág. 12

5.7.4 - Conceito de Habitação

Do latim habitatiōne, surge a palavra habitação, o “*ato ou efeito de habitar, contudo também pode ser considerado o lugar ou casa onde habita, residência, domicílio.*”⁷⁵ Já António M. Reis Cabrita define habitação como sendo o “*lugar edificado onde se reside.*”⁷⁶ Estes dois conceitos são relevantes uma vez que auxiliam a compreensão do que é a habitação e quais as suas funções. Neste sentido, a habitação designa um local onde se reside e daí só pode ser considerada como habitação caso exista vida humana, dentro de um determinado espaço.

Sabemos que o direito à habitação é reconhecido como um direito humano na Declaração Universal dos Direitos do Homem: “*Toda a pessoa tem direito a um nível de vida suficiente para lhe assegurar e à sua família a saúde e o bem-estar, principalmente quanto à alimentação, ao vestuário, ao alojamento, à assistência médica e ainda quanto aos serviços sociais necessários, e tem direito à segurança no desemprego, na doença, na invalidez, na viuvez, na velhice ou outros casos de perda de meios de subsistência por circunstâncias independentes da sua vontade.*”⁷⁷ (O direito à Habitação; Artigo 25º, nº 1)

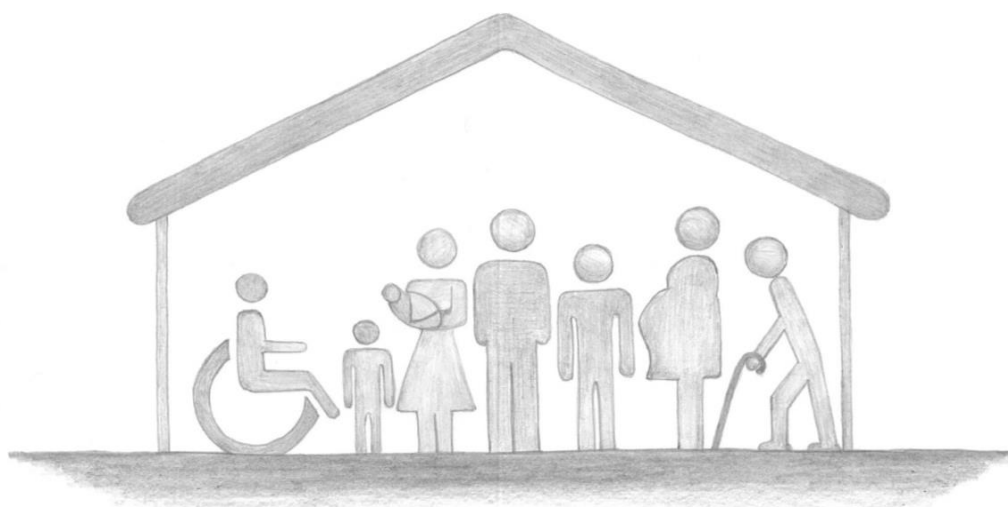


Ilustração 6 - O indivíduo e o direito à habitação, adequada às suas necessidades.

⁷⁵ Habitação in Dicionário da Língua Portuguesa com Acordo Ortográfico [em linha]. Porto: Porto Editora, 2003-2015. [consult. 2015-04-17 17:48:21]. Disponível na Internet: <http://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/habitacao>

⁷⁶ CABRITA, Reis - O Homem e a Casa: definição individual e social da qualidade da habitação. Lisboa: LNEC, 1995, pág. 12

⁷⁷ Hrea. Org; Human Rights Education Associates; (1996-2011). O Direito à Habitação; Artigo 25º, nº 1. Acedido em 07 Junho de 2014, http://www.hrea.org/index.php?doc_id=4121

5.7.5 - Conceito de qualidade da habitação

*“A habitação influencia sobre múltiplos aspetos do dia-a-dia dos moradores, marcando profundamente a sua qualidade de vida, as suas expectativas e possibilidades de desenvolvimento futuro. A qualidade residencial, com expressão direta na satisfação dos utentes, constitui portanto um importante objetivo de todos os intervenientes nos processos de promoção, financiamento, projeto, construção, fiscalização, utilização e gestão de empreendimentos habitacionais.”*⁷⁸ (Pedro, p. 1)

Quando se versa acerca do conceito da qualidade da habitação, engloba-se a sua qualidade construtiva e de conforto interior, bem como as condições de conforto e qualidade da sua vizinhança próxima e alargada, ou seja, do espaço público, espaço marcado pela vivência coletiva.

Uma vez que a vivência de um indivíduo é influenciada pela sua habitação, torna-se essencial compreender o que é a qualidade de vida para as pessoas, as famílias e para as comunidades sociais culturalmente definidas, bem como para o indivíduo que a vai habitar. Assim, quando se aborda a qualidade de habitação estamos a referir-nos à parte mais técnica, sendo a grande preocupação a satisfação das necessidades dos indivíduos.

Todos estes aspetos são importantes para a qualidade de vida do habitante e devem ser concetualizados e construídos ao pormenor.

Por vezes, cada casa apresenta uma característica própria do proprietário e, assim, pode afirmar-se que essa casa foi desenvolvida tendo em conta as características e as particularidades do habitante. Infelizmente, nem sempre existe a possibilidade de conhecer os moradores de todos os edifícios que se pretendem construir (e.g., edifícios multifamiliares, loteamentos, lares) e, assim, surge a necessidade de adotar um pensamento prático e adaptar as necessidades mínimas de um sujeito à habitação desse edifício.

Em conclusão *“para a qualidade arquitetónica residencial contribuem: a qualidade do projeto de arquitetura, o protagonismo do espaço exterior urbano, e a adequação da gestão local. Outros dois aspetos complementares referem-se ao aprofundamento da adequação e da satisfação residencial e ao objetivo de regeneração urbana, que tem de estar associado às novas intervenções residenciais.”*⁷⁹ (Coelho, (2005)

Estes cinco aspetos importantes que descrevem qualidade habitacional, têm vindo a ser alvo de estudo pelo núcleo de arquitetura e urbanismo do LNEC, ao longo das últimas seis décadas.

⁷⁸ PEDRO, cit. 6, pág. 1

⁷⁹ COELHO, A. B. (2005). Qualidade na habitação: arquitetura, cidade e gestão. Infohabitar, 43, (n.d)

Capítulo 6

Memória descritiva

Centro de Dia e Apoio Domiciliário / Residência Geriátrica em Alturas do Barroso

“Uma boa arquitetura deve hospedar o homem, deixá-lo presenciar e habitar e não tentar persuadir.”

“... um esboço, um projeto desenhado em papel, não é arquitetura, mas apenas uma representação mais ou menos imperfeita de arquitetura...”

“ A construção é a arte de formar um todo com sentido a partir de muitas partes. Os edifícios são testemunhos da capacidade humana de construir coisas concretas. O verdadeiro núcleo de tarefa arquitetônica encontra-se, no meu, entender, no ato de construir. É aqui, onde os materiais concretos são reunidos e erigidos, que a arquitetura imaginada se torna parte do mundo real.”

Peter Zumthor, “ Pensar a Arquitetura”

Editorial Gustavo Gill,SL, Barcelona, 2009, pág. 33, 66,10 e 1



Ilustração 7 - As várias valências que o equipamento proposto está adaptado a receber.

A - Introdução

A presente memória descritiva diz respeito a um projeto para um Centro de Dia e Apoio ao Domicílio, abrangendo uma residência geriátrica, a implantar na aldeia de Alturas do Barroso.

É visível que a realidade demográfica tem vindo a sofrer uma degradação, destacando-se o número de habitantes em geral e alarmante da população jovem. Esta situação contrasta com o passado, quando esta aldeia era conhecida por ser um centro pulsante de vida. A convivência diária com estes habitantes, ricos em sabedoria e cheias de vida, leva a que se tente de alguma forma reconfortá-las, proporcionando-lhes uma melhor qualidade de vida.

A realidade do envelhecimento não fica disfarçada, estando esta situação bem patente diariamente, não só na própria aldeia de Alturas do Barroso, como também nas restantes aldeias integrantes da freguesia de Alturas do Barroso.

Assim, com base nesta análise social, emerge o desejo de colmatar, de certa forma, esta situação, criando um lugar onde os idosos possam ser acolhidos com respeito, carinho e amor. Com o desenvolvimento deste projeto ambiciona-se combater a escassez de apoios e recursos para a população idosa que apresenta mobilidade reduzida, em particular na aldeia de Alturas do Barroso, Concelho de Boticas.

O programa desenvolvido para a Residência Geriátrica prevê três valências programáticas distintas que, em conjunto, se complementam entre si, proporcionando a comodidade e atendimento ao utente num só ponto.

Tabela 15 - Valências Programáticas e Dados Numéricos.

VALÊNCIAS PROGRAMÁTICAS	CAPACIDADE
Centro de Dia	40-utentes
Alojamentos	8-utentes
Residência Geriátrica	41-utentes

DADOS NUMÉRICOS	
Área do Terreno	10543.75 m ²
Área de Implantação	1736.40 m ²
Área Total de Construção	2993.25 m ²

B - Aspetos Gerais

1. Localização e caracterização da terreno

O Centro de Dia e Apoio ao Domicílio / Residência Geriátrica foi concebido para ser implantado num local central da aldeia, mantendo com esta uma ligação intrínseca, promovendo uma simbiose com o aglomerado populacional e provido de uma mancha verde na paisagem natural e singular.

Inicialmente, o local escolhido para a implantação do equipamento proposto padecia de um conjunto de características importantes. A insolação, as infraestruturas, a rede viária, a integração com o meio natural e a envolvente urbana consolidada foram particularidades que se tiveram em conta ao longo da conceção do conteúdo programático. O objetivo consistia na manutenção da harmonia visual e da promoção do conforto e bem-estar para os residentes, bem como para os familiares.



Imagem 36 - vista aérea do terreno e sua envolvente.

Fonte: Google maps.



Fotografia 34 e 34.1 - Local da proposta e sua envolvente.

2. Caracterização da proposta

O conteúdo programático previsto para o equipamento foi desenvolvido a pensar na diversidade de utentes da região e nas suas formas diferentes de estar e pensar. Com base na análise efetuada previamente, propõe-se um equipamento que detenha várias funções em simultâneo e que responda a todos com igual qualidade.

Assim, surgem três alternativas diferentes.

Legenda:

- Zona de estacionamento
- Volumetria da proposta
- Zona de convívio/lazer
- Estrada proposta
- Estrada existente



Ilustração 8 - Planta de Implantação: desenho esquemático de separação de funções e da envolvente.

A primeira opção é desenvolvida com o objetivo de prestar serviços domiciliários a idosos que pretendam continuar a habitar as suas casas e que se recusam a deixar o seu lar. Esta opção oferece uma rede de cuidados diários individualizados e personalizados no domicílio do idoso (e.g., cuidados domésticos, sociais, pessoais e educativos, apoio psicológico, cuidados ao nível da alimentação e da higiene) - programa de SAD - Serviço de Apoio ao Domicílio).⁸⁰ Estes serviços são prestados a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência, ou outro impedimento, não possam assegurar, de forma temporária, a satisfação das suas necessidades e/ou atividades da vida diária.

Outra situação que se verifica é que, frequentemente, os idosos preferem continuar a pernoitar nas suas habitações, mas desejam ter um espaço onde possam passar o dia. Assim, surge o Centro de Dia^{81 82} que ambiciona contribuir para a valorização pessoal, partilha de

⁸⁰ Diário da Republica, 1.ª série - N.º21 - 30 de Janeiro de 2013

⁸¹ Guião Técnico de Centro de Dia; Elaborado pela Direção - Geral de Ação Social, aprovado por Despacho do SEIS, de 29 de Novembro de 1996

⁸² Pedido de Licenciamento; Atualizado em: 24-11-2014; Acedido em 01 Junho de 2015, http://www4.seg-social.pt/pedido-de-licenciamento?p_p_id=56_INSTANCE_t1bA&p_p_lifecycle=1&p_p_state=exclusive&p_p_mode=view&p_p_

conhecimentos e experiências pessoais, proporcionando ainda durante o dia a satisfação de necessidades básicas pessoais, terapêuticas e sócio - culturais às pessoas afetadas por diferentes graus de dependência, contribuindo para a manutenção da pessoa no seu meio familiar.

Contudo, esta vertente programática está preparada para albergar utentes que não possam, por algum motivo, pernoitar nas suas moradias, servindo também de Centro de Noite.

A terceira vertente programática abrange a possibilidade de escolha de permanecer temporariamente num espaço que lhes seja familiar, dotado de todos os recursos necessários ao dia-a-dia dos residentes, proporcionando aos utentes cuidados de excelência, objetivando o seu bem-estar físico, psíquico, emocional e espiritual, através de uma atuação personalizada, com base na individualidade, percurso de vida, desejos e motivações de cada um. Assim, existe a possibilidade de ficar no edifício, tanto durante o dia como durante a noite, usufruindo de todos os serviços que estão ao dispor do idoso, deixando em aberto a possibilidade de funcionamento como Residência Geriátrica.⁸³

A ideia da criação deste tipo de equipamento com estas valências é resultado da observação das necessidades dos idosos desta região, bem como a notória realidade do envelhecimento populacional.

O conceito surge da análise de várias plantas de distribuição de funções de casas transmontanas, em que a forma mais comum é a retangular que se subdivide em duas zonas distintas. Desta forma, é como se cada zona ocupasse a área de um quadrado, surgindo a utilização da forma quadrangular para esta proposta e a tentativa de distribuir cada função por cada secção quadrangular.

Legenda:

- Passeios / Percursos
- Espaços verdes
- Volumetria do edifício Principal

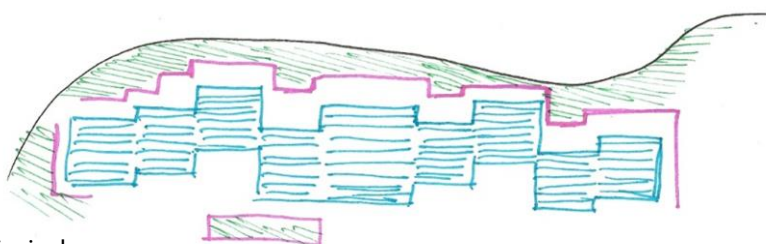


Ilustração 9 - Estudo esquemático do movimento originado pela descentralização dos volumes.

col_id=column-

1&p_p_col_count=1&_56_INSTANCE_t1bA_struts_action=%2Fjournal_content%2Fexport_article&_56_INSTANCE_t1bA_groupId=10152&_56_INSTANCE_t1bA_articleId=267023&_56_INSTANCE_t1bA_targetExtension=pdf

⁸³ Diário da República, 1.º Série - N.º 58 - 21 de março de 2012, Pág. 1324

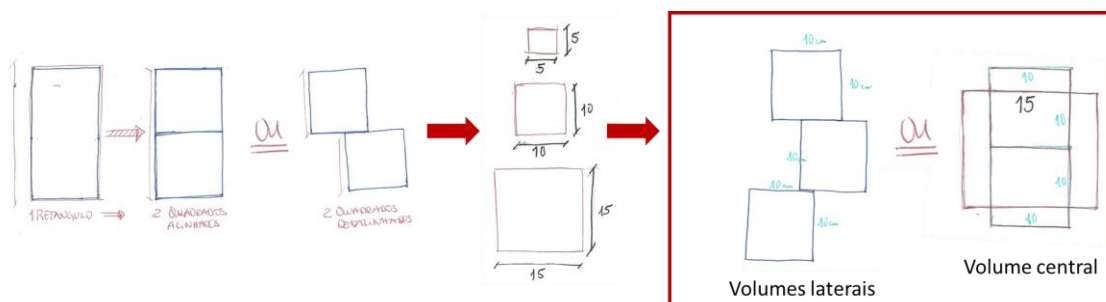


Ilustração 10 - Desenho esquemático do desenvolvimento do conceito.

A ideia passa pela criação de uma malha de 10m x 10m, subdividida interiormente de 1m em 1m. Esta métrica permite que haja equilíbrio tanto a nível de áreas como de espaços, tais como: zona de estar/lazer, zona de refeições, zonas de atividades e dormitórios, tendo sempre em consideração a aplicação da legislação em vigor.

A junção de vários quadrados de 10 m x 10m, descentrados, formam o edifício na sua totalidade, obtendo a sensação de movimento em onda a nível das fachadas dando forma aos passeios/percursos que envolvem a construção.

As fachadas são de cor branca e seguem o mesmo conceito, criando movimento através dos seus vãos na vertical, descentrados e de dimensões diferentes, quebrando desta forma a horizontalidade marcante do edifício. Aqui pretende-se ainda a procura do equilíbrio entre materiais, contextualizando a preferência na utilização da pedra, alumínio com acabamento a simular a madeira e o vidro, uma vez que a proposta se insere numa envolvente maioritariamente natural.

Ambiciona-se realçar o movimento ondulante das fachadas através de molduras salientes em alumínio com acabamento à cor antracite metálica, sendo aplicada juntamente com a janela. Existe ainda uma outra moldura frontal de cor cinzenta antracite com a aplicação de ripado em alumínio à cor da madeira, referência carvalho, servindo de elemento de proteção solar e guardas de proteção. Os vãos são em alumínio, à cor cinza metálico pelo exterior e interior.

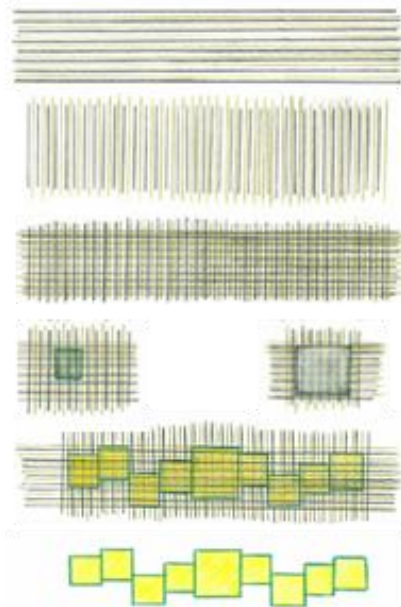


Ilustração 11 - Sequência da formação da malha e volumetria da proposta.

Em relação à cobertura, pretende-se que esta se assuma como um elemento independente, dando assim um maior destaque ao edifício.

Procura-se criar uma composição entre as diferentes peças, com a alternância da inclinação de uma só água. Por outro lado, prevê-se a conjugação de elementos tradicionais, com um toque de modernidade.

A lousa foi o elemento escolhido para a utilização na cobertura pois é um elemento que se destaca pela sua irregularidade e cor. *“Além do xisto vulgar, a lousa é o outro material”*⁸⁴ que caracteriza as aldeias de Trás-os-Montes. *“A feição inconfundível que imprimiu às coberturas resulta não só do seu carácter, mas também da maneira como é utilizada: ou fragmentariamente, como cascata de pedaços irregulares, simplesmente justapostos, ou numa progressiva ordenação de tamanhos e formas, realçadas pelas linhas brancas das juntas tomadas a cal.”*⁸⁵

Desta forma procura-se conjugar um movimento interessante de coberturas e de estilos, agregando o rústico com o moderno, não descorando as melhores soluções de isolamento, térmico e acústico.



Fotografia 135 - Maquete de estudo -
Composição de coberturas.

⁸⁴ VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 131

⁸⁵ VÁRIOS AUTORES, (Junho de1980). “Arquitetura Popular em Portugal”: Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Ofina Neogravura, Lda, p. 131



Fotografia 36 e 36.1 - Alguns pormenores em maquete.

No seu interior, no piso do rés-do-chão, cada quadrado representa uma função diferente, estando interligados por um corredor central “esqueleto” que atravessa todos os módulos facilitando o acesso para qualquer utente. Neste piso, pretende-se separar por uma barreira física (volume central) a zona privada, da zona pública. Na zona privada estão incorporadas as áreas de ginásio, sala fitness, piscina, salão de estética e cabeleireiro, sala de fisioterapia, gabinete médico, enfermaria, local de descanso para o pessoal e serviços administrativos. A zona pública engloba as áreas da capela, sala de estar e atividades, sala de refeições, locais de leitura, sala de estar e de receção de visitas, a receção e, em exceção, a cozinha. A cozinha é considerada privada mas tem de estar acoplada à sala de refeições e por isso se encontra junto das zonas públicas. No entanto, a sua localização é no extremo do edifício conseguindo, assim, salvaguardar a privacidade.

No primeiro piso, os mesmos nove quadrados são rasgados pela mesma configuração: um corredor como centro nevrálgico na interligação dos espaços e sobrepondo o volume central, tendo a função de articulação entre espaço público e espaço privado. Associado ao espaço privado está a zona de estar, a receção de visitas e atendimento, enquanto o restante edifício alojará zona privada, destinada à área de descanso: quartos e dormitórios, zona de copa, zona de leitura, zona destinada ao pessoal interno e salas de convívio. Interligando-se com o edifício, surgem três volumes que incorporam os acessos verticais.

Legenda:

- ➔ Entrada principal
- Rés-do-Chão
- 1º Piso
- Área privada
- Área comum
- Área privada
- Acesso principal interior
- Acessos verticais
- Pátios ajardinados

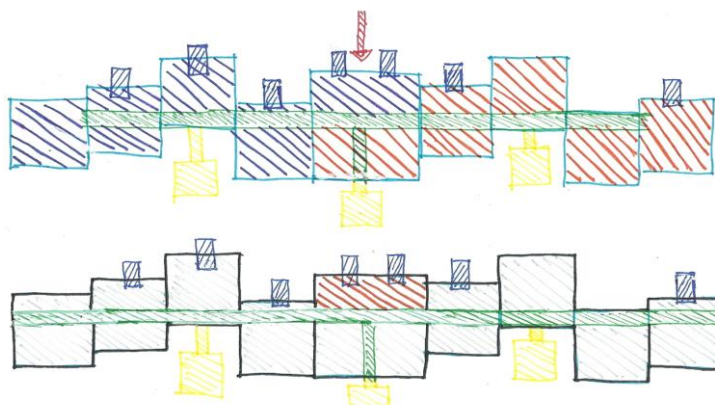


Ilustração 12 - Desenho esquemático de disposição de áreas.



Fotografia 37 - Vista frontal do edifício principal em maquete.

Os principais objetivos a atingir com esta disposição de volumes estão relacionados com a distinção do privado do comum, como áreas completamente distintas, mas, ao mesmo tempo, bastante próximas, estando apenas separadas por um volume de maior dimensão, de 15 m x 15 m, fazendo a transição visual dos dois espaços. Procura-se a utilização da cor e da luz em pontos-chave e como guias visuais, tanto a nível interior como exterior. Neste sentido, a criação de pátios ajardinados dispostos ao longo do edifício permite uma melhor relação interior/exterior. Estes pátios possibilitam realçar esta ligação e dar maior importância à fachada principal. As suas laterais são em chapa zincada com um rendilhado similar com a rede e a ligação visual entre interior/exterior é feita através de chapa zincada, sem recortes e envidraçados, de forma a marcar a verticalidade.

Cada zona assume como que uma identidade própria através da cor. Contudo, pretende-se usar tons claros de modo a não provocar cansaço visual. Surge ainda a preocupação de criar elementos guia de modo a permitir uma localização fácil. Através de faixas coloridas no chão, indicando o caminho, pretendendo-se uma gestão por cores, diferenciando as áreas e os acessos.

Em relação à envolvente do edifício, pretende-se aproveitar cada recanto de forma agradável dando-lhe um propósito singular. Para além de zonas verdes, pretende-se criar um conjunto de espaços de lazer como, por exemplo, zonas de estar, zona de leitura, zonas de convívio e até um parque infantil para ser usufruído pelos próprios idosos juntamente com os pequenos visitantes e espaços lúdicos relativos a jogos ou divertimentos, associados a práticas de exercício do foro mental e físico.



- Estrada proposta
- Via de acesso aos alojamentos habitacionais/acesso de cargas e descargas
- Volumetria proposta
- Espaços verdes
- Espaços lúdicos
- Espaços de lazer
- Espaço de cultivo/horta
- Estacionamento
- Percurso pedonal criativo/percurso dos sentidos

Ilustração 13 - Estudo esquemático da volumetria da proposta e organização da sua envolvente.

Muitos destes idosos praticaram, ao longo da vida, a agricultura e daqui decorre a necessidade de implementação de uma horta de cultivo, onde possam relembrar e por em prática o trabalho do campo. Para um espaço criativo, desenvolveu-se um percurso pedonal em que o mobiliário urbano, bem como o próprio pavimento que vai aparecendo ao longo do mesmo, solicitam a utilização dos 5 sentidos do utente de forma divertida e ao mesmo tempo discreta.

Os cinco sentidos são colocados à prova diariamente. É, pois, com este intuito que se procura predispor os utentes, de uma forma criativa, a usufruir os espaços propostos, de modo a que cada lugar/espço, tenha bem consolidada a própria identidade: a audição, o olfato, o tato, o paladar e a visão. Para afirmar a audição, recorre-se aos movimentos e aos sons resultantes da fruição da água, através da implementação de repuxos e um fontanário.

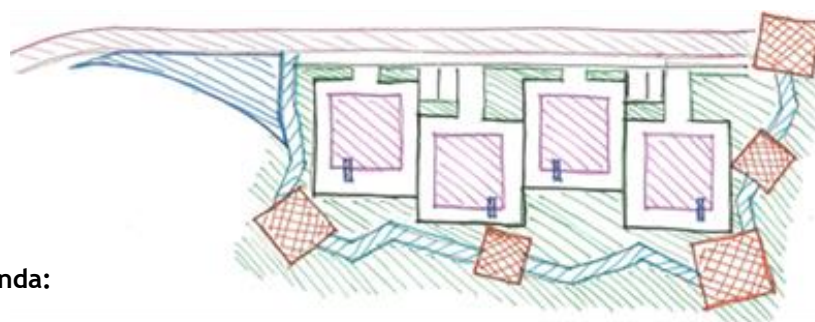


Ilustração 14 - Explicação do percurso criativo.

Para o tato, prevê-se a criação de uma zona em que o próprio pavimento seja diferente e conseqüentemente a própria aspereza seja perceptível. Propõem-se ainda uma zona de lazer, com sombra, onde árvores de fruto estivais darão fruto propício para consumo. Desta forma, pretende-se que a passagem por este local lhes permita por em prática o paladar enquanto desfrutam de um lugar agradável.

Uma boa sugestão para uma zona de leitura é a criação de um espaço onde se aplique a utilização de plantas aromáticas juntamente com zonas verdes. Coloca-se a possibilidade de desenvolvimento de inúmeros exercícios que possam ajudar, dentro dos possíveis, a visão dos idosos. Por exemplo, a colocação de objetos a várias distâncias diferentes, com alturas e cores diferentes serve para poder fazer exercícios que os oftalmologistas normalmente recomendam.

Ademais, foi pensada uma outra alternativa à habitação do espaço, com possibilidade de autonomia e privacidade, não descurando os cuidados que nesta fase são necessários. Através da possibilidade de escolha de uma unidade habitacional independente, estes quatro alojamentos foram concebidos com base no conceito do edifício principal, seguindo a mesmas características e linguagem.



Legenda:

- | | |
|--|----------------------------------|
| Via de acesso aos alojamentos | Espaço de ginástica |
| Volumetria da proposta-alojamentos independentes | Espaços sensoriais |
| Pátios ajardinados | Percurso pedonal |
| Espaços verdes | Barreira física e estacionamento |

Ilustração 15 - Desenho esquemático da organização da zona dos alojamentos habitacionais e sua envolvente.

Cada unidade de um único piso é provida de um vestíbulo de receção/distribuição, um quarto principal, uma instalação sanitária completa, uma sala de estar/jantar e uma cozinha, configuradas em open space, estando a habitação adaptada para qualquer pessoa com mobilidade condicionada.^{86 87}

Estas unidades, embora localizadas no mesmo terreno de intervenção, encontram-se, no entanto, ligeiramente distanciadas do edifício principal, ocupando uma parte da zona posterior do mesmo. Para que as condições de acesso viário (emergência, fornecimento e civil) sejam viáveis, há a necessidade de criar um traçado viário que permita o acesso ao

⁸⁶ Decreto - lei n.º 38 382, de 7 de Agosto de 1951 - Regulamento Geral das Edificações Urbanas

⁸⁷ Decreto- Lei n.º 163/2006 de 8 de Agosto- Regime da Acessibilidade aos Edifícios para pessoas com Mobilidade Condicionada

edifício principal, tal como a ligação às habitações independentes, possibilitando a entrada de visitantes por meio automóvel. O traçado foi efetuado pelo alçado posterior do edifício, criando um rasgo no terreno, separando a zona do edifício principal das zonas destinada a albergar as habitações independentes.

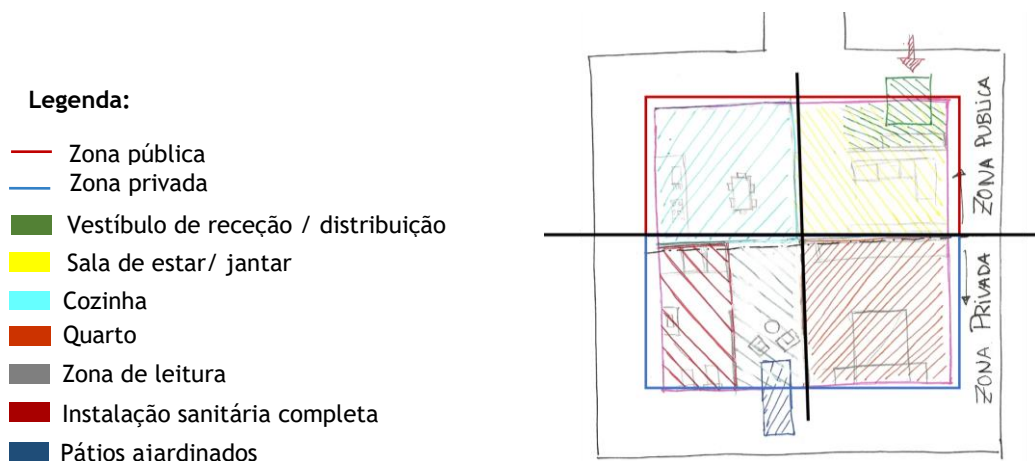


Ilustração 16 - Desenho esquemático da organização da zona interior do alojamento habitacional.

As palavras-chave para o desenvolvimento do conceito de unidades habitacionais são o espaço, conforto e privacidade, onde se procura a adaptação destas unidades às necessidades do utente. Pretende-se, assim, que o idoso consiga realizar as suas atividades de forma normal, possibilitando-lhe desfrutar de boas condições e de todo o apoio por parte do SAD (Serviço de Apoio ao Domicílio).

3. Articulação espacial do programa para o equipamento principal

A articulação espacial do programa assenta numa separação clara entre os inúmeros grupos funcionais, para os quais se considera fundamental atribuir ambiências diversificadas, em conformidade com as respetivas funções. Assim, em traços gerais, a articulação final do programa é a seguinte:

Tabela 9 - Articulação funcional do programa para o equipamento principal - Cave.

Numeração	Cave	Área total = 458.40 m ²
1	Zonas de acessos verticais	37.40 m ²
2	Circulações	20.45 m ²
3	Arrecadação	3.80 m ²

4	Vestiário	2.85 m ²
5	Copa	4.60 m ²
6	Compartimento roupa engomada- Residência	3.50 m ²
7	Compartimento roupa engomada - C.A.D.	3.50 m ²
8	Compartimento roupa limpa	3.50 m ²
9	Compartimento de máquinas	7.10 m ²
10	Zona de engomadoria/ costura/ circulações	22.65 m ²
11	Compartimento roupa suja	4.85 m ²
12	I.S. serviço (H /M)	3.20 m ²
13	Zona de estacionamento	61.30 m ²
14	Circulações pedonais	97.10 m ²
15	Arrumos	20.00 m ²
16	Circulações viárias	67.35 m ²
17	Acessos viários	95.25 m ²

Tabela 17 - Articulação funcional do programa para o equipamento principal - Rés-do-Chão.

Numeração	Rés-do-chão	Área total = 1107.50 m ²
1	Arrumos exteriores	14.00 m ²
2	Arrecadação	7.50 m ²
3	Sala de dança	19.20 m ²
4	Cabeleireiro/ salão de estética (H/M)	8.25 m ²
5	Ginásio	58.45 m ²
6	Arrumos	3.30 m ²
7	Piscina	59.50 m ²
8	Circulações piscina	15.20 m ²
9	Circulações	23.30 m ²
10	Arrumos	1.80 m ²
11	I.S. feminino	2.65 m ²
12	I.S. dos funcionários	2.15 m ²
13	Zona de lavatórios (F.)	8.30m ²
14	Cacifos/ vestiário/ lavatórios (F.)	7.90 m ²
15	Cacifos dos funcionários	3.50 m ²
16	Vestiário dos funcionários	3.50 m ²

17	Zona de duche (F.)	10.20 m ²
18	Zona de duche masculino (M.)	10.20m ²
19	Cacifos/ vestiário/ lavatórios (M.)	7.90 m ²
20	Zona de lavatórios (M.)	8.30 m ²
21	I.S. masculino	2.65 m ²
22	Circulações	20.60 m ²
23	Zona de acessos verticais	37.00 m ²
24	Enfermaria	6.70 m ²
25	I.S. enfermaria	3.00 m ²
26	Copa/ zona de descanso pessoal	19.50 m ²
27	Lavatórios - enfermaria	3.00 m ²
28	Gabinete médico	6.20 m ²
29	Circulações	20.60 m ²
30	Sala de fisioterapia	37.20 m ²
31	Lavatórios zona de estar	9.00 m ²
32	I.S. (F.)	4.00 m ²
33	I.S. (M.)	4.00 m ²
34	Receção	9.00 m ²
35	Zona de estar	5.50 m ²
36	Antecâmara	3.50 m ²
37	Zona de estar/ receção de visitas	28.90 m ²
38	Circulações	30.45 m ²
39	Arquivo	2.25 m ²
40	I.S. serviço	2.25 m ²
41	Despensa geral	4.50 m ²
42	Gabinete técnico	8.20 m ²
43	Circulações	4.70 m ²
44	Sala de reuniões	9.40 m ²
45	Núcleo administrativo	12.60 m ²
46	Zona de acessos verticais	32.40 m ²
47	Circulações	18.20 m ²
48	Gabinete do diretor	7.80 m ²
49	Sala de reuniões	9.25 m ²
50	I.S. serviço (F.)	2.90 m ²
51	I.S. serviço (F.)	1.85 m ²
52	Circulações / lavatórios	6.50 m ²
53	Zona urinóis	4.50 m ²
54	I.S. (M.)	2.80 m ²
55	Circulações/ lavatórios	6.15 m ²
56	Sacristia	2.40 m ²
57	Altar-mor	10.45 m ²
58	Vestiário	2.40 m ²

59	Local de orações	53.30 m ²
60	Circulações	20.90 m ²
61	Zona de estar/ leitura	8.40 m ²
62	Zona de estar/ convívio	70.70 m ²
63	I.S. serviço (F.)	4.35 m ²
64	I.S. serviço (M.)	4.35 m ²
65	Circulações	20.45 m ²
66	Zona de acessos verticais	37.00 m ²
67	Zona de refeições	93.80 m ²
68	Copa limpa	23.10 m ²
69	Despensa dos frios	8.60 m ²
70	Despensa dos géneros alimentares	4.60 m ²
71	Despensa geral	4.50 m ²
72	Despensa de equipamento geral	5.20 m ²
73	Circulações	8.60 m ²
74	Copa suja	25.30 m ²
75	I.S. funcionários	2.20 m ²
76	Circulações	1.30 m ²
77	Vestiário dos funcionários	2.10 m ²
78	Cacifos dos funcionários	1.55 m ²
79	Depósito do lixo	3.30 m ²
80	Gabinete de recção mercadorias	5.40 m ²
81	Casa das máquinas (1)	6.75 m ²
82	Casa das máquinas (2)	6.75 m ²
83	Portaria	7.60 m ²

Tabela 18 - Articulação funcional do programa para o equipamento principal - 1º Piso.

Numeração	1º Piso	Área total = 1086.95 m ²
1	Zona de estar/ leitura	18.60 m ²
2	Circulações (saída de emergência)	20.35 m ²
3	Quarto Individual	12.45 m ²
4	I.S. privado	6.05 m ²
5	Quarto Individual	12.25 m ²
6	I.S. privado	17.10 m ²
7	Quarto Individual	12.40 m ²
8	I.S. privado	6.30 m ²

9	Quarto duplo	12.25 m ²
10	I.S. privativo	6.05 m ²
11	Quarto duplo	6.05 m ²
12	I.S. privativo	16.00 m ²
13	Quarto duplo	18.40 m ²
14	I.S. privativo	6.05 m ²
15	Circulações	20.60 m ²
16	I.S. privativo	6.10 m ²
17	Quarto duplo	18.80 m ²
18	I.S. privativo	6.10 m ²
19	Quarto duplo	18.70 m ²
20	I.S. privativo	6.10 m ²
21	Quarto duplo	18.40 m ²
22	Circulações	20.60 m ²
23	Zona de acessos verticais	37.00 m ²
24	I.S. privativo	8.15 m ²
25	Quarto Individual	16.70 m ²
26	I.S. - Banho assistido	13.10 m ²
27	Circulações	20.60 m ²
28	I.S. privativo	8.15 m ²
29	Quarto duplo	21.40 m ²
30	Vestiário funcionários	3.55 m ²
31	I.S. dos funcionários	2.10 m ²
32	I.S. privativo	5.70 m ²
33	Quarto Casal	17.00 m ²
34	Quarto Casal	17.00 m ²
35	I.S. privativo	5.65 m ²
36	Zona de acessos verticais	32.40 m ²
37	Circulações	15.00 m ²
38	Quarto Casal	17.00 m ²
39	I.S. privativo	5.65 m ²
40	Quarto Casal	17.00 m ²
41	I.S. privativo	5.65 m ²
42	Circulações	30.60 m ²
43	I.S. serviço	4.00 m ²
44	I.S. serviço	4.00 m ²
45	Lavatórios	9.10 m ²
46	Varanda	2.70 m ²
47	Sala de estar/ recepção de visitas	10.25 m ²
48	Varanda	2.70 m ²
49	Copa	8.75 m ²
50	Zona de estar/ leitura	17.90 m ²

51	Circulações	7.50 m ²
52	Receção/ enfermaria	6.60 m ²
53	Enfermaria	6.30 m ²
54	Compartimento medicação	3.90 m ²
55	Despensa	3.75 m ²
56	Zona de Estar/ leitura	8.20 m ²
57	Circulações	20.60 m ²
58	I.S. privado	5.10 m ²
59	Quarto Individual	15.50 m ²
60	Quarto Individual	11.55 m ²
61	I.S. privado	6.00 m ²
62	Quarto Individual	16.30 m ²
63	I.S. privado	6.10 m ²
64	I.S. privado	6.45 m ²
65	Quarto Casal	17.00 m ²
66	Descanso do pessoal / dormitório	10.50 m ²
67	Zona roupa limpa	13.00 m ²
68	Zona roupa suja	13.00 m ²
69	Quarto Casal	17.00 m ²
70	I.S. privado	6.45 m ²
71	Circulações	20.60 m ²
72	Zona de acessos verticais	37.00 m ²
73	I.S.- Banho assistido	8.10 m ²
74	I.S. privado	8.15 m ²
75	Quarto duplo	21.80 m ²
76	Circulações	20.60 m ²
77	I.S. privado	8.15 m ²
78	Quarto Triplo	28.65 m ²
79	Zona de estar/ leitura	20.45 m ²
80	I.S. privado	6.10 m ²
81	Quarto Individual	12.25 m ²
82	Quarto Individual	12.30 m ²
83	I.S. privado	6.00 m ²
84	Quarto Individual	12.05 m ²
85	I.S. privado	6.10 m ²
86	Circulações (saída de emergência)	20.35 m ²

Tabela 19 - Articulação funcional do programa para os alojamentos habitacionais - Rés-do-Chão.

Numeração	Rés-do-chão	Área total = 85.10 m ²
1	All	10.20 m ²
2	Sala de Estar	18.50 m ²
3	Cozinha/ sala de Jantar	20.80 m ²
4	I. S. privativo	8.70 m ²
5	Zona de estar / Leitura	6.20 m ²
6	Quarto Casal	20.70 m ²

4. Circulações horizontais, verticais e saídas de emergência.

As circulações horizontais e verticais projetadas apresentam as características necessárias para respeitar as normas de segurança contra incêndios e mobilidade condicionada, no que concerne ao seu dimensionamento, materiais de revestimento e saídas de emergência.

5. Infraestruturas de segurança

Para além de uma adequada compartimentação corta-fogo que é estabelecida, de modo a delimitar uma eventual propagação de incêndio, o edifício deve ser dotado dos dispositivos de segurança regulamentares a especificar nos projetos da especialidade, nos quais se incluirão os seguintes:

- Uma rede de detenção automática de incêndios, ligada a uma central;
- Uma rede de botões de alarme manual de incêndios;
- Bocas-de-incêndio e extintores em número suficiente para cobertura total do edifício;

C - Aspetos Construtivos

1 - Estrutura

O conjunto estrutural resistente é constituído por sapatas, pilares, vigas e lajes em betão armado, com as características previstas no projeto da especialidade.

2 - Pavimentos térreos e lajes de pavimento

Para os pavimentos térreos prevê-se um enrocamento de pedra e brita (20+15) cm, betonilhas armadas com rede malhasol, massame armado e betonilha de regularização, necessária para receber os acabamentos finais.

As lajes de pavimento são constituídas por lajes aligeiradas, formadas por vigotas pré-esforçadas e abobadilhas cerâmicas, encontrando-se definidas no projeto da especialidade.

3 - Alvenarias exteriores

Tal como se pode comprovar nas peças apresentadas em anexo, as paredes exteriores propostas são de dois tipos:

- Paredes constituídas por alvenarias duplas de tijolo cerâmico de (30x20x11) cm, com isolamento térmico, tipo Wallmate, de 30mm de permeio;

- Paredes constituídas por alvenaria de cantaria de 6 cm de espessura ou seja lajetas da serra de Alturas de Barroso, assente à fiada regular com junta aparelhada pelo exterior, seguidamente alvenaria de tijolo cerâmico com (30x20x11) cm, posteriormente, isolamento térmico, tipo Wallmate, de 30 mm de permeio e alvenaria de tijolo cerâmico com (30x20x11) cm pelo interior.

4 - Alvenarias Interiores

As paredes interiores são constituídas, na sua maioria, por alvenarias de tijolo cerâmico de 30x20x11, podendo em casos pontuais assumir outras dimensões para totalizar as medidas nos desenhos.

5 - Cobertura

A cobertura é em laje pré-fabricada de betão, termicamente protegida com Roofmate de 40mm, ou equivalente, rematada em xistos argilosos, de tonalidade negra. As caleiras, rufos e tubos de queda das águas pluviais, a prever no projeto da especialidade, serão em chapa de zinco.

6 - Caixilharia exterior

Todos os vãos exteriores são fechados com caixilharia de alumínio termolacado, de cor cinza metalizado, com rotura térmica tipo Technal, com vidro duplo.

Para obscurecimento dos quartos e outros espaços a definir, estão previstos cortinados.

Poderá existir, em alguns vãos, uma caixilharia fixada lateralmente, de alumínio termolacado que sobressairá 8cm pelo exterior, simulando efeito de moldura, com acabamento (Ral 7016 Gris antracite metaliz). O outro tipo de caixilharia existente é aplicada frontalmente de alumínio termolacado (Ral 7016 cizento antracite) com aplicação de um ripado em alumínio com acabamento a simular a madeira referência de cor (Carvalho LM1 - 3D 18 - 02, de A. S. Metais Decorações), que serve como elemento de proteção solar e de guarda de proteção.

6.1 - Peitoris e soleiras

Todos os peitoris e soleiras das janelas e portas exteriores são executados em granito amarelo serrado da região, com uma espessura de 3cm.

7 - Caixilharia interior

Todos os vãos interiores são fechados com caixilharia de alumínio termolacado, de cor cinza metalizado, com rotura térmica tipo Technal, com vidro duplo.

Toda a Caixilharia interior é em madeira de Kâmbala envernizada, incluindo aros das portas, rodapés, molduras e apainelados das janelas. As portas interiores propriamente ditas e os armários embutidos dos quartos são em contraplacado prensado revestido com Desk Top, com orlas à vista.

8 - Revestimentos exteriores

Para a maior parte do edifício prevêm-se os seguintes acabamentos:

- Alvenaria de cantaria, ou seja lajetas da serra de Alturas de Barroso, assente à fiada regular com junta aparelhada;
- Alvenarias de tijolo rebocadas, areadas e pintadas com tinta de água.

9 - Revestimentos interiores

Na especificação dos materiais de revestimento dos interiores são seguidas as normas de segurança contra incêndios sem descorar o conforto ambiental, sendo os mesmos devidamente referenciados;

9.1 - Mapa de acabamentos para o equipamento principal

Tabela 20 - Mapa de acabamentos para o equipamento principal - Cave.

	Pavimentos	Paredes	Tetos	Rodapés
Lavandaria/Tratamento de Roupa	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Arrumos	Mosaico cerâmico antiderrapante	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Zona exterior de Estacionamento	Betão esquadrejado com pintura especial e antiderrapante			

Tabela 21 - Mapa de acabamentos para o equipamento principal - Rés-do-Chão

	Pavimentos	Paredes	Tetos	Rodapés
Alpendre de entrada	Mosaico cerâmico antiderrapante	Areado fino c/ pintura	Areado fino c/ pintura	Granito
Átrio de Entrada/	Vinílico	Estanhado c/	Estanhado c/	Madeira

Antecâmara		pintura	pintura	
Receção	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Núcleo Administrativo	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Gabinete Técnico	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Gabinete do Diretor	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Sala de Reuniões	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Arquivo	Mosaico cerâmico antiderrapante	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Despensa geral	Mosaico cerâmico antiderrapante	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
I.S. Homens	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
I.S. Mulheres	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Sala de estar/Receber visitas	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Capela	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Zona de Leitura	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Sala de Estar/Convívio	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
I.S. Homens	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
I.S. Mulheres	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Sala de Refeições	Mosaico cerâmico antiderrapante	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Copa Suja e copa Limpa	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado	
Despensa dos Frios	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Despensa dos Géneros Alimentares	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Despensa Geral	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Despensa de equipamento geral	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	

Depósito do Lixo	Granito da Região	Areado/Pintura	Areado/Pintura	No mesmo material/pavimento
Vestiário do Pessoal (H/M)	Mosaico cerâmico antiderrapante	Espelho e Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
I.S. Pessoal (H/M)	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Gabinete de recção de mercadoria	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Circulação de Serviço	Mosaico cerâmico antiderrapante	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	No mesmo material/pavimento
Casa das Maquinas	Mosaico cerâmico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	No mesmo material/pavimento
Casa do Gerador	Mosaico cerâmico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	No mesmo material/pavimento
Portaria	Mosaico cerâmico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	No mesmo material/pavimento
Sala Fitness	Vinílico	Espelho e Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Zona de Descanso do Pessoal	Mosaico cerâmico antiderrapante	Espelho e Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Gabinete Medico	Mosaico cerâmico antiderrapante	Espelho e Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Enfermaria	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo/estanhado e pintura	Estanhado c/ pintura	
I.S. Serviço	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Balneário Feminino	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
I.S. Mulheres	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Balneário Masculino	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
I.S. Homens	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
I.S. Pessoal (H/M)	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Vestiário do Pessoal (H/M)	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo/Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Zona da Piscina	Mosaico cerâmico	Azulejo e	Estanhado c/	

	antiderrapante	envidraçados	pintura	
Arrumos	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Ginásio	Vinílico	Espelho e Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Sala de Dança/ Atividades	Vinílico	Espelho e Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Cabeleireiro e Salão de Estética (H/M)	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo/Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Circulações	Mosaico cerâmico antiderrapante	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Arrumos Exteriores	Granito da Região	Areado/Pintura	Areado/Pintura	No mesmo material/pavimento
Zona de Estacionamento	Betão esquadrejado com pintura especial e anti - derrapante			

Tabela 22 - Mapa de acabamentos para o equipamento principal - 1º Piso.

	Pavimentos	Paredes	Tetos	Rodapés
Circulação	Mosaico cerâmico antiderrapante	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	No mesmo material/pavimento
I.S. Pessoal (H/M)	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Vestiário e Descanso de Pessoal (H/M)	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo/Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura Estanhado c/ pintura	
Banho ajudado (Ilha)	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
I.S. Homens	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
I.S. Mulheres	Mosaico	Azulejo	Estanhado c/	

	cerâmico antiderrapante		pintura	
Zona de estar receber visitas	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Recepção	Mosaico cerâmico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Compartimento de medicação	Mosaico cerâmico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Despensa de medicação	Mosaico cerâmico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Despensa geral	Mosaico cerâmico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Zona de leitura/ estar	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Varanda	Mosaico cerâmico			
Quarto de uma pessoa	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
I. Sanitárias	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Circulação (Saída de Emergência)	Mosaico cerâmico antiderrapante	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	No mesmo material/pavimento
Quarto de casal	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
I. Sanitárias	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Varanda	Mosaico cerâmico			
Quarto de duplo	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
I. Sanitárias	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Quarto de triplo	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
I. Sanitárias	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	

9.2 - Mapa de acabamentos para as habitações independentes

Tabela 23 - Mapa de acabamentos para as habitações independentes - Rés-do-chão

	Pavimentos	Paredes	Tetos	Rodapés
Vestíbulo de recepção/distribuição	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Sala de Estar/Jantar	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Cozinha/ sala de Jantar	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo / Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Instalação Sanitária Completa	Mosaico cerâmico antiderrapante	Azulejo	Estanhado c/ pintura	
Zona de Leitura	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	
Quarto Principal	Vinílico	Estanhado c/ pintura	Estanhado c/ pintura	Madeira
Zona de Estacionamento	Betão esquartejado com pintura especial e antiderrapante			

10 - Rede de Abastecimento de Água

A rede pública tem como função abastecer o edifício, sendo proposta a rede interna de água quente e fria em aço inox, segundo esquema e dimensões previstos no projeto da especialidade. O aquecimento das águas é realizado com recurso à caldeira a gás.

11 - Rede de Esgotos

Todas as peças com utilização de água ficam ligadas a uma rede de esgotos, em tubagem de P.V.C. a definir em projeto da especialidade, sendo os efluentes conduzidos ao coletor público.

12 - Louças sanitárias, bancadas de cozinha, copa e lavanderia

Todas as peças sanitárias são do tipo Valadares, de cor branca, incluindo urinóis de coluna, lavatórios de parede, bases de chuveiro e as banheiras são dotadas de dispositivos em aço inox, de apoio à sua utilização por idosos com condicionamentos físicos.

As bancadas da cozinha e copa são do tipo industrial, em aço inox, incluindo bancadas de frio, bancadas de apoio, prateleiras e armários.

O bloco de quente da cozinha possui um apanha-fumos em aço inox, incluindo a respetiva conduta, também em aço inox, bem como a unidade mecânica de extração de fumos. A especificação do material, bem como a respetiva localização do equipamento da cozinha, copa e lavanderia fazem parte de um estudo específico.

13 - Rede de gás

O abastecimento de gás é realizado a partir de um depósito a implantar no compartimento destinado para as máquinas (casa das máquinas (1) (6.75m²). A canalização de gás é elaborada de acordo com o projeto específico a ser apresentado por equipas especializadas, obedecendo aos Regulamentos em vigor.

14 - Instalações telefónicas

A instalação é construída com a finalidade de receber uma central com os dispositivos periféricos, consentâneos com as novas tecnologias existentes de gestão integrada, dentro dos programas específicos deste tipo de atividade.

15 - Instalações elétricas

O edifício é abastecido a partir de rede pública, sendo a instalação propriamente dita definida em projeto da especialidade.

16 - Sistema de som e T.V.

Encontra-se previsto um sistema de som e de televisão extensível às Salas de Estar, Salas de Atividades e Refeitório.

17 - Climatização

Todo o edifício é aquecido por uma instalação de Aquecimento Central com caldeira a gás, sendo a distribuição dos radiadores e o respetivo cálculo de rede, objeto do projeto da especialidade.

18 - Segurança contra Incêndio

Está prevista a utilização de elementos resistentes ao fogo, de modo a garantir segurança Contra riscos de incêndio e tem como objetivos:

- a) Reduzir os riscos de eclosão de um incêndio;
- b) Limitar os riscos de propagação do fogo e dos fumos;
- c) Garantir a evacuação rápida e segura dos ocupantes;
- d) Facilitar a intervenção rápida dos bombeiros.

De modo a serem cumpridas as premissas anteriores, serão respeitadas as seguintes regras:

- Portas e janelas com área superior a 1 m².
- Elementos estruturais a empregar na construção da classe de resistência ao fogo EF30 ou superior;
- Elementos estruturais com funções de suporte e de compartimentação da classe de Resistência ao fogo não inferior a CF30.
- Caixilharias, janelas, portas e demais elementos da classe M3.

19 - Disposições finais.

Todos os materiais a empregar são de primeira qualidade e devem ser observadas as regras de bem construir. Na generalidade, procura-se cumprir na proposta de projeto as especificações do R.G.E.U. e demais disposições legais em vigor.

Assim sendo, considera-se concluída a presente memória, remetendo-se, nos casos omissos, para a legislação aplicável em vigor

Referências Bibliográficas

ANTÓNIO, M.; FERNANDO, LOPES, & FRANCISCO, L. (2010). Espaço Português, Geografia 10º Ano - Curso Científico-Humanístico. Local de Edição: ASA Edições.

BOTA, M. (1996), Ética do construir. Roma, Bari: edições 70.

BRUNO, Z. (2004), Saber ver a arquitetura, Tradução: Maria Isabel Gaspar e Gaetan Martins de Oliveira, 5.º Edição, Martins Fontes, São Paulo, 1996, citado por Luiz Augusto dos Reis-Alves, O conceito de lugar, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Faculdade de arquitetura e Urbanismo, Rio de Janeiro.

CABRITA, Reis. O Homem e a Casa: definição individual e social da qualidade da habitação. Lisboa: LNEC, 1995, pág. 12.

CASTELLON, A. (2003). Calidad de vida en la atencion al mayor. Revista multidisciplinary de Gerontologia, 13 (3), 188-192.

COELHO, A. B. (2005). Qualidade na habitação: arquitetura, cidade e gestão. Infohabitar, 43, (n.d).

DAMÁSIO, António R. (2008) O Sentimento de Si. O Corpo, a Emoção e a Neurobiologia da Consciência, trad. P.E.A, Mem Martins, publicações Europa-América, pp. 56.

DELGADO, J. P. (1999) “O lugar da arquitetura: notas para uma estética da edificação” in Geha: revista de história, estética e fenomenologia da arquitetura e do urbanismo, Lisboa, nº 2-3, pág.261.

FERNANDEZ, A. A. (1997). Velhice e Sociedade. Oeiras: Celta editora.

FERNANDEZ, S. (n.d). Só nós e Santa Tecla: A casa de Caminha de Sergio Fernandez. Dafne Editora.

FERNÁNDEZ-BALLESTEROS, R. (1998). Quality of life: the differential conditions. Psychology in Spain, 2(1), 57-65.

FERREIRA, J.L.S. (2006). Educacion na Terceira Idade: Estudo do Colectivo de Pessoas Maiores no contexto comunitário de Vila Nova de Gaia. Dissertação de Doutoramento, Faculdade de CC. Da Education, Santiago de Compostela.

FONSECA, A. (2004). O envelhecimento: Uma abordagem psicológica. Coimbra. Universidade Católica Editora, Campus do saber nº

GORDEN, R. B. - A casa é a questão fundacional da arquitetura (entrevista a). Arq.a. vol.86/87, p. 63.

Grupo de Coordenação do Plano de Auditoria Social., & CID., (2005). Manual de boas práticas: um guia para o acolhimento residencial das pessoas mais velhas. Para dirigentes, profissionais, residentes e familiares. Instituto de Segurança Social, Lisboa.

HOFFMANN-HOROCHOVSKI, M.T. (2008). Memórias de morte e outras memórias: Lembranças de velhos. Dissertação de Doutoramento em Sociologia, Universidade Federal do Paraná, Paraná.

JACOB. L. (2002). Ajudantes Sénior: Uma Hipótese de Perfil Profissional para as Ips. Dissertação de Mestrado em Políticas de desenvolvimento de Recursos Humanos, Instituto Superior de Ciências do Trabalho e de Empresa, Lisboa.

JÖRGENSEN, J. cit in Norberg-Schulz, Cristian - Intenciones en arquitectura, Barcelona: GG, 1967.

LELLO Universal, vol. II, Artes Gráficas, Porto.

MARTINS, R.M.L. (2004). Qualidade de vida dos idosos da região de Viseu. Dissertação de Doutoramento em desenvolvimento e intervenção psicológica, Universidade de Extremadura, Badajoz.

MOURA, C.M. (2006), Envelhecimento, Aptidão Física e Qualidade de Vida. Diferenças entre idosos activos e não-activos da comunidade e utentes do Concelho de Santa Maria da Feira. Dissertação de mestrado em Ciências do Desporto, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto.

NUNES, V. M. A. (2008). Qualidade de vida na perspectiva de idosos institucionalizados no Município de Natal. (dissertação de mestrado em enfermagem). Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Rio Grande do Norte).

PALLASMAA, J. (2005). Os olhos da pele: Arquitetura e os sentidos. Artemed editora S.A. Santana, Poto Alegre. pp. 39.

PAÚL, C., Fonseca, A.M., Martin, I., & Amando, J. (2005). Satisfação e Qualidade de vida em idosos Portugueses. In Paúl, C., & Fonseca, A, M., (coords.), *Envelhecer em Portugal: Psicologia, saúde e prestação de cuidados* (pp.77.98). Lisboa: Climepsi Editores.

PAVAN, A. P. (2008). Avaliação da Qualidade de Vida e tomada de decisão em idosos participantes de grupos socioterápicos da cidade de arroio do meio, RS/Brasil. (Dissertação de Mestrado em Gerontologia Biomédica). Instituto de Geriatria e Gerontologia da Pontificia Universidade Católica do Rio Grande do sul, Porto Alegre.

PEREIRA, Miriam Halpern. (1971). *Livre-câmbio e desenvolvimento económico. Portugal na segunda metade do séc. XIX*. Lisboa: Cosmos.

PEREIRA, L.S.M., Britto, R.R., Pertence, A.E.M., Cavalcante, E.C. & Guerra, V.A. (2005). Programa Melhoria da Qualidade de Vida dos Idosos Institucionalizados. *Anais do 8º Encontro de Extensão da UFMG Belo Horizonte, Brasil*.

PIMENTEL, L. (2001). *O lugar do Idoso na família: contextos e trajetórias*. Quarteto Editora, Coimbra. Coleção Teses, nº 11 pp. 94.

RIBEIRO, O., PAÚL C., (2011) *Manual de envelhecimento activo*, Lisboa: Lidel cop.

SCHNEIDER, R.H., Marcolin, D. & Dalacorte, R.R. (2008), *Avaliação funcional de idosos*. *Scientia Medica*, 18 (1), pp. 4-9.

SILVA, S.M.E.C. (2012). *O lugar onde habite a arte: Habitar a arte que habita. Formas contemporâneas de apropriação numa residência de artistas*. Dissertação de Mestre em Arquitetura, Faculdade de Arquitetura - Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa.

SIZA, Álvaro em entrevista com Fonseca, João Carlos - Álvaro Siza em busca da serenidade. pág. 30.

STOKES, A. (1978) - *The critical writings of Adrian Stokes*, vol.1, Londres: Thames and Hudson, 1978. pp. 183.

TAHAN, J. (2009). *Envelhecimento e Qualidade de vida: significados para idosos participantes de grupos de Promoção de Saúde no contexto da Estratégia Saúde da Família*. Dissertação de mestrado em Medicina Social, Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, São Paulo.

TAVARES, L. (2007). Estimulação em Idosos Institucionalizados: Efeitos da prática de Actividades Cognitivas e Actividades Físicas. Dissertação de mestrado em Psicologia, Universidade Federal de Santa Catarina, Santa Catarina.

TRIGUEIROS, Luiz. Álvaro Siza: 1954-1976. p.70.

VÁRIOS AUTORES, (Junho de 1980). "Arquitetura Popular em Portugal": Edição da Associação dos arquitetos Portugueses). Lisboa: Oficina Neogravura, Lda.

VAZ, F.S.A. (2009). A Depressão no Idoso Institucionalizado: Estudo em Idosos Residentes nos Lares do Distrito de Bragança. Dissertação de Mestrado em Psicologia do idoso - Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação, Porto.

ZEVI, B. (1978), História da Arquitetura Moderna, vol. II, Lisboa, Arcádia, frase citada por Frank Lloyd Wright, pag.426.

ZUMTHOR, P. (1997), Peter Zumthor Works: Buildings and Projects, 1979-1997, Hardcover, Lightness and Pain.

Referências web

http://www.anterodealda.com/osdiastodosiguais/index_31_40.html

http://aldeia-de-gralhas.typepad.fr/mon_weblog/2008/08/alturas-de-barroso.html

http://www.cm-braganca.pt/pages/426?image_gallery_detail_4_page=1&image_gallery_id=7

<http://chaves.blogs.sapo.pt/830537.html>

www.cartasocial.pt/conceitos.php

<http://cimat.pt/territorio/montalegre>

http://fotos.sapo.pt/ass_nona/fotos/?uid=50vCHBdef1LDQ6bDaFOn

http://www.hrea.org/index.php?doc_id=4121

<http://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/habitação>

<http://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/habitar>

<http://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/megalítico>

http://novo.cnis.pt/images_ok/Protocolo%20ES%20IPSS2_13_14.pdf

<http://www.onuportugal.pt>

<http://www.parlamento.pt/Legislacao/Paginas/ConstituicaoRepublicaPortuguesa.aspx>

<http://www.priberam.pt/DLPO/institucionaliza%C3%A7%C3%A3o>

<http://www.priberam.pt/DLPO/perce%C3%A7%C3%A3o>

<http://www.priberam.pt/DLPO/sentir>

<http://www4.seg-social.pt>

Outras referências

Decreto - lei n.º 38 382, de 7 de Agosto de 1951 - Regulamento Geral das Edificações Urbanas.

Decreto- Lei n.º 163/2006 de 8 de Agosto- Regime da Acessibilidade aos Edifícios para pessoas com Mobilidade Condicionada.

Diário da Republica, 1.ª série – N.º 21 – 30 de Janeiro de 2013.

Dicionário de Português – Dicionário do Estudante, Porto Editora, Porto.

Direção-Geral da Ação Social, guião técnico nº3, Dezembro de 1996.

Direção-Geral da Ação Social, guião técnico nº8, Dezembro 1996.

Guião Técnico de Centro de Dia; Elaborado pela Direção – Geral de Ação Social, aprovado por Despacho do SEIS, de 29 de Novembro de 1996.

Anexos

Peças desenhadas da proposta de projeto



Ilustração 17 - Fotomontagem do local com a volumetria da proposta de projeto.