

# COMUNIDADE SÉNIOR EM MATOSINHOS

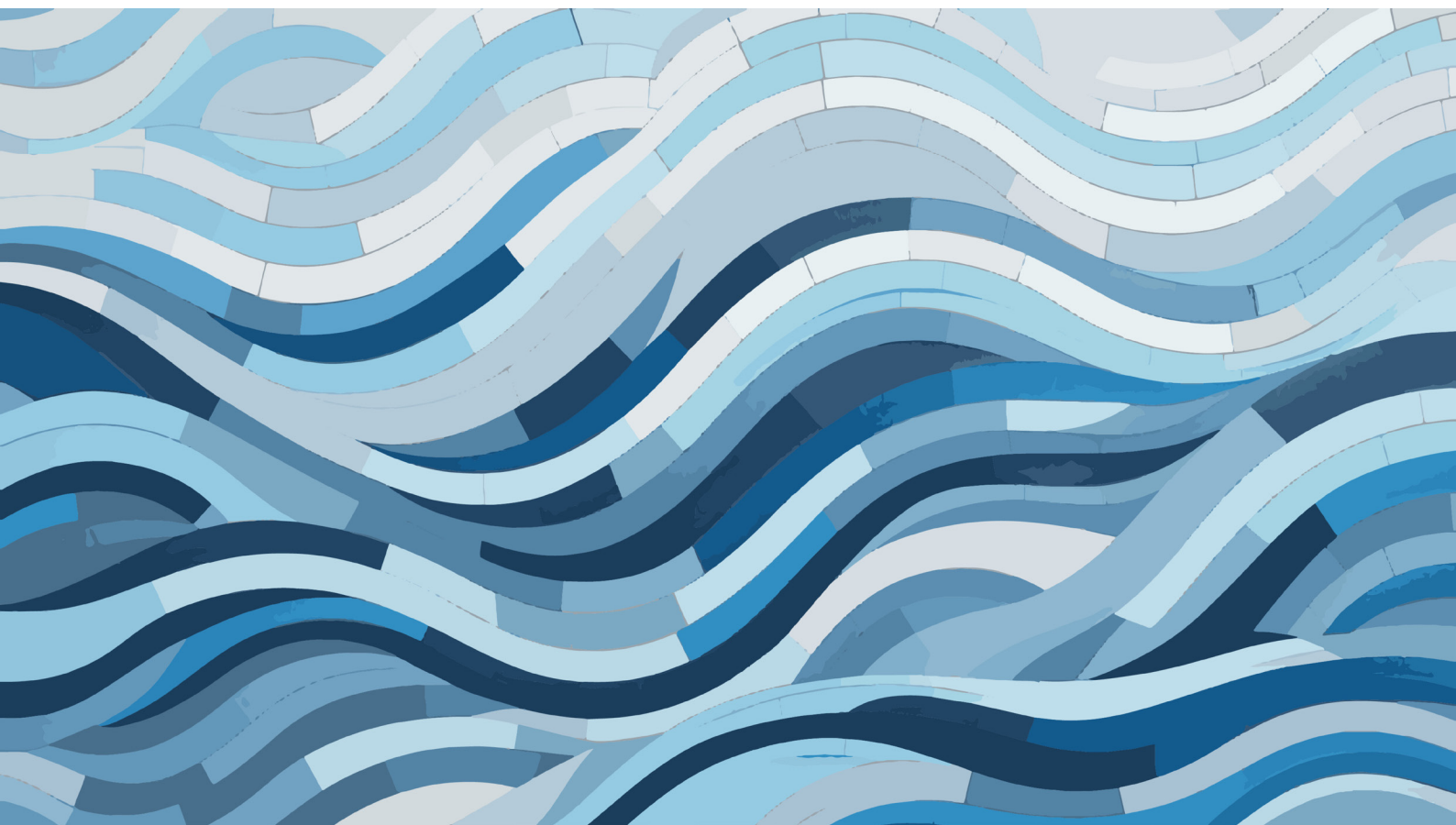
## A NOVA REALIDADE DA HABITAÇÃO PARA IDOSOS EM TEMPO DE PÓS-PANDEMIA

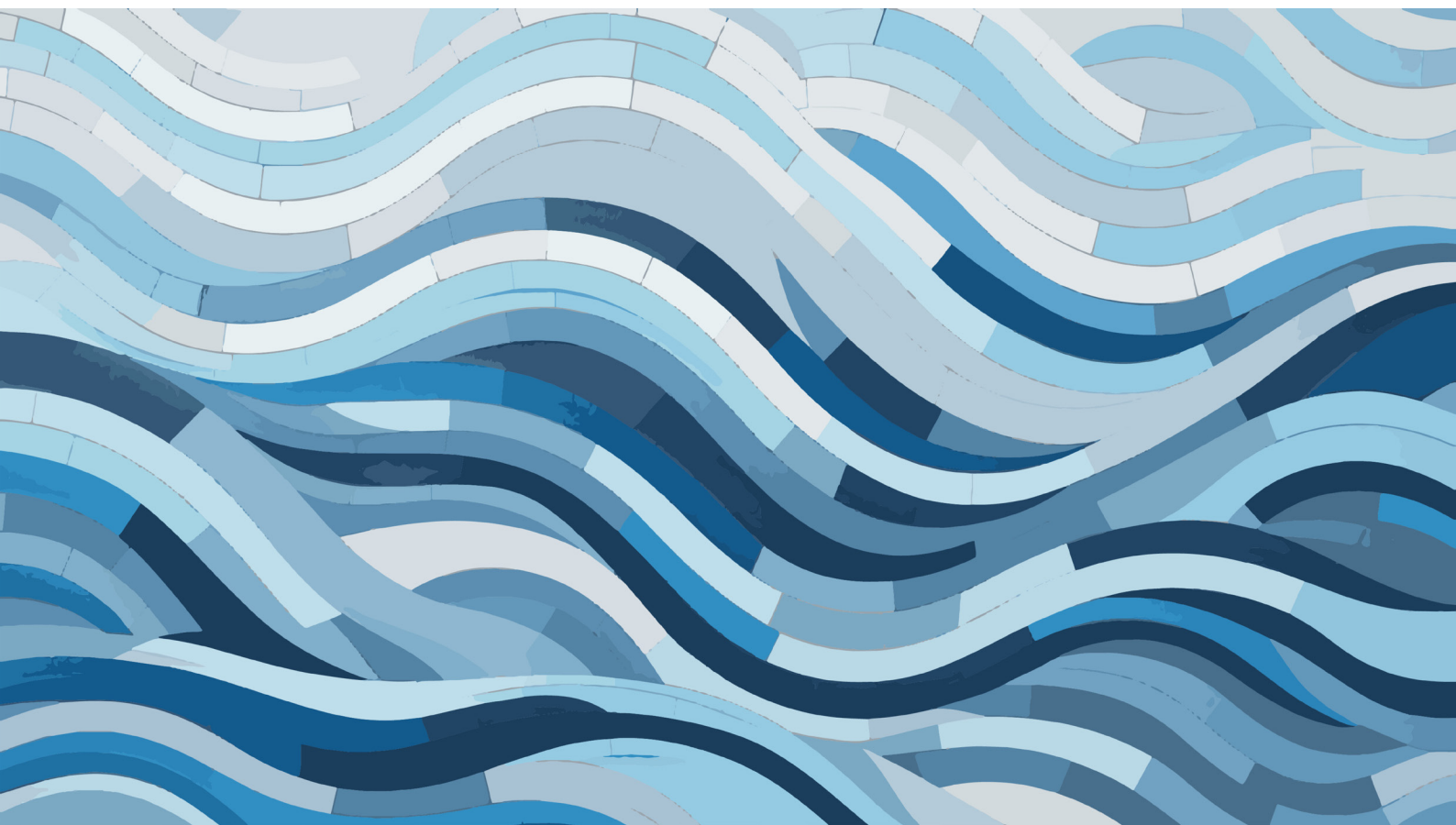
Tese de Projeto  
Mestrado em Design de Interiores

Sheila Marlene José Van-Dúnem

2023

Orientadora Ana Sofia Carneiro e Cardoso  
Co-orientadora Arquiteta Maria Teresa  
Moreira de Carvalho da Costa Leite





## RESUMO

Na Europa e a nível mundial um dos fenómenos que ganha mais relevância nas sociedades contemporâneas, é o envelhecimento demográfico. A baixa taxa de natalidade e mortalidade, têm aumentado o número de pessoas idosas, e baixado o número de jovens.

A necessidade de promover a inclusão da terceira idade a nível da comunidade, passou a ser alvo de análise. Principalmente no que diz respeito à sua relação com a cidade, assim como facilitar ou melhorar a conexão social entre idosos e restante população local, independentemente da sua faixa etária.

Neste caso os lares de terceira idade devem oferecer diferentes oportunidades e formas aos idosos de interagirem dentro da sociedade, e com a comunidade, proporcionando-lhes bem-estar social e mental a fim de atender às necessidades e desafios trazidos pelo envelhecimento.

Nas cidades amigas das pessoas idosas o design inclusivo é aplicado nas habitações, assegurando e estimulando a independência e qualidade de vida.

A presente proposta de projeto tem como objetivo explorar novas abordagens residenciais, alternativas ao lar tradicional, num contexto, pós-pandemia, com um enfoque nas necessidades da terceira idade. A fim de desenvolver um alojamento coletivo de utilização temporária ou permanente, destinado a pessoas idosas, principalmente aqueles que não têm poder económico. Promovendo assim o conforto, o equilíbrio e a proximidade entre pessoas e serviços, enquanto se adaptam às necessidades e exigências da terceira idade. Onde os espaços serão pensados relativamente aos seus utentes, nas atividades sociais já exercidas ou praticadas pelos mesmos, tendo em conta a sua condição física e cognitiva.

## PALAVRAS CHAVES

Mobilidade  
Qualidade de Vida  
Design de Interiores  
3ª Idade  
Inclusão

## **ABSTRACT**

In Europe and worldwide, one of the phenomena that is gaining more relevance in contemporary societies is demographic ageing. The low birth and death rates have caused an increase in the percentage of elderly people and a decrease in the number of young people.

The need to promote the inclusion of the elderly at community level became the subject of analysis. Especially with regard to its relationship with the city, as well as facilitating or improving the social connection between seniors and the rest of the local population, regardless of their age group.

In this case, nursing homes must offer different opportunities and ways for the elderly to interact within society and with the community, providing them with social and mental well-being in order to meet the needs and challenges brought about by aging.

In age-friendly cities, inclusive design is applied to housing, ensuring and encouraging independence and quality of life.

This project proposal aims to explore new residential approaches, alternatives to the traditional home, in a post-pandemic context, with a focus on the needs of the elderly. In order to develop collective housing for temporary or permanent use, aimed at elderly people, especially those who do not have economic power. Thus promoting comfort, balance and proximity between people and services, while adapting to the needs and demands of the elderly. Where the spaces will be designed in relation to their users, in the social activities already exercised or practiced by them, taking into account their physical and cognitive condition.

## **KEYWORDS**

Mobility  
Quality of Life  
Interior Design  
Third Age  
Inclusion



## **AGRADECIMENTOS**

A Deus o maior agradecimento por ter concluído este trabalho com todos os desafios passados e presentes.

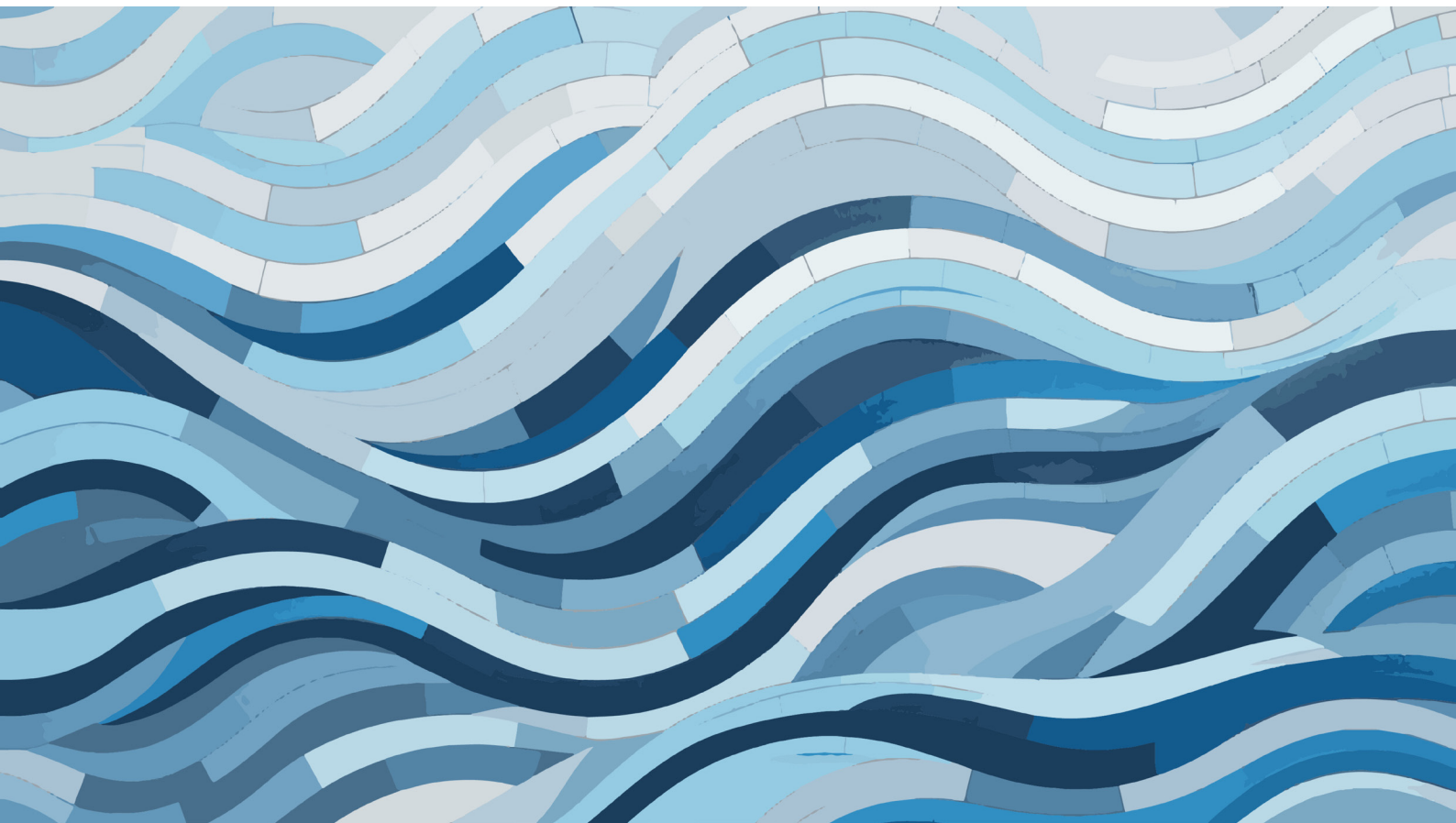
À minha orientadora e professora Ana Sofia Cardoso pelo tempo disponibilizado e pela confiança. Pelo apoio e a contribuição ao longo deste trabalho, estando sempre ao dispor com rigor e flexibilidade para garantia do melhor resultado.

À arquiteta Maria Teresa Moreira de Carvalho da Costa Leite, minha co-orientadora, por todo o apoio. Por ter aceitado me orientar neste trabalho com tanta dedicação e paciência.

À minha família por todo o apoio, toda a força e carinho em todos os momentos que precisei. Obrigada por sonharem comigo e fazerem parte deste sonho!

Às minhas colegas e amigas, especialmente à Ingrid Wildberger, à Joana Carvalho e à Beatrice Werder por me acompanharem nesta caminhada.

A todos muito obrigada!



## ÍNDICE

<b>INTRODUÇÃO</b>	10
<b>1. A INTERVENÇÃO SOCIAL DO DESIGNER DE INTERIORES</b>	12
1.1 O papel do Designer de Interiores na Inclusão Social para a Terceira Idade	13
1.2 O envelhecimento Demográfico em Portugal e no interior do País	14
1.2.1 Envelhecer em Matosinhos	16
1.3 O Impacto da Pandemia na terceira idade	18
1.3.1 Covid-19 uma nova realidade em Matosinhos	19
1.4 Inclusão Social: A importância de viver em comunidade	20
<b>2. CIDADE DE MATOSINHOS</b>	22
2.1 Qualidade de vida e os desafios	23
2.2 Realidade da Habitação para os idosos em Matosinhos	24
2.3 Habitação para Idosos	24
2.4 Espaço e Mobilidade	25
2.5 Legislação	26
2.6 Exemplos de Estudo	30
2.6.1 Lar dos Pescadores Matosinhos	31
2.6.2 Lar Casa de Magalhães	34
<b>3 CASO DE ESTUDO</b>	36
3.1 Palacete Alto Conde Mearim	36
3.2 Memória descritiva	38
3.3 Moodboards	42
3.4 Projeto de Reabilitação e Ampliação	48
<b>4 CONCLUSÃO</b>	78
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	80
ANEXOS	84
ÍNDICE DE IMAGENS	89

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento humano é um processo de mudança progressiva na estrutura biológica, psicológica e social de uma pessoa. Se inicia antes do nascimento e se desenvolve ao longo da sua vida. Neste contexto é necessário que as pessoas idosas estejam incluídas na vida social, económica, cultural, e espiritual dentro da sociedade para que envelheçam de forma ativa.

Segundo a Organização Mundial de Saúde o conceito de envelhecimento ativo tem como base a política de envelhecer de maneira participativa (WHO, 2002, p. 12). Onde o idoso, intervém positivamente no desenvolvimento de uma atividade de carácter social ou comunitário. Neste âmbito, o Design tem um papel muito importante, de atuar como ponte entre a comunidade e os idosos, no desenvolvimento de uma identidade comunitária. Intervindo no sentido de poder inovar e modernizar produtos, espaços, entre outros, transmitidos no valor da comunidade local.

É importante salientar que o impacto social de um design de interior não é simplesmente, como “decoreação de ambientes”, mas sim como moderadores e potencializadores de mudanças sociais e culturais. Vai a par da estética, promove o conforto e o bem-estar social. A arquitetura e o design de interiores podem ser um instrumento poderoso para afetar esta mudança e influenciar positivamente na aprendizagem individual e cultural dos habitantes de uma determinada comunidade ou sociedade.

Relativamente ao envelhecimento, a Organização Mundial de Saúde (OMS), relembra-nos que a definição da pessoa idosa, inicia-se aos 65 anos idade nos países desenvolvidos, e 60 anos em países em desenvolvimento (Alves, Patrícia; Anes, Eugénia; Sousa, Filomena; Rodrigues, Carina; Teixeira, Cristina, 2016, s.p.). Entretanto nota-se um grande crescimento na quantidade de pessoas acima dos 60 anos em todo o mundo. E este cenário, é visível também em Portugal.

Portanto percebe - se que as pessoas idosas serão em maior número, logo a cidade deverá ser um local onde se promova um envelhecimento ativo, viabilizando uma nova perspectiva de vida para a terceira idade. Onde ofereçam para todos, condições de segurança e conforto, para permitir aos cidadãos uma vida mais autónoma e independente.

Assente na promoção da qualidade de vida dos mesmos, e sobretudo, na valorização das suas competências.

A nova realidade da pandemia afetou, também significativamente a vida social dos idosos e os seus hábitos. Sabe-se que eles faziam parte de um dos maiores grupos de risco no âmbito da pandemia do coronavírus. O isolamento social, e conseqüentemente a perda de autonomia, trouxe grandes mudanças na sua rotina. Tudo isto tem impactos muito severos na saúde mental e física dos idosos, pode causar depressão, angústia, medo e incertezas. inclusive, de se contaminar, de contaminar outras pessoas incluindo os seus familiares.

Maria João Quintela (2020), lembra que no caso de Portugal, as estruturas residenciais para idosos, têm vindo a ter uma população cada vez mais idosa e mais dependente, albergando

peças com doenças crónicas e com uma funcionalidade muito baixa, a tudo isso acresce o próprio desenho dos edifícios que lança desafios para o futuro. Com uma arquitetura antiga propícia ao contágio e infeções, os lares são “incubadoras de infeções”. Todos eles têm grande número de pessoas, vivendo em espaços relativamente pequenos, com a agravante que os residentes são muito mais frágeis e a maioria são doentes, a necessidade de repensar a arquitetura das estruturas, dotando-as de quartos individuais e casa de banho privativa, à semelhança do que já acontece noutros países.

A finalidade deste estudo passa por contribuir para o desenvolvimento de programas que promovam o envelhecimento ativo com qualidade de vida das pessoas idosas no concelho de Matosinhos.

O objetivo deste projeto, incide-se na problemática da falta de lares públicos, ou seja, compartilhados pelo Governo para a terceira idade em Matosinhos, sendo que a procura é maior que a oferta. Onde os lares privados têm custos que a maioria dos idosos não conseguem participar. Focar também em casais de idosos que frequentemente são separados por falta de vagas nos lares, no seu concelho ou até mesmo na cidade onde os viu nascer, são obrigados a viver distantes um do outro, nesta fase da vida onde o companheirismo e a partilha podem ser fundamentais.

Deste modo pretende-se oferecer uma alternativa à necessidade de proporcionar uma nova dinâmica ao conceito de lares em Matosinhos, concedendo ao idoso uma nova forma de ser e estar dentro do lar e da comunidade.

O caso de estudo será na Rua Conde Alto Mearim, Matosinhos. Que por estar numa Localização central e histórica da cidade, o acesso para o objeto de estudo será feito com muita flexibilidade, onde ambulâncias e outros veículos podem circular à vontade, tem proximidade com vários serviços, e na sua maioria públicos. O objeto de estudo para este projeto é designado como Palacete do Conde S. Salvador de Matosinhos, e classificado como Monumento de Interesse Municipal.

As metodologias teóricas e práticas a utilizar para a recolha de dados neste trabalho foram: Fontes primárias - entrevistas, com entidades públicas ligadas à ação social relativamente ao tema de estudo abordado, visitas feitas em lares de terceira idade onde o método de observação foi muito importante para perceber como os idosos interagem entre eles e como utilizam os espaços à sua volta. E a caminhada por Matosinhos onde foi possível compreender a envolvente e como realmente funciona o percurso até ao objeto de estudo, e sobretudo a realidade dos seus habitantes.

Levantamento fotográfico ao longo do percurso e em atividades praticadas por idosos e não só. Fontes secundárias – bases de dados, pesquisa bibliográfica, documentos cedidos pela Câmara de Matosinhos e planta existente do caso de estudo.

# I. A INTERVENÇÃO SOCIAL DO DESIGNER DE INTERIORES

## **1.1 O PAPEL DO DESIGNER DE INTERIORES NA INCLUSÃO SOCIAL PARA A TERCEIRA IDADE**

O designer de interiores é genericamente aceite como contribuidor para a sociedade. Adaptando espaços e funções, equilibrar às necessidades dos idosos e da comunidade, ajudando a encontrar soluções que contribuam nas mudanças que podem provocar grandes ameaças ambientais no nosso planeta.

O papel essencial do designer passa por frequentemente procurar dar respostas que possam aliviar fundamentalmente as dificuldades do envelhecimento, precisamente na criação de ambientes que promovam o bem-estar social, ambiental e económico. À medida que os desafios sociais crescem, os designers estão cada vez mais conscientes na adaptação do estilo de vida sustentável, desempenhando um papel na reformulação da sociedade, direcionado principalmente nos grupos mais vulneráveis “os idosos”, criando iniciativas de inclusão para torná-los mais próximos das comunidades e mais participativos. Promovendo assim a saúde, paz e segurança humana.

Este tipo de engajamento em alcançar o bem-estar social e público, para a terceira idade, está focado em minimizar as necessidades de adaptação de maior inclusão dos idosos, e diminuir a estigmatização no sentido de residirem em ambientes que lhes são mais amigáveis. Onde o acesso aos direitos fundamentais à habitação, lazer, cultura, trabalho e mobilidade sejam vistos como prioridade.

## 1.2 O ENVELHECIMENTO DEMOGRÁFICO EM PORTUGAL E NO INTERIOR DO PAÍS

Tem se notado em Portugal, uma grande alteração na sua estrutura etária e dimensão populacional. Analisando a estrutura etária portuguesa desde 1960 até aos dias atuais, verifica-se uma diminuição significativa dos grupos etários com menos de 20 anos, sendo que o crescimento do grupo etário composto por indivíduos com 65 ou mais anos tenha sido ainda mais relevante. Em 1970, Portugal era, de facto, um dos países mais jovens da Europa, apesar de grandes assimetrias regionais (Nazareth citado por Fernandes,1997).

Neste momento, Portugal, no ponto de vista demográfico encontra-se com a atual tendência para o significativo crescimento da população idosa “no enquadramento populacional do país”, caracteriza-se por uma reduzida fecundidade, baixa mortalidade (Paúl & Fonseca,2005 citado por Santos, 2008) Segundo Carrilho e Patrícia (2009) viviam em Portugal 10 144 940 habitantes, sendo que 15% tinham menos de 15 anos e 18% possuíam idade igual ou superior a 65 anos. Isto de acordo com os dados preliminares do censo 2011, Portugal possui 10 555 853 residentes, mais da metade dela é idosa, prevendo-se que Portugal perca entre 2000 e 2050, mais de um quarto da sua atual população, em valores absolutos, a população idosa aumentou quase 1 milhão de indivíduos.

As famílias compostas apenas por idosos terem aumentado cerca de 36% no período intercensitário. Nestas famílias, a grande maioria são constituídas por um só idoso (50,5%) e por dois idosos (48,1%). Estes agregados constituídos por idosos a viverem sozinhos apresentam as taxas mais elevadas de pobreza. Os resultados do Inquérito ao Emprego de 2001 indicam também que a maioria da população idosa é inativa (81%) sendo que cerca de 74% da população idosa é masculina e 86% do sexo feminino. Atualmente Portugal é dos países europeus que menos nascimento tem em média.

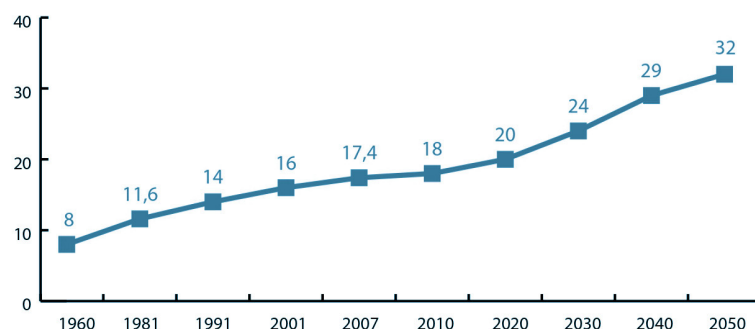


Gráfico 1 - Evolução da População com 65 ou mais anos em Portugal, 1960-2050

Estes números expressam bem o envelhecimento demográfico em Portugal, com um estreitamento da pirâmide etária, referentes à população portuguesa, pode-se notar essa transformação demográfica mais pormenorizada da pirâmide, permitindo visualizar o fenómeno em toda a sua dimensão, onde se pode concluir que, de facto, estamos perante uma realidade de duplo envelhecimento.

De acordo com Maria João Valente Rosa (2012) apesar de o envelhecimento populacional poder ser entendido como uma história de sucesso, frequentemente é percebido como uma enorme ameaça ao futuro da sociedade em que vivemos. Neste contexto, muitos dos idosos conseguem adaptar-se à velhice e a toda esta problemática, como mais uma fase na vida, independentemente das suas limitações físicas. Mas existem outros em que a situação é o inverso e têm alterações de tal ordem que necessitam de internamento em lares. Face a este cenário, é pertinente refletir/discutir o envelhecimento e as mudanças sociais que acompanham este processo.

Quando se envelhece num meio rural, pode-se proporcionar aos idosos uma atitude e uma postura menos negativa perante ao envelhecimento. Ainda que existam situações de carência económica ou material, consegue-se manter relações de vizinhança e estarão mais por perto dos seus familiares e amigos, o que pode preencher a carência e a solidão. Pelo que em regra os idosos que vivem nos meios urbanos são menos dependentes, mais ativos e o seu suporte social é maior (Sequeira e Silva, 2002).

O processo de envelhecimento pode decorrer em meio rural ou em meio urbano, e para os dois casos existem vantagens e desvantagens, que não podem ser generalizadas. Se o meio urbano oferece, para alguns, um melhor nível educacional e uma situação financeira mais confortável, sem que viver na cidade seja, obrigatoriamente sinónimo de abundância económica, na cidade, pode-se ter acesso facilitado a bens e serviços (saúde, cultura, lazer). Por outro lado, o meio rural pode proporcionar uma maior autonomia e uma rede social mais densa e eficaz. No entanto, se esse meio for desprovido de assistência e cuidados de saúde direcionados para os mais idosos, certamente que a autonomia, a qualidade de vida e o bem-estar do idoso serão reduzidos (Paúl, 2005).

Na realidade, e como referiu M. João V. Rosa (1992) Envelhecimento Humano pode ser encarado em duas perspetivas diferentes: - como um processo individual, inerente a cada indivíduo e que resulta das alterações biológicas, psicológicas, sociais e outras provocadas pela idade, ao longo do seu percurso de vida; - ou como um processo coletivo, correspondendo este às alterações que se vão produzindo numa determinada população devida à evolução da estrutura etária dos seus membros.

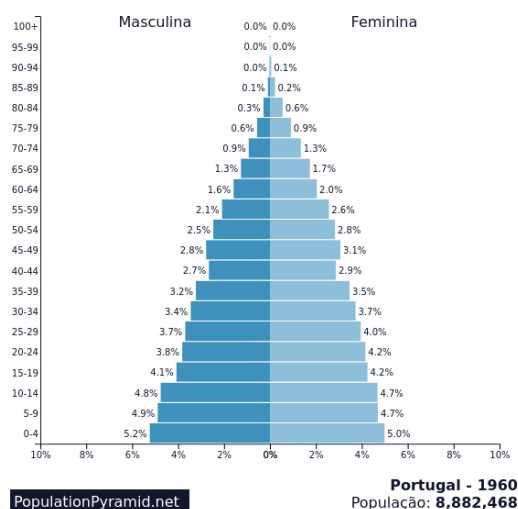


Gráfico 2 - Pirâmide Etária, Portugal 1960

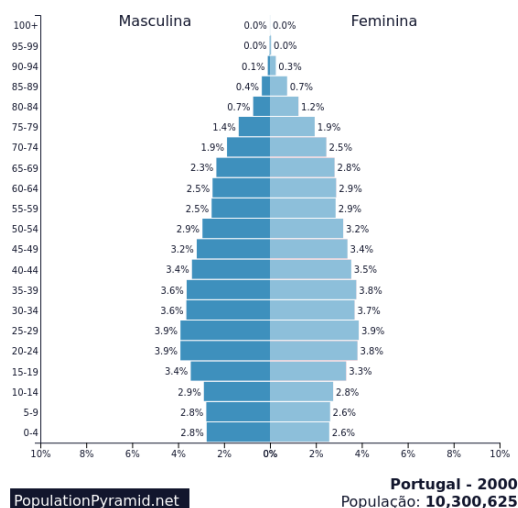


Gráfico 3 - Pirâmide Etária, Portugal 2000

## 1.2.1 ENVELHECER EM MATOSINHOS

É importante considerar o lugar onde a pessoa nasce, cresce, vive e envelhece, tendo em conta os aspetos ambientais, físicos, psicológicos, culturais e políticos.

Matosinhos pertence á região do Norte de Portugal, e ao distrito do Porto. É importante salientar que o concelho não fica isento a estas dinâmicas demográficas. No concelho viviam 24 554 pessoas e na sua maior parte com 64 anos ou mais, isto em 2007. Este crescimento de duplo envelhecimento, começou no Sul e no interior do país, um dos grandes fatores foi também, por causa da imigração dos jovens para o estrangeiro, e não só, em busca de melhores condições de vida, deixando assim os seus concelhos vigorosamente marcados por uma vida rural. Os grandes centros assumem-se então como polos de atração de uma população jovem em idade ativa. Entre tanto, a taxa de natalidade reduziu, e o número medio de esperança de vida aumentou. Contudo, a heterogeneidade era caracterizada no concelho e na região, como fenómeno em termos geográficos.



Figura 1 - Idosos no parque Basílio Teles, Matosinhos

Portugal em 1980, começa a verificar um aumento mais acentuado da percentagem de pessoas idosas, e a diminuição de uma boa parte das pessoas jovens.

Com efeito, ao longo das últimas décadas, o aumento da população idosa no Concelho tem sido evidente. Se considerarmos o período 1991 e 2007 esse aumento foi de aproximadamente 75%. Por outro lado, tal como se tem verificado em geral, também em Matosinhos o aumento do número de idosos tem sido acompanhado de um decréscimo do número de crianças e jovens. Em 2007,



Figura 2 - Idoso no parque Basílio Teles, Matosinhos

enquanto a percentagem das pessoas com 65 e mais era 14.5%, o peso dos jovens era já muito próximo desta (15.1%). Considerando os dados relativos a 1991 e 2001, é perceptível o processo de “duplo envelhecimento” (Cardoso, 2008, p. 30).

De acordo com o Diagnostico Social do Concelho de Matosinhos (2020), o concelho apresentou na primeira década do século XXI, entre 2010 e 2011, um grande crescimento populacional destacado. Entre tanto, no meio de 2012 e 2018, regista-se uma perda de população que se retoma em 2019, porem no mesmo ano de 2019, as pessoas residentes no concelho, as estimativas mostram para 175 357. Onde, 53,2% é do sexo feminino.

No entanto, a junção das Freguesias de S. Mamede e Senhora da Hora, em seguida de Matosinhos e Leça da Palmeira, juntam um maior número de residentes no concelho. Por sua vez, estas duas uniões correspondem a 30% e 27,4% da população residente no concelho. Entretanto, Matosinhos se enquadra nos aspetos das tendências gerais no que diz respeito ao envelhecimento, assume uma face essencialmente feminina.



Figura 3 - Idosa no parque Basílio Teles, Matosinhos



Figura 4 - Idoso no parque Basílio Teles, Matosinhos

Há cada vez mais no concelho, números de famílias unipessoais, muitas das vezes por se tratar de pessoas que vivem sozinhas, como viúvas, pessoas solteiras, separadas, ou seja o que aumenta a situação de pessoas idosas a viverem sós. Considerando a vida que a maioria das famílias atuais levam, assinaladas pela separação e o distanciamento, isto é uma realidade. E tem dificultado a presença afetiva e mais ativa das famílias, junto dos seus idosos. Porém conscientes desta situação os idosos tentam manter uma convivência mais regular com os seus vizinhos e amigos. Onde muitas das vezes a perda da saúde, são fatores favoráveis ao surgimento de sentimentos de isolamento e solidão. A mobilidade tende a diminuir com o tempo.

Segundo Fonseca (2005), a vida nas cidades sustenta-se, para grande parte dos idosos, num escasso suporte social, e quando ele existe, as redes são fracas e não oferecem visibilidade social, o que leva algumas vezes a casos de desprezo e marginalização.

### 1.3 O IMPACTO DA PANDEMIA NA TERCEIRA IDADE

Em dezembro de 2019 a China reportou à Organização Mundial de Saúde um cluster de pneumonia de etiologia desconhecida em trabalhadores e frequentadores de um mercado de peixe, mariscos vivos e aves na cidade de Wuhan, província de Hubei, na China. A 9 de janeiro de 2020 as autoridades chinesas identificaram um novo vírus da família dos coronavírus (2019-nCoV) como agente causador da doença. A sequência genómica do novo vírus foi feita em tempo recorde e partilhada a nível internacional. De acordo com diversas autoridades de saúde internacionais, o impacto potencial de epidemia por SARS- CoV-2 é elevado, sendo expectável a propagação global do vírus. Por isso mesmo, o Diretor-Geral da Organização Mundial de Saúde declarou, a 30 de janeiro de 2020, a doença por novo coronavírus como uma Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional DGS, (2020).



Figura 5 - Idoso na pandemia

Esta mesma organização (OMS), pediu aos governos de todos os países do Planeta que adotassem medidas de “distanciamento social” devido ao risco de propagação. A decisão de confinar a população nas suas casas trouxe muitas consequências, não apenas económicas, mas também psicológicas, que serão incomensuráveis (Cristina Jiménez, 2020, p.47).

A pandemia teve um impacto considerável na população idosa, especialmente no que diz respeito à sua saúde mental. A 11 de Março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a Pandemia global pelo coronavírus. Na qual foram aplicadas restrições para conter a propagação do vírus, reforçando o confinamento geral, com dever de recolhimento.

Em Portugal, os primeiros casos de infeção foram confirmados a 2 de março de 2020 (Decreto no. 2-A/2020 – Diário Da República no57/2020, e foi decretado o estado de emergência no dia 18 de março de 2020, pelo Presidente da República Marcelo Robelo de Sousa (Decreto-Lei n. 14-A/2020, 2020), impondo um período de medidas altamente restritivas aos cidadãos residentes, com dever de recolhimento obrigatório no domicílio, com algumas exceções para atividades essenciais. Este regime excecional foi prolongado com duas renovações, tendo sido levantado às 00H00 do dia 2 de maio de 2020 (Direção-Geral da Saúde, 2020 citado em INSA, 2020). Neste contexto, Matosinhos não ficou alheia à realidade em que o país e o mundo se encontrava, a terceira idade teve um especial destaque na pandemia (COVID-19) no concelho, pela sua vulnerabilidade e pelas medidas restritivas, de isolamento e distanciamento social.

As altas taxas de mortalidade por Coronavírus, têm sido em sua maior parte, associadas à terceira idade, com muitas dificuldades na adaptação ao mundo digital. Neste contexto, a exclusão social torna-se mais relevante e originou sentimento de dupla exclusão. O impacto da pandemia é reconhecidamente superior em pessoas com patologias prévias, os hábitos alteraram-se de repente, tudo que fazíamos, como dar um passeio e tomar um café com amigos passou a ser impossível, a ansiedade e depressão aumentaram.

Descrito como grupo de risco, os adultos com mais de 65 anos, foram consistentemente mais vulneráveis a desenvolver doenças e a recorrerem aos serviços de hospitalização. Os idosos que vivem sozinhos também passaram pela dificuldade em obter alimentos, medicamentos ou outros produtos de primeiras necessidades, outra dificuldade que as terceiras idades têm tido ao longo do decorrer da pandemia é de manter o contacto regular com os familiares através dos dispositivos tecnológicos, a chamada “exclusão social e digital”. A pandemia teve um impacto tão grande a nível da população mundial, alterando a vida dos indivíduos a nível individual e social, onde a autonomia dos mais velhos foi reduzida, as medidas de restrição, embora necessárias, afetaram a saúde dos indivíduos, principalmente a terceira idade, devido ao potencial risco de infeção e ao isolamento social.

### 1.3.1 COVID-19 UMA NOVA REALIDADE EM MATOSINHOS

A forma de viver, individual e comunitária em Matosinhos foi alterada. No decorrer das medidas de saúde pública que foram implementadas para conter a propagação do vírus, no concelho, o medo e a incerteza de infectar alguém ou ser infectado, foram apontadas como fatores de risco para a saúde mental, se por um lado o isolamento social foi necessário para impedir a propagação do vírus, por outro lado, trouxe efeitos prejudiciais à saúde dos idosos durante e depois desse período.

A COVID-19 é uma doença que resulta da infeção por um vírus (SAR-CoV-2), tendo a maioria das pessoas infetadas pela mesma, sintomas ligeiros ou moderados que não requerem tratamento hospitalar. Para além da febre, tosse seca e fadiga, que são as manifestações mais frequentes, podem surgir outros sintomas como dificuldade respiratória, dor de cabeça, falta de ar, diarreia, náuseas e vômitos, podendo ainda afetar órgãos vitais, onde se inclui o sistema nervoso central (Steardo et al., 2020; World Health Organization, 2020).



Figura 6 - Idosos no Lar dos Pescadores



Figura 7 - Idoso na pandemia a receber ajuda

## 1.4 INCLUSÃO SOCIAL: A IMPORTÂNCIA DE VIVER EM COMUNIDADE

Na maior parte dos casos, o idoso e a velhice são vistos de uma forma pouco positiva, o idoso é visto como alguém débil e que se encontra numa condição de “pobreza, isolamento social, solidão, doença e dependência” Mauritti ,(2004) . No estudo que se intitula O Futuro Demográfico da Europa (2005), que refere sobre o papel do idoso na sociedade, é colocada a hipótese dos pais idosos viverem com os filhos, e uma parte substancial dos países da Europa de Leste como por exemplo a Roménia (85,9%), Polónia (85,1%) e Lituânia (82,9%) aprovam esta ideia. No que respeita aos países da Europa Ocidental, essa ideia não é bem acolhida, pois apenas uma pequena percentagem da população aceitaria essa condição: Alemanha (16,4%) e Bélgica (23,5%). Por outro lado, temos a chamada “geração sanduíche” a quem compete cuidar e amparar a geração ascendente e continuar a cuidar, com zelo e devoção da geração descendente que ainda permanece em casa, ou que pela idade, ainda necessita de muita supervisão. Neste caso, em alguns países, há discordância quanto à ideia de que se um casal tiver filhos, não deve cuidar dos seus pais idosos. Na Bélgica observaram-se 46,3% e na Finlândia 43,5% de respostas, respetivamente, que acham incompatível, e um “fardo” muito pesado, cuidar dos pais idosos e das crianças. Em sentido contrário temos a Lituânia em que 6,6% concordam que não devem prestar apoio aos pais, Eslovénia (8,2%), Estónia (8,9%) e a Roménia (12,9%).

De acordo com o mesmo estudo, é divulgado que, apesar de o envelhecimento demográfico ser considerado aspeto negativo, o papel dos idosos na sociedade foi avaliado positivamente, entretanto, em alguns países os idosos não são rejeitados. A maior parte dos países europeus considera que a sociedade deve dar mais atenção aos direitos e aos problemas da terceira idade. Visto que, os idosos são muito importantes para a sociedade pela sua diversificada experiência, onde os mais jovens podem beneficiar-se desse conhecimento e sabedoria.



Figura 8 - Idosos na sala multi-usos da Junta de Freguesia de Matosinhos

O idoso é sensível à exclusão social devido à sua posição de reformado, que gera a supressão da relação com o trabalho e com os colegas, a relutância em estabelecer relações e comunicar com as novas gerações, grande dificuldade em se apropriar das tecnologias de informação e comunicação Silva, (2001).

Neste sentido, a família deve ser por direito um espaço de realização, fortalecimento e consolidação do ser humano. O espaço que completa, e transmite os valores, mas que hoje muitas delas não têm lugar garantido para os idosos.

Segundo Pereira e Neves, (2011, p.7) “ muitos idosos têm manifestado uma dificuldade enorme em compreender e acompanhar esta nova realidade, sentindo-se imediatamente excluídos e à margem desta evolução. Perdem, assim, a oportunidade de conhecer um novo mundo, com infinitas possibilidades ao nível da comunicação e da transformação do seu tempo em tempo de lazer, de convívio e de felicidade’.

Num estudo efetuado à população idosa de alguns países da União Europeia (UE), entre 2002 e 2007, foi evidente que o uso da Internet pela população sénior se tem ampliado. Constatou-se que a utilização da Internet entre os idosos praticamente duplicou, pois em 2001 verificou-se 27% de utilizadores, em 2007 registou-se 44% Seniorwatch, (2008). Não são raras as vezes em que os idosos são classificados como pessoas incapazes de se adaptarem às novas tecnologias. Na verdade, poderão ter uma aprendizagem a um ritmo mais lento, decorrente de algumas limitações físicas e cognitivas, que advêm do avanço da idade, mas estas, não serão certamente impeditivas a que os idosos possam ocupar o seu tempo livre e de lazer com as Tecnologias. A propósito, Machado e Sousa, (2006, p. 60) afirmam que: “Acompanhar a evolução das ferramentas da Internet não é uma atividade apenas para jovens de idade, mas para todos aqueles que se mantêm com pensamento jovem pela busca constante de conhecimento, não importa a sua idade cronológica”.



O mais ideal seria que os idosos passassem a sua velhice na companhia dos seus familiares e junto dos seus amigos mais chegados, visto que essas são as pessoas com que mantiveram laços mais fortes ao longo das suas vidas como suporte social e psicológico.

Figura 9 - Idosos a praticarem tai chi e ioga no Grande Porto

## **2. CIDADE DE MATOSINHOS**

## 2.1 QUALIDADE DE VIDA E OS DESAFIOS

“A expressão qualidade de vida foi empregada, com repercussão, pela primeira vez, em 1964, pelo presidente dos Estados Unidos à época, Lyndon Johnson, ao declarar que “os objetivos não podem ser medidos através do balanço dos bancos. Eles só podem ser medidos através da qualidade de vida que proporcionam às pessoas” (Brazilian Journal of Cardiovascular Surgery, 2010, s.p.).

A qualidade de vida está relacionada com o bem-estar, proporcionando um bom envelhecimento. Tanto físico como psicológico, relações sociais e meio ambiente em que se vive. Tudo isso é muito importante para garantir a longevidade durante o processo de envelhecimento. Inclui, uma serie de aspetos como o suporte familiar, valores culturas, éticos e religiosos, o próprio estado de saúde e a satisfação com o emprego e com as atividades diárias, porem a qualidade de vida, varia de pessoa para pessoa.

De acordo com a Direção Geral de Saúde - DGS (2003), a qualidade de vida passa pelo entendimento por parte do sujeito e/ou grupos, de que as suas necessidades são colmatadas, bem como pela noção de que não existe uma barreira às oportunidades, através das quais é possível aceder à felicidade e à realização pessoal, ou seja, sem que haja apenas uma sobrevivência.

Foram tantas transformações, que esse conceito de qualidade de vida cresceu, e ultrapassou as barreiras económicas, e passou a se abranger também o desenvolvimento social. Segundo Duarte e Pavarini (1997), a qualidade de vida nos idosos é geralmente associada a problemas que se prendem com a autonomia versus dependência. Diante desta situação, é necessário que haja apoio ao nível das instituições e organizações, alterações de políticas sociais, sobretudo uma grande mudança das mentalidades de forma a garantir a qualidade de vida com dignidade para todos os idosos.

Na atual sociedade, o isolamento, e o desaparecimento da autonomia física, tornam-se problemas evidentes nas classes etárias mais envelhecidas, sobretudo nos meios rurais, e que inevitavelmente, levam à exclusão social. Independentemente destas circunstancias, os desafios associados ao envelhecimento dependem do estilo de vida adotado e das condições pessoais muito particulares. O abandono familiar é um assunto que precisa de ser levado muito a sério, pois nesta fase da vida as pessoas idosas tendem a ser mais sensíveis emocionalmente, muitas das vezes quando são inseridos em lares, o idoso acaba sendo esquecido pelos seus familiares, muitas das vezes podem passar todo dia num lar, mais à noite estão sozinhos. A saúde mental torna-se talvez um dos maiores desafios enfrentados pelos idosos na sociedade.

Porem, avaliar a qualidade de vida, é relativo, tem se registado em Portugal situações de idosos encontrados mortos em suas próprias residências. Num país em que foram estimados 15 596 idosos que vivem sozinhos ou até mesmo em meios isolados, todos numa situação vulnerável ou isoladas por questões familiares ou física.

## **2.2 REALIDADE DA HABITAÇÃO PARA OS IDOSOS EM MATOSINHOS**

Permanecer na sua habitação, é o maior interesse das pessoas idosas, reafirmando a importância da independência e da atividade social. Uma habitação adequada, com boas acessibilidades e possibilidades de acesso aos serviços comunitários e sociais, garante-lhes qualidade de vida.

A existência de barreiras físicas no exterior e até mesmo dentro das próprias habitações, dificultam a mobilidade de muitos idosos em Matosinhos, há uma grande necessidade de manutenção das casas, visto que muitas delas são antigas e não se encontram em bom estado de conservação, o valor dos arrendamentos são algumas das questões que influenciam a qualidade de vida das pessoas idosas, em termos habitacionais no concelho, onde tudo esta cada vez mais caro.

Deste modo, as habitações para este público alvo, devem ser desenvolvidas dentro do sistema do design inclusivo, onde a utilização do ambiente doméstico seja facilitada, promovendo maior conforto e bem-estar, incentivando o modo de vida autónomo. O design Inclusivo, por outro lado, tem como meta soluções que atendam apenas indivíduos portadores de deficiência permanente, mas beneficiem o maior número possível de utilizadores independente das suas características (STEINFELD,2004).

A habitação tem uma grande influencia no bem-estar para a terceira idade, o requisito proteção e segurança promove a independência do indivíduo no seu espaço pessoal durante toda a sua vida.

A Matosinhos Habit, tem sido um grande apoio no âmbito do programa municipal, de apoio ao arrendamento para as pessoas idosas, visto que a maior número de pedidos para habitação por parte destes indivíduos são de mulheres. Onde as razões patentes são a dificuldade em pagar os arrendamentos, devido ao aumento das despesas como medicamentos, situações de despejos, porem muitas das vezes só com a aposentadoria não conseguem mais pagar a renda das suas casas. Outras situações também que os levam a recorrer a ajuda tem haver com as condições físicas ou seja a saúde. A existências de escadas em algumas situações, surgem como barreira a mobilidade, dificultando assim a vida desses idosos.

Segundo o Diagnóstico Social do concelho de Matosinhos (2020), Matosinhos é o segundo concelho mais densamente povoado da (AMP) Área Metropolitana do Porto, a seguir o porto. Com 2.801,50 habitantes por m<sup>2</sup>, e de dependência de idosos (32,9 em 2019; 17,3 em 2001). A União de Freguesias de Matosinhos e Leça da Palmeira apresenta uma maior percentagem de população com idades iguais ou superiores a 65 anos (16,8%, face aos 15% do concelho), das quais o sexo feminino, sendo também ligeiramente mais elevada a percentagem de pessoas com mais de 74 anos, entre a população idosa (45%, face aos 44% para o concelho) (PDSM, 201; 2024; Planos de Diagnóstico Social do Concelho de Matosinhos).

## **2.3 HABITAÇÃO PARA IDOSOS**

A exclusão social, a pobreza e a falta de condições de habitabilidade são os problemas principais associados à população idosa em Portugal, a vulnerabilidade e a dependência, destacam-se muito além das condições básicas de bem-estar, pois com a idade as alterações biológicas, psicológicas e sociais, são situações de precariedade habitacional, sobretudo nos casos em que a autonomia diminui (CET/ISCTE, 2008; Instituto Nacional de Estatística, 2002).

Para muitos idosos, sair da sua casa para uma instituição, apesar das condições habitacionais, será sempre um processo doloroso, ainda que seja opção do mesmo. Entretanto, as pessoas idosas vivem melhor nas suas casas, ou em casas dos seus familiares. A habitação torna-se o ponto mais importante das suas vidas, pelo tempo em que vive e permanece nela. Porém não nos podemos esquecer que os equipamentos de uma habitação são muito importantes, principalmente para este público alvo. Indicando os níveis de dificuldades, como por exemplo a funcionalidade dos espaços, a casa de banho, o posicionamento da sanita com autoclismo, o chuveiro, assim como a cozinha, uma instalação que permita o idoso cozinhar e se movimentar sem obstáculos, são estes alguns dos pontos mais frequentemente referenciados na análise das condições de vida das pessoas idosas na União Europeia (EU) (United Nations, 2006). Normalmente a população idosa apresenta as piores condições habitacionais, sendo assim, o conforto e o bem-estar não se fazem sentir. Uma vez que, os programas habitacionais nacionais, de carácter municipal têm sido desenvolvidos, e centrados particularmente nos municípios de que são exemplos de habitações sociais, um exemplo muito concreto é o programa municipal de apoio ao arrendamento do concelho de Matosinhos, especificamente para a população idosa. Merecem ser citadas como “Matosinhos Amigo” que procura promover e facilitar a melhoria das condições de habitualidade deste público alvo, pela prestação de um serviço gratuito e de remodelação e adaptação de pequenas habitações particulares (informação acessível no URL: <http://www.matosinhoshabit.eu>).

## **2.4 ESPAÇO E MOBILIDADE**

A mobilidade da população tem a ver com a deslocação humana entre áreas geográficas como; países, cidades, regiões, continentes. À procura de condições apropriadas à sua sobrevivência, desde sempre que o homem se movimenta no espaço.

O envelhecimento da população desafia também o modo de como as cidades são projetadas, incrementando a sua rede de mobilidade. Os idosos, em especial, têm necessidade de viver em meios envolventes que lhes proporcionem apoio e capacitação, para corresponder às mudanças físicas e sociais, associadas ao envelhecimento, no entanto, muitas são as barreiras físicas nas quais o idoso tem se deparado, com passeios em má condições, ou totalmente ocupados pelas cadeiras e mesas dos restaurantes, a falta de proteção as condições climatéricas em paragens de transporte públicos e em espaços verdes, e muitas das vezes a falta de banco para descanso. Existem também barreiras físicas em alguns edifícios de carácter públicos.

A acessibilidade aos ambientes construídos se coloca como essencial para uma sociedade inclusiva em que os projetos devem respeitar as características individuais, considerando as limitações e na forma de projetar em um design cada vez mais inclusivo e universal (CAMBIAGHI, 2017).

## 2.5 LEGISLAÇÃO

A legislação vigente tem como função, promover o bem-estar quer a nível publico, quer a nível privado, e é fundamental que a acessibilidade e a mobilidade tenham vantagens para todos, visto que as barreiras urbanas, são um grande empecilho para autonomia e liberdade de qualquer cidadão. De acordo com o Decreto-Lei 163, em 2006 de 8 de agosto, o Estado define aquelas que são as obrigações que promovam a qualidade de vida e o bem-estar da população. A igualdade entre todos, através das condições de projetos de acessibilidade, e na construção de espaços públicos, equipamentos coletivos e edifícios públicos, bem como edifícios destinados a habitação.

Ainda sobre o decreto acima citado, há uma nota introdutória , sobre os indivíduos que fazem parte das necessidades especiais, sendo nomeadamente pessoas com mobilidade condicionada, utilizadores de cadeira de rodas incapazes de andar ou percorrer grandes distâncias ,pessoas com dificuldades sensoriais, cegos ou surdos , sobre tudo aqueles que, em virtude do seu percurso de vida, se apresentam transitoriamente condicionados, como as grávidas, crianças e os “idosos”(Decreto -Lei 163/ 2006 de Agosto:5676).

Uma vez que o idoso está sujeito a contínuas alterações nas suas habilidades, relativamente aos lares para a terceira idade, no Despacho Normativo nº 12 / 98 de 25 de fevereiro de 1998, onde estabelece as condições de funcionamento destas instalações, em que o exercício de uma atividade desta natureza deve ser propiciador de um ambiente de convívio e participação, gerador de bem-estar social e de vivência saudável nos estabelecimentos. Propriedade para pessoas que se encontram em situação de vulnerabilidade, pessoas com dificuldades económicas e social ou até mesmo pelas suas características físicas ou situação social.

Esse público-alvo é precisamente o mais esquecido e/ ou mais insuficientemente servido pela indústria e seus respetivos designers (PAPANECK, 1995).

Em relação aos edifícios e estabelecimentos, pelo menos os percursos acessíveis devem ser dotados de um acesso confortável e seguro. Que proporcione as pessoas com mobilidade condicionada entre a via publica o local de entrada / saída principal e todos os espaços interiores e exteriores que os constituem. (Capítulo 2, secção 2.1)

Apesar do tratamento dado particularmente ás necessidades especiais, abrangendo os idosos, centraliza-se principalmente nos portadores de mobilidade condicionada. Parece que o uso de cadeiras de rodas é o único que tem impacto no conceito de espaço, independente da sua característica doméstica ou urbana. Visto que muitos idosos se encontram com outros tipos de limitações que muitas das vezes a vida deles não são facilitadas, enfatizando assim a exclusão social e estimulando o preconceito já existente.

Enquanto o portador de mobilidade condicionada necessita de um ambiente com características específicas, que atendam as suas limitações, o idoso necessita de um ambiente não específico, mas flexível e adaptável as mudanças das suas habilidades, mudanças essas que podem ocorrer durante o seu ciclo de vida (CARLI, 2004).

Relativamente aos edifícios de habitação é recomendável que o percurso acessível entre o átrio de entrada e as habitações, situadas no piso térreo se realizem sem recorrer a meios mecânico de comunicação vertical. (Capítulo 2, secção 3.2.5) É importante que nos espaços de entrada das habitações tenha uma zona que permitam manobras para rotação de 360°. (Capítulo 2, secção 3.3.1)

“A circulação horizontal das habitações, como corredores e outros espaços, devem ter uma largura não inferior a 1,1m; podem existir troços dos corredores e de outros espaços de circulação horizontal das habitações com uma largura não inferior a 0,9m, e se tiverem uma extensão não superior a 1,5 m e não derem acesso lateral a portas de comprimentos.”, (Capítulo 2, secção 3.32)

Em relação às instalações sanitárias adequadas ao uso por pessoas com mobilidade condicionada, podem estar integrados numa instalação sanitária de uso comum para pessoas com e sem limitações de mobilidade, ou constituir apenas uma instalação sanitária específica, esta pode servir para o sexo masculino e feminino. (Capítulo 2, secção 2.9.1)

No caso em que os aparelhos sanitários acessíveis estiverem integrados, numa instalação conjunta devem representar pelo menos 10% do número total de cada aparelho instalado e nunca inferior a um. (Capítulo 2, secção 2.9.2)

Em cada habitação deve existir uma instalação sanitária, que satisfaça as seguintes condições;

- 1) Deve ser equipada com, pelo menos, um lavatório, uma sanita, um bidé e uma banheira;
- 2) Em alternativa à banheira, pode ser instalada uma base de duche com 0,8m por 0,8m desde que fique garantido o espaço para eventual instalação da banheira.
- 3) A disposição dos aparelhos sanitários e as características das paredes devem permitir a colocação de barras de apoio caso os moradores o pretendam.

As instalações sanitárias específicas para pessoas com mobilidade condicionada devem satisfazer as seguintes condições:

- 1) A altura do piso ao bordo superior do assento da sanita deve ser de 0,45 m, admitindo-se uma tolerância de + 0,01 m;
- 2) Devem existir zona livres, para o acesso e permanência de uma pessoa em cadeira de rodas;
- 3) As zonas livres de acesso devem estar posicionadas de lados diferentes, permitindo o acesso lateral pela direita e pela esquerda, quando existir mais de uma sanita;
- 4) O uso frequente da instalação sanitária por pessoa com mobilidade condicionada, vai depender propriamente de como este acesso vai ser facilitado.

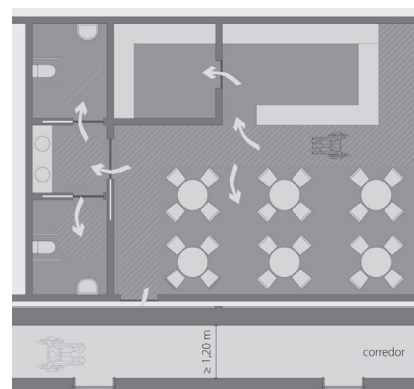


Figura 10 - Percurso acessível

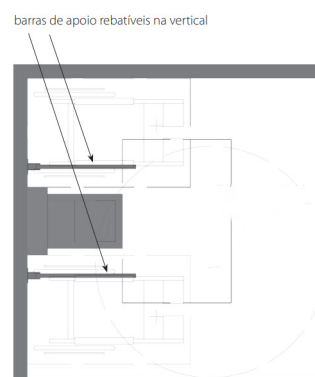


Figura 11 - Instalação sanitária para pessoas com mobilidade condicionada

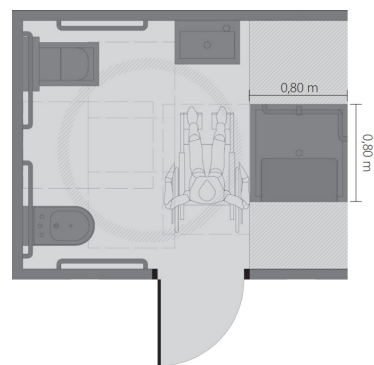


Figura 12 - Zona de manobra

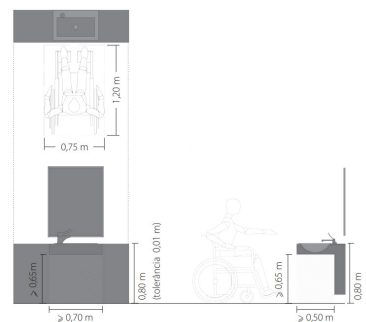


Figura 13 - Acesso ao lavatório para mobilidade reduzida

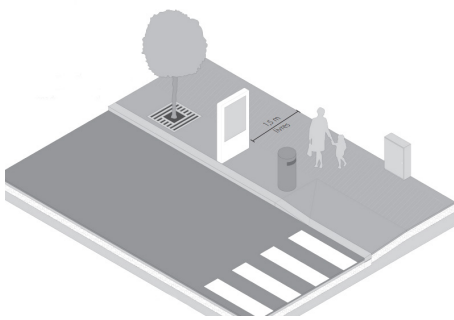


Figura 14 - Passeio e caminho de peões

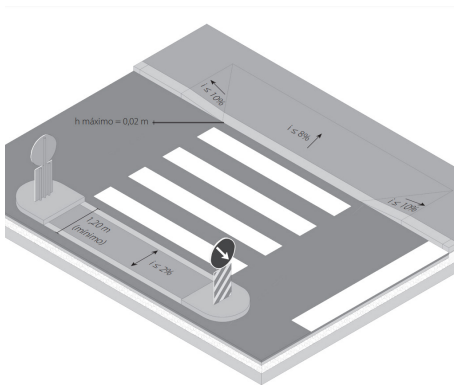


Figura 15 - Passagem de peões

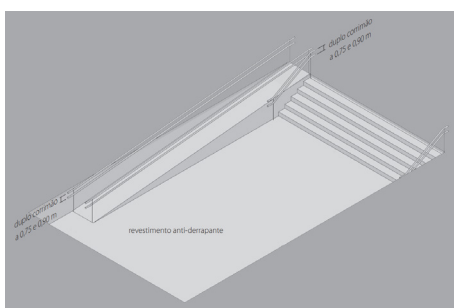


Figura 16 - Rampa com corrimão para mobilidade reduzida e escadas

Em todo o seu desenvolvimento os percursos pedonais devem ter um canal de circulação contínuo e desimpedido de obstruções com uma largura não inferior a 1,2 m, medido ao nível do pavimento. (Capítulo 4, secção 4.3.1) Ou seja o percurso deve ser acessível, coerente, de modo que proporcionem as pessoas com mobilidade condicionada um acesso seguro e confortável, na qual todos os pontos relevantes da sua estrutura ativa, como lotes construídos, equipamentos coletivos, espaços públicos de recreio e lazer, espaços de estacionamento de viaturas, locais de paragens temporária de viaturas para entrada / saída de passageiros e sobre tudo paragens de transportes públicos. Esta rede de percurso acessível, abrange toda área urbanizada e está articulada com as atividades e funções urbanas realizadas tanto no solo público como no solo privado. E devem ser incluídos;

- 1) Os passeios e caminhos de peões;
- 2) Escadarias, escadarias em rampa e rampas;
- 3) As passagens de peões, à superfície ou desniveladas;
- 4) Outros espaços de circulação e permanência de peões.

Nos passeios adjacentes as vias principais e vias distribuidoras, devem ter uma largura não inferior 1,5 m. (Capítulo 1, secção 1.2) uma vez que 1,2 m para pessoas que se desloquem em cadeira de rodas com acompanhante ou até mesmo com carrinhos de bebé é um espaço evidentemente curto. Isto nas zonas de interceção das passagens de peões com separadores centrais das rodovias, onde a inclinação do piso dos seus revestimentos não superior a 2% medidas na direção do atravessamento dos peões. (Capítulo 1, secção 1.6.3)

As rampas devem possuir corrimãos de ambos os lados, exceto em situações se vencerem um desnível não superior a 0,2 m. nestes casos podem não ter corrimãos ou se vencerem um desnível de compreendido entre 0,2 m e 0,4 m e não tiver uma inclinação superior a 6% podem ter apenas corrimãos de um dos lados. O revestimento do piso do mesmo, no seu início e no fim deve ter faixa com diferenciação de textura e cor contrastante relativamente ao pavimento adjacente. O mesmo acontece com as escadas, (é recomendável que não existam escadas) a norma refere-se apenas a escadas incluídas no percurso acessível. recomenda-se quando há uma mudança de nível for inevitável, podem existir escadas se forem complementadas por rampas, ascensores ou plataforma elevatórias. (Capítulo 2, secção 2.5.7) Mais quando isto não for possível, os degraus devem estar claramente assinalados com matérias de revestimento de texturas diferentes e contrastante com o restante piso. (Capítulo 2, secção 2.4.11)

Os ascensores devem possuir cabinas com dimensões interiores e medidas entre os painéis da estrutura da cabina, não inferiores a 1,1 m de largura por 1,4 m de profundidade. Quanto a barra de apoio deverá ter pelo menos uma barra colocada numa parede livre do interior das cabines, situadas a uma altura do piso compreendida entre 0,875m e 0,925m. (Capítulo 2, secção 2.6.2)

Os dispositivos de comando dos ascensores devem ser instalados a uma altura, medida entre o piso e o eixo do botão, compreendida entre 0,9 m e 1,2 m quando localizados no interior das cabines. Deve ter também um botão de alarme e outro de paragem de emergência localizados no interior das cabines. (Capítulo 2, secção 2.6.4)

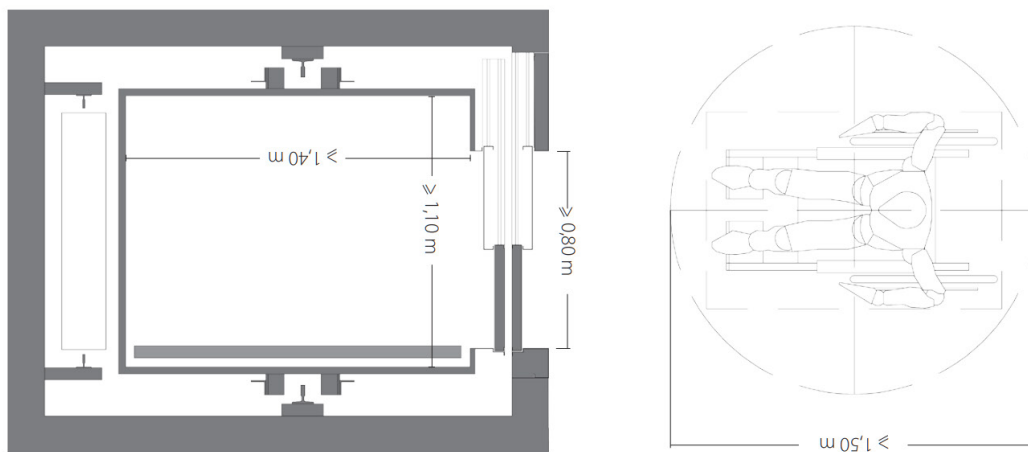


Figura 17 - Elevador com acesso a mobilidade reduzida

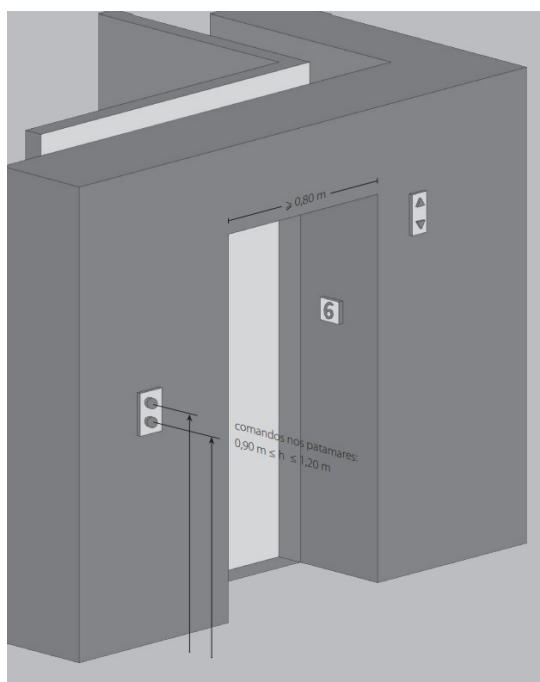


Figura 18 - Elevador, altura dos comandos

## 2.6 EXEMPLOS DE ESTUDO

De acordo com as necessidades do utilizador na apropriação do espaço, variam conforme as fases do ciclo de vida humano, tendo em conta as características e as transformações próprias de cada fase. A adaptação do espaço na terceira idade, torna-se mais complexo, devido as alterações biológicas de cada indivíduo.

É importante salientar que as soluções do design inclusivo, devem dar um grande contributo na conceção das habitações, facilitando a transformação de uma habitação num ambiente doméstico que acompanha o ciclo de vida do ser humano, particularmente do idoso.

Com este estudo, pretende-se conhecer e obter mais informações sobre conceitos e soluções mais concretas de estruturas como lares, centro de convívio, centro de dia, sendo que estas foram soluções encontradas para inclusão deste público alvo.

A habitação ao nível de alojamento, constitui um espaço que permite aos indivíduos a possibilidade de estabelecer relacionamento social, e algumas vezes familiar, diminui o isolamento, proporcionando ao idoso uma vida em grupo que ele já tivera antes do seu envelhecimento, assegurando uma recuperação física e emocional, desempenhando de tarefas relativas ao quotidiano, baseados no processo do design inclusivo.

“Segundo o Design Council (2008, apud Clarkson et al., 2015), o Design Inclusivo ‘é uma abordagem geral para a conceção de projetos em que os designers garantem que seus produtos e serviços atendam as necessidades do maior público possível, independentemente da idade ou habilidade’” (Mar, Joseana, 2021, s.p.)

Houve uma grande necessidade de minha parte de interagir diretamente com os idosos e sobretudo com as assistentes sociais, através de entrevistas, fotografias e conversas, para ter uma noção mais abrangente de como é o dia a dia dentro do lar e da comunidade.

## 2.6.1 LAR DOS PESCADORES MATOSINHOS

Os dados reunidos dessa realidade, resultaram diretamente da entrevista realizada à assistente social, Doutora Cristina Monteiro (30/11/2021, 10:36).

No dia 9 de setembro de 1931 foi construído de raiz na rua Dr. Felipe Coelho, 126, a “Casa dos Pescadores” num terreno de 3463m<sup>2</sup>, tudo isso graças a iniciativa, da Associação dos Pescadores Aposentados de Matosinhos (1929).

Para atender as grandes necessidades deste público-alvo, foi feita uma requalificação e ampliação no edifício em 1992, com uma fachada simples e com linhas retas e puras, onde se destacam os azulejos antigos e históricos do mesmo. Com uso de matérias simples e económicas. O edifício foi adaptado como um Centro de Convívio, e uma Estrutura Residencial, inaugurado em 2001, tornou-se acolhedor e com um ambiente familiar, na qual homens e mulheres do mar, partilham histórias e convivem de forma saudável.

O conceito da “Casa dos Pescadores” funde-se na busca de uma experiência muito particular, vivida principalmente por esta classe social, minimizando as dificuldades que estes homens do mar viveram com o seu trabalho árduo e sofrido. Portanto, gostariam de ver o seu trabalho dignificado num espaço, onde as suas raízes fossem preservadas.

Os espaços foram projetados em volta das necessidades dos mesmos, onde foram construídas também; Escola Primária para os filhos dos pescadores, Escola de Pesca, Escola de Costura para as meninas, Maternidade, Centro Materno-infantil e um Centro de Saúde com enfermagem para os Pescadores e o Lar de Idosos.



Figura 19 - Entrada principal do Lar dos Pescadores

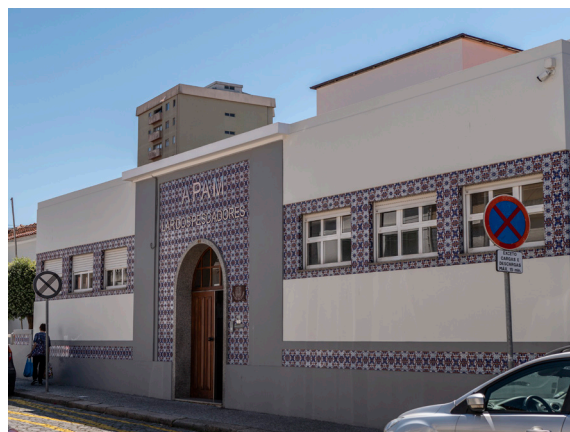


Figura 20 - Entrada principal do Lar dos Pescadores

Entretanto as dificuldades de locomoção, a incapacidade para confecção das refeições e também a necessidade de vigilância e apoio para realização de algumas atividades da vida diária, foram constatadas em muitos idosos (Homens e Mulheres que dedicaram as suas vidas ao mar), que viviam isoladamente em suas habitações no concelho. Ouve uma grande necessidade de minimizar as dificuldades sentidas por esta classe. e para essa resposta social, nasce o Centro de Dia, inicialmente com 10 utentes, esta resposta veio combater as dificuldades acima citada. Para além de combater o isolamento social, garantiu a autonomia individual de cada utente e apoiou muito as famílias no cuidado dos seus idosos.

Em 2004 nasce o serviço de Apoio Domiciliar, como a última resposta social, envolvendo 10 utentes, esta resposta social foi muito solicitada pelos familiares dos pescadores e não só, que precisavam de ajuda para cuidar dos seus parentes idosos, principalmente aqueles que não tinham meios, e nem conhecimento para o fazer. Ouve uma grande necessidade de

alargar a cooperação por 15 utentes no mesmo ano. Desde então, presta serviços a mais de 40 utentes por dia. (A Resposta Social presta serviços de Higiene Pessoal, Higiene Habitacional, Serviço de Lavandaria e de Alimentação, isto somente na freguesia).

O Lar, conhecido por todo o concelho de Matosinhos e por toda a comunidade piscatória e não só, que em 2015, encarrega-se com uma capacidade máxima de 56 utentes, Serviços de apoio Domiciliar com mais de 30 utentes, Centro de Dia 36 utentes, e o Centro de Convívio 40. Desenvolve as suas atividades de acordo com o Despacho Normativo nº 12 /98 de fevereiro de 1998 (Normas Reguladoras de Instalações e Funcionamento dos Lares de Idosos), normalização vigente em Portugal. Atualmente, encontram-se cerca de 55 idosos no lar e 50 funcionárias para todas as respostas, têm apenas dois casais no lar, dormem em camas separadas porque encontram-se muito debilitados. Normalmente fazem atividades de todo o tipo, têm atividades fixas como músicas e yoga, feiras de Natal com os desenhos e bordados que elas mesmas fazem e usam também.

Hoje por causa do covid, eles estão muito limitados, não têm missas, que eram celebradas todas as sextas-feiras. O senhor padre vinha realizar a Eucaristia e distribuir a comunhão. Mas agora por causa do covid esta tudo parado, que para eles ainda é muito complicado. Não está a ser permitido as visitas dos familiares, eles choram todos os dias com saudades dos seus filhos e netos. Porque sempre existiu muitas visitas, hoje as visitas são por marcação feitas por uma divisória com acrílico. Só em ocasiões muito especiais. As senhoras só usam vestimentas relacionadas ao mar, como batas, saias e aventais que é típico da comunidade piscatória. Há muitos idosos que vivem no lar e nem do concelho são. Algumas vezes há algumas dificuldades de interação, pelo facto de não terem as mesmas conversas e experiências.

O edifício é totalmente térreo, e destaca-se pela organização espacial simples e clara, facilitando muito a acessibilidade e mobilidade dos seus utentes, dando-lhes autonomia e segurança.

As distribuições dos espaços são feitas por corredores amplos e com o pé-direito elevado, a luz natural entra



Figura 21 - Corredor de acesso para os quartos, Lar dos Pescadores

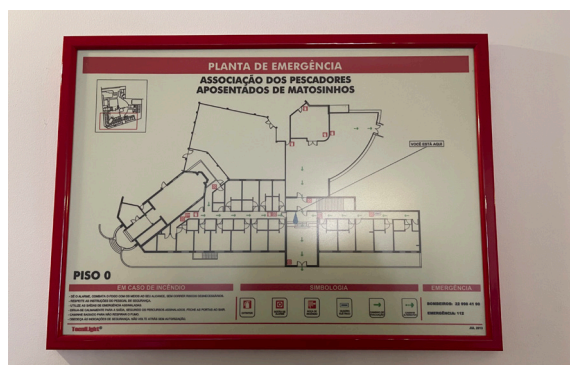


Figura 22 - Planta de Emergência no Lar dos Pescadores



Figura 23 - Galeria de exposição, Lar dos Pescadores

no espaço através de claraboias, a organização do edifício é feita por volumes para atender as necessidades dos idosos, proporcionando-lhes o máximo de conforto. A entrada principal da recepção com vista para uma grande galeria, revestida de azulejos de cor azul e banco com desenhos em homenagem aos pescadores, e uma grande claraboia que permite que a luz natural entre para o espaço criando uma atmosfera favorável. As zonas de lazer, refeição e atividades, têm todas grandes vãos vidrados e virados para o jardim, proporcionando aos idosos uma relação direta com o exterior, os pátios e os espaços ao ar livre são acessíveis para todos, para que haja mais inclusão e integração das pessoas com diferentes necessidades.

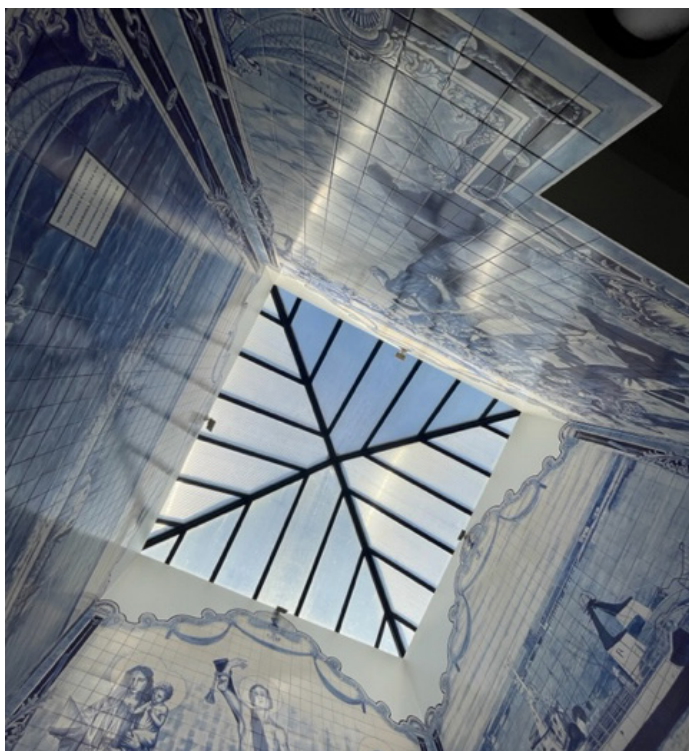


Figura 24 - Claraboia, Lar dos Pescadores



Figura 25 - Exterior, vista para a área multi-usos, Lar dos Pescadores



Figura 26 - Grandes vãos do Refeitório, Lar dos Pescadores



Figura 27 - Desenho de homenagem aos pescadores, Lar dos Pescadores

## 2.6.2 LAR CASA DE MAGALHÃES

Construído em 2010 pelo Arquiteto e Designer Carvalho Araújo, localizado em Ponte de Lima, Portugal. É uma Instituição Particular de Solidariedade social que apoia a pessoas idosas, nas valências de Lar, Centro de Dia e Serviços Domiciliar.

“Numa casa branca vive uma senhora sem descendência, ela doa o terreno, a casa e os anexos para se construir aí um lar de idosos. Exige apenas que a construção seja feita ainda antes da sua morte. Tudo parte assim da casa, ela é o centro e o símbolo”, (ArchDaily,2010, s.p.)

O edifício do lar é o resultado da ampliação da área pré-existente (casa), onde foram construídos dois pátios no centro do edifício, um para área social e outro de serviço, que desintegraram a massa construída como se uma parte do edifício, tivesse sido removido, deixando o interior descoberto, com o objetivo de promover uma conexão direta com o ambiente natural, e o movimento do espaço.

O edifício contém 27 quartos, e cada quarto tem as janelas envidraçadas com altura total, com vista para o jardim, ao seu redor dispõem-se as áreas sociais promovendo uma vida partilhada, confortável e segura. Relativamente à articulação dos espaços, o edifício tem dois pisos, todas as funções principais relacionadas ao lar estão no piso 0, no piso 1 encontram -se o centro de dias, a área administrativa, mais o edifício pré-existente.

O edifício foi reduzido à escala de uma casa, que incentiva a interação social, fácil acesso e controle. Ouve uma grande preocupação relativa ao idoso e ao ambiente que o rodeia, em termos de matérias, cor e textura, onde a combinação entre eles criam uma paleta de matérias neutros, (madeira, vidro, o betão em cor branco, visto que no exterior a fachada relembra os troncos de uma árvore).

A circulação no interior do edifício, é simples, direta, iluminada e ampla, facilitando o sentido de orientação e reconhecimento das áreas para os idosos. O átrio atravessa todo o edifício, criando duas entradas diferentes, a entrada principal e a de serviço, forma uma circulação em anel que abraça os dois pátios.

Já no exterior, a forma ampla e sequenciais aberturas que dão ritmo à fachada, integram todos os ambientes ao jardim. Criando espaços cheios de luz e ventilação natural. O design promove o equilíbrio e harmonia da fachada em betão branco, com um visual limpo e é destacado pela sua forma geométrica importante.



Figura 28 - Lar Casa de Magalhães

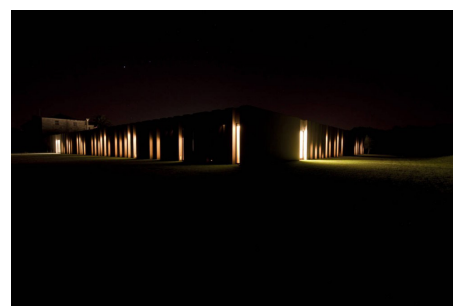


Figura 29 - Lar Casa de Magalhães



Figura 30 - Lar Casa de Magalhães



Figura 31 - Lar Casa de Magalhães



Figura 32 - Lar Casa de Magalhães

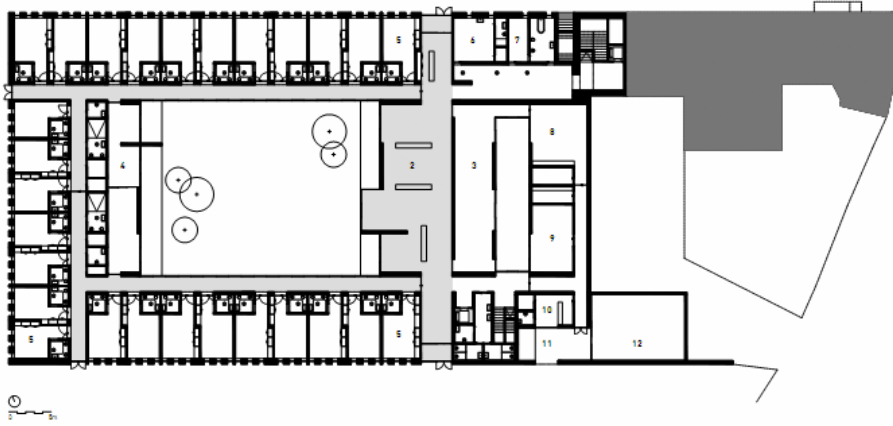


Figura 33 - Planta térrea

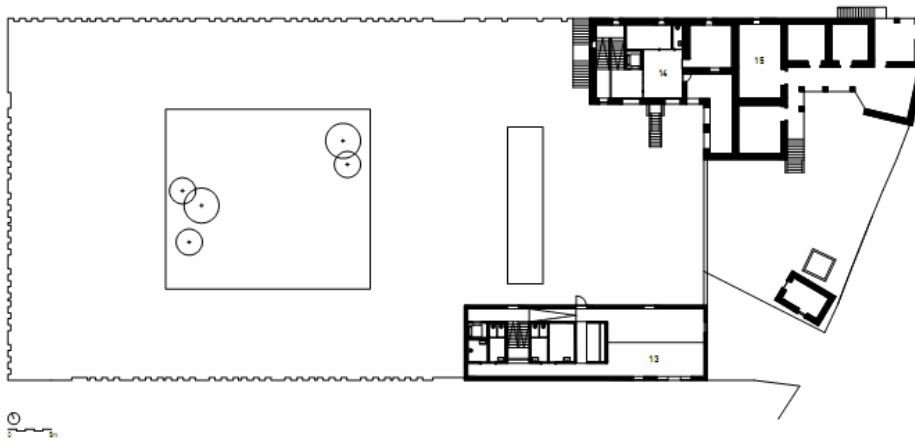


Figura 34 - Piso 1

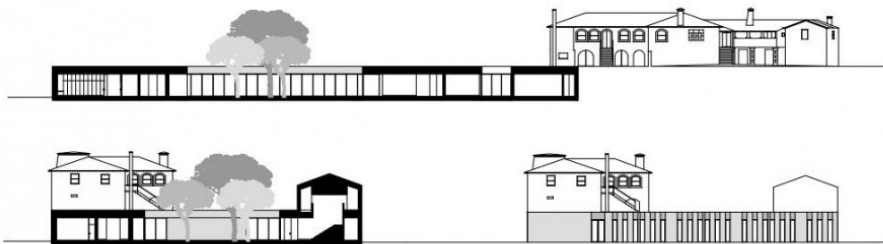


Figura 35- Cortes

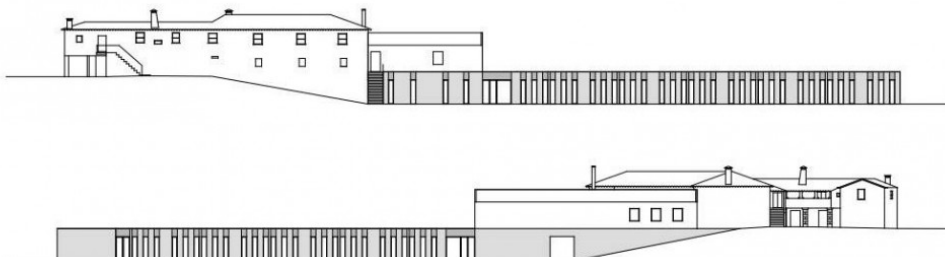


Figura 36 - Alçados

### 3.1 PALACETE ALTO CONDE MEARIM

O objeto de estudo para este projeto é designado como Palacete do Conde S. Salvador de Matosinhos. Construído Séc. XIX. Na Rua do Conde S. Salvador n.º 169. Classificado como Monumento de Interesse Municipal, sobre o código de inventário – MA-M11, propriedade da Câmara Municipal de Matosinhos, com o valor e Interesse histórico, arquitetónico, artístico e social, valores de memória, antiguidade e autenticidade.

No antigo palacete foi onde viveu José João Martins de Pinho, o primeiro Barão e primeiro Conde Alto Mearim. Nasceu em Matosinhos a 17 de novembro de 1848, negociante e capitalista, repartiu a sua vida entre a Europa, Rio de Janeiro, fixou a sua residência no Porto em 1891 com a sua família. O seu palacete foi construído no antigo largo do Areal, hoje, Rua Conde Alto Mearim. Faleceu repentinamente em Paris em 1921, e está sepultado com sua mulher no jazigo de família no cemitério nº1 de Matosinhos.

Com traços de uma arquitetura neoclássica Portuguesa, simples, representa a decoração característica da arquitetura das casas brasileiras. O palacete da antiga Rua Direita e também conhecida por Rua das taipas, hoje designada Rua do Conde de Alto Mearim, que o mesmo atribui ao seu nome. Era uma das vias principais, e a sua importância ficou bem assinalada pelas numerosas casas solarengas construídas em Matosinhos, por ilustres famílias que lá habitavam.

Por estar numa Localização central e história da Cidade, o acesso para o objeto de estudo é feito com muita flexibilidade, onde ambulâncias e outros veículos podem circular a vontade, tem proximidade com vários serviços, e na sua maioria públicos. Segundo a obra “Viver em Matosinhos, 1850/1910”, da autoria de António Gomes, (2010). Edição da Câmara Municipal de Matosinhos, o edifício encontra-se em mau estado de conservação, e com o grau de descaracterização nulo, sem utilização. Ver documentos em anexo.

As plantas, os cortes e os alçados fornecidos pela Camara Municipal de Matosinhos foram de grande ajuda para elaboração e compreensão do palacete, permitindo uma aproximação mais realista do edifício, pode-se perceber a distribuição espacial, as espessuras das paredes externas medem 60cm, enquanto as internas medem 25cm, toda a construção do edifício é em pedra. Relativamente a cobertura, percebe-se que é feita em telha marselha e os vãos em madeira e vidro. O edifício está distribuído em dois pisos, o piso 0 - 157.05 m<sup>2</sup> e o piso 1 - 147.71 m<sup>2</sup>.

Segundo o Professor e Doutor Júlio Pinto da Costa (Setembro, 2018, s.p.), a Rua Conde Alto Mearim, já foi uma rua estratégica no trânsito rodoviário de Matosinhos. Ligava o tráfego que vinha de Sul ao Largo do Areal, que através da Rua da Ponte de Leça, a nascente da Alameda de Matosinhos, escoava o trânsito para Norte. Chamou-se antes rua das Taipas (1855) por ter estado entaipada, como forma de conter a propagação de doenças infecciosas que afetava os seus residentes. Como recordação desse tempo, existia ainda há alguns anos a drogaria das Taipas, próximo do entroncamento com a rua 1º de Dezembro. Mais tarde em (1888) chamou-se rua Direita, ganhou o nome atual, por aí ter vivido João J.M Pinheiro, fez muita fortuna no Brasil, regressou, promoveu o ensino, foi importante benemérito. A rua Conde Alto Mearim vai desde a rua Dr. Eduardo Torres até à avenida Eng. Duarte Pacheco.”

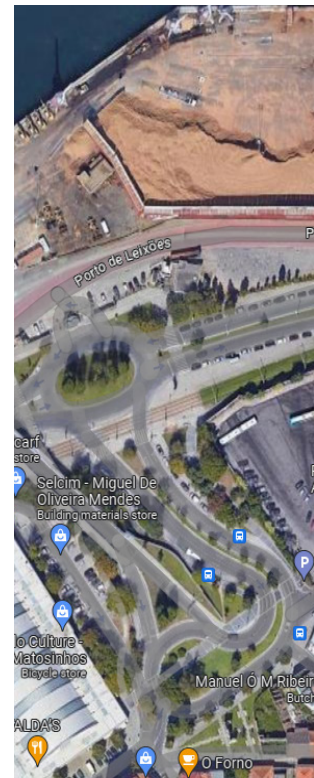


Figura 37 - Implantação Palacete

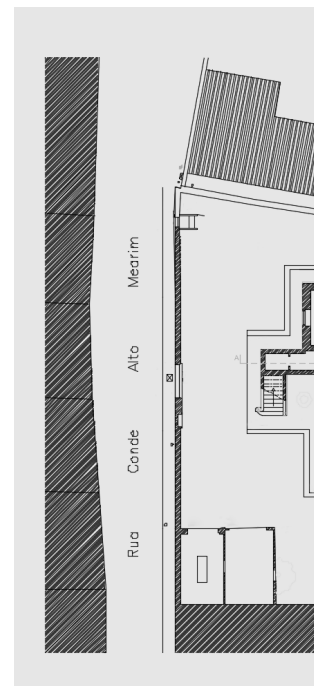


Figura 38 - Piso 0, Planta original

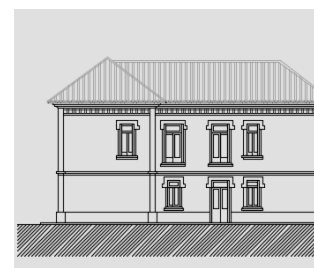


Figura 43 - Alçados: Posterior, 1

# 3. CASO DE ESTUDO



te do Conde S. Salvador de Matosinhos



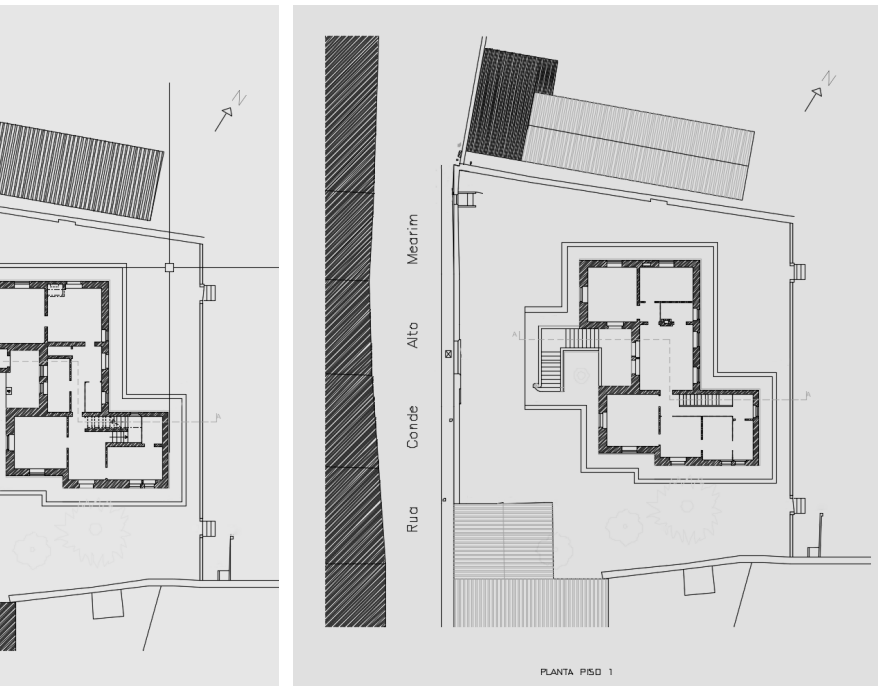
Figura 40 - Rua Conde Alto Mearim



Figura 41 - Vista Lateral Esquerda



Figura 42 - Rua Conde Alto Mearim



al do pré-existente CMM Figura 39 - Piso 1, Planta original do pré-existente CMM



Lateral esquerdo, Principal, Lateral direito

## 3.2 MEMORIA DESCRITIVA

O presente projeto visa a criação de condições de utilização do edifício existente, permitindo-lhe albergar espaços multifuncionais, com gabinetes, zonas de lazer e desconpressão, assim como uma capela. A proposta deste projeto é de reabilitar o palacete do Conde Salvador de Matosinhos, na rua Conde Alto Mearim nº169. Onde a sua função original sempre foi de habitação, logo, o contexto de construir no pré-existente, com finalidade de uma habitação ou acolhimento temporário destinado para a terceira idade. O edifício ocupa uma área total de 304,76m<sup>2</sup>, com uma organização linear flexível, com o acesso e a mobilidade facilitada, houve uma grande necessidade de ampliar o edifício para o exterior, e com espaços diretamente relacionados.

O objetivo geral é de proporcionar uma nova dinâmica ao conceito de lares em Matosinhos, concedendo aos idosos uma nova forma de ser e estar num lar dentro da sua comunidade, onde os espaços exteriores serão os elementos diferenciadores do projeto, criando harmonia e equilíbrio entre a arquitetura e o design na atmosfera dos espaços. Visto que a pandemia abalou o mundo, houve uma grande necessidade de transformar, reorganizar e dividir os espaços, para que as pessoas pudessem ter uma comunicação do interior para o exterior, sem prejudicar a sua saúde.

A capela tem uma linguagem simples, em betão e aço corten como cobertura, totalmente despido de paredes, e com contacto direto com a natureza. Será um espaço de meditação, contemplativo, não só como um espaço de culto. Qualquer pessoa poderá ter acesso, independentemente da sua religião, ou até mesmo ateu, que possa sentir-se bem neste lugar, onde pode escolher como espaço de silêncio. Remete os utentes para uma outra dimensão. Os espaços convidam as pessoas a entrarem e interagirem com ele, não só quem vai visitar os utentes mais também pessoas de fora, a se sentirem confortáveis de irem passear no jardim, usufruírem destes espaços sem mesmos serem utentes, e ao mesmo tempo terem contacto com os idosos. ainda que seja visual.

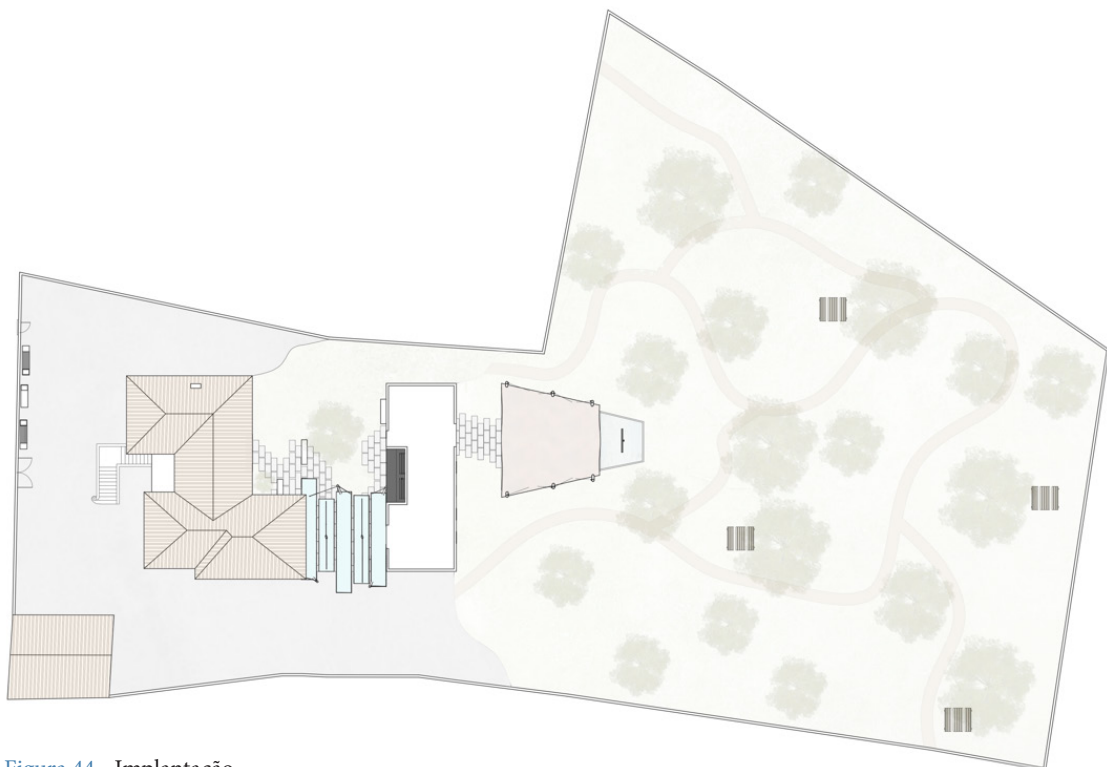


Figura 44 - Implantação

Os elementos de ligação, entre o pré-existente e o novo volume adicionado, são modulares, inspirados nas sondas do mar de Matosinhos, estas palas, serão em policarbonato, de cor azul, visto que o concelho é conhecido como uma zona piscatória. A utilização de formas repetitivas em diferentes alturas, criam uma ocupação orgânica no espaço, em harmonia com o jardim. As uniões desses elementos tornam o espaço singular, criando uma relação entre os edifícios e os utentes, fazendo uma ligação entre o exterior e o interior. A escolha deste material, foi devido a sua alta resistência ao impacto, bom isolamento acústico, resistente a temperaturas contínuas, retardante de chamas e de fácil manutenção, entre outros. Assim como na cobertura da capela acima citado, o aço corten foi escolhido também pela sua resistência e durabilidade, de instalação rápida, material 100% reciclável, não precisa de manutenção nem pintura.

Nesta reabilitação, há uma grande necessidade de dar continuidade da sua história, e respeitar a sua natureza em termos compositivos espacial e material. Neste projeto a ampliação acontece para o exterior, introduziu-se um novo corpo pelo facto do pré-existente não conseguir albergar o novo programa, o novo volume adicionado comunica com o pré-existente.

No piso 0 encontramos a receção, sala de espera, instalações sanitárias e um gabinete médico (área pública). Ainda no piso 0, a sala multiusos, cozinha, jardim., sala da direção e a capela, (área semipúblico). Como espaços privados temos, o elevador, as escadas tanto no interior do edifício como no exterior, na parte frontal do mesmo, que dão acesso aos ao piso 1, onde se encontram 3 quartos, uma sala de estar e de TV, e as respetivas instalações sanitárias. Entretanto, é de ressaltar que o elevador é um elemento novo no edifício, que foi sugerido para facilitar o acesso ao piso de cima, principalmente para os idosos que não consigam subir pelas escadas.

O elemento de ligação entre o pré-existente e o corpo adicionado, acontece através de um volume ou estrutura, que funciona como um elemento de transição e de equilíbrio entre o antigo e o novo volume. Os materiais marcam a diferença entre os dois corpos, já que o pré-existente é constituído

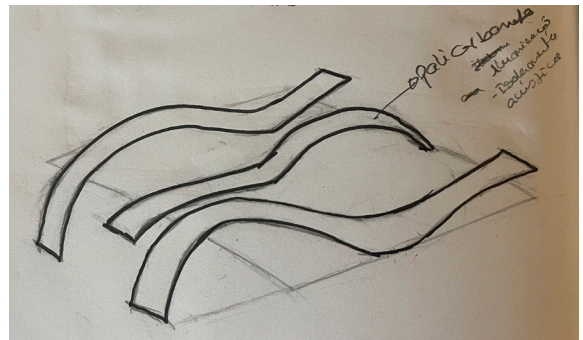


Figura 45 - Esquisso das palas modulares inspiradas nas ondas do mar de Matosinhos



Figura 46 - Esquisso da estrutura geral de ligação do pré-existente e do novo volume

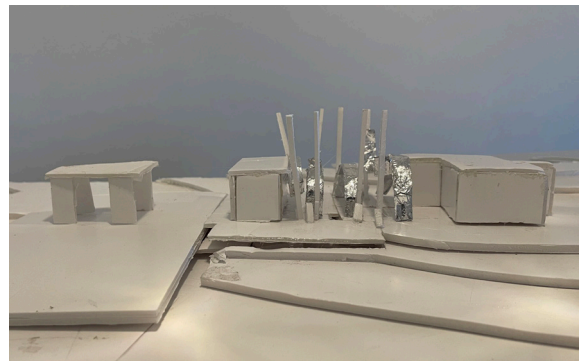


Figura 47 - Maquete de estudo vista lateral esquerda



Figura 48 - Maquete de estudo vista lateral direita



Figura 49 - Maquete de estudo vista de cima

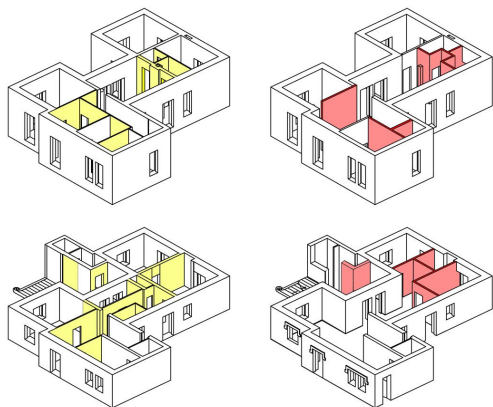


Figura 50 - Diagrama de demolição (amarelo demolição, vermelho construção)

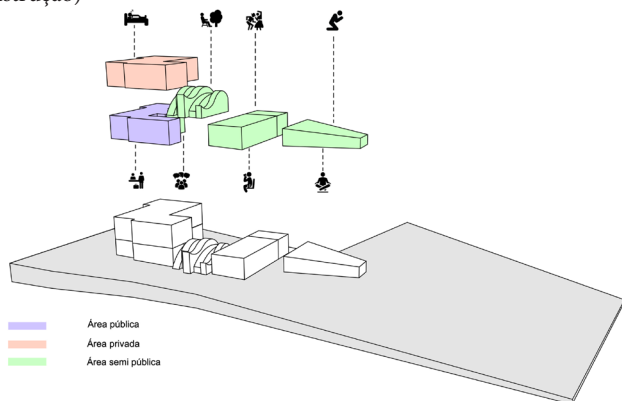


Figura 51 - Diagrama das áreas

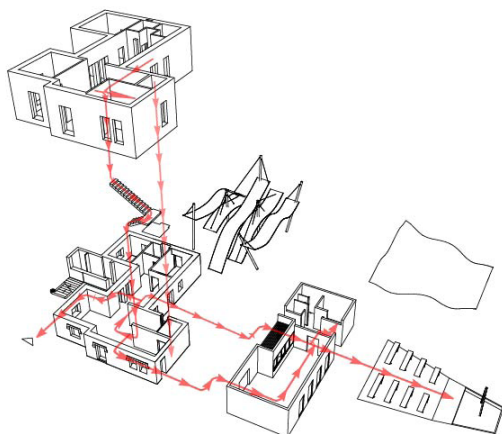


Figura 52 - Circulação

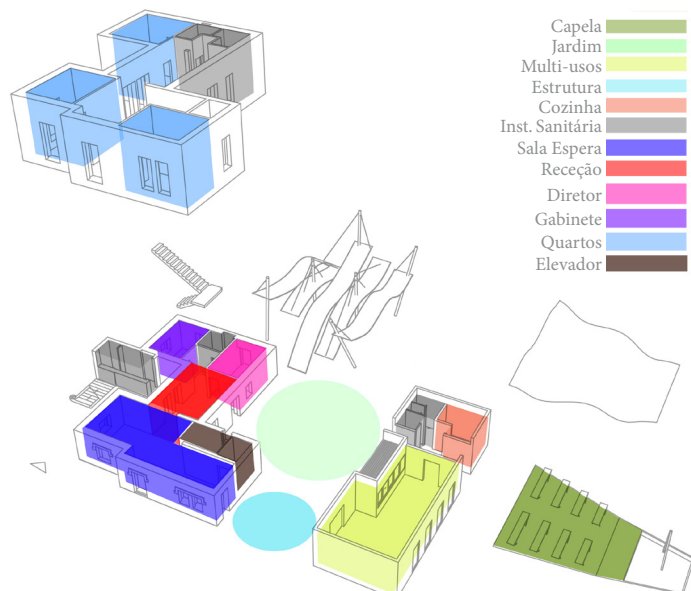


Figura 53 - Zonificação

pela rugosidade da pedra e o amarelo dos azulejos, e o novo edifício por paredes lisas e alguns apontamentos de cor.

O edifício está organizado em três áreas distintas, mas interligadas. Área pública, área semipública e privada.

O novo corpo adicionado não se assume como uma unidade única e independente, mas sim, podemos interpretá-lo como um prolongamento do pré-existente que faz parte dele e se impõe perante o novo volume, proporcionando uma leitura contínua dos dois corpos. O pré-existente encontra-se em destaque, é o corpo mais próximo à entrada principal do edifício. A circulação é feita de forma vertical, pelas escadas e elevador; e horizontal.

Pode observar-se, que há um elemento de ligação entre o pré-existente e o novo corpo adicionado, como um prolongamento do pré-existente, embora exista um contraste visual entre ambas, que resulta num equilíbrio entre o antigo e o novo volume.

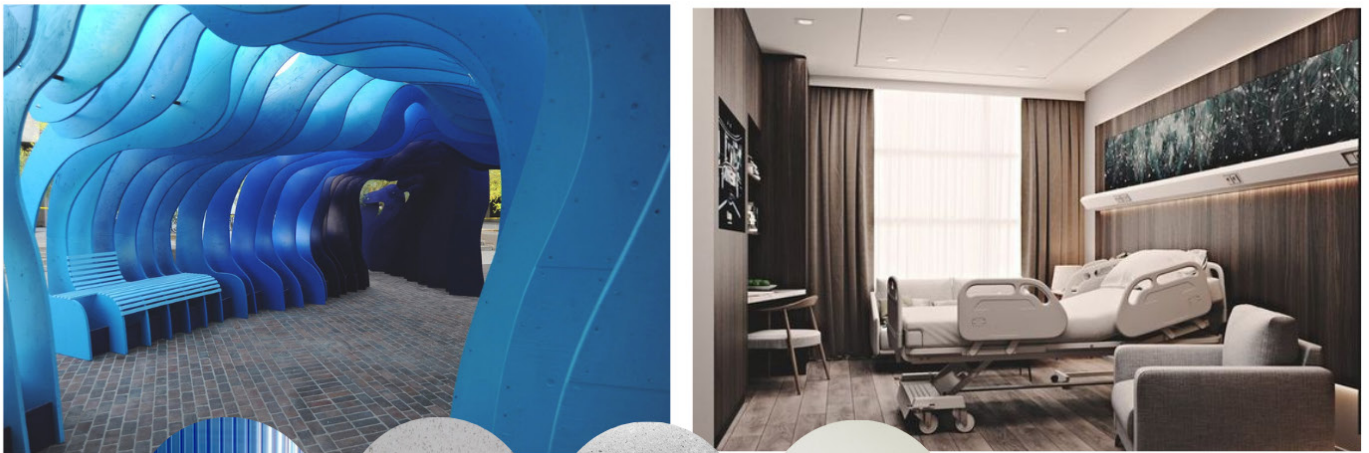
A paleta de cor escolhida para este projeto, foi pensada no estímulo emocional, e sobretudo na experiência emocional que ela pode proporcionar. Segundo Eva Heller, as cores afetam a emoção e a razão. O amarelo transmite a sensação de alegria, otimismo, confiança e inteligência. A cor verde traduz a sensação de harmonia, paz, tranquilidade e é o símbolo da natureza. O castanho a conchego, segurança e confiabilidade e acolhimento. O azul, transmite a sensação de calma e serenidade, ajuda a reduzir o estresse mental e alivia a tenção. Branco, pureza, limpeza, simplicidade, sofisticação e eficiência.



## **3.3 MOODBOARDS**



Vinílico Flutuante    Microcimento Especiarias    Microcimento Cana de Açúcar    Aço Corten    Nogueira Natural

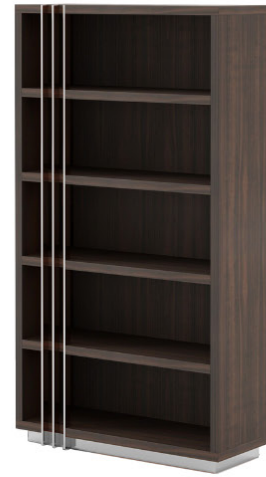
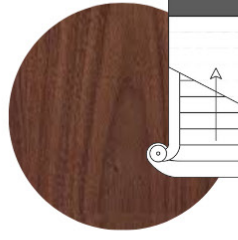
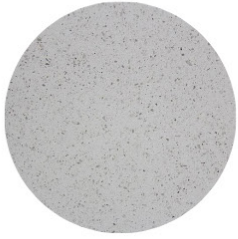
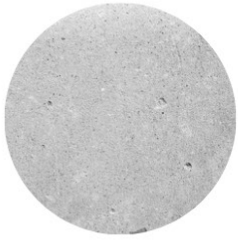


Policarbonato    Granito    Microcimento    Parede Bright White



Figura 54 - Moodboard de Inspiração

### Sala do Diretor



### Sala de Espera



### Recepção



Figura 55 - Diagrama do piso 0, Ilustração de mobiliário e decoração



Figura 56 - Diagrama do piso 1, Ilustração de mobiliário e decoração



Sala de estar e TV

Varanda

Hall

Figura 57 - Diagrama do piso 1, Ilustração de mobiliário e decoração  
46



Figura 58 - Diagrama do piso 0, Edifício de ampliação e multi-usos, Ilustração de mobiliário e decoração

## **3.4 PROJETO DE REABILITAÇÃO E AMPLIAÇÃO**

1. IMPLANTAÇÃO
2. PLANTA COTADA PISO 0
3. PLANTA COTADA PISO 1
4. ALÇADOS FRONTAL E POSTERIOR
5. ALÇADO LATERAL DIREITO
6. ALÇADO LATERAL ESQUERDO
7. CORTE A-A E B-B
8. CORTE C-C E D-D
9. PLANTA MOBILADA PISO 0
10. PLANTA MOBILADA PISO 1
11. PROMENOR 1
12. PROMENOR 2

























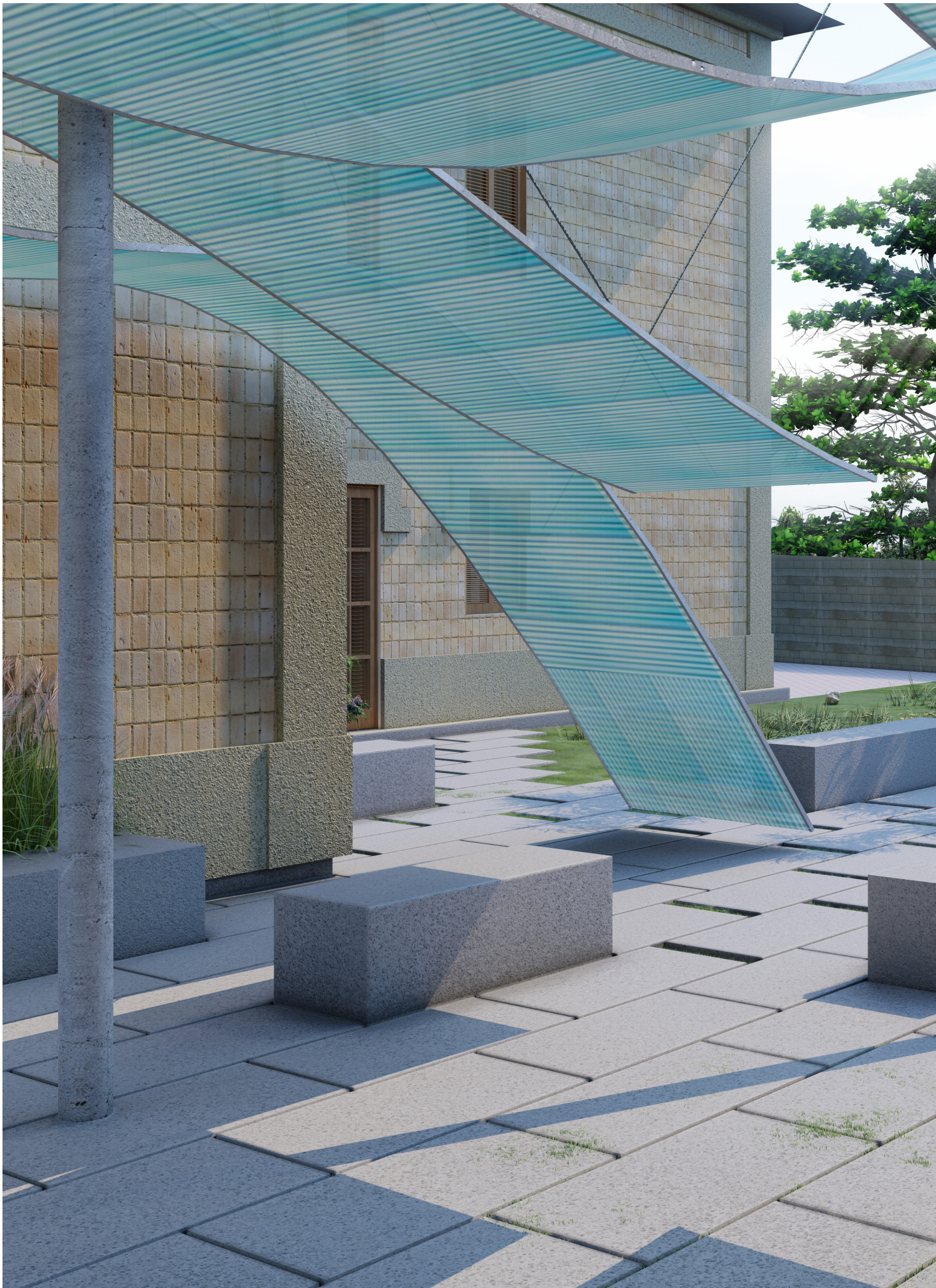






Figura 60 - Render área de jardim



Figura 61 - Render sala multiusos

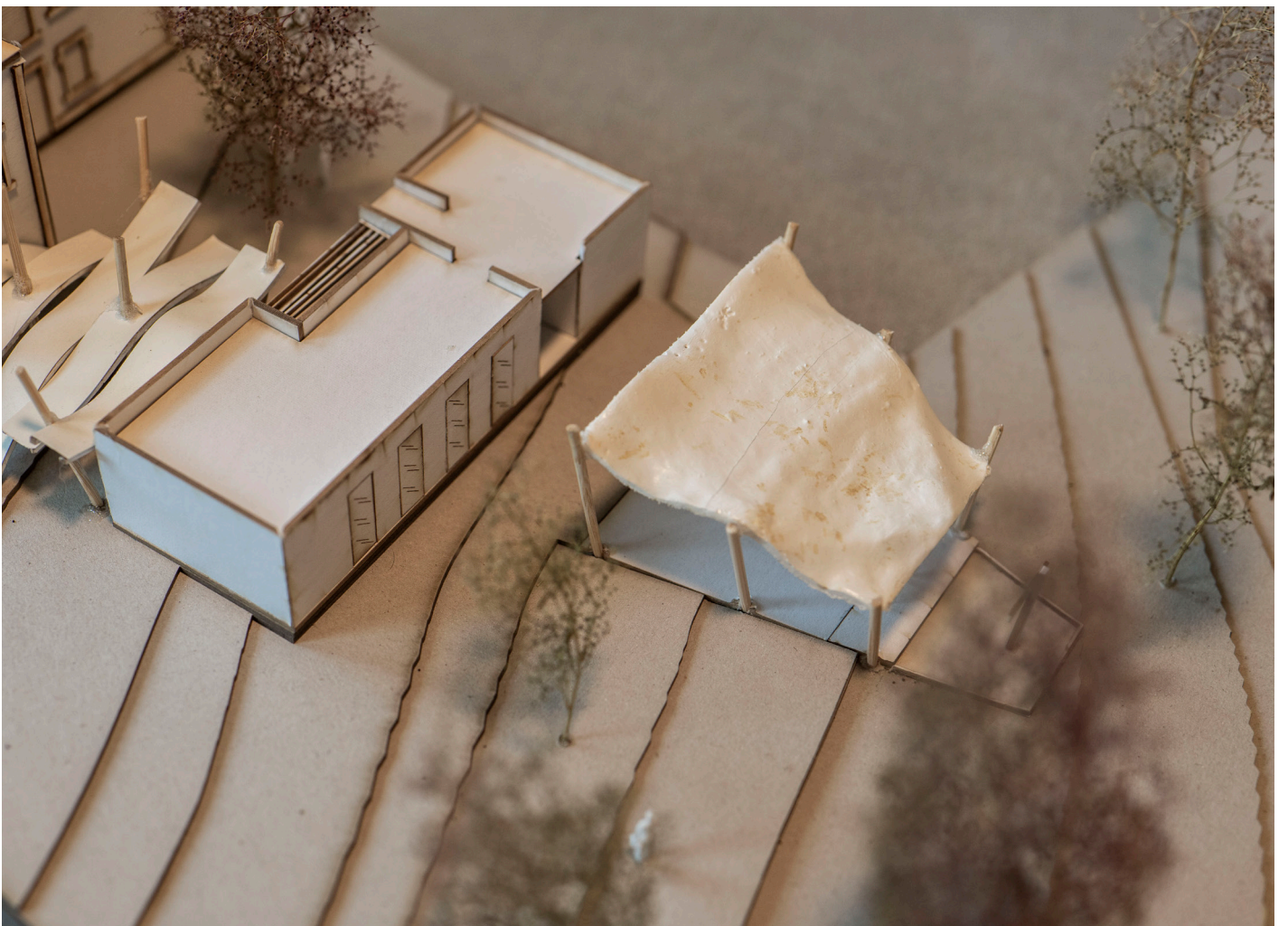


Figura 62 - Render sala de estar e TV



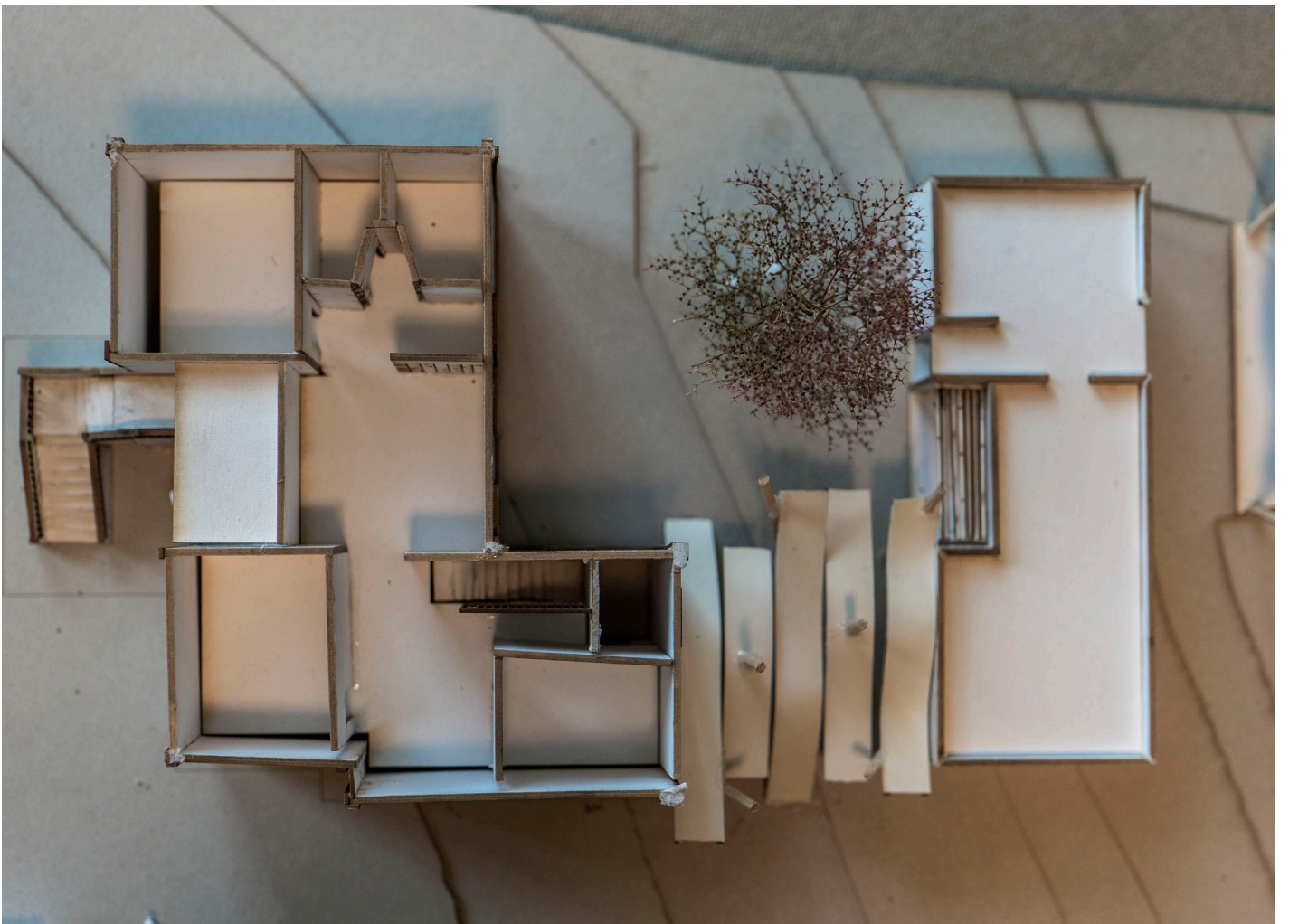
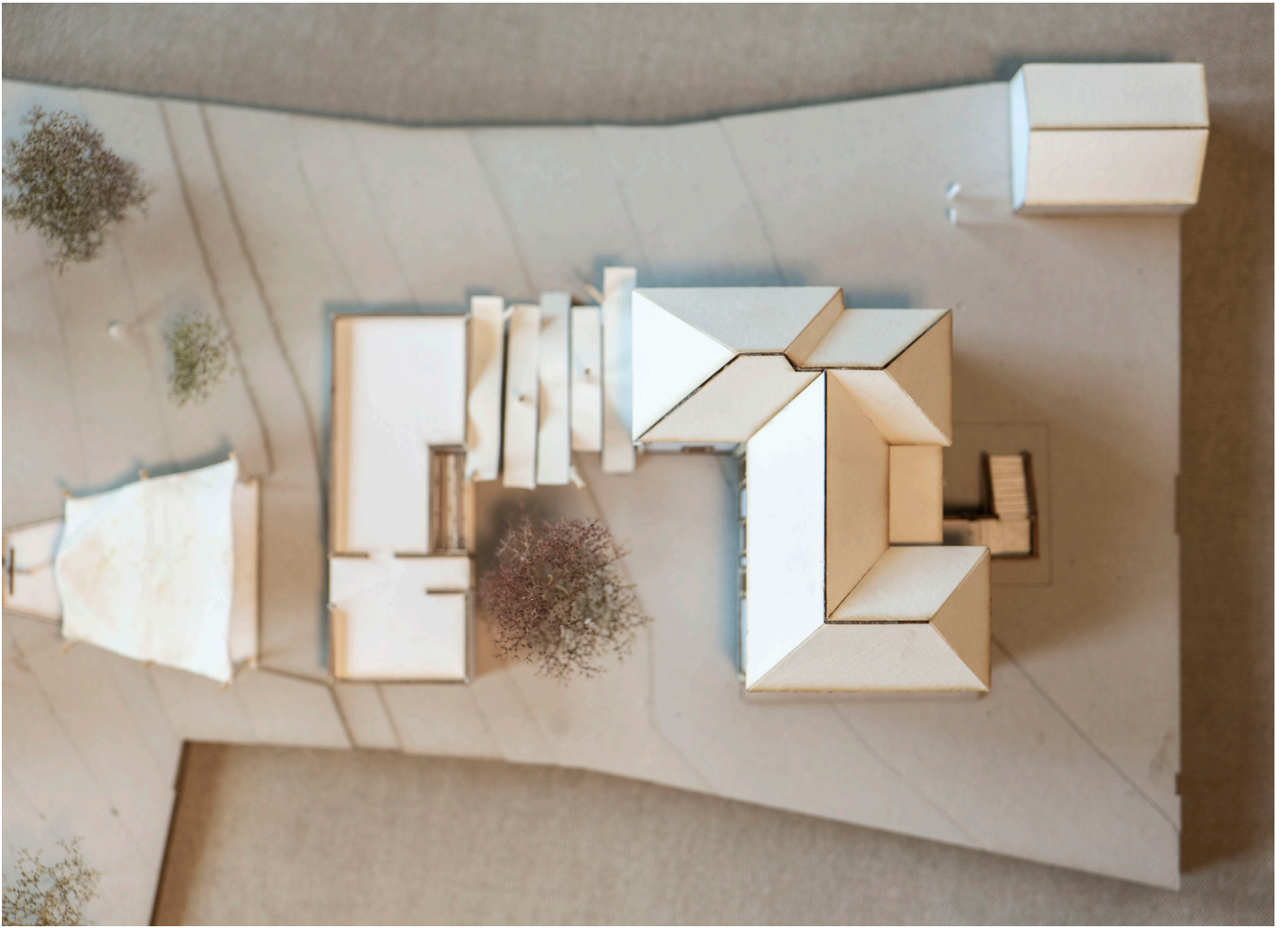
Figura 63 - Render área de espera







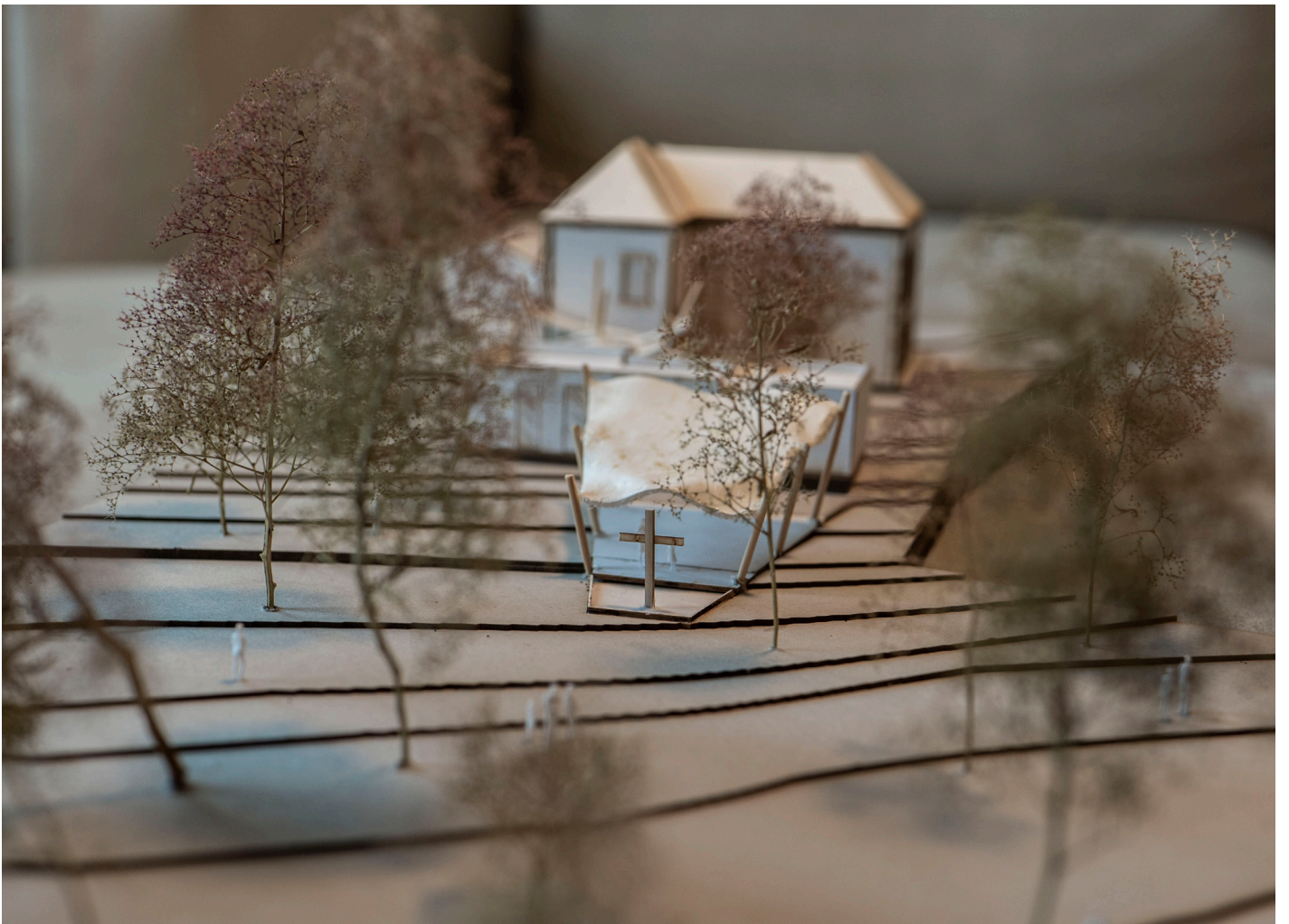




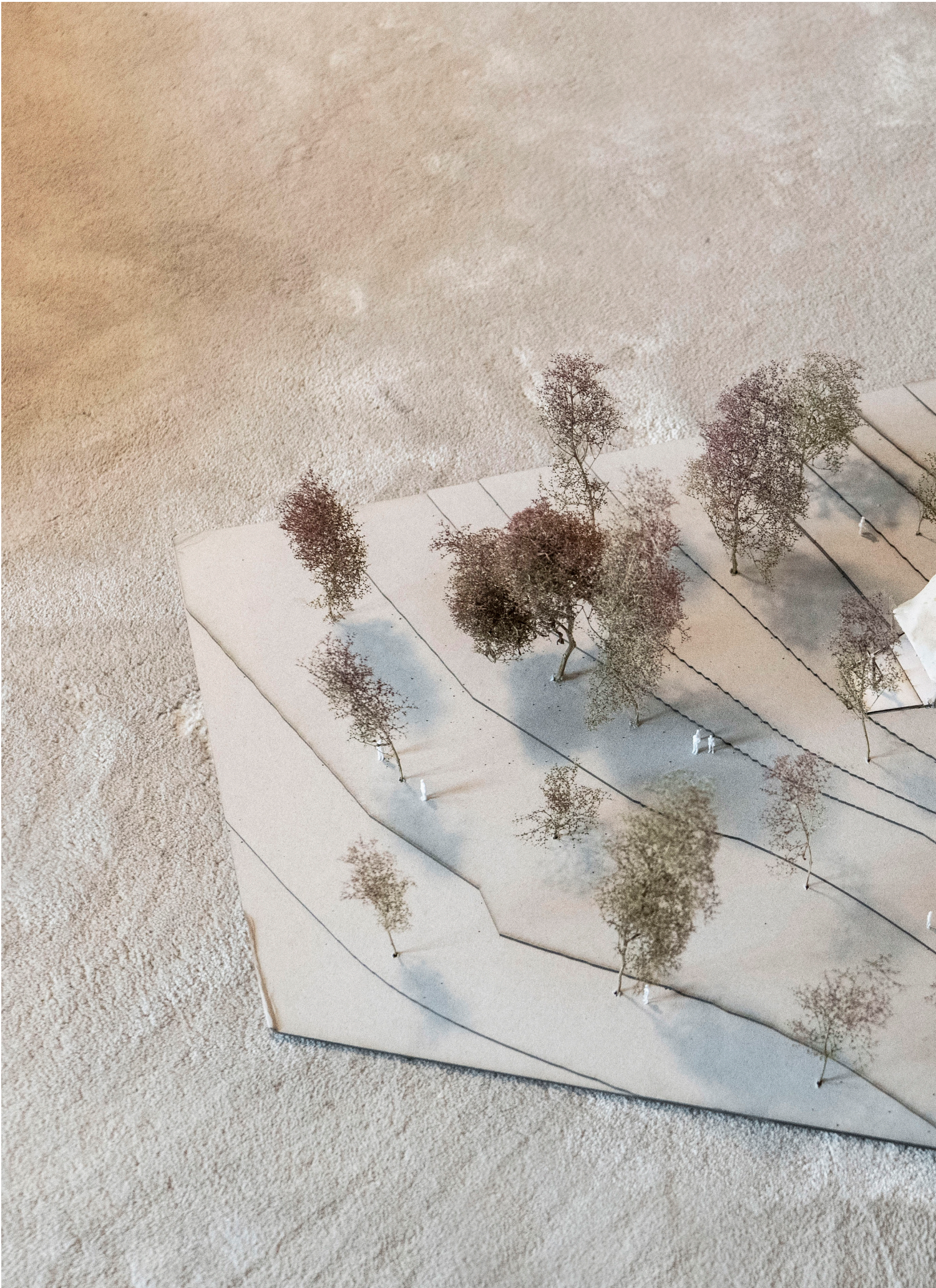














## 4. CONCLUSÃO

O envelhecimento populacional, é hoje uma realidade tanto nos países desenvolvidos como em países em desenvolvimento, o que significa que a população jovem está proporcionalmente mais reduzida em relação ao número de idosos.

Este fenómeno do envelhecimento demográfico, é uma fase natural da evolução humana. Que não deve ser considerado apenas pelas alterações biológicas, mais também pela importância dos aspetos ambientais, sociais, psicológicos, político, económicos, culturais e de saúde, que influenciam muito na vida deste público alvo. Visto que os idosos precisam de ambientes confortáveis, seguros e que lhes promovam autonomia e qualidade de vida.

Dessa forma, a Organização Mundial de Saúde (OMS) define o conceito de envelhecimento ativo como um processo fundamental para o desenvolvimento das pessoas que envelhecem. Porém, a ONU decretou em dezembro de 2020, “década 2020/2030 “como a década do envelhecimento saudável, estabelecendo quatro áreas de ação para atingir os objetivos e garantir um envelhecimento digno ao indivíduo idoso; mudando a forma como pensamos e agimos com relação à idade e o envelhecimento.

Proporcionar acesso a cuidados de longo prazo as pessoas idosas que necessitam. Entretanto este fenómeno de envelhecimento pode-se tornar numa experiência positiva para o bem-estar das pessoas idosas, para isso, o foco deve ser em políticas de saúde, participação e segurança. O convívio social, uma boa infraestrutura urbana, o acesso e a qualidade dos serviços sociais, o suporte familiar e a habitação, são a base para a promoção da felicidade e satisfação dos indivíduos em geral e da terceira idade em particular, emergindo como uma importante ferramenta para a inclusão social. (CARLI, 2004)

O processo de envelhecimento é complexo, envolve um conjunto de fatores que definem um idoso, com perspectivas e estilo de vida diferenciado, cada indivíduo tem o seu próprio padrão de vida e de estar numa determinada sociedade. Na qual, torna-se complicado algumas vezes perceber se é uma situação de exclusão social. A terceira idade é a faixa etária mais afetada pelas novas tecnologias, sentem-se excluídos, visto que muitos não conseguem adaptar-se à nova realidade da sociedade atual. Muitas vezes, por medo e falta de conhecimento dos equipamentos tecnológicos, desperdiçam a oportunidade de aprendizagem, lazer e convívio. A uma grande vontade dos idosos em viverem o máximo de tempo em suas próprias residências, segundo os idosos não institucionalizados, são muito os benefícios de permanecerem em suas casas, sente-se mais a vontade, autónomos, independentes, têm mais liberdade e privacidade. A rotina quotidiana é para eles uma manutenção de memórias do passado e dos objetivos.

A OMS afirma que o melhor lugar para o idoso viver é no seu próprio ambiente, na sua própria casa. (IMAGINÁRIOS, 2008)

A casa é para o idoso, um ambiente familiar que transmite conforto, bem-estar e maior segurança. Porém encontram-se obstáculos domésticos, sendo considerados como fatores de risco, entre eles quedas, redução significativa da mobilidade, solidão, isolamento, situação de dependência física ou psíquica e muitas das vezes sem o suporte familiar. Estes seriam os principais motivos, que os levariam a opção de ir para um lar.

O desejo de envelhecer e viver até ao fim da vida nas suas casas, é visível para os idosos que participaram nesta entrevista (ver em anexo ), constatou-se que nesta zona de Matosinhos, segundo a Doutora Diana Moreira, coordenadora do gabinete de ação social da junta de freguesia de Matosinhos. Muitos idosos têm apoios domiciliar sem ter de sair das suas casas. O não querer vir a ser um peso para a sua família, alguns idosos entram para o lar de forma indesejável. O que é negativo, e tem muitas desvantagens, entre elas conviver com pessoas desconhecidas, o afastamento familiar, a falta de sensibilidade por parte dos técnicos, os horários e as regras rígidas, a falta de liberdade, a monotonia e a falta de autonomia.

No entanto, alguns idosos reconhecem que o lar, não é de todo uma opção má, representa uma boa resposta social, especialmente em casos de solidão e isolamento. porém, a vantagem da assistência médica imediata, acompanhamento médico, a adaptação ao envelhecimento e as suas barreiras sociais, surge como a base fundamental e o mais forte suporte nas suas vidas. Os idosos entrevistados demonstraram que é no seio da família, onde encontram a confiança e o conforto.

Este trabalho permitiu a identificação dos principais problemas vivido pelo idoso na sua interação com a comunidade e a sociedade em geral. Visto que o envelhecimento populacional, é um fenómeno inevitável, que necessita da consciência da sociedade para a sua ocorrência de maneira adequada e natural.

Nesse sentido, precisamos garantir que os idosos sejam socialmente incluídos no desenvolvimento do país e do mundo, garantindo que o exercício de sua cidadania seja respeitado. Exigindo que o Estado e a sociedade, construam infraestruturas essenciais para os cuidados e os serviços básicos que a população idosa necessita.

Relativamente ao resultado da investigação, a importância de melhorar e perceber as necessidades que caracterizam esses idosos, no sentido de evitar as situações que põem em risco a segurança e a sua dignidade. Deve-se desenvolver projetos de interiores, considerando o impacto que as alterações biológicas podem promover na vida e capacidade desses indivíduos, ao interagirem com o ambiente doméstico e não só. Como uma hipótese de resposta à problemática, propõe-se uma reflexão na maneira de pensar e agir com a terceira idade, promovendo as necessidades futuras, permitindo uma interação fácil entre o idoso e a sua comunidade.

Todos envelhecemos, por isso o envelhecimento individual (de cada um de nós) faz parte do nosso quotidiano. Porém, começámos recentemente a ser confrontados com um outro envelhecimento, de tipo coletivo: o envelhecimento da população em geral. A população envelhece porque a Humanidade cresceu em conhecimento técnico-científico e as condições de vida das populações melhoraram. Mas, apesar de o envelhecimento populacional poder ser percebido como uma história de sucesso, é frequentemente entendido como uma verdadeira ameaça ao futuro da sociedade em que vivemos. (Maria Rosa, 2012).

# REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Cardoso et al. (2012). Estado e políticas sociais sobre a velhice em Portugal (1990-2008). *Análise Social*, XLVII (204), 606-630.

Chen, D. - S., Cheng, L., C., & Koskinen, I. (2015). Social design: An introduction. *International Journal of Design* 10 (1), 1-5.

Cleto, J.(2007). *Senhor de Matosinhos: Lenda, História, Património*. Porto: Câmara Municipal de Matosinhos e Associação para Animação da Cidade de Matosinhos.

Direção Geral da Saúde. Comunicado de casos de infecção por novo coronavírus (COVID19). [consultado 2021 mar 14]. Disponível em: <https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/20>.

Dunne, A. & Raby, F. (1995). *Speculative Everything: Design, Fiction, and Social Dreaming*. London: The MIT Press. Appadurai, A. (1986). *The social life of things: Commodities in cultural perspective*. Cambridge: Cambridge university press.

Fundação Francisco Manuel dos Santos e INE, Inquérito à Fecundidade 2013, disponível em: <https://www.ffms.pt/FileDownload/8b8b5c72-2e38-416c-966f-f713d41c66c2/inquerito-a-fecundidade-2013>.

Hertzberger, H. (1999). *Lições de Arquitetura: Arquitetura, Design arquitectónico*. São Paulo: Martins Fonte.

Honigsbaum, M.(2021). *O Século das Pandemias: Uma história de contágios global da gripe espanhola à covid-19*

INE. (2012). Destaque: Análise dos principais resultados; [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaquas&DESTAQUESdest\\_boui=107624784&DESTAQUEStema=55466&DESTAQUESmodo=2](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaquas&DESTAQUESdest_boui=107624784&DESTAQUEStema=55466&DESTAQUESmodo=2).

Instituto Politécnico de Bragança. Alves, Patricia; Anes, Eugénia; Sousa, Filomena; Rodrigues, Carina; Teixeira, Cristina ( 2016). *Conceção dos idosos em relação à pessoa idosa*. In III Seminário “Novas Abordagens no Cuidar”. Mogadouro, retirado de <https://bibliotecadigital.ipb.pt/handle/10198/16476>.

Lepik, A. (2011). *Small scale, big change: architectures of social engagement*. New York: MOMA.

Machado, L. (2007). *METAS MOTIVACIONAIS DE IDOSOS EM INCLUSAO DIGITAL*. INSTITUTO DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA, Porto Alegre, p.60.

Martin, Ignacio; Santinha, Gonçalo; Rito, Susana; Almeida, Rosa – *Habitação para pessoas idosas: problemas...* *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto* Número temático: Envelhecimento demográfico, 2012, pág. 177-203

Mar, Joseana (2021). *Design Inclusivo - O que é Design Inclusivo? E qual a sua importância?*, Retirado de <https://joseanasmar.medium.com/design-inclusivo-digital-e-sua-importancia-1a085d5d6e79#:~:text=O%20Design%20Inclusivo%20segundo%20o,independentemente%20da%20idade%20ou%20habilidade%E2%80%9D>.

Matosinhos, D. (2005). Matosinhos ontem, Hoje e Amanhã: Cartas de Lisboa Memórias de um Matosinhese. Porto: Câmara Municipal de Matosinhos.

MATOSINHOSHABIT (2012), Programa Municipal de Apoio ao Arrendamento do Concelho de Matosinhos. [Consult. a 22.03.2012]. Disponível em: <http://www.matosinhoshabit.eu/>.

Mauritti (2004). Padrões de vida na velhice.

Monteiro, I. Figueiredo, J. Cayana, E. (2020). Idosos e saúde mental: impactos da pandemia COVID-19. Brazilian Journal of Health review, Curitiba, v.4, n.2, p. 6060-6061.

Monteiro, R. Braile, D. Brandau, R. Jatene, F. (2010). Qualidade de vida em foco. Brazilian Journal of Cardiovascular Surgery, São Paulo, SP, Brasil.

Nazareth, J. M. (2009). Crescer e envelhecer. Constrangimentos e oportunidades do envelhecimento demográfico. Lisboa: Presença.

Papanek, V. (2000). Design for the real world: Human ecology and social change. London: Thames & Hudson.

Pereira, C. Neves, R. (2011). Os idosos e as TIC – competências de comunicação e qualidade de vida. Revista Kairós Gerontologia 14(1), ISSN 2176-901X, São Paulo, p.7.

Rémy, J. (1991) Espaces et sociétés: Espace public et complexité sociale. Paris: L'Harmattan.  
Franqueira, T. (2016). Strategy for change: case studies on social innovation and social entrepreneurship. Aveiro: Universidade de Aveiro Editora.

Rosa, M. J. V. (2012). O Envelhecimento da Sociedade Portuguesa. Coleção Ensaios da Fundação Francisco Manuel dos Santos. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.

Santos, B. (1995). Pela mão de Alice: O social e o político na pós-modernidade. Lisboa: Afrontamento.

Serviço Nacional de Saúde. ESTRATÉGIA NACIONAL PARA O ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL 2017-2025, retirado de <https://www.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/ENEAS.pdf>.

SIMPOPET – Envelhecimento: Como pensar o trabalho, a sociedade e as cidades?, p. 1-23, 2013. Disponível em: <<https://www.workshop-ded.ufv.br/wp-content/uploads/Solange-Kanso.pdf>> diagnostico\_social\_2020\_matosinhos.pdf

Sousa, M. (2015). Matosinhos: Fotomonografia Toponímica. Porto: Câmara Municipal de Matosinhos.

**ANEXO A**

Entrevista a Dr<sup>a</sup>. Diana Moreira Coordenadora do Gabinete de Ação Social - território de Matosinhos – Leça da Palmeira. E de alguns idosos residentes no concelho, (17/11/2021).

**Dr<sup>a</sup>. Diana Moreira-**

A nível de concelhos existem vários lares mais nós não consideramos, porque são aqueles lares privados, nós só trabalhamos com entidades publicas ou IPSS, que são entidades participadas pelo governo. Até porque falar de lares privados estamos a falar de custos que os nossos idosos neste momento não conseguem suportar.

Estamos a falar de um custo medio, ainda a pouco fizemos um levantamento de 1600 euros por mês. O que é completamente impossível dos nossos idosos participarem, portanto tudo que são os IPSS, lares públicos, normalmente eles têm duas valências, as vagas privadas onde o idoso participa na totalidade, e as vagas publicas que são participadas pelo governo. Normalmente o idoso paga cerca de 80% ou 85% da sua reforma e depois o restante é participado pelo governo.

Há este nível normalmente em Matosinhos Leça temos quatro lares, isto aqui na nossa freguesia, ou seja, temos cerca de 12 lares participados aqui no concelho. Não existe nem um lar totalmente publico, todos eles têm a indicação dos 85% da reforma.

Todos os lares têm de passar pela vistoria da segurança social tanto os públicos como os privados, á lares que nem se quer passaram pela expensão da segurança social, mais sabemos que estão abertos, mais como a poucos lares passamos por inscrito um documento a dizer, que existe um lar nestas condições, passam o alvará para eles seguirem com a atividade.

Nós aqui em Matosinhos Leça temos o Lar da Bateria, temos a Associação dos Pescadores Aposentados de Matosinhos, o Lar de Santana e o Lar Imaculada Conceição. Depois temos o Centro de Apoio a Terceira Idade, Associação do Tesda que são lares que ficam na Senhora da Hora em São Mamede Infesta, Lar Douro, Lar Mãe de Jesus, Centro Social de Leça do Balio, e o Lar Canto de Encanto, tudo isso fica em Guifões na união de freguesia de Guifões, em Leça do Balio. Em Parafita, Lar de Santa Cruz, Centro Paroquial de Santa Cruz do Bispo, Lar da Senhora de Fátima, Centro Paroquial Padre Ângelo e a Casa de Repouso Flor da Amizade.

Tudo isso são lares que existem neste, e estão completamente cheios, e com uma lista de espera tremenda. Estes são todos os lares públicos referentes a Matosinhos Leça de Palmeira, certificados pela Segurança Social até agora.

Eu trabalho aqui a 15 anos e já noto uma grande diferença dos nossos idosos de 15 anos para os de agora, idosos que não sabiam ler nem escrever e o projeto de alfabetização ajudou-lhes muito. Neste momento as minhas pessoas seniores, são professores, são licenciados e com outro tipo de competências que a 15 anos não existiam. Portanto, neste momento os idosos que nós apoiamos não têm tantos problemas a nível financeiros, são mais cognitivos principalmente por causa desta pandemia. Estamos a falar de pessoas que algumas delas estão sozinhas, e têm muitas necessidades de conviverem.

Nós temos atividades diárias, temos; ginástica, dança, teatro, hidroginástica, Yoga, artes decorativas, é tudo feito dentro do concelho, nos não saímos de dentro do concelho. Temos a terapia do riso, e o clube de património, mensal mente vamos aos Museus.

A nível de inclusão social, eu sou muito privilegiada com os idosos que tenho aqui, são muito dinâmicos, tenho uma senhora de 89 anos que faz voluntariado através da camara municipal. Ela faz voluntariados para outros idosos, eles não se sentem excluídos, têm sim a necessidade de serem ouvidos, especialmente agora que estiveram muito tempo fora de circulação, sentem que faz se muitas coisas sem pensar neles.

Sente-se uma grande necessidade de existir mais lares, isso é um assunto que estamos a discutir há anos, muitos anos.

Temos agora a Maria Antónia que precisa de um lar, ela não tem família e a reforma é muito pequena, não tem condições de pagar um privado por ser muito caro. A senhora foi à Segurança Social, consultou a carta social e constatou que não há vagas para ela, nem no Porto nem em Algarve, que já não faz parte do concelho dela. Eu já tive aqui situações em que marido e mulher ambos idosos, sem filhos e que a senhora teve de ir para Coimbra e o marido teve que ficar cá, o senhor faleceu primeiro porque não aguentou a separação e o fator de viver distante da mulher que por sinal estava muito mais debilitada do que ele, morreu de saudades.

Está na hora de repensarmos aqui o conceito de lar, porque as pessoas idosas, as pessoas que estão a ficar mais velhas elas não querem sair de casa, se calhar é altura de repensarmos um bocadinho no conceito do lar, existem alguns países em que eles têm residências partilhadas, ou elas não precisam sair de casa, mas sim alguém que se desloque ou cuidadores informais, ou cuidadores pagos pelo município, governo.

É quase missão impossível pôr o casal a viver no mesmo lar, em casos muito raros, normalmente um já se encontra no lar e depois mais tarde o parceiro consegue uma vaga para o mesmo lar, mais em casos muito raros.

19/11/2021

#### Ana Maria – 72 anos

Eu estou em minha casa própria e já fui voluntaria num lar, nos lares falta muito amor. As empregadas deviam ser postas à prova, para entrarem para um lar porque se vê muitos funcionários com falta de carinho, com muitos maus-tratos para com os idosos.

#### Isaura João – 68 anos

Estou em minha casa, e não quero ir para nenhum lar. O meu tio está num lar, e eu vou para lá visitá-lo sempre, as pessoas ficam ali numa sala sentadas a ver televisão, têm poucas atividades, e deviam deixar ir para lá voluntários. Muitas vezes quem está lá a trabalhar não deixa ir para lá os voluntários, porque eles falam sobre tudo de errado que acontece no lar.

### Serafina António -76 anos

Trabalhei 10 anos num lar santana e no meu tempo os casais não eram separados, dormiam juntos no mesmo quarto. Antes o lar pertencia às freiras, agora o lar é participado com a segurança social que está metida lá dentro. O meu pai foi quem fundou o lar dos pescadores. Foi ele o impulsionador daquele lar, foi ele que foi a Lisboa com o dinheiro dele, deu muito dinheiro para aquela casa ser feita. No tempo do meu pai aquele lar era o melhor lar que havia aqui em Matosinhos. Chamavam-lhe Mestre Luciano Arcanjo Pereira Valente.

Eu só quero dizer uma coisa, por favor as pessoas que estão nos lares tentem ocupar o tempo. Atividades, saírem, apanhar sol, não deixar que eles vegetem lá dentro.

No tempo do meu pai havia ranchos. Hoje as pessoas ficam muito tempo a olhar para o vazio, principalmente ocupar de acordo com a idade, porque às vezes tratam as velhas como se fossem crianças.” Agora vamos bater palminhas” quer dizer, até depende do estado de sanidade de cada um, até há alguns que gostam.

Quando há idosos que gostam de ler para os colegas ou contar histórias, aquela gosta muito de fazer trabalhos manuais, assim cada um faz aquilo que sabe. Agora deixam os velhos a verem televisão o dia todo e nem sabem o que estão a ver, têm de tratar as pessoas realmente com dignidade pelo fim da vida delas. E sentirem se bem e apoiadas, e saberem que gostam delas, já se vê isso em muitos lares mas, mais do que nunca é preciso que isso realmente aconteça e boa sorte no teu trabalho.

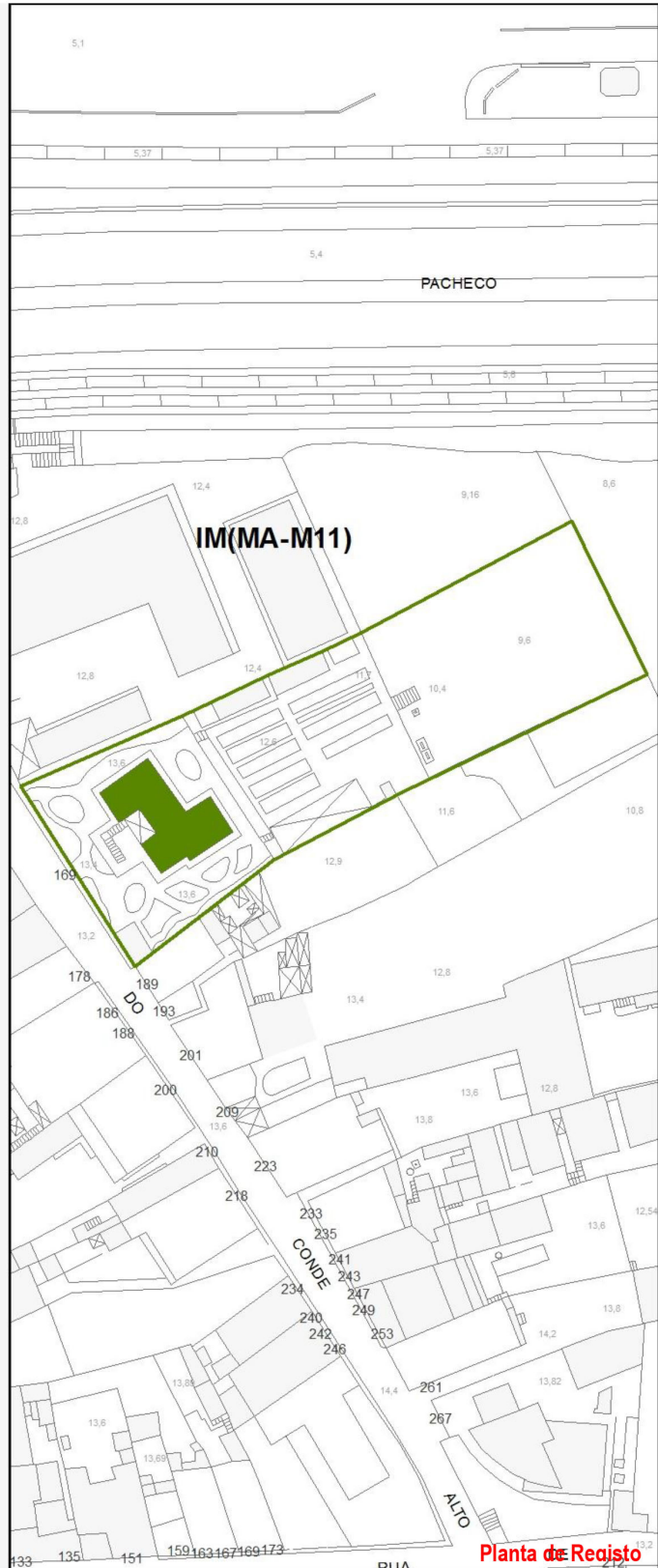
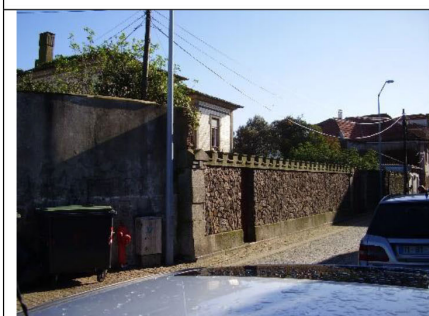
# ANEXO B

BENS IMÓVEIS DE INTERESSE MUNICIPAL

MATOSINHOS

MONUMENTOS

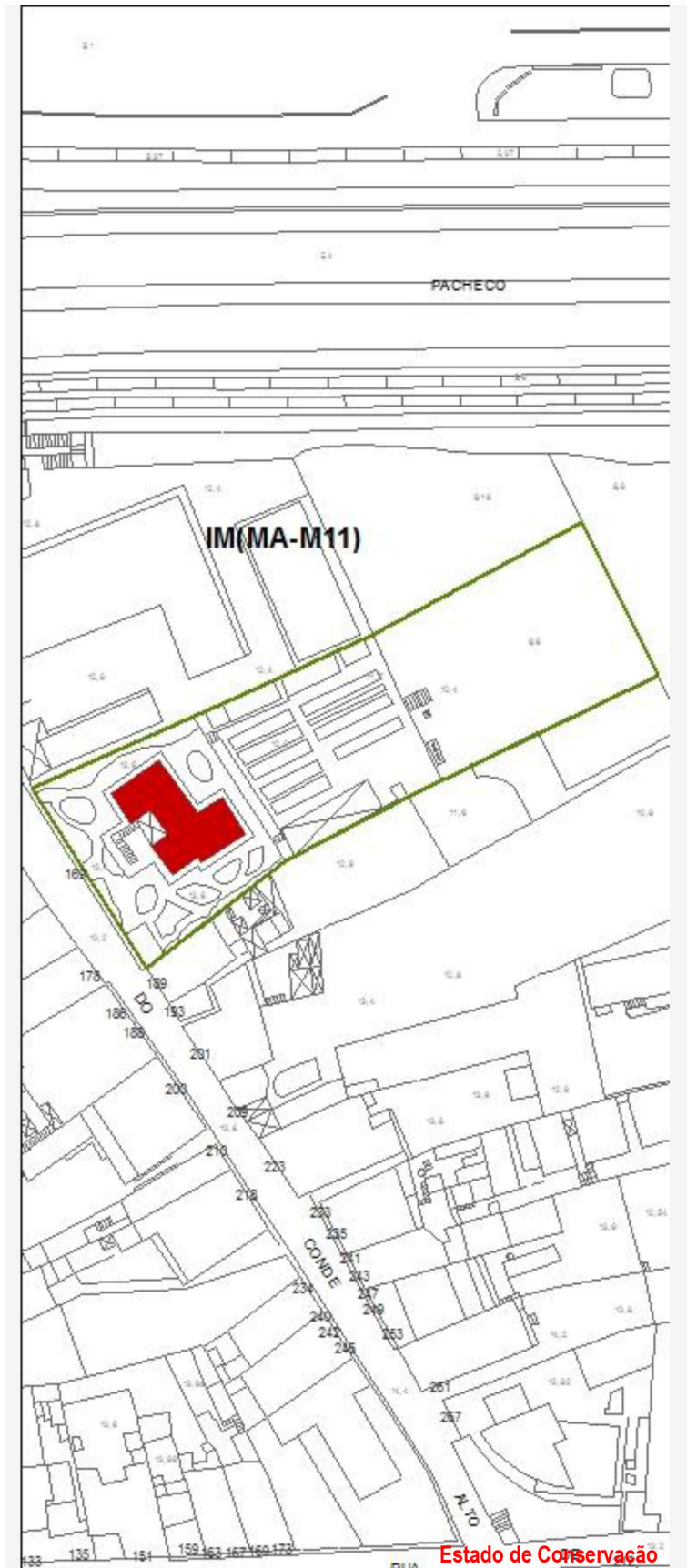
CÓDIGO DE INVENTÁRIO – MA-M11 - PALACETE DO CONDE DE S. SALVADOR DE MATOSINHOS



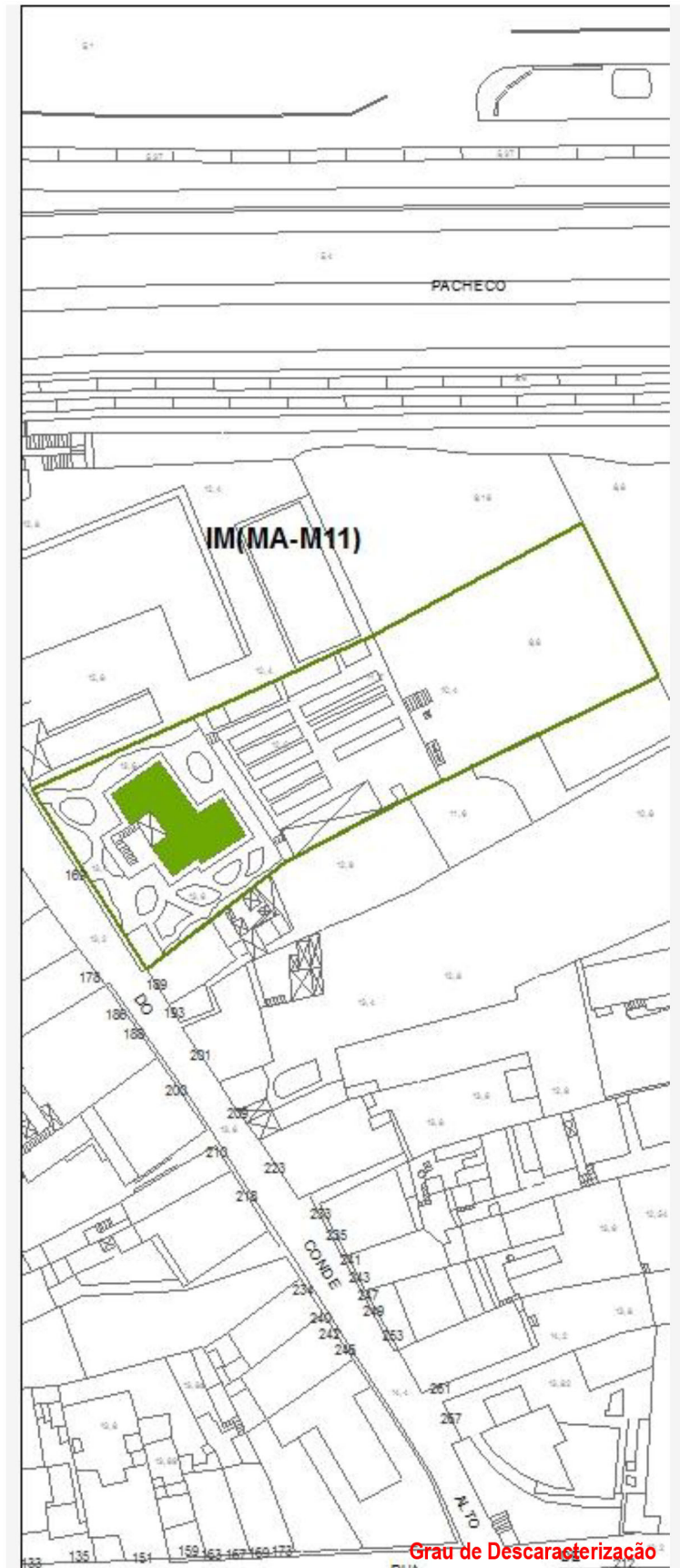
2

COMISSÃO DO PATRIMÓNIO ARQUITECTÓNICO E HISTÓRICO

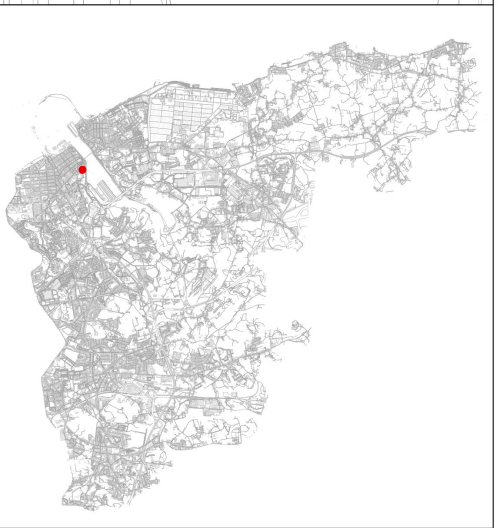
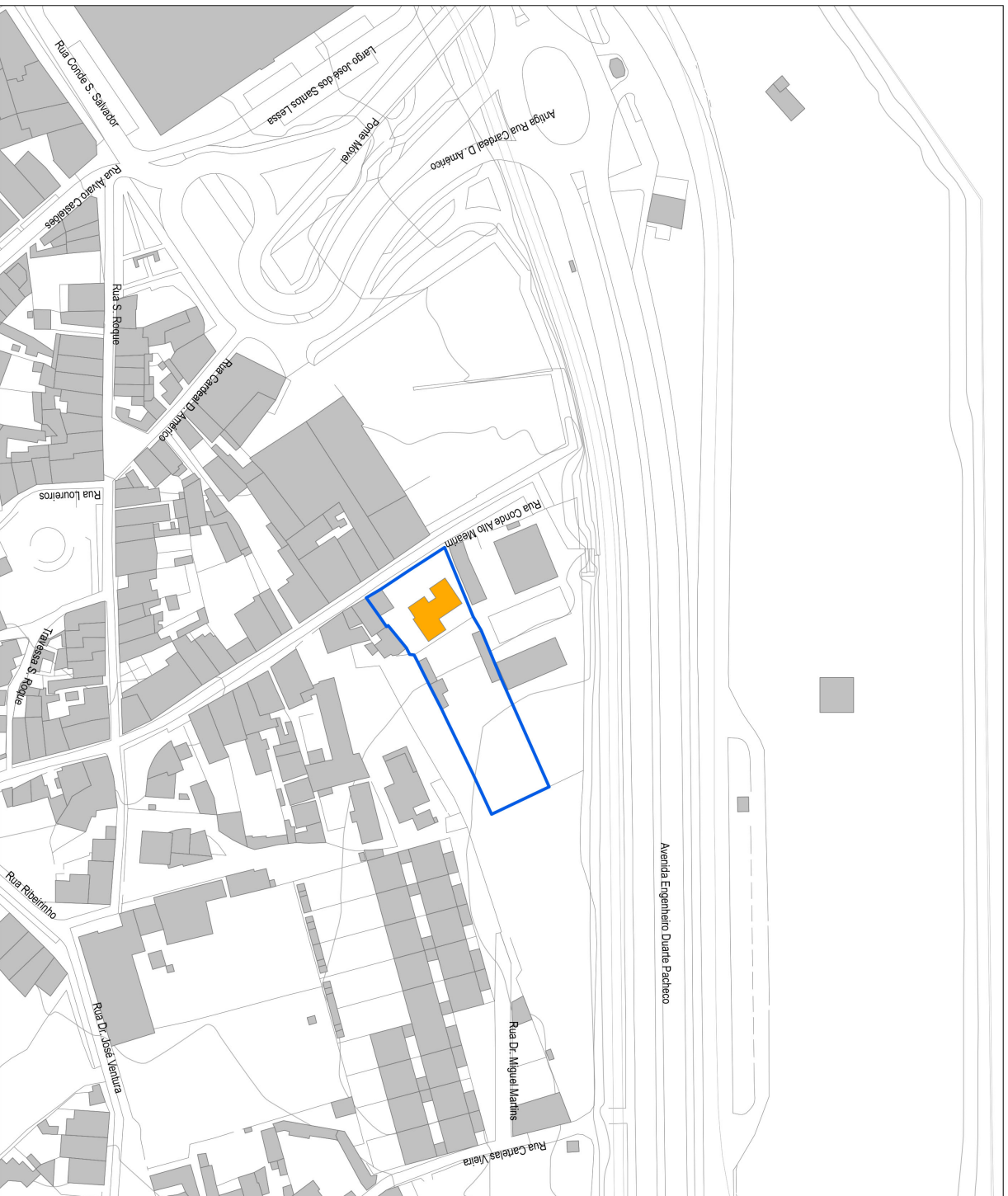





3



4



- Edificação protegida
- Limite do imóvel a classificar

<p><b>Edificação protegida de categoria:</b> Município de Matosinhos  <b>Data de edificação:</b> 2013  <b>Data de homologação:</b> 24/06/2014  <b>Processo nº:</b> 29/2410/24  <b>Sistema de referência:</b> ETRS89 PTN06  <b>Projecção cartográfica:</b> Transverso de Mercator  <b>Projecção posicional nominal:</b> 24,82m  <b>Projecção paramétrica:</b> e=6,35m  <b>Equidistância das curvas de nível:</b> 10m</p>	<p><b>Planta de Localização</b></p> <p><b>Janeiro 2022</b></p> <div style="text-align: center;">                   escala 1:1500             </div>
---	--

# ÍNDICE DE IMAGENS

- Gráfico 1 - Evolução da População com 65 ou mais anos em Portugal, 1960-2050 (Retirado de [https://www.cesis.org/admin/modulo\\_news/ficheiros\\_noticias/20130306110037-1envelhecer\\_em\\_matosinhos.pdf](https://www.cesis.org/admin/modulo_news/ficheiros_noticias/20130306110037-1envelhecer_em_matosinhos.pdf)).
- Gráfico 2 - Pirâmide Etária, Portugal 1960, (Retirado de <https://www.populationpyramid.net/pt/portugal/1960/>).
- Gráfico 3 - Pirâmide Etária, Portugal 2000, (Retirado de <https://www.populationpyramid.net/pt/portugal/2000/>).
- Figura 1 - Idosos no parque Basílio Teles, Matosinhos, fotografado por Beatrice Werder
- Figura 2 - Idosos no parque Basílio Teles, Matosinhos, fotografado por Beatrice Werder
- Figura 3 - Idosa no parque Basílio Teles, Matosinhos, fotografado por Beatrice Werder
- Figura 4 - Idoso no parque Basílio Teles, Matosinhos, fotografado por Beatrice Werder
- Figura 5 - Idoso na pandemia. (Retirado de <https://www.jn.pt/local/noticias/porto/matosinhos/sem-medo-do-virus-idosos-juntam-se-para-jogar-cartas-em-matosinhos-12869030.html#media-1>)
- Figura 6 - Idosos no Lar dos Pescadores, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 7 - Idoso na pandemia a receber ajuda. (Retirado de <https://observador.pt/especiais/isolados-milhares-de-idosos-continuam-a-precisar-de-apoio-e-continua-a-haver-quem-nao-os-abandone/>).
- Figura 8 - Idosos na sala multi-usos da Junta de Freguesia de Matosinhos, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 9 - Idosos em atividade. (Retirado de <https://visao.sapo.pt/atualidade/sociedade/2022-05-01-projeto-para-idosos-no-grande-porto-reune-tai-chi-e-ioga-e-vai-crescer-em-setembro/>)
- Figura 10 - Percurso acessível (a.d., Reitado de: Teles, Paula (2006) *Guia de Acessibilidade e Mobilidade para Todos*. Inova, Porto.)
- Figura 11 - Instalação sanitária para pessoas com mobilidade condicionada (a.d., Reitado de: Teles, Paula (2006) *Guia de Acessibilidade e Mobilidade para Todos*. Inova, Porto.)
- Figura 12 - Zona de manobra (a.d., Reitado de: Teles, Paula (2006) *Guia de Acessibilidade e Mobilidade para Todos*. Inova, Porto.)
- Figura 13 - Acesso ao lavatório para mobilidade reduzida (a.d., Reitado de: Teles, Paula (2006) *Guia de Acessibilidade e Mobilidade para Todos*. Inova, Porto.)
- Figura 14 - Passeio e caminho de peões (a.d., Reitado de: Teles, Paula (2006) *Guia de Acessibilidade e Mobilidade para Todos*. Inova, Porto.)
- Figura 15 - Passagem de peões (a.d., Reitado de: Teles, Paula (2006) *Guia de Acessibilidade e Mobilidade para Todos*. Inova, Porto.)
- Figura 16 - Rampa com corrimão para mobilidade reduzida e escadas (a.d., Reitado de: Teles, Paula (2006) *Guia de Acessibilidade e Mobilidade para Todos*. Inova, Porto.)
- Figura 17 - Elevador com acesso a mobilidade reduzida (a.d., Reitado de: Teles, Paula (2006) *Guia de Acessibilidade e Mobilidade para Todos*. Inova, Porto.)
- Figura 18 - Elevador, altura dos comandos (a.d., Reitado de: Teles, Paula (2006) *Guia de Acessibilidade e Mobilidade para Todos*. Inova, Porto.)
- Figura 19 - Entrada principal do Lar dos Pescadores, fotografado por Beatrice Werder.
- Figura 20 - Entrada principal do Lar dos Pescadores, fotografado por Beatrice Werder.
- Figura 21 - Corredor de acesso para os quartos, Lar dos Pescadores, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 22 - Planta de Emergência no Lar dos Pescadores, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 23 - Galeria de exposição, Lar dos Pescadores, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 24 - Claraboia, Lar dos Pescadores, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 25 - Exterior, vista para a área multi-usos, Lar dos Pescadores, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 26 - Grandes vãos do Refeitório, Lar dos Pescadores, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 27 - Desenho de homenagem aos pescadores, Lar dos Pescadores fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 28 - Hugo Carvalho Araújo, Casa magalhães retirado de <https://www.archdaily.com.br/br/01-58658/lar-casa-de-magalhaes-atelier-carvalho-araujo>
- Figura 29 - Hugo Carvalho Araújo, Casa magalhães retirado de <https://www.archdaily.com.br/br/01-58658/lar-casa-de-magalhaes-atelier-carvalho-araujo>
- Figura 30 - Hugo Carvalho Araújo, Casa magalhães retirado de <https://www.archdaily.com.br/br/01-58658/lar-casa-de-magalhaes-atelier-carvalho-araujo>
- Figura 31 - Hugo Carvalho Araújo, Casa magalhães retirado de <https://www.archdaily.com.br/br/01-58658/lar-casa-de-magalhaes-atelier-carvalho-araujo>
- Figura 32 - Hugo Carvalho Araújo, Casa magalhães retirado de <https://www.archdaily.com.br/br/01-58658/lar-casa-de-magalhaes-atelier-carvalho-araujo>
- Figura 33 - Hugo Carvalho Araújo, Casa magalhães retirado de <https://www.archdaily.com.br/br/01-58658/lar-casa-de-magalhaes-atelier-carvalho-araujo>
- Figura 34 - Hugo Carvalho Araújo, Casa magalhães retirado de <https://www.archdaily.com.br/br/01-58658/lar-casa-de-magalhaes-atelier-carvalho-araujo>
- Figura 35 - Hugo Carvalho Araújo, Casa magalhães retirado de <https://www.archdaily.com.br/br/01-58658/lar-casa-de-magalhaes-atelier-carvalho-araujo>
- Figura 36 - Hugo Carvalho Araújo, Casa magalhães retirado de <https://www.archdaily.com.br/br/01-58658/lar-casa-de-magalhaes-atelier-carvalho-araujo>
- Figura 37 - Implantação Palacete do Conde S. Salvador de Matosinhos, Retirado do Google maps.

- Figura 38 - Piso 0, Planta original do pré-existente CMM
- Figura 39 - Piso 1, Planta original do pré-existente CMM
- Figura 40 - Rua Conde Alto Mearim, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 41 - Vista Lateral Esquerda, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
- Figura 42 - Rua Conde Alto Mearim, fotografado por Sheila Ván-Dúnem.
  
- Figura 43 - Alçados: Posterior, Lateral esquerdo, Principal, Lateral direito
  
- Figura 44 - Implantação
  
- Figura 45 - Esquisso das palas modulares inspiradas nas ondas do mar de Matosinhos
- Figura 46 - Esquisso da estrutura geral de ligação do pré- existente e do novo volume
- Figura 47 - Maquete de estudo vista lateral esquerda
- Figura 48 - Maquete de estudo vista lateral direita
- Figura 49 - Maquete de estudo vista de cima
  
- Figura 50 - Diagrama de demolição (amarelo demolição, vermelho construção)
- Figura 51 - Diagrama das áreas
- Figura 52 - Circulação
- Figura 53 - Zonificação
  
- Figura 54 - Moodboard de Inspiração
- Figura 55 - Diagrama do piso 0, Ilustração de mobiliário e decoração
- Figura 56 - Diagrama do piso 1, Ilustração de mobiliário e decoração
- Figura 57 - Diagrama do piso 1, Ilustração de mobiliário e decoração
- Figura 58 - Diagrama do piso 0, Edifício de ampliação e multi-usos, Ilustração de mobiliário e decoração
  
- Figura 59 - Render Área de Lazer
- Figura 60 - Render área de jardim
- Figura 61 - Render sala multiusos
- Figura 62 - Render sala de estar e TV
- Figura 63 - Render área de espera