

# Lusíada



Repositório das Universidades Lusíada

**Universidades Lusíada**

Freire, Maria Elisabete Ferreira, 1957-

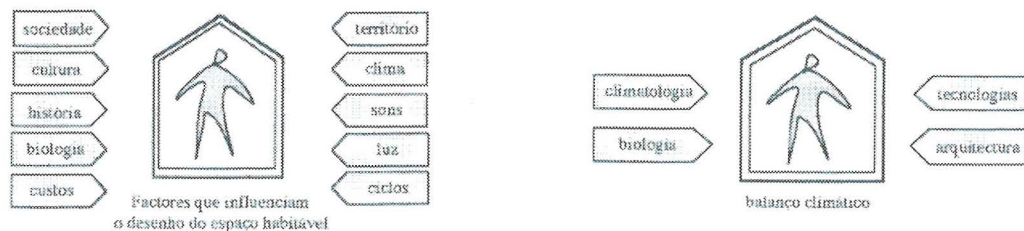
**Habitação, sinónimo de qualidade de vida e de conforto humano...**

<http://hdl.handle.net/11067/4886>

**Metadata**

<b>Issue Date</b>	1999
<b>Type</b>	bookPart

This page was automatically generated in 2020-03-05T06:36:18Z with information provided by the Repository



## HABITAÇÃO, SINÓNIMO DE QUALIDADE DE VIDA E DE CONFORTO HUMANO...

**ELISABETE FREIRE**

Inicialmente as comunidades humanas surgiram em regiões onde as condições climáticas não eram demasiado extremas. Com a descoberta do fogo e da potencial utilização das peles dos animais como peças de vestuário, assim como, do aproveitamento de cavidades rochosas, as quais protegiam as populações errantes das intempéries, o limite de tolerância climática foi-se alargando. As importantes mutações climáticas que entretanto se registaram forçaram também estas comunidades primitivas de homínidos a procurar refúgio naqueles abrigos naturais.

Com o tempo, e em consequência de todo um processo de sedentarização, começaram a construir as suas habitações. Estas ajustavam-se às condições ambientais que as rodeavam e às actividades desenvolvidas pelos seus ocupantes. Eram construídas com materiais naturais e disponíveis na região. Por tentativas, a escolha daqueles materiais resultou numa quase perfeita sintonia entre as necessidades que as comunidades tinham de se proteger contra a agressividade ambiental e as características inerentes desses materiais que constituíam razoáveis isolamentos térmicos e de humidade. Do mesmo modo, o desenho e a organização interna da habitação ia evoluindo. Mas, as funções a atribuir aos diferentes espaços internos regulavam-se, em certa medida, por aspectos climatológicos: a radiação solar (luz e calor), a humidade e os ventos gerais e locais.

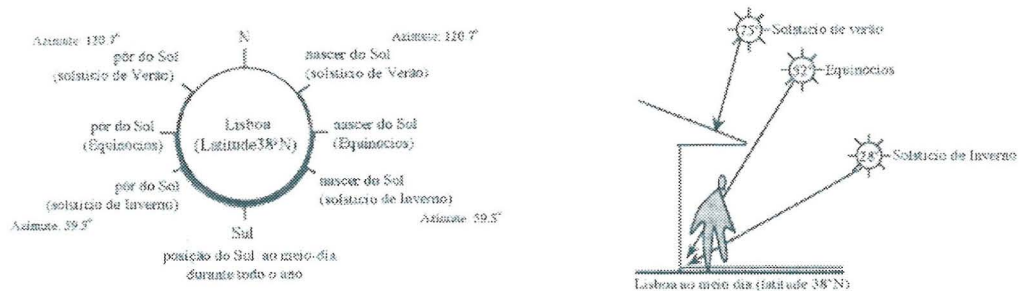
Ao longo dos séculos, a arquitectura tradicional tem demonstrado a grande sensibilidade dos indivíduos para com o seu meio ambiente, nomeadamente no que se refere às condicionantes regionais e locais do clima. Independentemente das diferenças culturais e níveis de desenvolvimento das comunidades foi-se cristalizando uma certa identidade regional das construções, que

---

está nitidamente de acordo entre outros aspectos, com a variação zonal da temperatura à superfície terrestre. Por exemplo, as construções tradicionais nas latitudes elevadas não tem as mesmas exigências que as dos trópicos (Griffiths, 1976).

Na actualidade, com o desenvolvimento tecnológico, especialmente o ocorrido nas últimas décadas, estas preocupações ambientais no desenho dos edifícios e do seu espaço envolvente parecem ser menos relevantes. Todavia, a nossa vida é demasiado sedentária e permanecemos muito tempo no interior dos edifícios. Por estas razões é fundamental reflectirmos na qualidade destes ambientes artificiais pois, eles têm reflexos, directos ou indirectos, na saúde dos indivíduos. E aqui é importante meditar cuidadosamente no significado de saúde e nas suas consequências. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde significa um estado de completo bem estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou de qualquer infirmitade. Em termos práticos, a presença desse bem estar representa também, níveis de produtividade superiores e uma redução do absentismo nos locais de trabalho.

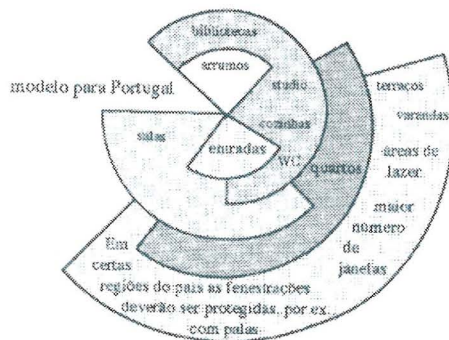
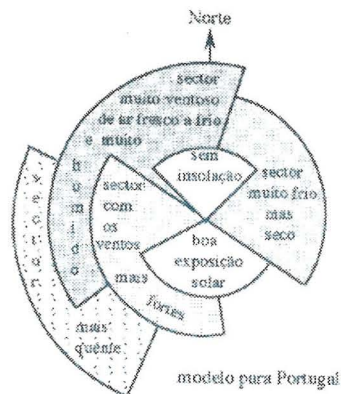
Para que os indivíduos desfrutem daquele estado de bem estar, os edifícios têm que ser projectados e construídos de forma que, no seu interior, se registem níveis de temperatura, humidade, luminosidade e de ventilação, que se enquadrem dentro dos critérios considerados como necessários para se poder afirmar que se regista um verdadeiro conforto humano (Freire, 1996). Quantos de nós poderemos afirmar que habitamos um espaço confortável e saudável? Em termos térmicos, por exemplo, as nossas habitações são em determinadas estações do ano verdadeiras armadilhas, tanto ou mais desconfortáveis quanto o espaço exterior. Porque será que isto acontece? Será que se perdeu a capacidade de construir espaços confortáveis ou simplesmente se tem concentrado demasiada atenção nos aspectos estéticos e/ou economicistas, abdicando e menosprezando certos conhecimentos tradicionais e empíricos? Por vezes, os materiais nem sempre são utilizados pelas qualidades intrínsecas, mas pelas soluções plásticas e estéticas que permitem. Noutros casos, as imposições económicas, que sempre se têm sobreposto à gestão adequada e sensata do território, tem contribuído para a escolha de materiais mais baratos e de má qualidade. Mas, em alguns outros casos, é a obsessão do projectista em criar uma obra que se imponha pelo seu grande impacto visual, que se



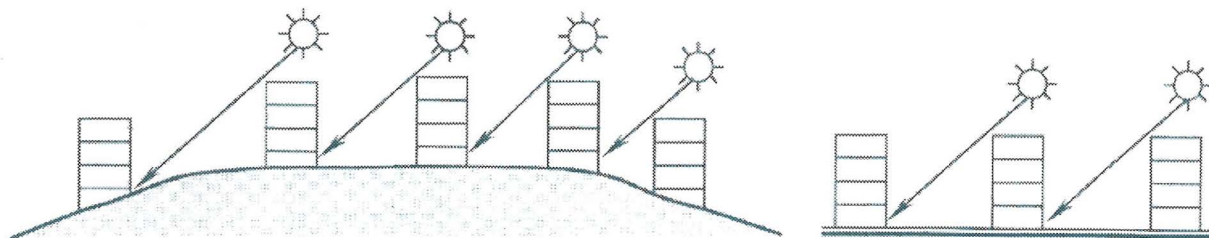
sobre põe à criação de um espaço de vivência confortável. Assim, é chocante verificar que as casas, de estilo cada vez mais *internacionalizado*, em que hoje habitamos ou trabalhamos são um perigo para a nossa saúde assim como para o ambiente. Os sistemas de climatização artificiais, tão vulgarizados actualmente, poderão, sem dúvida, ter contribuído para o alargamento das áreas habitáveis no globo, mas acarretam custos elevadíssimos. São custos de ordem financeira, mas também consequências negativas para o ambiente e para a saúde dos seres humanos. Estes sistemas artificiais têm apenas induzido uma falsa sensação de conforto. Nomeadamente, a introdução destas tecnologias não tem em conta os diferentes critérios de conforto humano, que sendo profundamente subjectivos variam em função da etnia, da idade e do género dos indivíduos, assim como, com as actividades mais ou menos sedentárias a desenvolver no interior dos edifícios (Freire, 1996).

Assim, a qualidade do ar que respiramos, dentro destes edifícios, é por vezes tão perigosa quanto no exterior, nas ruas das nossas cidades. Provocam graves problemas de saúde desenvolvendo situações crónicas, em especial, no sistema respiratório. É frequente em indivíduos que permanecem, mesmo que temporariamente, em edifícios com sistemas de ventilação e de climatização artificiais, apresentarem afeições muito variadas, desde irritação dos olhos, de pele, de nariz e da garganta, assim como dificuldades respiratórias, fadiga, dores musculares, dores de cabeça e febres permanentes.

Em 1976, foi identificada uma doença designada como a doença do legionário que está associada à inalação de uma bactéria, a *Legionella pneumophila* (Souhami e Moxham 1994; Curwell *et al.*, 1990). No ambiente natural, esta bactéria é muito comum nas áreas húmidas, em todo o mundo mas, porque surge em densidades reduzidas, não oferece grande perigo para a saúde pública. Todavia, quando esta bactéria coloniza os sistemas de refrigeração artificiais instalados nos edifícios, multiplica-se rapidamente, registando-se altas concentrações, representando, então, um sério risco para os seres humanos. Quando estes são atingidos por aquela doença e quando não são tratados em devido tempo, o resultado pode ser dramático. Todos os anos, no Verão, ocorrem, em todo o mundo mortes devido a esta infecção da parte inferior do aparelho respiratório, que afecta especialmente os indivíduos em que o sistema imunológico é mais frágil: os mais idosos e os mais jovens.



A construção de casas que são igualmente desconfortáveis durante a estação fria, inflige também danos na saúde dos indivíduos e no ambiente. Quando as directivas da ONU e da OMS apontam para uma urgente redução, da ordem dos 50%, das emissões de dióxido de carbono, o que se tem verificado em Portugal? Por exemplo, no que refere ao parque habitacional, quer em unidades unifamiliares quer em condomínios, tem-se assistido à proliferação do número de lareiras e de salamandras, contribuindo-se cada vez mais para o aumento dos níveis daquele gás e, por conseguinte, para a diminuição da qualidade do ar que respiramos e para o aquecimento global do planeta. Está-se também a contribuir para a degradação da nossa floresta, com o corte de espécies arbóreas de crescimento lento, como são as do género *Quercus* (sobreiro, azinheira, e outros carvalhos). Há muitos outros problemas relacionados com a qualidade da construção, nomeadamente no que se refere às doenças transmitidas pelos materiais industrializados. Entre estes descobriu-se que alguns provocam alergias, enquanto que outros, está provado cientificamente, são cancerígenos. São portanto muitos os edifícios onde actualmente se poderá diagnosticar o chamado Síndrome dos Edifícios Doentes (SED) e onde a qualidade de vida e o conforto humano é bastante deficiente. As consequências negativas, bem visíveis em diferentes partes do globo, resultantes do desenvolvimento desenfreado e insustentável que se tem verificado, tem obrigado a elevadíssimos investimentos financeiros de recurso. Esta situação conduziu a uma maior consciencialização dos poderes institucionalizados, até porque estes estão sob constante pressão das próprias comunidades e de algumas importantes organizações não governamentais (NGO) então criadas. As Nações Unidas têm dedicado, nestes últimos anos, muito do seu esforço e iniciativa na discussão das condições de habitabilidade no nosso planeta: ECO92, no Rio de Janeiro, e mais recentemente, em 1996, a *Habitat II* ou *City Summit*, em Istambul. Alguns dos debates nestas reuniões internacionais centraram-se, directa e indirectamente, nas formas mais adequadas de projectar e construir os espaços, tendo em vista melhores condições de saúde e de protecção do ambiente, a redução da poluição e da destruição dos recursos naturais (Robinson, 1993; UNCHS, 1996)



Algumas destas questões estão associadas na concretização do que hoje se designa como uma arquitectura bioclimática (Pearson, 1989). Nesta arquitectura dá-se preferência a um planeamento assentado e meticuloso da forma e orientação geral das casas, do número, do tamanho e da orientação das fenestraçãoes, da dimensão, inclinação e orientação das coberturas, do uso de ventilação cruzada e natural, com uma correcta localização das entradas e saídas do ar, assim como do desenho dos espaços interiores. Para uma maior protecção das construções contra a excessiva insolação que se regista em certas regiões do globo (nomeadamente no domínio mediterrânico onde nos inserimos) surge, como fundamental, a utilização de alpendres, de pérgolas, palas e outros meios naturais ou artificiais de ensombramento, e ainda uma escolha adequada das cores exteriores, assim como, dos materiais de construção, de forma a limitar a absorção da energia solar. Estes são apenas alguns exemplos de medidas necessárias a abraçar urgentemente, para uma melhor habitabilidade, assim como, para um desenvolvimento sustentável do planeta.

*The seasons are not alike, but differ widely both in themselves and at their changes. The next point is the hot winds and the cold, especially those that are universal, but also those that are peculiar to each particular region...by learning the times beforehand,... he will succeed best in securing health, and will achieve the greatest triumphs in the practice of his art* (Magnam, 1787). A arte a que Hipocrates (séc IV a.C.) se refere não é a da Arquitectura mas da prática da Medicina. Não obstante, este pequeno trecho do seu livro enquadra-se perfeitamente na temática em discussão.

#### REFERÊNCIAS:

- 
- Curwell, S.; March, C.; Vernables, R. (eds.) (1990) - *Building and health. A Rosehaugh guide to the design, construction, use and management of buildings*. Londres, RIBA Pub. Ltd., 522p.
- Freire, E. (1996) *The comfort climatology of Portugal, a contribution to human bioclimatology*. Londres (Dissertação de Doutoramento apresentada na Universidade de Londres), 348p.
- Griffiths, J. F. (1976) *Applied climatology*. Oxford, Oxford University Press, 136p.
- Magnam, M. (1787) *Hippocrate. Des airs, des eaux, des lieux*. Imprimerie de Veuve Herissant, Paris, 95p.
- Pearson, D. (1989) *The natural house book*. Londres, Conran Octopus Ltd, 288p.
- Robinson, N.A. (ed) (1993) *Agenda 21: Earth's action plan*. Oceana Publications Inc., Nova Iorque, 683 p.
- Souhami, R. L.; Moxham, J. (1994) *Textbook of medicine*. Londres, Longman Group UK Limited: 463-468pp.
- UNCHS (1996) *An urbanizing world: global report on human settlements*. Oxford University Press, Oxford, 559p.