

## Uma cidade e uma habitação mais amigas das crianças

### *Una ciudad y una vivienda más amigas de los niños*

### *More child-friendly cities and housing*

#### **António Baptista Coelho**

Arquiteto, doutorado em Arquitetura, Investigador Principal com Habilitação. Núcleo de Estudos Urbanos e Territoriais (NUT) do Departamento de Edifícios do Laboratório Nacional de Engenharia Civil, Portugal

Cidade e habitação são realidades inseparáveis, pois não há cidade sem habitação (teríamos/teremos um espaço sem vida com adequada continuidade), nem habitação sem cidade (teríamos/teremos um espaço “urbano” limitado às funções de grande dormitório). Tendo sublinhado isto, importa salientar que uma cidade bem habitada tem de estar viva, ser usada pelos diversos grupos sociais e etários, e tem de ter diversidade paisagística e funcional; caso assim não aconteça estamos em presença de algo que não é um espaço urbano verdadeiro, mas sim uma simples conjugação de construções e de espaços vazios.

Nesta matéria um outro tema tem sido recorrentemente debatido: a questão de um dado quadro de vivência urbana e residencial pode ser fator de influência na forma como é usado pelos seus utentes/habitantes; o que se julga não oferecer dúvidas nos domínios da funcionalidade e da segurança, mas queremos avançar mais nesta matéria e na ideia de que uma fruição bem adequada do espaço urbano e do habitar não se esgota na sua “simples” caracterização funcional.

Neste tema muito se tem debatido e tende a haver posições, por vezes, até um pouco marcadas pelas diversas formações profissionais, mais ou menos “físicas” e ligadas ao próprio projeto dos espaços urbanos, e não se podendo chegar aqui a uma conclusão, deve-se sublinhar que a haver algum tipo de consenso mais frequente, ele refere-se à ideia de que o quadro físico habitável e urbano influencia a forma como o usamos e os sentimentos de satisfação ou insatisfação que temos quando o usamos, e logo, conseqüentemente, influencia o nosso bem-estar e a nossa saúde no dia-a-dia e no ano-a-ano das nossas vivências habitacionais e urbanas; e quando nos referimos a esta perspetiva temporal a questão do bem-estar das crianças-habitantes fica em relevo, pois nelas esta condição está associada, diretamente, a melhores condições de vida, e, indiretamente, a melhores condições formativas e de crescimento.

Naturalmente que os aspetos sociais e culturais têm um papel importante nessa relação, papel esse que será tanto mais forte, quanto mais específica for a caracterização de um dado grupo sociocultural (ex., as famílias de etnia cigana e as famílias sem hábitos urbanos), mas o quadro físico próprio e de integração urbana é muito importante e marca expressivamente:

- As situações “físicas” associáveis à segurança pública no uso dos espaços públicos e de uso público; assunto tratado pela CPTED – *Crime Prevention Through Environmental Design* (em português: “prevenção criminal através do espaço construído”); matéria que teve uma recentíssima edição portuguesa.

- As situações “físicas” associáveis a matérias de convívio e de dinamização no uso dos espaços públicos e de uso público, matéria essencial, quer para o desenvolvimento da tal verdadeira cidade habitada e viva, quer para apoiar fortemente em condições de maior segurança natural no uso desses mesmos espaços.

- Os grupos socioculturais e etários mais sensíveis, como são as crianças e os jovens, para além dos idosos e dos condicionados na mobilidade e na perceção, pois são aqueles mais vulneráveis às diversas condições físicas e de integração em termos habitacionais e urbanos; e, tornando-se a situação mais crítica, são, frequentemente, aqueles que tendem a usar, ou deveriam usar, mais intensamente o espaço público e ainda, e no caso específico das crianças, são aqueles para os quais o espaço público assume o já referido e vital papel formativo.

Para concluir este raciocínio importa ter em conta que: (i) tudo o que se faça para tornar o espaço público mais amigo das crianças, torna-o também mais amigo dos outros grupos etários, por exemplo em questões de redução de poluição, conforto ambiental, acessibilidade e clareza de orientação; (ii) que os três aspetos acima apontados – CPTED, convivialidade e adequação aos

grupos de utentes mais sensíveis – são matérias que interagem mutuamente, reforçando-se os resultados positivos ou negativos; e (iii) que, naturalmente, tudo isto tem a ver com o bem-estar no uso do espaço urbano e, conseqüentemente, com a saúde de quem o usa.

Figura 1. A integração entre espaços de lazer pedonais e recreio livre de crianças - Faro, Alto de St. António, Coop. Coobital, Arq.º José Lopes da Costa



### ASPETOS SOCIAIS DO HABITAR E SUA INFLUÊNCIA NA SAÚDE DOS HABITANTES E DAS CRIANÇAS EM PARTICULAR

Importa sublinhar que quadros urbanos e residenciais negativos produzem uma cidade que não nos apoia, não nos atrai, nem nos faz conviver, e que por isso acaba por tender a tornar mais críticos os problemas sociais existentes, aprofundando divisões, isolamentos e exclusões, problemas estes que são, naturalmente, mais graves seja nos grupos sociais economicamente menos favorecidos, seja nos grupos mais sensíveis, que são as crianças, os idosos e os doentes, e que, no caso das crianças e dos jovens, são ainda complementarmente “desajudados” na sua desejável formação pessoal e integração cívica, matérias estas que se julga terem tudo a ver, a prazo, com o bem-estar e a saúde dos próprios e da cidade.

É importante sublinhar a existência de uma forte relação entre a estima para com um dado conjunto residencial e a menor ocorrência de problemas de saúde nesse local, acontecendo, frequentemente, o contrário nos conjuntos residenciais de que menos se gosta.

De forma global e integrando opções “políticas” e escolhas urbanas, podemos considerar que os principais problemas detetados decorrem: (i) quer da excessiva concentração de população com baixos recursos económicos; (ii) quer da aplicação de um desenho urbano

fragmentado, desvitalizador, segregado da continuidade urbana envolvente, feito para o automóvel e composto por edifícios com aspecto pouco atraente, monótono e até por vezes com má qualidade construtiva.

Sublinha-se que alguns problemas sociais ligados, quer a situações de pobreza, quer à ocorrência de doenças mentais, quer a situações de insegurança pública, se ligam, frequentemente: (i) a soluções urbanas com fortes densidades populacionais (aparentes), marcadas por reduzidos espaços livres públicos efetivamente úteis e integradas por poucos equipamentos colectivos conviviais; (ii) onde habitam grupos socialmente pouco integrados e diversificados, caracterizados por elevado desemprego e por excessiva ocupação das habitações.

Passando a uma análise mais “fina”, salienta-se que são importantes os espaços de vizinhança que fazem a transição entre os espaços privados das habitações e o vasto espaço público, tantas vezes excessivamente anónimo. Estas vizinhanças devem associar pessoas de diversos grupos sociais, devem ter alguma vida urbana e devem ser agradáveis, estimulantes do convívio espontâneo, bem identificáveis, acessíveis a pé e em transporte público e amigas dos habitantes que mais carecem de protecção – as crianças e os idosos.

Trata-se aqui de matéria urbanística, associada a uma adequada disponibilidade de espaços e equipamentos, uma adequação que tem, também, importantes exigências de integração; caso contrário, a disponibilidade de condições de recreio infantil e juvenil pode até criar problemas sociais na vizinhança, por perturbação do sossego junto das habitações.

Aproximando-nos, agora, dos edifícios, há menor incidência de problemas sociais em edifícios habitacionais pouco altos, com reduzidos números de habitações, e que rodeiam espaços exteriores bem definidos e vitalizados por atividades próprias e pela ligação à vida urbana.

Esta consideração de edifícios mais baixos, “rodeando” espaços públicos bem definidos, equipados e geridos, está evidentemente associada ao desenvolvimento de um urbanismo coeso e estruturado por continuidades urbanas, bem diferente das soluções em que grandes, e por vezes gigantescos, edifícios são construídos isolados uns dos outros (pois a sua altura obriga a grandes afastamentos mútuos) e mutuamente separados por enormes espaços “teoricamente” ajardinados/arranjados, mas que, frequente e rapidamente, se transformam em zonas com reduzida manutenção, quando não abandonadas e, portanto, inseguras.

E as crianças terão a sua independência tanto mais reduzida quanto maiores e mais altos os edifícios que habitam, pois a vigilância natural e a facilidade de acesso entre habitação e “rua” serão, gradualmente, mais difíceis à medida que a distância entre exterior e habitação aumenta e se complica (ex., elevadores), e quando se instala um ciclo de mau uso e abandono dos respetivos espaços públicos; ciclo este que é, ele próprio, depois, gerador de mais insegurança pública e consequentemente de um mínimo uso do exterior pelos habitantes.

Figura 2. A vizinhança próxima ajardinada como espaço de expansão natural das habitações - Funchal, Madalena, Coop. Coohafal, Arq. Guilherme António Barreiros Salvador



### A ENVOLVENTE HABITACIONAL E URBANA E A SUA INFLUÊNCIA NA SAÚDE DOS HABITANTES E DAS CRIANÇAS EM PARTICULAR

É fundamental que o espaço urbano público envolvente da habitação seja agradável, seguro, variado e com alguma animação e note-se que as condições contrárias produzem, frequentemente, isolamento e depressão; e as crianças serão direta e indiretamente favorecidas ou prejudicadas por este tipo de condições, pois têm reduzida autonomia e têm de ser protegidas e acompanhadas/encaminhadas no uso do espaço público.

Quanto à segurança contra veículos motorizados importa ter em conta se há obstáculos à velocidade excessiva dos mesmos veículos, passagens de peões bem assinaladas e com boa visibilidade, protecções e separações relativamente ao tráfego automóvel rápido, e se os principais acessos, a pé, aos parques infantis, aos espaços ajardinados, às escolas e aos grupos de lojas, são seguros. E salienta-se que, em Portugal, há ainda um importante caminho a fazer no aumento da segurança urbana, designadamente, na matéria dos atropelamentos – os dados estatísticos são ainda muito críticos –, sendo essencial avançar em medidas específicas de reforço da prioridade ao peão em determinadas

zonas essencialmente residenciais e/ou comerciais; uma matéria que importará aprofundar posteriormente, pois está bem ligada ao bem-estar infantil no espaço urbano.

No que se refere à convivialidade na envolvente da habitação ela é dinamizada por espaços percebidos como seguros, por serem bem visíveis e visualmente acompanhados, terem acessibilidades fáceis e alternativas, serem abrigados e arrançados, e evidenciem aspetos que são do interesse comum; e trata-se aqui também de disponibilizar boas condições de vigilância natural, uma condição essencial para um uso do espaço público, gradualmente autonomizado, pelas crianças e pelos jovens. E quanto mais prolongado e intenso seja o uso do exterior, mais seguro ele se torna e mais usado ele será; num ciclo positivo de vitalização.

As crianças devem brincar muito, designadamente até aos cinco anos de idade, reduzindo-se, deste modo a possibilidade de desenvolvimento de problemas mentais posteriores. E este tipo de problemas tende a crescer quando se reduz o número de crianças com que cada uma convive e brica; afinal, é difícil e não é agradável brincar “sozinho”.

As crianças devem poder ir à rua sozinhas/ autonomamente, mas ficando à vista e ao alcance da voz, a partir da habitação; uma condição que, por si só, obrigaria a um urbanismo de baixa altura e razoavelmente densificado no sentido de se assegurarem continuidades urbanas.

Os espaços para peões onde as crianças possam brincar devem ser muito cuidados pois para ampliar as defesas próprias das crianças pequenas há que lhes proporcionar um ambiente residencial envolvente variado, estimulante e excitante, sem ser perigoso; uma condição a privilegiar, hoje em dia, pois as crianças citadinas vivem separadas de muitas actividades e afastadas de muitos grupos sociais. E nesta matéria sublinha-se a questão crítica da insegurança que resulta da vizinhança de veículos motorizados que não estejam devidamente obrigados à prioridade pedonal e a uma velocidade máxima muito reduzida – não chegam os 50 km/hora há que implementar urgentemente as “Zonas 30” e privilegiar espaços residenciais com total prioridade pedonal.

Os jardins e os espaços ajardinados na envolvente da habitação proporcionam satisfação, bem-estar e saúde. Os jardins e designadamente as árvores e as zonas verdes têm inúmeras e expressivas vantagens para o bem-estar e a saúde: redução do CO<sub>2</sub>; produção de oxigénio; filtro/fixação dos gases poluidores; suavização dos extremos de temperaturas; contribuição para um ambiente com

um agradável grau de humidade; redução dos riscos associados à insolação através do sombreamento; redução dos níveis de stress e dos níveis de ruído e de poeiras; reforço do carácter do lugar; produção de estimulantes sensações de amenidade, sossego e contato com a natureza. Constata-se, ainda, que em zonas com bons espaços exteriores ajardinados aumenta muito o número de crianças e adultos que usam estes espaços, atingindo-se frequentemente a quase totalidade das crianças e parte significativa dos adultos que habitam na proximidade.

Naturalmente, todos esses aspetos são essenciais para o bem-estar geral e especificamente para a saúde e o crescimento equilibrado das crianças, designadamente, quando há cada vez mais habitantes e mais jovens expressivamente desligados do meio natural.

Na realidade, no exterior também se deve poder habitar, e o nosso clima permite, durante grande parte do ano, longas permanências no exterior, uma condição fundamental na organização das soluções urbanas e mesmo no desenvolvimento de determinados tipos de edifícios (exemplo, com pequenos pátios e quintais privativos). E um adequado e estimulante conjunto de espaços com prioridade pedonal e afirmada e segura continuidade urbana constituem o melhor espaço possível de recreio infantil e o sítio privilegiado em que as crianças farão a sua gradual introdução à cidade.

Figura 3. A contiguidade, que proporciona segurança, entre recreio de crianças e portas de habitações - C M Guarda, Bº do Pinheiro, Arq.º Aires Gomes de Almeida



### **A TIPOLOGIA DOS EDIFÍCIOS DE HABITAÇÃO E A SUA INFLUÊNCIA NA SAÚDE DOS HABITANTES E DAS CRIANÇAS EM PARTICULAR**

Nos edifícios mais altos a fruição habitacional dos espaços exteriores envolventes é muito reduzida e há

frequentes incómodos mútuos por devassidão visual e ruído, perturbações do sossego e da liberdade de usos domésticos e dificuldade no uso de varandas, porque consideradas inseguras ou por serem climaticamente desprotegidas; criam-se, assim, condições para que as crianças fiquem reféns das suas habitações, socialmente isoladas e muito dependentes da TV e da WWW e das suas ofertas frequentemente virtuais.

A solidão nos grandes e altos edifícios habitacionais afeta muito as pessoas que não trabalham fora de casa, e designadamente as crianças e os idosos, pois o longo percurso pelos espaços comuns do edifício e a visão “longínqua” dos espaços públicos envolventes, que se tem a partir das janelas da habitação, produz um efeito de isolamento e afastamento, que se torna crítico quando a envolvente imediata do edifício está pouco ou nada cuidada e/ou não integra, por exemplo, unidades essenciais e conviviais de comércio. E assim as pessoas que vivem nos andares mais altos tendem a sair menos à rua do que as que vivem em andares onde podem prescindir do uso dos elevadores; e quem fica mais prejudicado com esta situação são, novamente, as crianças, porque não devem usar sozinhas os elevadores.

As habitações em edifícios altos são mais adequadas para casais sem filhos e pessoas que vivam sós, constatando-se que nestes edifícios as crianças começam a brincar na rua mais tarde; e aliás, as crianças que vivem nos primeiros pisos habitacionais e que possam usar as escadas com alguma facilidade/segurança (ex., até três pisos), tendem a brincar no exterior público mais frequentemente, matéria que deveria marcar o desenho urbano de pormenor.

A saúde das crianças ressentem-se, frequentemente, tanto por doenças respiratórias motivadas pela tendencial espaciosidade controlada/reduzida e deficiente ventilação/qualidade do ar das habitações integradas em edifícios em altura, como pelos já referidos problemas psicológicos relacionados com uma excessiva “reclusão” doméstica e com um afirmado isolamento social. E as crianças fechadas em casa têm de brincar e fazem ruído, que, frequentemente, nesses espaços muito encerrados, provoca incómodos familiares e nas relações entre vizinhos; uma situação que pode levar a excessivos controlos comportamentais ou à continuidade de condições de desconforto.

Mas é possível reduzir estes problemas, seja com uma melhor qualidade construtiva, seja pelo desenvolvimento de soluções com quarteirões tradicionais, vitalizados por ruas comerciais. E é possível desenvolver pequenos edifícios multifamiliares e conjuntos densos de moradias,

com características “a meio caminho” entre prédios e moradias, que proporcionam a muitas habitações o contacto directo com o exterior.

Nos espaços comuns dos edifícios o bem-estar aumenta com boas condições de espaciosidade e orientação, reforço da protecção contra quedas e contra a vertigem, muita iluminação natural, agradáveis vistas exteriores e segurança contra intrusões; e estas condições são essenciais para o melhor uso destes espaços pelos seus habitantes mais sensíveis – as crianças e os idosos.

Face à cada vez maior diversidade de modos de vida, deve favorecer-se uma diversificação das habitações: desde pequenas habitações com espaços muito funcionais, para casais jovens e pessoas sós, às habitações espaçosas com espaços exteriores privados, para famílias com crianças. A uniformidade da oferta habitacional não serve ninguém.

Figura 4. O interior das habitações como espaço agradável e estimulante (a abundância de luz natural) – C. M. de Portalegre, Outeiro da Forca, Coord. Arq.º Carlos Gonçalves



### O CONFORTO DOMÉSTICO E A SUA INFLUÊNCIA NA SAÚDE DOS HABITANTES E DAS CRIANÇAS EM PARTICULAR

Quanto à harmonização entre características dos habitantes e conceção técnica das habitações, as famílias com crianças precisam de mais espaço nos compartimentos mais úteis para as actividades das crianças e devem ter cuidados acrescidos relativamente ao conforto e sanidade ambiental na habitação – temperatura, ventilação, humidade e ausência de poluentes – e no que se refere ao risco de quedas, choques eléctricos, queimaduras, acidentes com electrodomésticos, envenenamentos e bloqueios dentro

de compartimentos e roupeiros.

O conforto térmico é essencial para o bem-estar no interior do edifício, está ligado à adequada exposição solar, ao sombreamento das janelas e à eficácia do isolamento e da ventilação da habitação. Há relação directa entre a mortalidade nas alturas do ano mais frias e mais quentes e os grupos sociais mais vulneráveis a tais condições, que são os idosos mas também as crianças pequenas e as pessoas doentes; uma vulnerabilidade que é crítica quando habitações termicamente pouco adequadas são habitadas por pessoas com reduzidos meios económicos, gerando-se frequentes problemas de insegurança por utilização de equipamentos de aquecimento ineficazes ou por má utilização de dispositivos de aquecimento improvisados - e as crianças são das principais vítimas destas situações, quando sozinhas e fechadas em casa.

A boa ventilação apoia o bom funcionamento fisiológico e psicológico do corpo e da mente do Homem, melhorando o conforto (no Verão, por exemplo, é refrescante) e o sentimento de bem-estar, sendo essencial na remoção de cheiros desagradáveis e elementos poluentes do ar interior, na oferta de ar puro, e no equilíbrio da temperatura e da humidade no espaço doméstico.

Um problema crítico de saúde é a existência de habitações húmidas, propícias ao crescimento de fungos e bolores e ao desenvolvimento de alguns insectos, condições que agravam a asma e outros problemas respiratórios, designadamente, nas crianças. A humidade resulta, frequentemente, de problemas de falta de ventilação geral, de deficiente organização e pormenorização doméstica, e de problemas de condensação, frequentemente associados a condições de pobreza, pois acontecem, regularmente, em habitações mal aquecidas, mal isoladas, mal ventiladas e sombrias.

Entre as principais causas de insatisfação com a habitação salienta-se a insuficiência de luz natural e a falta de insolação. A luz natural deve penetrar ao máximo na habitação. A luz natural e a de radiação solar têm consequências muito positivas para o conforto térmico, para a atividade do corpo e para a sanidade do ambiente interior. A luz natural proporciona ainda aos habitantes um sentido de contacto directo com o mundo exterior, a natureza e a cidade, que é essencial para o bem-estar mental e social.

Refere-se, ainda, que o interior da habitação não oferece, frequentemente, protecção suficiente (em termos de posicionamento e de isolamento) contra o ruído exterior e interior, causando-se condições

negativas para o sono, o repouso e a concentração, que é, por exemplo, necessária ao trabalho e ao estudo.

E lembramos a sensibilidade especial das crianças e dos jovens a todos estes aspetos, seja no que se refere às condições imediatas de bem-estar, seja na criação de um bom ambiente formativo e de crescimento pessoal e social.

### **BREVE DISCUSSÃO TAMBÉM SOBRE A CIDADE E O HABITAR COMO ESPAÇOS SEGUROS E LÚDICOS**

Importa referir que as matérias que acabaram de ser apontadas resultam de uma experiência teórico-prática que já é razoavelmente longa e que resultou na elaboração de alguns livros e numerosos artigos (muitos deles disponíveis na revista semanal na WWW, Infohabitar), sendo importante sublinhar que boa parte dos aspetos referidos foram estudados no âmbito das fichas elaboradas para o “Manual para projectos”, desenvolvido no quadro dos “Planos Locais de Acção em Habitação e Saúde”, um estudo que foi coordenado pela Direcção-Geral da Saúde em 2009.

Este texto vai longo, e, por isso, uma adequada discussão tendencialmente integradora de tantos dos aspetos apontados, terá de ficar para outras oportunidades, mas importa sublinhar que os cuidados aqui apontados são adequados para uma cidade mais amiga das crianças e de todos os outros habitantes. Não se trata de fazer algo específico para as crianças, isso será talvez o menos importante – ex., um bom campo de jogos e um agradável parque infantil -, mas sim fazer uma vizinhança e um conjunto de espaços habitados expressivamente mais amigável e mais à “escala humana” (em termos funcionais, formais e ambientais). E assim estamos a fazer um habitar e uma parcela de vizinhança melhor para todos e um quadro excelente para o crescimento das nossas crianças

Mas falta, pelo menos, um aspeto importante e que vamos buscar à habitual caracterização dos espaços feitos especificamente para serem usados por crianças, trata-se do desenvolvimento de soluções de microubanismo bem integradas por tipologias habitacionais diversificadas e bem ligadas ao espaço público e marcadas por uma agradável diversidade de imagens urbanas, desenvolvida ao serviço da escala humana, da dinamização de sequências de atividade, da criação de percursos variados e até agradavelmente misteriosos, da vibração variada de diversas sequências de ambientes urbanos e naturais e do desenvolvimento de identidades locais afirmadas, e tudo isto associado ao estímulo à vitalização do exterior público das vizinhanças e continuidades urbanas criadas.

Tudo isto também se refere, afinal, a um renovado urbanismo habitacional que garanta um agradável sentido lúdico a todos os seus habitantes, um sentido que se define em oposição à monotonia, ao esmagamento ou ausência da escala humana, à repetição tipológica doentia de soluções de espaços urbanos, edifícios e habitações e à criação de um tecido urbano em que o espaço público, em vez de coeso com o edificado, existe, tantas vezes, de modo residual.

Salienta-se que não há aqui qualquer defesa de cenários urbanos mais ou menos pitorescos e “fílmicos”, mas sim uma total negação desses ambientes anónimos que só podem causar mal-estar e desânimo nos seus habitantes. De certa forma deveremos afeiçoar o habitar a um seu uso muito mais adequado e amigável pelas crianças, e logo por todos, o que só nos trará benefícios em bem-estar e saúde, e podemos e devemos, talvez, ir buscar aos ambientes basicamente infantis e lúdicos a alegria que tantas vezes falta nas cidades que habitamos.

Talvez que mais este passo de conceção urbana e residencial contribua para a criação de ambientes habitáveis, que além de funcionais e seguros, e portanto mais amigos dos seus habitantes mais sensíveis, sejam ambientes mais qualitativos/sensoriais e estimulantes, portanto, muito adequados a um nosso bem-estar mais amplo e completo, e provavelmente para a criação desta cidade mais lúdica talvez possamos aprender também com as crianças e as suas formas de ler e de usar espaços; não se trata de matéria nova, mas importa retomá-la e integrá-la num novo urbanismo de pormenor, mais sensível, localmente adequado e cívico.

### **BIBLIOGRAFIA DO AUTOR SUGERIDA**

- Coelho A, Cabrita A. Espaços Exteriores em Novas Áreas Residenciais. Lisboa: LNEC, Informação Técnica Arquitectura, ITA 3; 1999.
- Coelho A, Pedro J. Do Bairro e da Vizinhança à Habitação. Lisboa: Livraria do LNEC, Informação Técnica Arquitectura, ITA 2; 1998.
- Coelho A. Habitação Humanizada. Lisboa: Livraria do LNEC, TPI 46; 2006.
- Direcção Geral da Saúde (DGS). Planos Locais de Acção em Habitação e Saúde (PLAHS) – Manual para projectos. Lisboa: Direcção Geral da Saúde, 2009 (acessível a partir de busca no site [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt) - procurar “Fichas Técnicas”).