

Envelhecer em casa e na comunidade: entre autonomia e suporte social. Contributos do cohousing e do coliving a partir de uma análise comparativa europeia

**Ageing in Place: between Autonomy and Social Support. Contributions of Cohousing
and Coliving from a Comparative European Analysis**

Carlinda Santos Antunes | Universidade Lusófona, Porto, Portugal | carlindamsa@gmail.com

Daniela Esteves | Assistente Social

Cristiana Dias de Almeida | Universidade Lusófona | Intrepid Lab, Porto, Portugal |
cristiana.almeida@ulusofona.pt | <https://orcid.org/0000-0001-6269-7120>

Resumo

O envelhecimento demográfico coloca desafios crescentes às políticas sociais, aos sistemas de proteção social e aos modelos tradicionais de habitação, exigindo respostas que promovam autonomia, integração social e qualidade de vida na velhice. Este artigo analisa as condições sociais, económicas e habitacionais das pessoas idosas no Sul da Europa e na Escandinávia, a partir de uma análise secundária de dados do European Social Survey (2010), reinterpretados à luz dos conceitos de ageing in place, cohousing e coliving. A abordagem metodológica é quantitativa, de carácter exploratório e comparativo, incidindo sobre variáveis como condições económicas, composição do agregado familiar, coabitacão e percepções de solidão. Os resultados evidenciam diferenças estruturais significativas entre os dois contextos regionais, nomeadamente no papel da família, na robustez dos sistemas de proteção social e nas experiências de autonomia e isolamento. A análise sugere que o cohousing apresenta maior potencial enquanto resposta estruturante em contextos marcados por fragilidade económica e dependência do apoio informal, enquanto o coliving surge como uma solução complementar, mais adequada a perfis específicos de pessoas idosas com elevada autonomia. O artigo destaca, ainda, o papel central do Serviço Social na mediação entre indivíduos, comunidades e políticas públicas, contribuindo para a construção de respostas habitacionais ajustadas às desigualdades sociais do envelhecimento contemporâneo.

Palavras-chave: Envelhecimento; Ageing in place; Cohousing; Coliving; Desigualdades sociais; Serviço Social

Abstract

Population ageing poses increasing challenges to social policies, welfare systems and traditional housing models, requiring responses that promote autonomy, social integration and quality of life in later life. This article analyses the social, economic and housing conditions of older adults in Southern Europe and Scandinavia through a secondary analysis of data from the *European Social Survey* (2010), interpreted in light of the concepts of *ageing in place*, *cohousing* and *coliving*. A quantitative, exploratory and comparative methodology is adopted, focusing on variables such as economic conditions, household composition, co-residence and perceptions of loneliness. The findings reveal significant structural differences between the two regions, particularly regarding the role of family support, the strength of welfare systems and experiences of autonomy and social isolation. The analysis suggests that *cohousing* may represent a more structurally relevant response in contexts characterised by economic vulnerability and reliance on informal support, while *coliving* appears as a complementary solution, better suited to specific profiles of older adults with higher levels of autonomy. The article also highlights the central role of Social Work in mediating between individuals, communities and public policies, contributing to the development of housing responses tailored to the social inequalities of contemporary ageing.

Keywords: Ageing; Ageing in place; Cohousing; Coliving; Social inequalities; Social Work

1. Introdução

O envelhecimento demográfico constitui um dos principais desafios sociais contemporâneos, colocando exigências crescentes às políticas públicas, aos sistemas de proteção social e aos modelos tradicionais de habitação. Em Portugal, esta tendência tem-se intensificado nas últimas décadas, em resultado da diminuição das taxas de natalidade e do aumento da esperança média de vida, refletindo-se num crescimento significativo da população com 65 ou mais anos e num decréscimo da população jovem e ativa (INE, 2024).

A percentagem de população com 65 anos e mais, aumentou de 19,5%, registados em 2012 para 24,1% da população, em 2023, havendo em simultâneo, nas mesmas décadas, um decréscimo de população jovem, registando-se uma redução de 14,9% para 12,8% da população jovem, o mesmo se verificando na população ativa, passando de um valor de 65,6% para 63,1% (INE, 2024). Este cenário tem contribuído para o aumento do número de pessoas idosas a viverem sós, muitas vezes em contextos de fragilidade social, isolamento e insegurança.

Neste contexto, o *ageing in place* afirma-se como uma abordagem cada vez mais valorizada, ao defender a permanência das pessoas idosas nos seus contextos habituais de vida, com autonomia, segurança e qualidade de vida. No entanto, a concretização deste modelo enfrenta constrangimentos relevantes, sobretudo quando as redes familiares se mostram fragilizadas e os recursos comunitários são insuficientes. É neste quadro que emergem modelos habitacionais alternativos, como o Cohousing e o Coliving, enquanto respostas inovadoras que procuram conciliar autonomia residencial com convivência comunitária e apoio mútuo.

Os modelos de Cohousing e Coliving apresentam potencial para responder a problemáticas recorrentes associadas ao envelhecimento, como a solidão, a insegurança e a escassez de suporte informal. Assentes em princípios de partilha, cooperação e participação ativa, estas formas de habitação promovem redes de apoio entre os residentes, facilitam a criação de relações sociais significativas e contribuem para a redução do isolamento social. Ao mesmo tempo, valorizam a independência e a autodeterminação das pessoas idosas, oferecendo ambientes que respeitam as suas necessidades, ritmos e projetos de vida.

O modo como cada pessoa envelhece é influenciado por múltiplos fatores, incluindo condições socioeconómicas, estilos de vida, acesso a cuidados de saúde, prevenção de

doenças crónicas e contextos sociais e ambientais (Reis & Almeida, 2024; Carvalho, 2013). Apesar dos avanços científicos e médicos que permitiram aumentar a longevidade, estes não garantem, por si só, um envelhecimento com qualidade. Torna-se, assim, fundamental repensar os modelos de habitação e de organização social, de forma a promover não apenas a sobrevivência, mas o bem-estar físico, emocional e social ao longo do processo de envelhecimento.

Historicamente, os cuidados prestados às pessoas idosas recaíam maioritariamente sobre as famílias, em particular sobre as mulheres. Contudo, as transformações sociais associadas à industrialização e à crescente participação feminina no mercado de trabalho vieram alterar este paradigma, exigindo a adaptação e reformulação das políticas sociais no sentido de promover maior proteção, valorização e autonomia da população idosa (Carvalho, 2015). Neste contexto, os modelos de Cohousing e Coliving desafiam o modelo habitacional tradicional, propondo formas de vida colaborativa que valorizam o apoio mútuo, a partilha de recursos e a participação comunitária (Vestbro, 2010; Fonseca, 2020).

Embora a convivência comunitária possa implicar desafios, como conflitos de interesses ou dificuldades de adaptação, estes contextos também criam oportunidades relevantes de intervenção social. A literatura aponta que a interação social e o capital social associados a modelos habitacionais colaborativos contribuem para o fortalecimento do sentimento de pertença, para a melhoria da saúde mental e para a promoção da autonomia (Fonseca, 2022; Lewis, 2020). A permanência em ambientes familiares e comunitários permite, ainda, preservar vínculos emocionais, sociais e culturais essenciais ao bem-estar e à qualidade de vida das pessoas idosas (Matias, 2016).

Neste quadro, o Serviço Social assume um papel central na promoção, implementação e acompanhamento destes modelos habitacionais. Enquanto profissão orientada para a promoção da mudança social, da coesão e do empoderamento dos indivíduos, o Serviço Social contribui para a construção de políticas, práticas e redes de apoio que reforçam a autonomia, a dignidade e a participação das pessoas idosas (Faleiros, 2011). A intervenção dos assistentes sociais revela-se particularmente relevante na mediação de relações comunitárias, na adaptação a novos contextos residenciais e na promoção de respostas ajustadas às necessidades individuais, em consonância com os princípios do envelhecimento ativo definidos pela Organização Mundial da Saúde.

Deste modo, o presente artigo propõe-se analisar os benefícios do Cohousing e do Coliving no contexto do ageing in place, enquanto modelos habitacionais alternativos que procuram responder aos desafios do envelhecimento contemporâneo. Ao articular dimensões habitacionais, sociais e comunitárias, pretende-se contribuir para a reflexão sobre soluções inovadoras que promovam um envelhecimento digno, ativo e participativo, bem como para o aprofundamento do debate no âmbito do Serviço Social e das políticas sociais orientadas para a população idosa.

2. Metodologia

Na investigação em Ciências Sociais, a metodologia assume um papel central na articulação entre o enquadramento teórico e a produção de conhecimento empírico, permitindo analisar de forma sistemática os fenómenos sociais em estudo.

O presente estudo adota uma abordagem metodológica de natureza quantitativa, de carácter exploratório e analítico, assente na análise secundária de dados, com o objetivo de compreender as condições sociais, económicas e habitacionais das pessoas idosas e discutir, à luz desses resultados, o potencial dos modelos de ageing in place, cohousing e coliving enquanto respostas promotoras de um envelhecimento autónomo e socialmente integrado. A opção por uma abordagem quantitativa justifica-se pela natureza da base empírica utilizada e pela intenção de identificar padrões, tendências e diferenças estruturais entre contextos sociopolíticos distintos.

A análise empírica baseia-se nos dados do estudo de Calha (2015), intitulado “A condição sénior no Sul da Europa e na Escandinávia”, que recorre a informação proveniente do European Social Survey (ESS, 2010). A utilização de dados secundários permite uma reinterpretação analítica de informação previamente recolhida, conferindo-lhe novos enquadramentos teóricos e contribuindo para a produção de conhecimento cumulativo no âmbito das Ciências Sociais. Esta estratégia revela-se particularmente pertinente quando o foco da análise incide sobre fenómenos estruturais, como o envelhecimento demográfico, as desigualdades sociais e os modelos de proteção social.

A amostra analisada é constituída por 1.651 pessoas com 65 ou mais anos, distribuídas por dois contextos geográficos: países do Sul da Europa ($n = 1.174$; 71,1%) e países da Escandinávia ($n = 477$; 28,9%). Esta distribuição permite uma análise comparativa entre modelos sociais diferenciados, caracterizados, respetivamente, por uma

maior centralidade das redes familiares no apoio às pessoas idosas e por sistemas de proteção social mais institucionalizados e universalistas. A escolha destes dois contextos visa explorar de que forma diferentes configurações sociais, económicas e institucionais influenciam as condições de envelhecimento e a possibilidade de permanência no domicílio em condições de segurança, autonomia e bem-estar.

As variáveis analisadas incidem sobre dimensões consideradas centrais para o ageing in place, nomeadamente características sociodemográficas (sexo, idade e estado civil), condições económicas (autoavaliação do rendimento), composição e dimensão do agregado familiar, grau de parentesco na coabitação, percepções de solidão e indicadores subjetivos de bem-estar. Embora o estudo original não tenha sido concebido para analisar especificamente modelos de cohousing ou coliving, estas variáveis permitem discutir, de forma indireta, fatores estruturais e relacionais associados à autonomia residencial, à convivência social e ao suporte informal, elementos centrais desses modelos habitacionais colaborativos.

A análise dos dados foi realizada através de procedimentos estatísticos descritivos, permitindo identificar distribuições percentuais, padrões comparativos e diferenças entre os dois contextos regionais. Os resultados foram interpretados à luz de um enquadramento teórico centrado no ageing in place, na habitação colaborativa e nas desigualdades sociais no envelhecimento, procurando estabelecer relações entre as condições empíricas observadas e o potencial contributo de modelos habitacionais alternativos para a promoção da qualidade de vida das pessoas idosas.

Importa sublinhar que este estudo não pretende avaliar empiricamente experiências concretas de cohousing ou coliving, mas antes discutir a sua relevância enquanto respostas sociais e habitacionais possíveis, sustentadas nos padrões de vulnerabilidade, isolamento e apoio social identificados nos dados analisados. Neste sentido, a metodologia adotada permite uma leitura crítica e contextualizada das condições de envelhecimento em diferentes modelos de organização social, contribuindo para o debate académico e para a reflexão sobre políticas públicas e práticas profissionais no domínio do Serviço Social.

3. Apresentação dos resultados preliminares

Os resultados preliminares apresentados nesta secção decorrem dos objetivos definidos para a investigação, centrados na compreensão dos benefícios do Cohousing e do

Coliving enquanto estratégias promotoras de um ageing in place bem-sucedido. Estas abordagens habitacionais têm sido identificadas na literatura como alternativas inovadoras aos modelos tradicionais, com potencial para reforçar a autonomia, a independência, a convivência social e o bem-estar das pessoas idosas, contribuindo simultaneamente para a prevenção da institucionalização e do isolamento social.

Os resultados apresentados decorrem da análise dos dados empíricos do estudo de Calha (2015), reinterpretados à luz dos objetivos da presente investigação, centrados na compreensão dos benefícios de abordagens promotoras de um ageing in place bem-sucedido.

O envelhecimento das sociedades ocidentais tem suscitado um interesse crescente pela qualidade de vida na idade avançada, entendida como um conceito multifacetado que integra componentes objetivas e subjetivas, bem como fatores individuais e sociais. Neste sentido, a qualidade de vida não se restringe a indicadores como rendimento, escolaridade ou condições materiais de habitação, abrangendo igualmente aspetos culturais, relações sociais, apoio familiar e atitudes individuais face ao envelhecimento.

Neste estudo, a análise da denominada “condição sénior” articula critérios subjetivos, como a autoavaliação do envelhecimento e da satisfação com a vida, com critérios objetivos, como a saúde percebida e o bem-estar. A comparação entre os contextos do Sul da Europa e da Escandinávia permite evidenciar diferenças significativas no papel desempenhado pela família e pelo Estado no apoio às pessoas idosas, bem como na forma como estas dimensões se refletem nas percepções sobre autonomia, segurança e qualidade de vida no processo de envelhecimento.

A análise comparativa entre os contextos do Sul da Europa e da Escandinávia evidencia diferenças significativas nas condições de vida, nos sistemas de apoio e nas percepções das pessoas idosas relativamente ao seu envelhecimento.

A amostra analisada, composta por 1.651 pessoas idosas, permite observar que os países da Escandinávia apresentam, de forma geral, melhores indicadores de qualidade de vida, maior autonomia funcional e maior segurança económica, associados a sistemas de proteção social mais robustos e universalistas. Nestes contextos, o envelhecimento é percecionado de forma mais positiva, sendo frequentemente associado à manutenção da independência e da participação social.

Por contraste, nos países do Sul da Europa, os resultados evidenciam uma maior dependência das redes familiares enquanto principal fonte de apoio às pessoas idosas. Embora esta proximidade familiar possa constituir um fator de proteção, os dados revelam também maiores fragilidades económicas e sociais, bem como níveis mais elevados de dependência informal, que podem limitar a autonomia e a capacidade de permanência no domicílio em condições de segurança e bem-estar.

A análise das variáveis relativas às condições de habitação, à convivência familiar, à saúde percebida e à situação financeira permite identificar fatores estruturais que influenciam diretamente o ageing in place. Estes resultados reforçam a relevância de modelos habitacionais alternativos, como o Cohousing e o Coliving, enquanto respostas que podem complementar os sistemas de apoio existentes, especialmente em contextos onde o suporte institucional é mais limitado.

Um aspecto particularmente relevante na análise do envelhecimento demográfico é a feminização da velhice, fenómeno diretamente associado à maior esperança média de vida das mulheres em comparação com os homens. Esta diferença traduz-se em padrões distintos de estado civil e de organização da vida quotidiana na velhice. De um modo geral, os homens tendem a falecer mais cedo, o que faz com que uma proporção significativa dos homens idosos permaneça casada, fator que contribui para a redução da sua vulnerabilidade social e para uma percepção mais favorável da qualidade de vida.

Os dados evidenciam que, no Sul da Europa, 79,4% dos homens idosos são casados, enquanto na Escandinávia essa percentagem é de 71,8%. Em ambos os contextos, a proporção de homens idosos a viver sozinhos é inferior à das mulheres, o que reforça o papel protetor do casamento na velhice masculina.

Em contraste, as mulheres enfrentam com maior frequência situações de viuvez. Nos países do Sul da Europa, 42,4% das mulheres idosas são viúvas, percentagem que, embora inferior, se mantém elevada na Escandinávia (32,3%). A viuvez associa-se a um aumento significativo do número de pessoas idosas a viverem sozinhas, fenómeno particularmente expressivo nos países escandinavos, onde 49% das mulheres idosas residem sozinhas, comparativamente a 28,5% no Sul da Europa.

Esta realidade é agravada por trajetórias de vida marcadas por desigualdades de género no acesso ao mercado de trabalho, sobretudo nos países do Sul da Europa. Neste contexto, 40,3% das mulheres idosas nunca exerceiram atividade remunerada, contrastando

com apenas 3,1% na Escandinávia. A ausência de percursos profissionais formais, associada a baixos níveis de qualificação e a rendimentos reduzidos, contribui para uma maior fragilidade económica e social das mulheres idosas, particularmente em situações de viuvez.

Outra diferença estrutural relevante prende-se com a composição do agregado familiar. No Sul da Europa, 23,2% das pessoas idosas vivem em agregados com mais de duas pessoas, enquanto na Escandinávia este valor se situa nos 3,1%. A coabitação com filhos é igualmente mais frequente no Sul da Europa (41,6%), refletindo a centralidade da família enquanto principal rede de apoio na velhice.

Por contraste, na Escandinávia, embora a proporção de pessoas idosas a viverem sozinhas seja mais elevada, a segurança financeira das mulheres idosas tende a ser superior, resultado de uma maior participação feminina no mercado de trabalho ao longo do ciclo de vida e de sistemas de proteção social mais robustos. No Sul da Europa, a viuvez feminina associa-se com maior frequência a situações de vulnerabilidade económica e à necessidade de coabitação com familiares, evidenciando diferenças estruturais nos modelos de apoio ao envelhecimento entre os dois contextos analisados.

Tabela 1. Distribuição proporcional (%) das pessoas idosas segundo características demográficas e sociais e país de residência, (2010)

Características	Países do Sul da Europa (%)	Países da Escandinávia (%)
Sexo	(n=1174)	(n=476)
Masculino	46,5	47,9
Feminino	53,5	52,1
Grupo etário (em anos)	(n=1174)	(n=477)
65-69	28,0	36,9
70-74	26,9	24,5
75-79	18,4	17,4
80-84	17,7	11,9
85-89	7,0	7,3
90-94	1,9	1,7
> 94	0,1	0,2
Estado civil	(n=1170)	(n=371)
Casado/União de facto	64,4	59,6
Divorciado/Separado	2,9	13,2
Viúvo	28,6	21,1
Solteiro	4,1	6,1
Autoapreciação do nível de rendimento	(n=1170)	(n=474)
É muito difícil viver com o rendimento atual	12,0	0,9

É difícil viver com o rendimento atual	25,1	6,4
O rendimento atual dá para viver	44,0	38,8
O rendimento atual permite viver confortavelmente	18,9	53,9
Número de pessoas com quem coabita	(n=1174)	(n=474)
Vive sozinho	20,9	36,5
1 pessoa	55,9	60,4
2 pessoas	13,6	2,5
3 pessoas	6,1	0,2
Mais de 3 pessoas	3,5	0,4
Grau de parentesco com quem coabita	(n=928)	(n=300)
Cônjuge	81,2	96,3
Filho(a)	41,6	6,3
Pai/mãe	2,8	0,1
Irmão(a)	3,3	0,6
Outro familiar	17,8	1,3
Outro não familiar	2,0	0,2

Fonte: Calha, 2015, pp. 532

A análise dos dados apresentados na tabela evidencia diferenças estatisticamente e socialmente relevantes nas características demográficas e sociais das pessoas idosas residentes nos países do Sul da Europa e da Escandinávia, refletindo distinções culturais, económicas e estruturais associadas aos diferentes modelos de organização social e de proteção social.

No que respeita à distribuição por sexo, verifica-se uma composição relativamente semelhante em ambas as regiões, com uma ligeira predominância feminina (53,5% no Sul da Europa e 52,1% na Escandinávia). Contudo, as diferenças tornam-se mais expressivas quando se analisa a distribuição por grupos etários. Na Escandinávia, observa-se uma maior concentração de pessoas idosas no grupo etário dos 65 aos 69 anos (36,9%), comparativamente ao Sul da Europa (28,0%), o que poderá refletir um envelhecimento populacional mais recente ou melhores condições de saúde e sobrevivência nas idades iniciais da velhice. Em contraste, no Sul da Europa regista-se uma proporção mais elevada de pessoas idosas em faixas etárias mais avançadas, nomeadamente entre os 80 e os 84 anos (17,7%) e entre os 90 e os 94 anos (1,9%), sugerindo um padrão de envelhecimento mais prolongado.

Estes resultados estão em consonância com dados nacionais e europeus que apontam para um acentuado envelhecimento demográfico nos países do Sul da Europa. De acordo com a EAPN Portugal (2020), o aumento contínuo da população idosa e a inversão da

pirâmide demográfica implicam uma alteração significativa no equilíbrio entre a população com 65 anos ou mais e a população ativa, tendência que se reflete nos resultados obtidos para este conjunto de países. O envelhecimento populacional traduz os avanços da ciência, da economia e da saúde pública, mas acarreta igualmente novos desafios sociais, cuja resposta depende da eficácia das políticas públicas e das medidas de proteção social implementadas.

Relativamente ao estado civil, observa-se uma maior proporção de pessoas idosas viúvas no Sul da Europa (28,6%) em comparação com a Escandinávia (21,1%), refletindo não só a maior longevidade feminina, mas também diferenças culturais na organização familiar e conjugal. Em sentido inverso, a percentagem de pessoas divorciadas ou separadas é significativamente mais elevada na Escandinávia (13,2%) do que no Sul da Europa (2,9%), evidenciando padrões distintos de conjugalidade e maior diversidade nos arranjos familiares nos países escandinavos.

Uma das disparidades mais marcantes emerge na autoavaliação do nível de rendimento. No Sul da Europa, 37,1% das pessoas idosas referem ter dificuldade ou muita dificuldade em viver com o rendimento disponível, enquanto na Escandinávia apenas 7,3% reportam essa situação. Em contrapartida, 53,9% das pessoas idosas escandinavas afirmam que o seu rendimento lhes permite viver confortavelmente, face a apenas 18,9% no Sul da Europa. Estas diferenças podem ser explicadas pela existência de sistemas de proteção social mais robustos, universalistas e redistributivos nos países escandinavos, que asseguram maior segurança económica na velhice. Conforme salientam Serafino e Tonkin (2017), a maioria das políticas públicas baseadas em evidências utiliza o rendimento como principal indicador para medir a pobreza de forma relativa no interior das sociedades.

Em Portugal, esta vulnerabilidade económica assume particular relevância. Em 2021, a população com 65 anos ou mais ultrapassou, pela primeira vez, a taxa de risco de pobreza ou exclusão social registada entre as crianças com menos de 18 anos, resultado de um aumento expressivo da exposição deste grupo etário à precariedade económica (EAPN, 2023). Esta vulnerabilidade manifesta-se de forma mais acentuada em subgrupos femininos, nomeadamente entre mulheres que vivem sozinhas (30,6%, face a 19,5% dos homens) e entre mulheres com 65 anos ou mais (22,7%, comparativamente a 17,5% dos homens). A disparidade é ainda mais expressiva entre mulheres com 75 anos ou mais, das

quais uma em cada quatro se encontra em risco de pobreza ou exclusão social (EAPN, 2023).

O padrão de coabitação revela igualmente diferenças significativas entre os dois contextos regionais. Na Escandinávia, 36,5% das pessoas idosas vivem sozinhas, proporção substancialmente superior à observada no Sul da Europa (20,9%), refletindo valores culturais que privilegiam a autonomia individual e a independência residencial. Em contrapartida, no Sul da Europa, a coabitação com familiares é mais frequente, sendo que 41,6% das pessoas idosas vivem com filhos, face a apenas 6,3% na Escandinávia. Esta maior coabitação intergeracional pode estar associada tanto à existência de redes familiares mais ativas como à insuficiência de infraestruturas e serviços formais de apoio social.

Por fim, importa salientar que, de acordo com o Observatório de Luta Contra a Pobreza (2020), o envelhecimento não comporta riscos apenas ao nível da saúde e da situação financeira, mas potencia igualmente situações de dependência física e mental, isolamento social e estigmatização, fatores que afetam de forma significativa a qualidade de vida das pessoas idosas e reforçam a necessidade de respostas sociais integradas e sustentadas.

A análise do grau de parentesco na coabitação evidencia diferenças relevantes entre os países do Sul da Europa e da Escandinávia, refletindo distintos modelos culturais, familiares e de proteção social. A presença do cônjuge enquanto principal coabitante revela-se predominante em ambas as regiões, embora mais expressiva na Escandinávia (96,3%) do que no Sul da Europa (81,2%). Por outro lado, a coabitação com filhos apresenta-se significativamente mais frequente no Sul da Europa (41,6%), evidenciando o papel central da família enquanto principal fonte de apoio às pessoas idosas neste contexto, em contraste com o modelo escandinavo, mais dependente de serviços sociais formais.

Estes resultados reforçam que as condições de vida das pessoas idosas estão profundamente condicionadas pelos contextos culturais e socioeconómicos em que se inserem. Nos países escandinavos, a existência de sistemas de proteção social abrangentes contribui para uma maior independência económica e habitacional das pessoas idosas, enquanto nos países do Sul da Europa o apoio familiar continua a assumir um papel determinante na resposta às necessidades associadas ao envelhecimento. Estas diferenças evidenciam a importância de políticas públicas ajustadas às especificidades regionais, capazes de promover o bem-estar e a qualidade de vida na velhice.

Tal como salientado pelo Observatório de Luta Contra a Pobreza (2020), as transformações resultantes do envelhecimento demográfico devem ser acompanhadas pelo desenvolvimento de políticas sociais e económicas inovadoras, orientadas para a adaptação da sociedade aos novos desafios. Neste contexto, a análise comparativa dos dados permite evidenciar diferenças significativas nas percepções de solidão entre as pessoas idosas das duas regiões, em função das suas condições de habitação.

A análise da frequência de solidão revela que, entre as pessoas idosas que residem sozinhas, 13,5% dos indivíduos nos países do Sul da Europa referem sentir-se sempre ou quase sempre sós, valor substancialmente superior ao observado na Escandinávia (2,9%). Em sentido inverso, 59,3% das pessoas idosas escandinavas que vivem sozinhas afirmam nunca ou quase nunca sentir solidão, comparativamente a 23,4% no Sul da Europa. Estes resultados sugerem que os sistemas de apoio social e as políticas públicas escandinavas são mais eficazes na mitigação da solidão entre as pessoas idosas que vivem sozinhas, promovendo maior interação social e suporte emocional.

Entre as pessoas idosas que não residem sozinhas, a prevalência de solidão é ainda mais reduzida. Nos países do Sul da Europa, apenas 2,0% referem sentir-se sempre ou quase sempre sós, enquanto na Escandinávia este valor é praticamente inexistente (0,3%). Adicionalmente, 87,3% das pessoas idosas escandinavas que vivem acompanhadas afirmam nunca ou quase nunca sentir solidão, face a 63,3% no Sul da Europa. Estes dados reforçam a ideia de que, no contexto escandinavo, a convivência tende a estar associada a interações sociais de maior qualidade, com impacto positivo no bem-estar emocional.

A comparação entre as duas regiões evidencia o impacto das políticas sociais inclusivas e dos sistemas de suporte na experiência da solidão na velhice. Nos países do Sul da Europa, a maior prevalência de solidão, sobretudo entre as pessoas idosas que residem sozinhas, aponta para a necessidade de reforçar redes de apoio comunitário e implementar estratégias de inclusão social. Em contraste, os resultados observados na Escandinávia demonstram que abordagens integradas, que conciliam autonomia residencial com programas eficazes de integração social, podem reduzir significativamente os níveis de solidão em diferentes contextos de vida.

4. Discussão

A análise desenvolvida ao longo deste estudo evidencia que as condições de envelhecimento das pessoas idosas são profundamente influenciadas pelos contextos sociais, económicos e institucionais em que se inserem, refletindo modelos diferenciados de organização do apoio social no Sul da Europa e nos países da Escandinávia. Os dados empíricos analisados revelam padrões consistentes de desigualdade, nomeadamente no que respeita ao papel da família, à proteção social formal, às condições económicas e às experiências de solidão, permitindo uma leitura crítica sobre a adequação dos modelos habitacionais tradicionais face aos desafios contemporâneos do envelhecimento.

A comparação entre os dois contextos regionais demonstra que, nos países do Sul da Europa, a família continua a assumir um papel central enquanto principal rede de suporte às pessoas idosas, compensando, em muitos casos, a menor cobertura dos sistemas formais de proteção social. Contudo, esta centralidade familiar coexiste com níveis mais elevados de vulnerabilidade económica, sobretudo entre pessoas idosas que vivem sozinhas e, de forma particularmente acentuada, entre mulheres. A associação entre solidão, fragilidade financeira e dependência de apoio informal evidencia limites estruturais do modelo de envelhecimento assente predominantemente na família, levantando questões sobre a sustentabilidade deste paradigma num contexto de transformações demográficas e sociais.

Em contraste, nos países escandinavos, os resultados indicam uma maior autonomia económica e residencial das pessoas idosas, associada à existência de sistemas de proteção social mais robustos e universalistas. Embora a proporção de pessoas idosas a viver sozinhas seja superior neste contexto, a prevalência de solidão revela-se significativamente mais reduzida, sugerindo que os mecanismos institucionais de apoio e as políticas sociais desempenham um papel relevante na mitigação do isolamento social. Ainda assim, estes dados apontam para uma maior dependência do Estado enquanto principal garante de segurança e bem-estar na velhice, o que coloca igualmente desafios em termos de sustentabilidade e personalização das respostas sociais.

É neste quadro que os conceitos de ageing in place, cohousing e coliving assumem relevância analítica, não como soluções universais, mas como modelos habitacionais alternativos que permitem repensar a relação entre autonomia residencial, apoio social e integração comunitária. O ageing in place, enquanto abordagem centrada na permanência das pessoas idosas nos seus contextos habituais de vida, surge como um princípio

orientador que dialoga diretamente com os dados empíricos, ao valorizar dimensões como a segurança, a autonomia e a continuidade dos vínculos sociais.

O cohousing, entendido como uma forma de habitação comunitária intencional que combina espaços privados com áreas comuns autogeridas, revela particular pertinência nos contextos do Sul da Europa. A partir dos padrões empíricos observados, este modelo apresenta potencial para responder a fragilidades estruturais identificadas, nomeadamente a solidão associada à vida solitária e a excessiva dependência das redes familiares. Ao promover relações horizontais de apoio, participação ativa e convivência estruturada, o cohousing pode constituir uma alternativa intermédia entre a permanência isolada no domicílio e a institucionalização, reforçando o capital social e a autonomia das pessoas idosas.

Por sua vez, o coliving, caracterizado por uma maior flexibilidade residencial e pela partilha de espaços e serviços sob gestão externa, apresenta um potencial diferenciado e mais limitado enquanto resposta ao envelhecimento. Os dados analisados permitem discutir a sua adequação sobretudo em contextos urbanos e para perfis de pessoas idosas com elevados níveis de autonomia funcional, mas com redes sociais fragilizadas. No entanto, a menor densidade relacional e o carácter menos participativo deste modelo colocam limites à sua capacidade de responder às desigualdades estruturais associadas ao envelhecimento, exigindo uma avaliação crítica da sua aplicação no âmbito das políticas sociais.

A análise evidencia, assim, que a eficácia dos modelos habitacionais colaborativos depende fortemente das condições socioeconómicas, culturais e institucionais em que são implementados. Nos países do Sul da Europa, onde as condições materiais de vida assumem maior relevância e os sistemas formais de proteção social são menos desenvolvidos, o cohousing pode desempenhar um papel mais estruturante, complementando ou substituindo parcialmente o apoio familiar tradicional. Já nos países escandinavos, o coliving poderá assumir uma função mais complementar, mitigando situações de isolamento sem substituir os mecanismos estatais existentes. Estes resultados reforçam a necessidade de evitar abordagens normativas e homogéneas, privilegiando soluções ajustadas às especificidades regionais e aos perfis individuais das pessoas idosas.

Neste contexto, o Serviço Social emerge como um ator central na mediação entre indivíduos, comunidades e sistemas de proteção social. Mais do que promover modelos

habitacionais específicos, a intervenção do Serviço Social deve centrar-se na avaliação crítica da adequação destas respostas às necessidades concretas das pessoas idosas, considerando fatores como autonomia funcional, condições económicas, redes de apoio pré-existentes e preferências individuais. A capacidade de articular recursos comunitários, políticas públicas e participação ativa dos residentes constitui um elemento-chave para a construção de respostas habitacionais socialmente sustentáveis e eticamente fundamentadas.

De forma global, este estudo contribui para uma compreensão mais aprofundada do envelhecimento enquanto fenómeno multidimensional, evidenciando que os desafios associados à longevidade não podem ser dissociados das desigualdades sociais e dos modelos de organização do apoio social. Ao articular dados empíricos com enquadramentos teóricos contemporâneos, a análise reforça a importância de pensar o envelhecimento para além da institucionalização, promovendo abordagens que valorizem a autonomia, a integração comunitária e a dignidade das pessoas idosas. Não obstante, os resultados devem ser interpretados com cautela, atendendo às limitações inerentes à utilização de dados secundários, à natureza transversal do estudo e à restrição da análise a dois contextos geográficos específicos. Estas limitações apontam para a necessidade de investigações futuras que aprofundem empiricamente o impacto de modelos de habitação colaborativa em diferentes contextos sociais, contribuindo para o desenvolvimento de políticas públicas e práticas profissionais mais ajustadas às realidades do envelhecimento contemporâneo.

5. Referências bibliográficas

- Calha, A. (2015). A condição sénior no Sul da Europa e na Escandinávia. *Saúde e Sociedade*, 24, 527-542.
- Carvalho, M. (2013). Serviço Social no Envelhecimento. Pactor
- Carvalho, M. (2015). Serviço Social com famílias. Pactor
- Carvalho, M. (2016). Ética Aplicada ao Serviço Social. Pactor
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2021). *Projeto de pesquisa:- Métodos qualitativo, quantitativo e misto*. Penso Editora.
- EAPN Portugal – Pobreza e exclusão social em Portugal – Relatório de 2023 (2023).
- European Social Survey (2010). Disponível em: <https://www.europeansocialsurvey.org>

Faleiros, V. D. P. (2011). What does social work mean. *Serviço Social & Sociedade*, 748-761. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-66282011000400010>

Fonseca, A. M. (2020). Aging in place, envelhecimento em casa e na comunidade em Portugal. *Public Sciences & Policies*, 6(2), 21-39. Disponível em: <https://doi.org/10.33167/2184-0644.CPP2020.VVIN2/pp.21-39>

Freitas, M. C. D., Queiroz, T. A., & Sousa, J. A. V. D. (2010). O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 44, 407-412. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342010000200024>

Lewis, C., & Buffel, T. (2020). Aging in place and the places of aging: A longitudinal study. *Journal of aging studies*, 54, 100870. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2020.100870>

Matias, P. (2016). "Ageing in place": Reflexões sobre o conceito e desafios para Portugal. *Espaços Vividos e Espaços Construídos: estudos sobre a cidade*, 3, 77-85.

Moreira, M. J. G. (2020). *Como envelhecem os portugueses: envelhecimento, saúde, idadismo*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.

Motta, A. B. D. (2010). A atualidade do conceito de gerações na pesquisa sobre o envelhecimento. *Sociedade e Estado*, 25, 225-250. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-69922010000200005>

Observatório Nacional de luta contra a pobreza (2024) – Boletim #0.5 (2020)

Reis, Manuel Carraco dos & Almeida, Cristiana Dias de (2024). O envelhecimento Social in Campos, Francisco & Ângelo, Elisa (coord.). *Atividade Física, Exercício e Envelhecimento*. Guias para profissionais. Lidel, Lisboa. ISBN: 978-989-752-894-

Sequeira, C. (2007). *Cuidar de idosos dependentes*. Coimbra: Quarteto Editora.

Serafino & Tonkin (2017) Statistical matching of European Union statistics on income and living conditions (EU-SILC) and the household budget survey

Sic Notícias. Grande reportagem. "Onde vamos viver quando formos velhos" (2024). Disponível em: https://www.linkedin.com/posts/sicnoticias_grandereportagem-lares-idosos-activity-7273291819809984513-kTkk?utm_source=screenshot_social_share&utm_medium=android_app&utm_campaign=whatsapp

Statistics Portugal. (2024). Disponível em: https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpgid=ine_main&xpid=INE&xlang=pt

Vestbro, D. (2010). Living together – Cohousing Ideas and Realities Around the World