



Coisas simples para melhorar o conforto térmico da sua casa

Agora que o Verão está a chegar, é altura de levar por diante algumas medidas para melhorar o conforto térmico da sua casa. Na verdade a grande maioria dos edifícios portugueses foi construída sem quaisquer cuidados desta natureza. Sobretudo os edifícios mais antigos, construídos em alvenaria de pedra, ou mesmo alguns de construção mais recente, já com as paredes em alvenaria de tijolo, não dispõem de quaisquer meios de protecção que salvaguardem o seu interior do arrefecimento drástico durante o Inverno, ou do sobreaquecimento excessivo no Verão.

Mas isto não constitui uma inevitabilidade. Há medidas, mais suaves ou mais drásticas, que você pode tomar para melhorar o comportamento térmico da sua casa.

Uma medida da máxima utilidade para prevenir o desconforto nos dias quentes que correm, consiste em sombrear os envidraçados, sobretudo aqueles que estão orientados a Sul. Nos dias de calor intenso, as portas e as janelas comportam-se como bombas de calor que aquecem o interior das casas. Mas o sombreamento pode controlar a radiação solar directa, e é muito mais eficaz se for aplicado pelo exterior. Se a sua casa já dispõe de estores ou portadas, estas devem estar fechadas durante o dia. Se não tem, aplicar uma destas protecções, constitui um bom investimento. Se pretende uma solução mais barata então recorra a dispositivos de sombreamento em lona. Ninguém dirá, mas os sombreamentos em lona são quase tão eficazes a minimizar os ganhos solares dos envidraçados, quanto as portadas ou os estores.

Se o seu orçamento é um pouco mais dilatado, pode complementar a reabilitação térmica das suas janelas com a troca de vidros simples por vidros duplos. Deve optar por vidros duplos com controlo solar. A utilização de vidros duplos permite compatibilizar as necessidades de isolamento durante o Inverno e durante o Verão. Mas estes envidraçados devem ser de baixa emissividade e dotados de propriedades reflectantes que possibilitem o controlo solar. Ainda assim, apesar da significativa melhoria que conferem, a sua utilização não dispensa a utilização de dispositivos de sombreamento pelo exterior, durante o Verão.

E já que está a intervir nos envidraçados, aproveite para controlar as infiltrações de ar. Substitua o silicone entre os caixilhos e as ombreiras. Sobretudo durante o Inverno, as infiltrações de ar causam perdas térmicas significativas. Mas se as suas janelas são mal

vedadas e permitem muitas infiltrações de ar, o melhor será substituí-las por outras mais actuais, de preferência dotadas de grelhas autorreguláveis, que por si sós controlam as entradas de ar. Sobretudo as janelas e portas da primeira geração de alumínio, são uma verdadeira catástrofe térmica. São o pior sistema que pode existir nas habitações. E já agora, se a sua casa tem janelas e portas em madeira, conserve-as. São as mais recomendáveis do ponto de vista ambiental.

Se apesar destas medidas o comportamento térmico de sua casa não melhorou tanto quanto gostaria, não se admire: o que você fez ainda não é nada comparado com os requisitos aplicados à construção de novos edifícios. Pode continuar a reabilitação térmica da sua casa intervindo também na cobertura. É uma medida muito económica. Se dispõe de um sótão não habitável, aplique um recobrimento na face superior da esteira, com placas isolantes em poliestireno. O nome comercial é wolmate, e as placas devem ter pelos menos 3 cm de espessura. Também pode aplicar lã de vidro ou lã de rocha, mas nesse caso aconselhamos espessuras um pouco maiores. Se o sótão não for acessível, não precisa de ter cuidados especiais com esta aplicação: basta que una bem as juntas, e coloque alguns tijolos ou tábuas sobre as placas, para evitar que sejam deslocadas pelo vento.

Se aplicou mais esta medida, seguramente que o comportamento térmico da sua casa vai melhorar substancialmente. Mas ainda fica uma zona crítica por tratar: as paredes exteriores. Também existem soluções para promover a reabilitação térmica das paredes da envolvente dos edifícios, mas a sua aplicação é mais trabalhosa. Há soluções para aplicar pelo lado de fora dos edifícios, e outras para aplicar pelo seu interior. Uma solução eficaz consiste em aplicar contra o paramento interior das paredes, um revestimento com placas de isolamento térmico, e recobri-lo com painéis em gesso cartonado. É uma solução eficaz, embora não tão simples quanto à partida possa parecer.

E com isto a reabilitação térmica da sua casa fica como se ela fosse uma casa acabada de construir. Quase todos os requisitos foram aplicados. De certeza que o seu conforto, quer de Verão, quer no Inverno, irá melhorar, e a conta da electricidade também.