



Aportacions al procés d'elaboració del PMU 2025-2030 des de la

Xarxa pel suport a les famílies cuidadores

Per un Pla de Mobilitat Urbana que reconegui i doni resposta a les necessitats, complexes i diverses de les persones cuidadores.

17 d'abril de 2024

El document que presentem vol ser la contribució de la Xarxa pel Suport a les Famílies Cuidadores¹ al Pla de Mobilitat Urbana de Barcelona 2025-2030.

Ha estat elaborat partir de la sistematització de les reflexions sobre la mobilitat de les persones cuidadores recollides en diferents consultes i processos d' anàlisi promoguts per la Xarxa pel Suport a les Famílies Cuidadores en els darrers anys.

Diem que una persona fa de cuidadora o és cuidadora quan dona suport de forma continuada i no remunerada a una persona que, per causa d'una malaltia, una discapacitat o una determinada condició física o mental, necessita suport en la seva vida quotidiana. I ho fa pels vincles familiars i afectius.

És un rol què compren una gran diversitat de tasques i funcions. Una de les tasques habituals de les persones cuidadores és l'acompanyament i la gestió dels desplaçament de les persones a les que cuiden.

¹ La Xarxa està formada per 27 organitzacions de diferent naturalesa –entitats, col·legis professionals i institucions públiques de l'àmbit social i sanitari- que compartim un mateix propòsit: que totes les persones que cuiden familiars malalts o dependents rebin el suport que necessiten i el reconeixement que mereixen

1. Una de les tasques habituals de les persones cuidadores és l'acompanyament i la gestió dels desplaçament de persones que, per causa d'una malaltia, una discapacitat o una determinada condició física o mental, necessiten suport en la seva vida quotidiana.

2. La generalització de mesures d'accessibilitat universal a l'espai públic, la creació de nous i millors espais per al vianant (pe. carrers de prioritat per al vianant, les noves places i eixos verds) han estat actuacions que han millorat significativament la qualitat de vida de moltes persones que cuiden.

Aquestes mesures han contribuït a generar espais de calma als barris (entorns amb menys soroll, més qualitat de l'aire), estan facilitant trobades i relacions socials -també amb altres persones cuidadores- i generen oportunitats de suport emocional i pràctic molt necessari en un col·lectiu amb un gran risc d'aïllament.

En definitiva, aquests espais no només faciliten l'accessibilitat, sinó que afavoreixen la salut mental i física la interacció social, la generació de vincles. I per, tant, considerem molt important que el PMU reculli la voluntat de seguir impulsant aquestes mesures i polítiques.

3. Les millores continuades de l'accessibilitat en transport públic han estat també un avanç i constitueixen també un suport clau en aquest sentit.

La major autonomia en els desplaçaments i la reducció de les necessitats d'assistència i suport té un impacte directe en la reducció de la càrrega física i mental de les persones que els hi donen suport en la vida quotidiana i la capacitat de mantenir rutines, compromisos socials i la participació en la vida de la ciutat.

4. **Però tot i les millores en l'accessibilitat del transport públic, el cotxe particular, és sovint la única alternativa viable en molts dels desplaçaments. Malgrat les millores introduïdes en l'accessibilitat. I malgrat comptar amb una persona que els acompanya i els dona suport en aquest procés.**

5. **Les solucions de transport accessible, no sempre poden donar resposta a les complexes necessitats de la cura. Són moltes les persones de la ciutat amb una malaltia o condició que compromet seva capacitat d'utilitzar el transport públic.**

La manca d'alternatives viables al cotxe privat per a molts desplaçaments essencials respon a necessitats de diferent naturalesa que van més enllà de les capacitats físiques i sovint no es tenen en compte .

Assenyalem les més importants:

- **La necessitat de reduir l'estrès i l'esforç físic, mental i emocional que comporten els desplaçaments .**

Per a les **persones amb problemes de mobilitat**, l'accés al transport públic suposa **un major esforç físic, mental i emocional** (els desplaçaments en un entorn privat, conegut, redueixen l'esforç i l'estrès físic.

- **La necessitat de privadesa, de disposar d'un entorn conegut, familiar i controlable:**

Per a les **persones amb sensibilitats especials als estímuls sensorials** (les condicions de soroll, gent, il·luminació intensa) que són comuns en el transport públic suposen una font d'estrès i malestar molt important.

La possibilitat de regular la temperatura, de reduir sorolls ambientals, la possibilitat d'escollir una música tranquil·litzadora, de disposar de begudes o menjar , poder comptar amb una muda de roba en cas de necessitat o elements que faciliten la distracció són claus per reduir l'estrès o gestionar els comportaments d'agitació que sovint experimenten les

persones amb demència o amb trastorns del neurodesenvolupament en els seus desplaçaments.

Per a les persones que tenen limitacions de moviment o comprensió, **la familiaritat amb el vehicle i l'entorn** (conèixer la forma d'entrar i sortir del vehicle o cordar-se el cinturó) és fonamental.

- **Els condicionants de seguretat i salut**

El **problemes de visió, equilibri o dolor** que comporta el procés d'envelliment o determinades malalties o condicions dificulten la seguretat dels viatges en autobús.

La **percepció i el risc de caigudes** per les frenades o acceleracions, incrementa l'estrès d'aquests desplaçaments.

Algunes persones tenen greus **dificultats per a reconèixer situacions perilloses** (la distància al borda de l'andana o la necessitat de mantenir-se assegut mentre el vehicle està en moviment).

D'altra banda, cal tenir en compte que algunes persones requereixen el transport d'equipament mèdic especial que pot ser complicat o impossible de portar en transport públic.

El cotxe privat redueix el **risc d'exposició a patògens** (especialment important per a persones que han d'extremar les mesures de prevenció d'infeccions -pe. per una malaltia o un tractament oncològic) .

- **La necessitat d'economia i eficiència de temps i energia per a les complexes necessitats logístiques associades a la cura**

En molts casos, i especialment quan es requereixen múltiples trasllats diaris, el cotxe privat resulta molt més eficient en termes de temps i energia, tant per a la persona cuidadora com per a la persona a que es cuida.

Això és especialment important per a persones -majoritàriament dones- que han de combinar múltiples tasques i rols: les obligacions laborals, les gestions mèdiques, el suport a altres membres de la unitat familiar.

El cotxe privat permet parades múltiples, canvis de darrera hora, i la resposta a les múltiples necessitats logístiques associades a la cura (transport d'aliments cuinats, roba, equipaments o materials)

En definitiva, proporciona més autonomia i control sobre la logística de la cura, permetent gestionar millor el temps de les persones cuidadores que, és un recurs molt escàs.

- **La necessitat de resposta ràpida a situacions d'emergència**

El cotxe permet una resposta immediata, sense dependre dels temps d'espera del transport públic.

6. La mobilitat en vehicle privat, té un rol fonamental per a donar resposta a les necessitats de mobilitat de persones per les quals la utilització del transport públic suposa dificultats importants i també és una eina important per donar resposta a les complexes necessitats logístiques associades a la cura.

7. En els darrers anys, les polítiques de dissuasió del ús del cotxe particular, realitzades amb el propòsit -compartit- d'assolir una mobilitat més sostenible per a tothom, han incrementat l'esforç físic, i econòmic que representen els desplaçaments i el cost de la mobilitat per a les moltes persones cuidadores que no disposen d'altres alternativa viable. Destaquem:

- La **limitació de disponibilitat** d'aparcaments.
- L'**increment de les tarifes** d'aparcaments.
- La **restricció de llocs per a l'estacionament puntual i propers a les destinacions per encotxar o desencotxar**; eliminació de guals, creació

de carrils bici que dificulten l'estacionament puntual per encotxar o desesncotxar, increment de la disciplina de l'aparcament.

Cal tenir en compte que les mesures previstes -la targeta aparcament individual per persones amb discapacitat- només donen resposta a les necessitats de persones amb dependència que tenen dificultats -físiques- de mobilitat (o dèficit visual).

8. L'esforç que representen els desplaçaments -físic, mental i econòmic, té un impacte directe en la càrrega física, mental i econòmica les persones cuidadores, que ja pateixen una sobrecàrrega important.

Com a conseqüència, els desplaçaments es restringeixen progressivament i s'acaben reduint a les cites més imprescindibles.

Es redueixen les oportunitats de socialització i la participació a la vida de la ciutat.

Amb el pas del temps, incrementa la frustració i, finalment, l'aïllament tant de les persones cuidadores com de les persones a qui cuiden.

En síntesi:

- 1. Compartim la visió del Pla 2030 i, especialment la voluntat de posar “les persones i la seva qualitat de vida al centre de la estratègia” i de garantir el dret a la mobilitat sostenible i segura per a tothom.**
- 2. Considerem especialment importants totes aquelles mesures adreçades a “Ampliar i protegir l’espai públic destinat a la persona vianants”**
 - Singularment destaquem Les propostes que fan referència a “dotar la xarxa de vianants de qualitat urbana i d’espai suficient, assegurant que són espais saludables, confortables, inclusivament i actius.” i “prioritzar la seguretat i accessibilitat dels recorreguts a peu que realitzen les persones en les seves activitats quotidianes. ”
 - Vinculat a la seguretat dels vianants i, tenint en compte la fragilitat de moltes de les persones més grans, subratllem la necessitat de traslladar a les calçades les infraestructures ciclistes que encara estan sobre les voreres, i incrementar les mesures de disciplina per reduir les situacions de risc sinó també per la percepció d’inseguretat i stress que generen.
- 3. Expressem el nostre acord amb l’objectiu general de “reducció de la dependència de la mobilitat en vehicle privat” i celebrem les mesures que han de contribuir a assolir-lo.**
- 4. Però al mateix temps, volem destacar que tot i les millores en l’accessibilitat del transport públic, el cotxe particular, és molt sovint la única alternativa viable en molts dels desplaçaments associats a la cura. Les necessitats -complexes i diverses- de les persones a les que cuiden les fa dependents del transport privat.**

5. L'acompanyament per part de persones cuidadores a les persones que per la seva condició o malaltia una dependència per malaltia o discapacitat, és un servei essencial. I el desplaçament en vehicle privat, quan no hi ha alternativa viable, ha de considerar-se mobilitat essencial.

6. De forma coherent, en relació als objectius vinculats a la mobilitat sanitària que explicita la proposta del pla

- *Planificar amb especial atenció l'espai públic proper als espais generadors de mobilitat sanitària."*
- *"Fer atenció especial a l'accessibilitat en transport públic, especialment el bus als centres sanitaris".*
- *"Reducció de la necessitat de mobilitat en vehicle privat i de les externalitats negatives"*

considerem necessari incorporar i explicitar la voluntat de facilitar la mobilitat en vehicle privat en aquells desplaçaments vinculats a la cura i acompanyament de persones que, a causa d'una malaltia, una discapacitat o una determinada condició física o mental, necessiten suport.

7. En aquest sentit, proposem la necessitat d'explorar mesures de gestió adreçades , entre altres a

- **Millorar la disponibilitat i la reducció de tarifes d'aparcament per a persones cuidadores, especialment en els serveis vinculats a les necessitats de salut (hospitals, centres d'atenció primària, rehabilitació, etc.).**
- **La dotació d'espais per a l'estacionament puntual (encotxar i desencotxar però també acompanyar fins al destí) a la persona a qui s'acompanya.**

Xarxa pel Suport a les Famílies Cuidadores

- Alzheimer Catalunya
 - Associació Aprenem Barcelona
 - Associació Catalana d'Hemofília
 - Associació Catalana de Malalts de Huntington
 - Associació Catalana per al Parkinson de Barcelona. ACAP
 - Associació Catalunya contra el Càncer
 - Associació de familiars d Alzheimer de Barcelona. AFAB
 - Associació de familiars i amics de nens oncològics de Catalunya. AFANOC
 - Creu Roja a Barcelona
 - Federació Salut Mental Catalunya
 - Fundació d'Oncologia infantil Enriqueta Villavecchia
 - Fundació Esclerosi Múltiple
 - Fundació Hospitalitat Mare de Déu de Lourdes
 - Fundació ICTUS
 - Fundació Jubert Figueras
 - Fundació Pasqual Maragall
 - Fundació Uszheimer
 - Oncolliga. Fundació lliga catalana d'ajuda oncològica
-
- Col·legi Oficial d Infermeres i Infermers de Barcelona
 - Col·legi Oficial de Farmacèutics de Barcelona
 - Col·legi Oficial de Metges de Barcelona
 - Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya
 - Col·legi Oficial de Treball Social de Catalunya
-
- Agència de Salut Públic de Barcelona
 - Ajuntament de Barcelona: Direcció d Envel·liment i Cures / Espai Barcelona Cuida
 - Institut Municipal de Serveis Socials
 - Consorci Sanitari de Barcelona