



## Mapa del cuidado

**¿Qué es?** Esta herramienta ayuda a hablar con las personas cuidadoras de un determinado lugar sobre los patrones, las estrategias y las dificultades con respecto al cuidado. Se debería utilizar al principio del proyecto, en la fase de descubrimiento, al estudiar las necesidades de las comunidades. El propósito de esta actividad es **hacer que el cuidado sea visible** y que se valore en el diseño y la futura evaluación del proyecto, ya sea una política, un servicio o una intervención espacial.

**¿Cómo se usa?** Organice reuniones individuales con personas cuidadoras que vivan en la zona del proyecto.

En primer lugar, enumere **las personas** a las que **cuidan**, siguiendo la tabla de la derecha. Pregunte por las tres categorías: persona dependiente, persona cuidadora y comunidad. Aborde las siguientes preguntas colocando post-its o pegatinas de cuatro colores diferentes en el diagrama circular de la derecha:

- (1) A distintas escalas, ¿qué **actividades de cuidado** realiza para las personas que ha mencionado?
- (2) ¿Se le ocurre alguna **estrategia** que adopte durante las tareas de cuidado?
- (3) ¿Hay algún **componente del entorno urbano** que sea importante para sus actividades de cuidado?
- (4) ¿Qué **obstáculos** dificultan el logro de sus objetivos en cuanto al cuidado?

**Recuerde:** Ayude a sus interlocutores a **conectar** distintos temas. Por ejemplo, pregunte qué obstáculos dificultan cada estrategia o actividad que mencionen.

*\* Esta herramienta se inspira en el estudio realizado por Binet y otros en 2022. «The Urban Infrastructure of Care: Planning for Equitable Social Reproduction». Journal of the American Planning Association.*

### QUIÉN

#### Persona dependiente

- mi hija, padre, hermano con discapacidad

#### Persona cuidadora

- mi bienestar, mi red de apoyo, mi salud

#### Comunidad

- grupo de apoyo para familias monoparentales, protección de la fauna y flora urbanas

### 1 QUÉ

- aprendizaje
- estabilidad del hogar
- llevar a la consulta médica
- nutrición adecuada
- hacer ejercicio
- estar al aire libre

### 2 ESTRATEGIAS

- proteger de los riesgos
- ayuda social
- garantizar el acceso a artículos básicos (comida, pañales...)
- gestionar el estrés
- gestionar el tiempo

### 3 ENTORNO URBANO

- parque, biblioteca
- acera
- centro de cuidado infantil
- transporte
- vivienda
- lugar de trabajo
- jardín comunitario
- casa de vecinos

### 4 OBSTÁCULOS

- demasiadas cosas que hacer
- falta de recursos (dinero, tiempo o bienestar)
- sacrificios
- renuncias
- falta de posibilidades

