



## Mapa do Cuidado

**O que é?** Você pode usar essa ferramenta para conversar com os cuidadores sobre os padrões, as estratégias e as dificuldades do cuidado em um local específico. Essa ferramenta deve ser usada no estágio inicial de descoberta de um projeto, enquanto você explora as necessidades das comunidades. O objetivo dessa atividade é tornar o **cuidado evidente e valorizado** na elaboração e na avaliação futura de seu projeto, seja na forma de uma política, um serviço ou uma intervenção física.

**Como usar?** Organize reuniões individuais com alguns cuidadores que moram na área de interesse.

Em primeiro lugar, faça uma lista de **quem** eles são responsáveis e **dedicam cuidado**, conforme a tabela à direita. Pergunte sobre as três categorias: dependente, pessoal, comunidade.

Usando quatro cores de post-its ou adesivos, discuta as seguintes perguntas e use o diagrama circular à direita para inserir as respostas:

- (1) Em diferentes escalas, **quais** são as práticas de cuidado que você oferece às pessoas que listou anteriormente?
- (2) Você consegue pensar nas **estratégias** que está usando ao prestar cuidados?
- (3) Você consegue pensar em alguns componentes do **ambiente urbano** que são importantes para suas atividades de cuidado?
- (4) O que **dificulta** o cumprimento de seus objetivos de cuidado?

**Lembre-se:** Ajude seus entrevistados a fazer conexões entre diferentes tópicos de discussão. Por exemplo, pergunte “o que é difícil” em relação a cada estratégia ou atividade que eles mencionaram.

*\* Esta ferramenta é inspirada na pesquisa de Binet et al. 2022. "The Urban Infrastructure of Care: Planning for Equitable Social Reproduction". Jornal da Associação Americana de Planejamento.*

### QUEM

#### Dependente

- minha filha, meu pai, meu irmão que tem necessidades especiais

#### Pessoal

- meu bem-estar, minha rede de apoio, minha saúde

#### Comunidade

- grupo de apoio a pais solteiros, proteção da vida selvagem urbana

### 1 O QUE

- aprendizado
- moradia estável
- ir ao médico
- alimentação adequada
- fazer exercícios
- estar ao ar livre

### 2 ESTRATÉGIAS

- proteção contra riscos
- apoio social
- garantia de acesso a produtos básicos (por exemplo, alimentos, fraldas)
- lidar com o estresse
- gerenciamento do tempo

### 3 AMBIENTE URBANO

- parque, biblioteca
- calçada
- creche
- transporte
- moradia
- local de trabalho
- horta comunitária
- casa de vizinhos

### 4 DESAFIOS

- muitas coisas para fazer
- falta de recursos (financeiros, tempo, bem-estar)
- sacrifícios
- compensações
- falta de possibilidades

