

ACESSIBILIDADE E MOBILIDADE

FICHA TÉCNICA

Acessibilidade e mobilidade, publicado pelo Projeto Triplo D, da Cáritas Diocesana de Coimbra.

Este documento, elaborado em maio de 2022, apresenta um dos temas trabalhados com os diferentes grupos associados ao Projeto Triplo D. Em algumas atividades, os temas foram escolhidos pelos participantes. As informações obtidas a partir de outras fontes são consideradas fiáveis, pelos autores. Esta publicação ou partes dela podem ser reproduzidas, copiadas ou transmitidas com fins não comerciais, desde que o trabalho seja adequadamente citado.

Autoria e design

Projeto Triplo D – Cáritas Diocesana de Coimbra
Rua D. Francisco de Almeida, n.º 14
3030-382 Coimbra, Portugal

Financiamento do projeto

Programa Cidadãos Ativ@s (2018-2024), no âmbito do Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu – EEA Grants, gerido em Portugal pela Fundação Calouste Gulbenkian e a Fundação Bissaya Barreto.

Sugestão de citação

Projeto Triplo D (2022). Acessibilidade e mobilidade. Cáritas Diocesana de Coimbra. Coimbra

Informações adicionais

Página web institucional: <https://caritascoimbra.pt/>
Página web do projeto: <https://triplod.caritascoimbra.pt/>
Email: triplod@caritascoimbra.pt

SUMÁRIO

01. Introdução

Página 4

02. Pessoas, cidades e ambientes

Página 5

03. O conceito de acessibilidade

Página 6

04. O conceito de mobilidade

Página 7

05. Acessibilidade para todos/as

Página 8

06. Acessibilidade e inclusão social

Página 9

07. Acessibilidade e design

Página 10

08. Ambientes saudáveis, inteligentes e amigáveis - SHAFE

Página 12

09. Colocar em ação as boas práticas

Página 13

10. Referências de pesquisa

Página 14

INTRODUÇÃO

Com uma sociedade cada vez mais diversificada, a acessibilidade para todos/as deve ser promovida por uma gama mais ampla de políticas que respeitem os direitos e as necessidades dos cidadãos/ãs, abraçando assim a sua diversidade. A acessibilidade é uma preocupação de todos/as, não apenas de uma minoria com deficiências.

A acessibilidade é hoje entendida como uma questão de direitos humanos, reconhecidos nas leis de vários países do mundo - o direito à igualdade de oportunidades, à não discriminação, à inclusão e à participação em todos os aspetos da vida em sociedade.

Neste seguimento, a acessibilidade deve ser tratada de forma global e integrada, contando com todas as áreas (construção, saúde e segurança no local de trabalho, Tecnologias de informação e comunicação, compras públicas, educação etc.). Não deve continuar a ser apenas do domínio de especialistas em construção ou transportes. Deve apresentar uma coordenação de todos/as os/as envolvidos/as nas áreas da política social, tecnologias de informação e comunicação, construção, transporte, entre outros).

O Projeto Triplo D trabalhou o tema da acessibilidade e mobilidade junto dos seus grupos-alvo, uma vez que é fundamental alcançar uma mudança na orientação estratégica dos instrumentos políticos regionais, de forma a integrar medidas e iniciativas que promovam um ambiente construído e acessível, fornecendo aos cidadãos /ãs a autonomia e meios para uma vida social e económica ativa, fomentando assim uma sociedade baseada na equidade.



PESSOAS, CIDADES E AMBIENTES

Atualmente, mais de metade da população mundial vive em grandes centros urbanos e as estatísticas indicam que em 2050 essa percentagem rondará os 70%, segundo um estudo das Nações Unidas, publicado em 2018. As cidades e as áreas metropolitanas são centros de atividade económica, conhecimento, inovação e novas tecnologias e têm impacto na qualidade de vida dos/as cidadãos/ãs que vivem e/ou trabalham nelas.

São cada vez mais os municípios atentos às novidades tecnológicas capazes de edificar cidades inteligentes, promotoras de um estilo de vida saudável, de uma utilização responsável dos espaços públicos, de um desenvolvimento sustentável e de uma qualidade de vida crescente.

De acordo com o Documento de Posição da SHAFE (2020), uma cidade inteligente é um lugar onde as redes e serviços tradicionais se tornam mais eficientes com o uso de tecnologias digitais e de telecomunicações para benefício dos seus habitantes e empresas. Uma cidade inteligente vai além do uso de tecnologias de informação e comunicação (TIC) com vista ao melhor uso dos recursos e menos emissões. Isto significa redes de transporte urbano mais inteligentes, melhor abastecimento de água e instalações de eliminação de resíduos, assim como formas mais eficientes de iluminar e aquecer os edifícios. Também significa uma administração da cidade mais interativa e ágil, espaços públicos mais seguros e que respondam às necessidades de todas as pessoas.



A União Europeia define cidades inteligentes como um conjunto de sistemas e de pessoas que interagem de forma inteligente usando energia, materiais, serviços e recursos de forma sustentável.

O CONCEITO DE ACESSIBILIDADE

De acordo com Gouveia (2010 *in* Silva, 2017) , "a acessibilidade pode ser definida como a capacidade do meio (espaços, edifícios ou serviços) de proporcionar a todos/as uma igual oportunidade de uso, de uma forma direta, imediata, permanente e o mais autónoma possível." Este afirma que todos/as devem ter igualdade de oportunidades no acesso e utilização dos espaços, bens e serviços, um meio básico para a realização de uma vida autónoma e para uma participação ativa na sociedade.

Segundo o Conceito Europeu de Acessibilidade (EuCAN, 2015), "a acessibilidade é uma característica do ambiente ou de um objeto que permite a qualquer pessoa estabelecer um relacionamento com esse ambiente ou objeto, e utilizá-los de uma forma amigável, cuidada e segura."

A acessibilidade é hoje uma questão de direitos humanos reconhecidos nas leis de vários países do mundo - o direito à igualdade de oportunidades, à inclusão, à não discriminação e à participação em todos os indivíduos nos aspetos da vida em sociedade.

É fundamental promover o acesso físico aos monumentos, palácios e museus, mas não é menos importante atentar também ao acesso intelectual, social, cultural ou económico. Garantir então a máxima acessibilidade, é um aspeto de extrema importância na qualidade de vida de todos/as os/as cidadãos/ãs permitindo a sua integração em todos os aspetos da vida em sociedade.



O CONCEITO DE MOBILIDADE

Historicamente, a evolução da Humanidade tem estado assente nos critérios da liberdade e da mobilidade, andando de mãos dadas ao longo dos anos com o objetivo, sempre primordial, de melhorar as suas condições de vida (Fleet Magazine, 2019).

O conceito de mobilidade esteve, até recentemente, ligado ao movimento de pessoas e bens e o movimento de pessoas era referente aos movimentos pendulares, tipo casa-trabalho. Porém, novas definições deste conceito dão uma nova abertura que deverá ser contempladas nos processos de planeamento urbano (Mobilidade e Planeamento do Território, 2016).

O conceito de mobilidade refere-se à deslocação de pessoas, bens e informação e relaciona sítios de trabalho com acesso a bens de consumo, com as residências e espaços de entretenimento e lazer, com as compras e com as relações de amizades. Hoje em dia existem um grande número de opções, que abarcam cidadãos/ãs, empresas, tecnologias e até os próprios princípios urbanísticos das grandes cidades.

A mobilidade condicionada consiste no comprometimento da função física ou motora do ser humano, congénita ou adquirida por acidente ou doença, podendo adquirir uma maior ou menor gravidade, dependendo da mobilidade e da coordenação motora. A deficiência motora é geralmente associada à utilização de cadeira de rodas, no entanto existem muitos outros produtos de apoio que facilitam a mobilidade, tais como canadianas, andarilhos ou próteses. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), as deficiências musculoesqueléticas abrangem toda e qualquer modificação a nível mecânico ou funcional da face, da cabeça, do pescoço, do tronco e dos membros, afetando diretamente a postura e/ou movimento do indivíduo na sua mobilidade, na coordenação motora e na fala.



Cidades inteligentes e mobilidade

O conceito de cidades inteligentes pode ser aplicado em diferentes aspetos da vida quotidiana. Por exemplo, no que diz respeito à mobilidade existem sensores que detetam as condições de trânsito e são capazes de reprogramar os semáforos de forma a agilizar a circulação rodoviária.



ACESSIBILIDADE PARA TODOS/AS

Passar por uma porta sem ajuda ou abrir uma janela pesada sem dificuldade – estas ações nem sempre são tão fáceis como aparentam ser. Com uma perna engessada, os braços carregados de compras ou a empurrar um carrinho, estas ações do dia-a-dia podem tornar-se num verdadeiro desafio. A solução é o planeamento e a construção de habitações acessíveis.

Os edifícios e habitações acessíveis removem os obstáculos da nossa rotina diária. Os efeitos são claramente positivos e benéficos para toda a população. As entradas sem limiares e portas largas não ajudam apenas os adultos mais velhos ou as pessoas que se deslocam com apoio de muletas, por exemplo, para caminhar, mas também as famílias com carrinhos ou as pessoas que estão em viagem, com malas pesadas. Acessibilidade é sinónimo de maior conforto e melhor qualidade de vida para todos/as.

A acessibilidade é um tema-chave para a sociedade e que nos afeta a todos/as. Temos o direito a um acesso desimpedido a qualquer área, independentemente da vida pessoal, condição física ou idade. A acessibilidade permite que possamos viver de forma autossuficiente.



A acessibilidade oferece acesso igualitário, remove a discriminação e protege os direitos humanos. Um ambiente construído acessível oferece a oportunidade para que todas as pessoas participem plenamente e contribuam com as suas famílias, comunidades e sociedade. O acesso igualitário oferece aos indivíduos a oportunidade de melhorar a qualidade e o seu padrão de vida das suas famílias e de outros/as cidadãos/ãs.

É necessário pensar na acessibilidade, de forma equitativa, nas construções e diretrizes de acessibilidade aplicáveis.

ACESSIBILIDADE E INCLUSÃO SOCIAL

Quando se refere "acessibilidade para todos/as" associamos o conceito a pessoas com deficiência ou incapacidade.- Contudo, o conceito de acessibilidade tem um contexto mais alargado, onde se incluem pessoas de diferentes idades (da primeira infância à idade maior), com perfis linguísticos e culturais diversos e com diferentes competências ou necessidades específicas.

As pessoas que necessitam do auxílio de outras para alcançar seus objetivos não vivenciam a essência do conceito de acessibilidade universal em nenhum momento. Por isso, só há que falar em inclusão das pessoas, se houver acessibilidade com autonomia e independência.

Em 2001, a Organização Mundial de Saúde (OMS) publicou um documento intitulado Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde, também conhecida pela sigla CIF. Esta classificação veio alterar a visão médica da abordagem à deficiência, para o foco passar, de forma positiva, para aquilo que cada pessoa é capaz de fazer.

A principal contribuição deste documento encontra-se na mudança de paradigma da visão da deficiência no mundo, que passa do modelo médico, onde a deficiência é tratada como um problema de saúde, para o modelo social dos direitos humanos, onde a deficiência é resultante de uma equação que tem duas variáveis: as limitações funcionais do corpo humano e as barreiras impostas pelo ambiente exclusivo ao indivíduo.

A acessibilidade constituiu-se assim como um direito instrumental. Não há o exercício da inclusão social sem existir acessibilidade para todos/as. Não há inclusão social, sem haver um ambiente acessível.



Saiba mais sobre a [Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência](#)

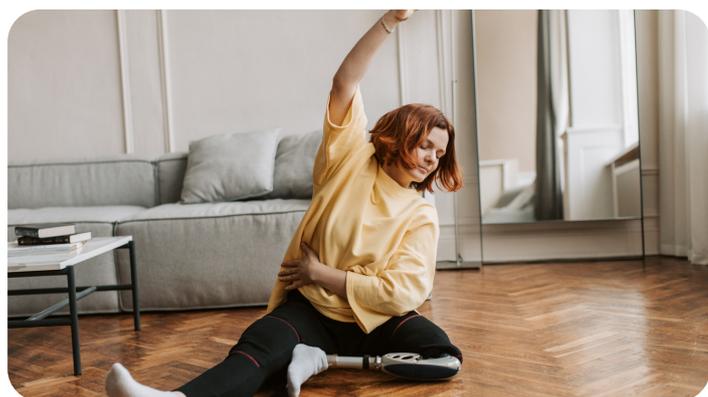
ACESSIBILIDADE E DESIGN

É essencial investir na reforma dos edifícios já existentes, assim como aumentar as exigências de construção de novas estruturas, de forma a responder às necessidades de todos/as os/as cidadãos/ãs e promover uma arquitetura paisagística do espaço urbano que permita uma maior qualidade de vida.

Os espaços ao ar livre e edifícios, como lojas, transportes públicos e restaurantes têm de ser acessíveis, económicos e seguros, para permitir que as pessoas se reúnam e socializem, viajem ou façam as suas compras diárias.

No domínio da habitação, as condições de vida desiguais evidenciam a importância de proporcionar uma habitação com as condições necessárias à permanência de todas as pessoas nos seus domicílios à medida que envelhecem, nomeadamente através de:

- Acesso a residências adaptadas ou apoio financeiro e técnico para obras de adaptação e requalificação;
- Uma oferta de habitação adaptável;
- Aumento da eficiência energética de habitações e equipamentos;
- Introdução de perspetivas eco psicológicas de planeamento e gestão de ambientes construídos;
- Priorizar e identificar pessoas com necessidades sociais e financeiras, promovendo ambientes mais favoráveis.



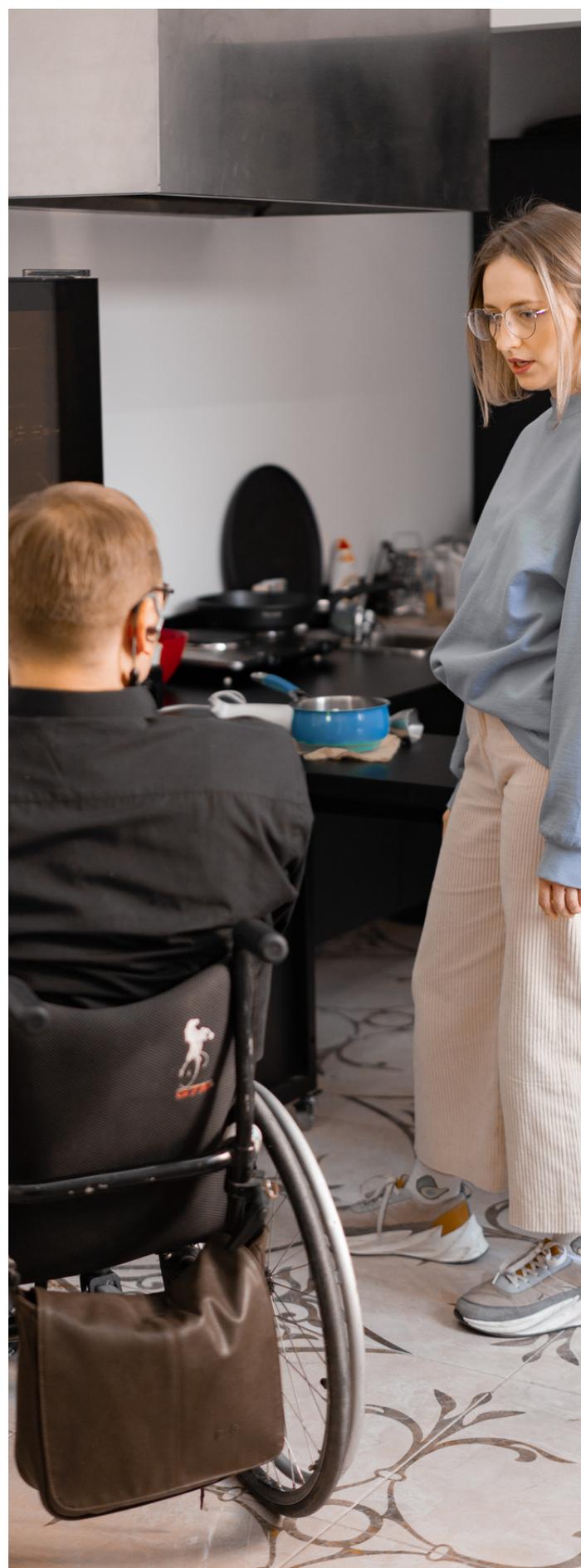
ACESSIBILIDADE E DESIGN

O conceito "desenho universal" foi criado pelo arquiteto Ronald Mace¹, para descrever a noção de concepção de todos os produtos e do ambiente construído para ser estético e utilizável na maior medida possível, por todos, independentemente da sua idade, habilidade ou capacidades.

O desenho universal compreende a qualidade dos produtos, sistemas, serviços ou ambientes planejados para a população em geral, utilizáveis com independência, igualdade, eficácia, segurança e conforto pelo maior número de pessoas possível, independentemente das suas capacidades.

Significa também que não há imposição de barreiras ao indivíduo face às suas capacidades sensoriais e funcionais, sendo que as barreiras são fatores que, quer através da sua ausência ou da sua presença, provocam uma limitação na funcionalidade, instigando a incapacidade, nomeadamente limitações às atividades e restrições à participação das pessoas. Logo, a acessibilidade não se expressa apenas na ausência de barreiras, mas igualmente na facilidade de uso. A facilidade de uso é especialmente relevante para pessoas com limitações ao nível cognitivo, da aprendizagem ou da linguagem.

"A acessibilidade consiste na facilidade de acesso e de uso de ambientes, produtos e serviços por qualquer pessoa e em diferentes contextos. Envolve o Design Inclusivo, oferta de um leque variado de produtos e serviços que cubram as necessidades de diferentes populações (incluindo produtos e serviços de apoio), adaptação, meios alternativos de informação, comunicação, mobilidade e manipulação." (Godinho, 2010 in Silva, 2017))



AMBIENTES SAUDÁVEIS, INTELIGENTES E AMIGÁVEIS - SHAFE

Em 2018, a Cáritas Diocesana de Coimbra e a AFEdemy lançaram, em estreita cooperação com várias organizações europeias, o conceito SHAFE (Ambientes Saudáveis, Inteligentes e Amigáveis). A SHAFE era uma Rede Temática, aprovada pela Comissão Europeia, com o objetivo de criar e entregar uma Declaração Conjunta (um documento de enquadramento e um apelo à ação) em 2018. Depois disso, a SHAFE evoluiu para uma Rede Europeia, juntando mais de 170 organizações parceiras e cerca de 300 pessoas interessadas e profissionais.

A SHAFE tem raízes no conceito holístico de ambiente amigáveis para todas as idades, desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde, em 2007, agora desenvolvido para a nova era da digitalização e saúde. Nasce da necessidade de criar uma rede de ambientes saudáveis, digitais e amigáveis para todas as idades, por toda a Europa, de forma a incentivar as pessoas a serem mais saudáveis e mais felizes, em todo o lado.

Em 2020, a Rede SHAFE divulgou um Documento de Posição sobre a SHAFE, focado nas seguintes áreas: cidadãos/as, ambientes, saúde e cuidados. O objetivo do Documento de Posição é alcançar uma melhor cooperação e implementação da SHAFE, por toda a Europa. O documento foi bem recebido e publicado pela Comissão Europeia.

Cidadãos/ãs:

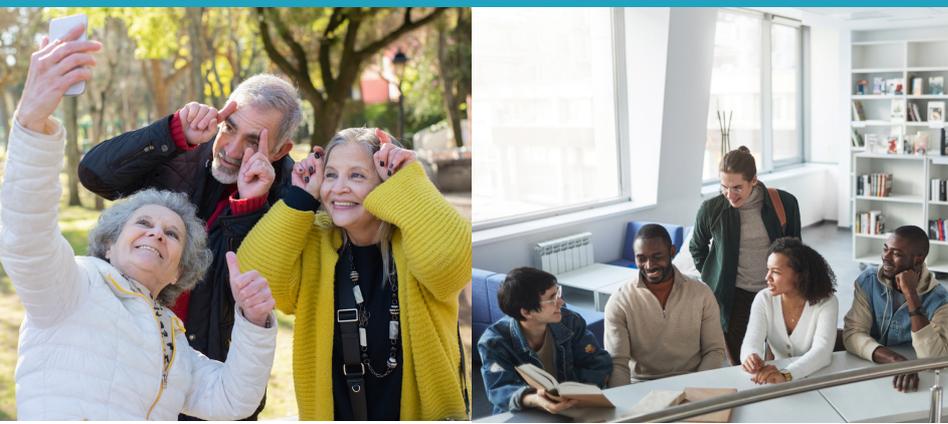
- Competências digitais
- Partilha de dados pessoais
- Estilos de vida saudáveis
- Participação e envolvimento (na vida democrática)
- Redes sociais e relações

Ambientes:

- Reforma e adaptação da oferta habitacional
- Espaços públicos e transportes acessíveis
- Soluções climáticas neutras
- Saúde e bem-estar no local de trabalho

Saúde e Cuidados:

- Megadados confiáveis, seguros e acessíveis
- Infraestruturas digitais robustas
- Cuidados personalizados integrados
- Orientações e soluções de financiamento de longo prazo/modelos de negócio
- Formações de competências digitais para profissionais



COLOCAR EM AÇÃO AS BOAS PRÁTICAS

Andar, correr e passear ao ar livre

Estar ao ar livre para um passeio, correr ou apenas sentar-se num parque é bom para a saúde. A atividade física apoia a aptidão do corpo e é boa para a saúde mental e autoestima.

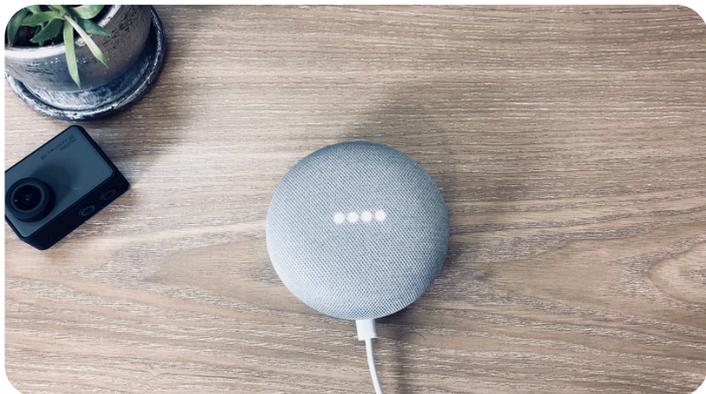


Segurança e manutenção ao ar livre

Quando os locais e edifícios ao ar livre são seguros e bem conservados, podem ser explorados e utilizados por todas as pessoas. Por exemplo, a manutenção dos passeios e semáforos, de forma a aumentar o tempo de travessia da rua. A Câmara do Porto lançou um [programa](#) de reabilitação da rede de espaços públicos degradados da cidade, para reforçar a qualidade de vida das pessoas.

Habitações amigas de todas as idades

Tem sido realizado um investimento em habitações acessíveis e amigas de todas as idades, equipadas com soluções digitais de apoio, por toda a Europa. O Plano de Ação do Envelhecimento Ativo e Saudável da Rede Portuguesa de Envelhecimento Saudável e Ativo (RePENSA) é mais um passo para melhorar a vida dos adultos mais velhos, com o exemplo da "Casa + Adaptada", que consiste na adaptação dos domicílios às necessidades dos adultos mais velhos.



Smartphones e tablets

Existem vários exemplos de *smartphones* acessíveis para todas as idades. Alguns *smartphones* têm, por exemplo, teclas físicas de atender e rejeitar chamadas, para contornar a questão da sensibilidade e tremores das mãos. Um destes exemplos é o [SPC Apolo](#). Também existem *tablets* com botões grandes e uma interface intuitiva e fácil de utilizar, tornando-se mais acessíveis para adultos mais velhos. Por exemplo, o [Tablet Sioslif](#) foi desenvolvido e testado para ser utilizado por qualquer pessoa, mesmo para as que não sabem ler ou escrever.



DIÁRIO DA INCLUSÃO SOCIAL (2017). *A importância da acessibilidade para a inclusão de pessoas com deficiência (online)*. Disponível em: <https://diariodainclusaosocial.com/2017/11/07/a-importancia-da-acessibilidade-para-a-inclusao-de-pessoas-com-deficiencia/> [acedido a 18 de maio de 2022]

Farias, N. & Buchalla, C. (2005). Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde da Organização Mundial da Saúde: Conceitos, Usos e Perspectivas. *Revista Brasileira Epidemiologia* 2005; 8(2): 187-93. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/grJnXGSLJSrbRhm7ykGcCYQ/?format=pdf&lang=pt> [acedido a 18 de maio de 2022]

FLEET MAGAZINE (2019). *Mobilidade: conceito e soluções (online)*. Disponível em: <https://fleetmagazine.pt/mobilidade-conceito-solucoes/> [acedido a 5 de maio de 2022]

MOBILIDADE E PLANEAMENTO DO TERRITÓRIO (2016). Plano Estratégico de Mobilidade e Transportes de Vila Franca de Xira (online). Disponível em: <https://www.mobilidadept.com/projecto?id=243> [acedido a 18 de maio de 2022]

OMS - ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (2008). Guia global : cidade amiga do idoso (online). Disponível em: <https://www.who.int/ageing/GuiaAFCPortuguese.pdf> [acedido a 7 de maio de 2022]

ONU - ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (2015). Mensagem do Secretário-Geral para o Dia Internacional das Pessoas com Deficiência, 3 de dezembro de 2015 (online). Disponível em: <https://unric.org/pt/mensagem-do-secretario-geral-para-o-dia-internacional-das-pessoas-com-deficiencia-03-de-dezembro-de-2015/> [acedido a 13 de maio de 2022]

SHAFE (2020). *Stakeholder Network Position Paper (online)*: Disponível em: <https://en.caritascoimbra.pt/wp-content/uploads/sites/3/2020/10/SHAFE-Position-Paper-011020.pdf> [acedido a 5 de maio de 2022]

SILVA, C. (2017). *Turismo Acessível – Estudo de Caso da cidade de Coimbra* (Dissertação de Mestrado, Escola Superior de Educação de Coimbra, Coimbra, Portugal). Disponível em: https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/19411/1/CARLA_ALEX_SILVA.pdf [acedida a 18 d emaio de 2022]

