



Una llar apta per envellir

■ Una enquesta apunta que el 70% dels senyors no creu necessari adaptar el seu habitatge fins passats els 70 anys

■ Els experts aconsellen fer reformes abans perquè l'accessibilitat no sigui un obstacle per seguir vivint a casa nostra

Virtudes Pérez

Barcelona

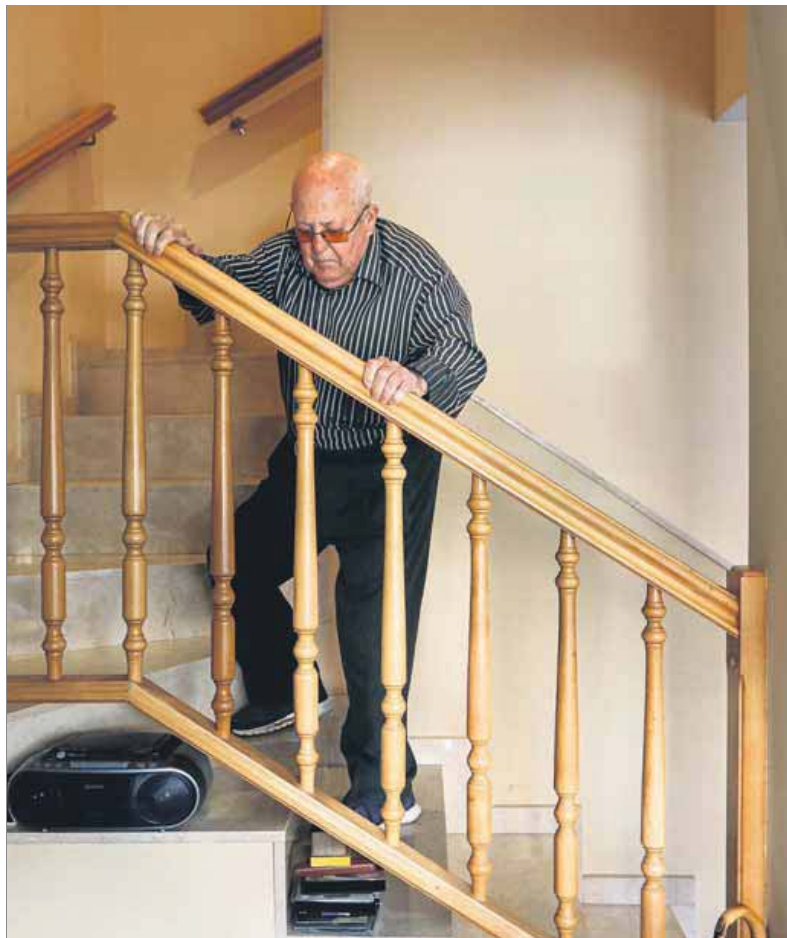


Fa unes setmanes es va presentar al Col·legi de l'Advocacia de Barcelona el llibre *Vull viure a casa*, que, a partir d'una història real, la de la Remedios, reflexiona sobre la necessitat d'un nou model d'atenció i cura de les persones grans que els permeti quedar-se a casa. No només hi ha cada cop més evidència científica que la qualitat de vida a la tercera edat és millor si un no deixa enrere el seu entorn, els seus records, les seves relacions, sinó que l'envelliment progressiu de la població fa necessari un enfocament diferent de l'atenció a la vellesa. L'any 2050, el 30% de les persones tindran més de 65 anys i molt abans el model d'atenció actual ja serà insostenible.

Amb aquesta perspectiva, la idea que les persones puguin continuar a casa seva és doblement necessària. Però hi pensem poc. I quan ho fem molts cops ja és massa tard. Un estudi sobre l'habitatge a partir dels 55 anys ha posat de manifest que el 70% dels senyors ajornen qualsevol decisió d'adaptar el seu habitatge a les necessitats d'accessibilitat que acabaran apareixent fins després dels 70 anys. El principal motiu és el cost econòmic que una reforma representa. És el que adueixen el 53,9% dels enquestats, però hi ha un factor que els experts consideren important i que té a veure amb l'edatisme, la discriminació per motius d'edat, o la gerontofòbia, la por de fer-se gran. "La gent no es vol projectar en la vellesa i és per això que acabem ajornant aquesta decisió. Igual que cobrim els cabells blancs o intentem aparentar que som més joves, tampoc volem viure en una casa d'ortopèdia", reflexiona la metgessa i antropòloga Vania de la Fuente-Núñez.

Però hauria de ser justament al contrari. "Si vivim en habitatges amb poca llum, banys inacessibles, portes estretes, terres lliscants, el millor que podem fer és pensar que qualsevol d'aquestes barreres es pot convertir en un obstacle que ens pot impedir estar a casa", hi afegeix De la Fuente-Núñez, que inclou entre les millores necessàries l'eficiència energètica i defensa que, amb les millores tecnològiques actuals, és perfectament possible "tenir una casa bonica i adaptada".

Sandra Bestraten, presidenta de Barcelona Col·legi d'Arquitectes de Catalunya, va més enllà en la seva recomanació i assegura que "totes les cases haurien de ser accessibles". Per a ella, a banda del tema de l'edatisme i de les dificultats eco-



Un home baixa amb molta dificultat l'escala del seu habitatge, una de les moltes barreres que ha de superar en el seu dia a dia ■ ORIOL DURAN

nòmiques, hi ha un tercer factor que dificulta la transformació. I és la falta de professionals de la construcció que en sàpiguen. "Pensem que potser faltaria molt espai i a vegades és qüestió de treure un bidet perquè pugui passar una cadira de rodes o de fer una dutxa sense esglaó, però no tenim paletes especialitzats en aquest tema", lamenta Bestraten.

L'arquitecta argumenta que hi ha moltes opcions per fer més accessible un habitatge. Només cal donar-hi unes voltes. Això sí, ho ha de fer un arquitecte. "Si un passadís és estret, es pot canviar la porta i fer-la més gran. En el cas dels banys petits, hi ha cadires de dutxa que es poden posar sobre el vàter i amb una impermeabilització del terra ja ho tenim arreglat." A vegades són detalls, com ara posar sensors per detectar fuites d'aigua i de gas. "Val la pena perquè es poden estalviar molts accidents", destaca.

Per Bestraten és molt important invertir en prevenció. I també

Poca informació sobre els ajuts

L'Agència de l'Habitatge de Catalunya té una línia d'ajuts per a rehabilitació adreçats a la gent gran. El problema és que moltes persones no ho saben i quan se'n assabenten els tràmits són tan complicats que opten per descartar demanar-los. "Normalment les persones que més els necessiten no hi accedeixen. La informació no arriba a qui ha d'arribar", manifesta el president de la Federació d'Associacions de Gent Gran de Catalunya (Fateg), Josep Carné.

Una vegada més la bretxa digital té un pes important aquí també. "El que caldria és que hi hagués algun sistema perquè arribés una informació clara, concisa i transparent a les persones que ho necessiten", subratlla Carné. I no es limita només a la reforma d'un pis concret. "També parlem d'una persona que viu en un tercer segona i no baixa al carrer perquè no té ascensor i té problemes de mobilitat", destaca.

Carné opina que fins i tot l'assistenta social podria ser un bon suport en aquest sentit, "però habitualment no tenen ningú que els orienti en aquest sentit".

Entre les mesures que últimament s'han impulsat per promoure les reformes hi ha una *Guia veïnal de rehabilitació pas a pas*, que han impulsats les associacions de veïns i els Col·legis d'Arquitectes i que aquesta mateixa setmana s'ha presentat a Badalona. La guia s'havia presentat prèviament a Barcelona i altres ciutats de l'Estat.

acompanyar-se de tecnologia per fer més fàcil la cura en edats més avançades. "Quan algú perd la mobilitat, l'esforç físic que ha de fer el cuidador és molt gran. En aquest cas un pont gruà pot ser útil", hi afegeix.

'Coliving' i 'Cohousing'

Estudis com el de l'adequació dels habitatges posen de manifest, segons destaca De la Fuente-Núñez, que la gent es planteja quina vellesa vol tenir. De fet, ella destaca altres alternatives que també garanteixen l'autonomia. Són el *coliving* o el *cohousing*, comunitats de persones amb espais i serveis comuns. Ella, que va fer un informe mundial sobre edatisme per a les Nacions Unides, destaca una fórmula relativament nova que consisteix en les intervencions intergeneracionals, gent gran que viu sola i acull estudiants menors de 35 anys: "El benefici és mutu i justament aquesta fórmula va ser una de les tres estratègies destacades en l'informe sobre edatisme, juntament amb polítiques i lleis contra la discriminació per edat o activitats educatives per posar fi a conceptes erronis i prejudicis sobre l'envelliment."

L'estudi, impulsat per Leroy Merlin, ha entrevistat 400 persones majors de 55 anys a Catalunya. Vuit de cada deu, més del 80%, admeten que els preocupa tenir difi-

L'edatisme i la gerontofòbia són factors que expliquen que s'ajorni l'adaptació de l'habitatge

cultats per continuar valent-se per si mateixes en la seva pròpia casa quan tinguin més edat i només el 42% diu haver realitzat ja canvis al seu habitatge per adaptar-lo en previsió de les necessitats futures.

Per al 63% dels enquestats, la raó amb més pes a l'hora de fer reformes a l'habitatge és l'adaptació a les seves noves condicions físiques per poder moure's amb llibertat i evitar ajuda externa; de fet, el 49,9% coincideix a posar el focus en la prevenció de problemes de dependència i el 51,6%, en la millora de la seguretat davant possibles caigudes i accidents domèstics. Els senyors sondejats admeten que assegurar la mobilitat és el primer que tenen al cap en emprendre canvis i reformes a la llar.

El 45% diuen estar disposats a perdre una mica d'espai per reformar el seu habitatge i adaptar-lo a les necessitats derivades de l'edat. El 18,8% diuen estar disposats a renunciar a una certa identitat; un 15,9%, als records, i un 14,5%, fins i tot a la comoditat. Però només un 4,5% dels enquestats accepta perdre la intimitat per adaptar la llar.

Entre les traves també figuren els fills, que a vegades no valden la reforma proposada. Les principals reformes són l'adaptació del bany. I l'estudi constata que, malgrat el deteriorament generalitzat de la visió en aquest col·lectiu, només un 8,6% fan adaptacions per millorar la il·luminació a la llar. ■

Una llar apta per envellir

Una enquesta apunta que el 70% dels sèniors no creu necessari adaptar el seu habitatge fins passats els 70 anys

Els experts aconsellen fer reformes abans perquè l'accessibilitat no sigui un obstacle per seguir vivint a casa nostra



*Un home baixa amb molta dificultat l'escala del seu habitatge, una de les moltes barreres que ha de superar en el seu dia a dia **ORIOL DURAN**.*

L'edatisme i la gerontofòbia són factors que expliquen que s'ajorni l'adaptació de l'habitatge

VIRTUDES PÉREZ - BARCELONA

Fa unes setmanes es va presentar al Col·legi de l'Advocacia de Barcelona el llibre *Vull viure a casa*, que, a partir d'una història real, la de la Remedios, reflexiona sobre la necessitat d'un nou model d'atenció i cura de les persones grans que els permeti quedar-se a casa. No només hi ha cada cop més evidència científica que la qualitat de vida a la tercera edat és millor si un no deixa enrere el seu entorn, els seus records, les seves relacions, sinó que l'envelliment progressiu de la població fa necessari un enfocament diferent de l'atenció a la vellesa. L'any 2050, el 30% de les persones tindran més de 65 anys i molt abans el model d'atenció actual ja serà insostenible.

Amb aquesta perspectiva, la idea que les persones puguin continuar a casa seva és doblement necessària. Però hi pensem poc. I quan ho fem molts cops ja és massa tard. Un estudi sobre l'habitatge a partir dels 55 anys ha posat de manifest que el 70% dels sèniors ajornen qualsevol decisió d'adaptar el seu habitatge a les necessitats d'accessibilitat que acabaran apareixent fins després dels 70 anys. El principal motiu és el cost econòmic que una reforma representa. És el que addueixen el 53,9% dels enquestats, però hi ha un factor que els experts consideren important i que té a veure amb l'edatisme, la discriminació per motius d'edat, o la gerontofòbia, la por de fer-se gran. "La gent no es vol projectar en la vellesa i és per això que acabem ajornant aquesta decisió. Igual que cobrim els cabells blancs o intentem aparentar que som més joves, tampoc volem viure en una casa d'ortopèdia", reflexiona la metgessa i antropòloga Vània de la Fuente-Núñez.

Però hauria de ser justament al contrari. "Si vivim en habitatges amb poca llum, banys inaccessibles, portes estretes, terres lliscants, el millor que podem fer és pensar que qualsevol d'aquestes barreres es pot convertir en un obstacle que ens pot impedir estar a casa", hi afegeix De la Fuente-Núñez, que inclou entre les millores necessàries l'eficiència energètica i defensa que, amb les millores tecnològiques actuals, és perfectament possible "tenir una casa bonica i adaptada".

Sandra Bestraten, presidenta de Barcelona Col·legi d'Arquitectes de Catalunya, va més enllà en la seva recomanació i assegura que "totes les cases haurien de ser accessibles". Per a ella, a banda del tema de l'edatisme i de les dificultats econòmiques, hi ha un tercer factor que dificulta la transformació. I és la falta de professionals de la construcció que en sàpiguen. "Pensem que potser faltará molt espai i a vegades és qüestió de treure un bidet perquè pugui passar una cadira de rodes o de fer una dutxa sense esglaó, però no tenim paletes especialitzats en aquest tema", lamenta Bestraten.

L'arquitecta argumenta que hi ha moltes opcions per fer més accessible un habitatge. Només cal donar-hi unes voltes. Això sí, ho ha de fer un arquitecte. "Si un passadís és estret, es pot canviar la porta i fer-la més gran. En el cas dels banys petits, hi ha cadires de dutxa que es poden

posar sobre el vàter i amb una impermeabilització del terra ja ho tenim arreglat.” A vegades són detalls, com ara posar sensors per detectar fuites d’aigua i de gas. “Val la pena perquè es poden estalviar molts accidents”, destaca.

Per Bestraten és molt important invertir en prevenció. I també acompanyar-se de tecnologia per fer més fàcil la cura en edats més avançades. “Quan algú perd la mobilitat, l’esforç físic que ha de fer el cuidador és molt gran. En aquest cas un pont grua pot ser útil”, hi afegeix.

‘Coliving’ i ‘Cohousing’

Estudis com el de l’adequació dels habitatges posen de manifest, segons destaca De la Fuente-Núñez, que la gent es planteja quina vellesa vol tenir. De fet, ella destaca altres alternatives que també garanteixen l’autonomia. Són el *coliving* o el *cohousing*, comunitats de persones amb espais i serveis comuns. Ella, que va fer un informe mundial sobre edatisme per a les Nacions Unides, destaca una fórmula relativament nova que consisteix en les intervencions intergeneracionals, gent gran que viu sola i acull estudiants menors de 35 anys: “El benefici és mutu i justament aquesta fórmula va ser una de les tres estratègies destacades en l’informe sobre edatisme, juntament amb polítiques i lleis contra la discriminació per edat o activitats educatives per posar fi a conceptes erronis i prejudicis sobre l’envelliment.”

L’estudi, impulsat per Leroy Merlin, ha entrevistat 400 persones majors de 55 anys a Catalunya. Vuit de cada deu, més del 80%, admeten que els preocupa tenir dificultats per continuar valent-se per si mateixes en la seva pròpia casa quan tinguin més edat i només el 42% diu haver realitzat ja canvis al seu habitatge per adaptar-lo en previsió de les necessitats futures.

Per al 63% dels enquestats, la raó amb més pes a l’hora de fer reformes a l’habitatge és l’adaptació a les seves noves condicions físiques per poder moure’s amb llibertat i evitar ajuda externa; de fet, el 49,9% coincideix a posar el focus en la prevenció de problemes de dependència i el 51,6%, en la millora de la seguretat davant possibles caigudes i accidents domèstics. Els sèniors sondejats admeten que assegurar la mobilitat és el primer que tenen al cap en emprendre canvis i reformes a la llar.

El 45% diuen estar disposats a perdre una mica d’espai per reformar el seu habitatge i adaptar-lo a les necessitats derivades de l’edat. El 18,8% diuen estar disposats a renunciar a una certa identitat; un 15,9%, als records, i un 14,5%, fins i tot a la comoditat. Però només un 4,5% dels enquestats accepta perdre la intimitat per adaptar la llar.

Entre les traves també figuren els fills, que a vegades no validen la reforma proposada. Les principals reformes són l’adaptació del bany. I

l'estudi constata que, malgrat el deteriorament generalitzat de la visió en aquest col·lectiu, només un 8,6% fan adaptacions per millorar la il·luminació a la llar.

Poca informació sobre els ajuts

L'Agència de l'Habitatge de Catalunya té una línia d'ajuts per a rehabilitació adreçats a la gent gran. El problema és que moltes persones no ho saben i quan se n'assabenten els tràmits són tan complicats que opten per descartar demanar-los. "Normalment les persones que més els necessiten no hi accedeixen. La informació no arriba a qui ha d'arribar", manifesta el president de la Federació d'Associacions de Gent Gran de Catalunya (Fatec), Josep Carné.

Una vegada més la bretxa digital té un pes important aquí també. "El que caldria és que hi hagués algun sistema perquè arribés una informació clara, concisa i transparent a les persones que ho necessiten", subratlla Carné. I no es limita només a la reforma d'un pis concret. "També parlem d'una persona que viu en un tercer segona i no baixa al carrer perquè no té ascensor i té problemes de mobilitat", destaca.

Carné opina que fins i tot l'assistenta social podria ser un bon suport en aquest sentit, "però habitualment no tenen ningú que els orienti en aquest sentit".

Entre les mesures que últimament s'han impulsat per promoure les reformes hi ha una Guia veïnal de rehabilitació pas a pas, que han impulsats les associacions de veïns i els Col·legis d'Arquitectes i que aquesta mateixa setmana s'ha presentat a Badalona. La guia s'havia presentat prèviament a Barcelona i altres ciutats de l'Estat.

<https://www.elpuntavui.cat/societat/article/5-societat/2405128-una-llar-apta-per-envellir.html>