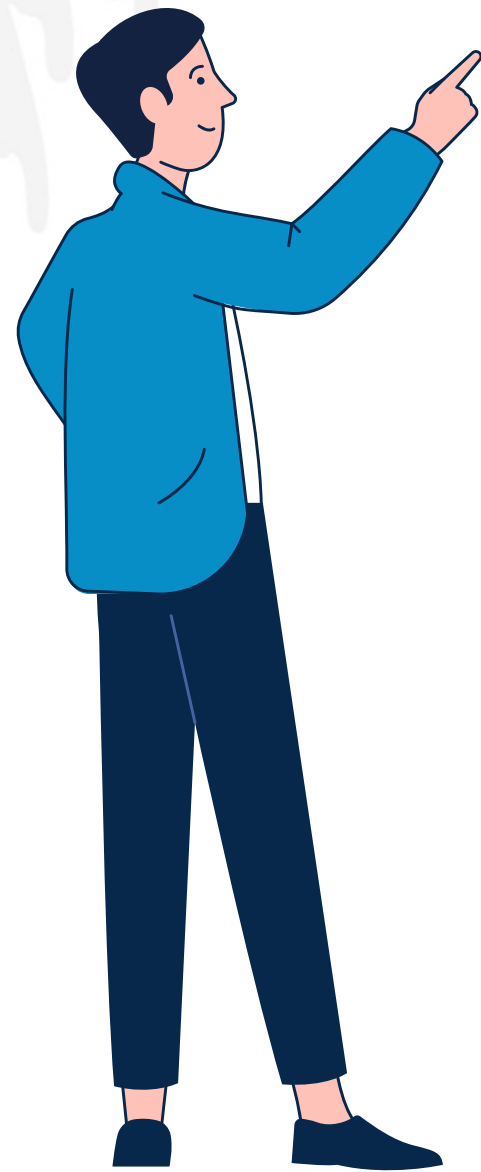


Adaptaciones en el domicilio y productos de apoyo

RECOMENDACIONES GENERALES



1. No recurrir a **productos de apoyo**, aunque pueden llegar a ser necesarios.
2. El uso de ayudas técnicas requiere ajuste al paciente y entrenamiento.
3. Buscar la **máxima autonomía** de la persona.
4. La **iluminación** debe ser suficiente.
5. El **suelo** debe estar en buen estado, mejor no encerado.
6. Se colocarán **barandillas**, siempre como elemento facilitador y en caso necesario.

7. **Evitar obstáculos** como adornos, mobiliario, cables...

8. **Prescindir de alfombras** o éstas estarán muy bien fijadas al suelo.

9. Mayor comodidad con **puertas correderas**.

10. En caso de **rampas o planos inclinados**, tendrán pavimento antideslizante y elementos de protección y ayuda necesarios.

11. La grifería estará compuesta por **grifos monomando**, aún mejor si tienen control de temperatura, en casos de déficit en la sensibilidad.



¿CÓMO ADAPTAR EL DOMICILIO?



1º Valoración del domicilio

- Una de nuestras funciones es **evaluar el domicilio y el entorno del paciente**.
 - Localizar áreas y situaciones susceptibles de mejora
 - Encontrar las mejores soluciones para cada caso.
- Debe ser parte del proceso rehabilitador, para determinar en qué medida el entorno facilita/dificulta la funcionalidad del paciente y su vuelta al domicilio.

¿Cómo?

Mediante **explicaciones** por parte del paciente o la familia, **mejor acompañadas de fotos**, ya que no podemos hacer visitas al domicilio.

Lugares susceptibles de adaptación

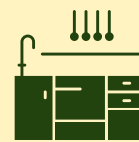
Dentro del domicilio



Baño: barras de apoyo,
suelo antideslizante



Dormitorio: altura y
ubicación de cama



Cocina: encimeras
adaptadas, accesibilidad
de utensilios

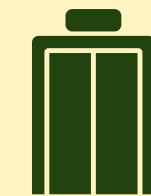


Salón: eliminación de
obstáculos, buena
iluminación

Fuera del domicilio



Acceso al portal: rampas,
puertas automáticas



**Movilidad dentro del
edificio:** ascensor,
pasillos anchos



Acceso a la vivienda:
eliminación de escalones,
señalización

2º Factores condicionantes

- Necesidades y capacidades del paciente
- Necesidades del cuidador
- Progresión de la patología
- Aceptación del entorno (comunidad, familia...)

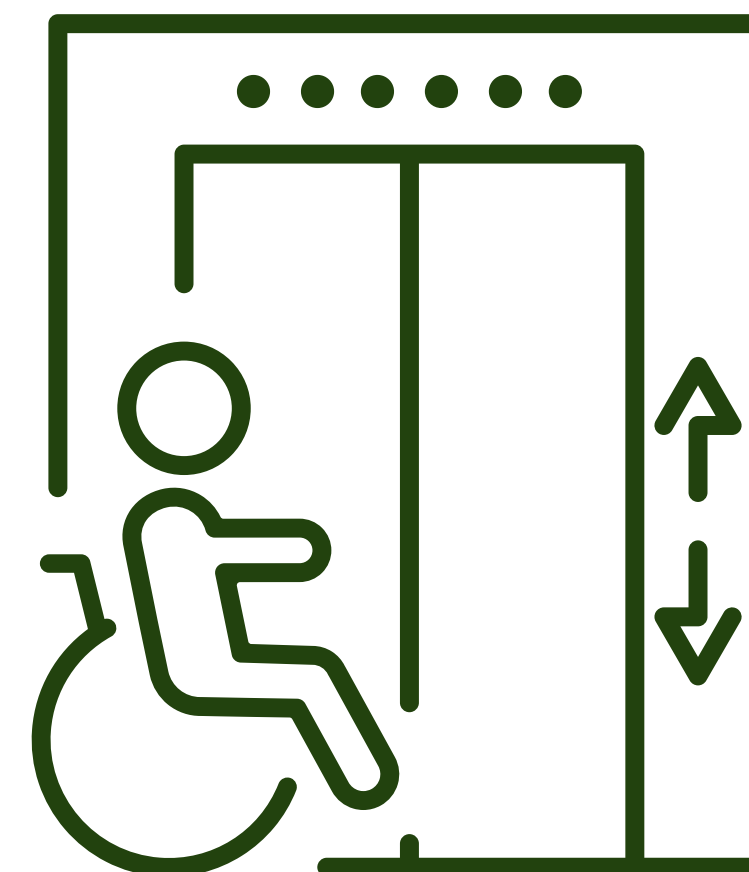


3º Algunas medidas generales

- Se necesita esta **anchura mínima** para poder moverse con silla de ruedas:
 - 0,80 m. en interior de vivienda.
 - 0,90 m. en el resto de casos.
- Anchura libre mínima en **hueco de paso** → 0,70 m.
- **Espacio libre necesario para efectuar giros** con silla de ruedas → circunferencia de 1,50 m.
- **Pendiente máxima** para salvar un desnivel con rampa → 8% (sujeto a excepciones según longitud)



- A ambos lados de las **puertas de edificios** deberá haber un espacio libre horizontal de 1,20 m de profundidad, no barrido por las hojas de la puerta.
- **Ascensor:**
 - Fondo, en el sentido de acceso: 1,20 m.
 - Ancho: 0,90 m.
 - Superficie: 1,20 m².
 - Puertas, en recinto y cabina, serán automáticas, con un ancho libre mínimo de 0,80 m.



Medidas recomendadas en domicilio:

- Bañera: 50 cm.
- Inodoro: 47 cm. (+3 cm de la tapa)
- Lavabo: 80 cm. y espejo a 1 m.
- Cama: 31 de canapé + 15 - 16 de colchón: 46-7 cm.
- Mesa comedor: 72 cm.
- Silla comedor: 47 cm.
- Teclado del ordenador a la altura de los codos.



PRODUCTOS DE APOYO



ASEO



Esponja de espalda



Tabla de bañera



Escalón antideslizante



Barras de apoyo



Silla de bañera



Silla de ducha



Barra de apoyo abatible



Taburete de ducha



**Cortauñas de
sobremesa**



Alfombrilla antideslizante



**Taburete de ducha con
respaldo**



Sillas para la bañera

VESTIDO



Abrochador de botones



Calzador para medias



Horquilla para sostén



Bastón para vestirse



Calzador para zapatos



Clip de sujeción

COCINA



**Tabla para cortar
alimentos**



**Alfombrilla
antideslizante**



**Cubiertos de mango
ancho**



Reborde para platos



Cortador



Tabla para untar



Abridor de tarros



Cuchillo de cocina



Escurre bayetas



**Empuñadura sujeta
cubiertos**



**Cuchara
estabilizadora**



Abrelatas



Vaso recortado



Utensilios adaptados

OCIO



Lupa para cuello



Portacartas



Teléfono con imágenes



Enhebrador de agujas



Soporte para libros

TRANSFERENCIAS



Barandilla para cama



Elevadores para cama



Grúa de traslado



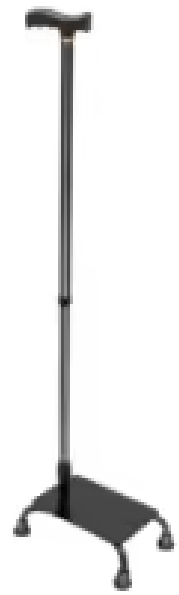
Tabla de transferencia



Cinturón de transferencia



ESCALERAS



**Bastón para subir
escaleras**



Barandilla para escalera



**Silla
salvaescaleras**



Oruga salvaescaleras



Salvaescaleras