

BARRERAS ARQUITECTÓNICAS

Ducha/Bañera

Con carácter general, es preferible la sustitución de la bañera por ducha e ir añadiendo diferentes dispositivos para reconvertirla en accesible. Sin embargo, en ocasiones y según las características de la persona, es aconsejable mantener la bañera.

Ducha: El plato de la ducha, deberá tener unas dimensiones de 135x135 cm o 235x235 si se necesita la intervención de asistentes, no debe tener bordes para posibilitar el acceso con silla de ruedas de baño (cualquier desnivel es un obstáculo a superar).

- ✓ **Acceso:** al mismo nivel del suelo y antideslizante.
- ✓ **El suelo** debe impermeabilizarse con pendientes de desagüe de un 2% aproximadamente sin dejar resaltes. La rejilla o sumidero debe tener orificios menores a 2 cm.
- ✓ **La grifería:** debe ser alcanzable desde una posición sentada y desde el exterior del recinto de la ducha. Se puede instalar grifería graduable en altura y monomando de fácil manejo.
- ✓ Es aconsejable que esté dotada de **asiento abatible o fijo**.
- ✓ Existen **sillas de ruedas** para **ducha** y también sin ruedas que hacen más cómoda y segura la higiene.
- ✓ Es aconsejable disponer de **barras de apoyo y sujeción**.

Bañera: El acceso a la bañera entraña grandes dificultades para personas con movilidad reducida. Este acceso puede ser frontal o lateral, normalmente requerirá el uso de un banco o asiento de apoyo. Es posible usar asientos de transferencia giratorios o grúas que faciliten el acceso.

- ✓ En los casos de **personas con debilidad y/o inestabilidad en miembros inferiores** es recomendable la sedestación.
- ✓ El uso de **sillas o taburetes convencionales** dentro de la bañera se debe evitar dado que no suelen dar la estabilidad suficiente y ocasionalmente se pueden romper. Se deben usar siempre asientos, sillas o taburetes preparados para esta función.
- ✓ **El fondo de la bañera** debe ser antideslizante. Para ello podemos colocar una alfombrilla fijada al fondo.
- ✓ Los **grifos** serán monomando de fácil manejo, alcanzables tanto para la persona como para el cuidador si es necesario, y que no precisen de gran destreza ni fuerza para su uso.
- ✓ Si se utiliza una **grúa** habrá que dejar espacio libre bajo la bañera para que quepa la base de la misma.
- ✓ Es aconsejable colocar **asideros** que den seguridad y confianza tanto en la maniobra de acceder a la bañera como en el desarrollo de la actividad de la ducha.

