



ADAPTAR L'HABITATGE: UNA NECESSITAT PER A MOLTA GENT

La pregunta més freqüent que apareix als qüestionaris sobre discapacitats i deficiències que pateixen algunes persones, és: *degut a les limitacions que patiu, heu hagut de fer o penseu en fer un canvi d'habitatge o lloc de residència?*

Per a la gent gran, i moltes altres persones amb limitacions concretes, la capacitat funcional i la salut adquireixen una major importància per a determinar la seva òptima qualitat de vida. El benestar "ambiental" o amb l'entorn vital de la persona, està estretament relacionat amb la satisfacció que es té de la llar i el nivell d'integració o connexió amb l'entorn de residència. Per altra banda, les limitacions funcionals estan associades amb la necessitat d'una major assistència personal. Tot i que cada vegada més, moltes persones grans, o no tan grans però amb certes limitacions, poden viure soles, aquest col·lectiu ha de fer front a una creixent dependència personal, empitjorament de la seva salut i, fins i tot, aïllament social com a conseqüència d'un inadequat habitatge. Tinguem en compte que les barreres del entorn (habitatge), tant internes com externes, no es fan evidents fins el moment en que un resident pateix limitacions.

Es tracta de quelcom seriós entre un sector nombrós de la societat, ja que entre la població que manifesta necessitats més grans d'adaptació del seu habitatge, hi ha aquella que té problemes i limitacions funcionals, ja siguin de mobilitat o sensorials. Amb l'agreujant que existeix una estreta vinculació entre aquestes limitacions funcionals i les caigudes i altres tipus d'accidents a la llar.

Davant les limitacions i/o factors que generen discapacitat a les persones a la seva llar, ens hem de preguntar... De quina forma és possible poder intervenir per tal d'evitar-los o corregir-los? L'adaptació funcional de l'habitatge és un dels principals mitjans per evitar aquest sentiment que es genera i al mateix temps facilitar la permanència de la persona a la seva pròpia llar.

A l'hora de prendre una decisió en el sentit de poder gaudir d'una llar més adaptada, hi ha dos aspectes que s'han de tenir en compte:

- No hi ha un ampli mercat d'habitatges adaptats o que es puguin considerar amb un grau elevat de possibilitats per a la seva adaptabilitat.
- Existeixen habitatges més susceptibles de poder ser adaptats que d'altres, ja que estan subjectes a unes limitacions no tan sols arquitectòniques o constructives, sinó també funcionals i econòmiques. Aquest fet, restringeix la seva capacitat de ser transformat d'acord a unes necessitats concretes.

La casuística de problemes funcionals i de barreres a l'entorn de l'habitatge és molt àmplia. Els espais més problemàtics on aquests aspectes s'accentuen són a l'accés de l'habitatge i la cambra higiènica. Però no s'ha d'oblidar la importància que també tenen altres aspectes generals dins la llar, com són els espais d'interacció, il·luminació, portes i finestres, terres, mobiliari, tecnologia, etc.

Rehabilitar l'habitatge requereix unes adaptacions funcionals amb solucions centrades en l'usuari i les persones de servei d'assistència. Es necessita personalitzar els espais respectant, tant la intimitat de les persones com determinat nivell de llibertat i autonomia. Per això l'habitatge ha de donar resposta en la major mesura que sigui possible a les nostres necessitats, però sense convertir la seva transformació o adaptació — quan es necessiti — en una intervenció mancada de funcionalitat.

L'objectiu principal de l'adaptació d'un habitatge és reduir les demandes que presenta l'entorn físic interior i l'entorn exterior immediat de l'habitatge per tal de facilitar la realització de les tasques quotidianes i promoure les habilitats dels seus residents, perquè puguin gaudir d'una vida independent amb comoditat i seguretat. En termes pràctics, això ho podríem traduir en **—adaptar l'espai físic de la llar en relació amb necessitats individuals basades en un judici professional sobre les capacitats funcionals de la persona i les seves restriccions d'autonomia.**

Per tant, sense obviar l'equipament especial d'ajudes tècniques que pugui

necessitar la persona, les solucions per a l'adaptabilitat funcional de la llar no han de ser universals, no han de respondre al concepte o idea d'Accessibilitat Universal, sinó a les necessitats específiques d'una persona concreta. Únicament les intervencions de "supressió de barreres", que afecten a elements comuns de l'edifici, han d'estar subjectes a criteris generals d'accessibilitat.

CREAR LLARS ACCESSIBLES. CONSIDERACIONS GENERALS

En el disseny de l'interior d'un habitatge és molt important tenir en consideració els criteris d'accessibilitat. Però també és fonamental respectar la decisió de les persones que hi han de viure perquè decideixin, dins les diferents possibilitats, el que els resulta més còmode i segur.

Aspectes de la llar on s'han respectar els criteris i paràmetres d'accessibilitat:

1. **ESPAIS.** Perquè la persona pugui interactuar en el seu entorn i no tingui impediments per al seu desplaçament, transferències i abast als elements de la llar.
2. **IL·LUMINACIÓ:** Ha de ser bona i similar a tot l'habitatge, de manera que els llums s'han de situar en llocs on no produeixin enlluernaments i els mecanismes per al seu accionament a la alçada i distància determinada siguin de fàcil abast.
3. **PORTES:** Amplada mínima de 80 cm, manetes accionades amb mecanisme tipus palanca. Obertura a l'exterior o corredisses a cambra higiènica.
4. **TERRES:** Durs i no lliscants. Evitar catifes amb les que es pot ensopegar.
5. **APARELLS:** Termòstats, intèrfons, telèfons i d'altres comandaments, s'han de poder manipular fàcilment i ha de tenir números suficientment grans i un bon contrast. Cal que estiguin situats en llocs accessibles.