PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 13 - numero 2597 di mercoledì 30 marzo 2011

Prevenzione degli infortuni domestici per bambini, anziani e disabili

La sicurezza nelle abitazioni per i soggetti che hanno maggiori difficoltà a muoversi e interagire con l'ambiente. Le difficoltà e i limiti fisiologici e patologici. Come migliorare gli spazi, le porte, i pavimenti, le scale e gli arredi.

PuntoSicuro ha già presentato nei giorni scorsi la pubblicazione " Infortuni nelle abitazioni. Manuale tecnico per gli operatori della prevenzione", realizzata a cura del Gruppo Sicurezza Abitazioni ? Piano nazionale della prevenzione e disponibile sul sito del Ministero della salute.
Tra gli argomenti trattati riguardo alla sicurezza nelle abitazioni, vi sono anche i rischi dei soggetti a maggiore rischio di infortunio: bambini, anziani e disabili.

Il capitolo intitolato "**I rischi legati alla persona**", curato da Sabrina Pellicini, si occupa infatti dei soggetti che vivono nelle abitazioni e che, per caratteristiche fisiologiche o patologiche, hanno maggiori difficoltà a muoversi e interagire con l'ambiente correttamente, "secondo i parametri e le possibilità tipiche di una persona in pieno possesso delle sue facoltà fisiche e mentali". In particolare tra le mura domestiche **anziani e bambini** risultano essere, a livello statistico, le categorie maggiormente a rischio ed "è noto l'elevato rischio di cadute, e quindi di infortuni, per soggetti che presentino determinate patologie o disabilità; ciò proprio in ragione del fatto che questi soggetti, per caratteristiche fisiologiche o patologiche, presentano tipiche alterazioni o limitazioni del loro modo di muoversi e di interagire con lo spazio circostante".

L'autrice, dopo aver individuato i soggetti a maggiore rischio, si occupa dei rischi legati a **caratteristiche fisiologiche** (ad esempio in relazione alle difficoltà di coordinazione motoria nei bambini piccoli o alle abitudini di vita degli anziani) e a eventuali **caratteristiche patologiche** negli anziani (artrosi, osteoporosi, patologie reumatiche, diabete, morbo di Parkinson, ictus cerebrale, demenza, cataratta, alcolismo, ...) e nei disabili (emiplegia, paraplegia, tetraplegia, distrofia muscolare, cerebrolesioni, sclerosi multipla, ...).
Tutte queste caratteristiche fisiologiche e/o patologiche possono creare problemi e rischi anche nelle **principali attività funzionali**, come l'orientarsi nell' ambiente casalingo o camminarvi. Per non parlare poi di movimenti più articolati come:
- salire o scendere le scale;
- salire o scendere dal letto;
- alzarsi o sedersi su una sedia.

Per tutte queste azioni il documento descrive i nomali movimenti richiesti e le specifiche difficoltà per bambini, anziani, disabili e soggetti diversamente abili.

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-MIM-[DVD048] ?#>

Interazione soggetto-ambiente
In questa parte del documento si sottolinea che spesso "le case in cui abitiamo, magari anche belle esteticamente, non solo non corrispondono affatto ai criteri necessari alla sicurezza, ma nemmeno a quelli corretti per il movimento fisiologico dell'essere umano, soprattutto di chi si muove in modo particolare, come anziani, bambini e disabili". E il documento affronta nel dettaglio i **principali elementi che possono fare della casa un posto dove muoversi bene**, anche in presenza di soggetti con difficoltà motorie.

Gli **spazi** "dovrebbero essere sempre sufficientemente ampi, tali da permettere non solo gli spostamenti senza il superamento di slalom ed ostacoli o dell'ingombro del mobilio, ma anche lo spazio di manovra di un ausilio ingombrante come una carrozzina.

Soprattutto alcune stanze dovrebbero essere pensate in funzione del loro arredamento particolare (bagno e cucina), che ne determina un uso in qualche modo forzato, dato che per utilizzare gli arredi devo per forza muovermi in un certo modo".
Ad esempio è bene evitare in **cucina** "strettoie o intralci nello spazio tra i fornelli ed i piani adiacenti o il tavolo, in maniera da poter manovrare e spostare oggetti bollenti senza rischio di farli cadere; il tavolo non dovrebbe essere posizionato al centro della stanza, se questo riduce lo spazio circostante e costringe a girarci intorno incappando nelle sedie per effettuare una qualsiasi operazione, come portare i piatti al lavandino o prendere il cibo nella dispensa; meglio appoggiarlo con un lato al muro, così da liberare lo spazio al centro della stanza e permetterne l'attraversamento senza ostacoli".
E nel "**bagno** è preferibile la forma quadrata o rettangolare larga piuttosto che lunga e stretta, che riduce nettamente lo spazio dove passare una volta collocati i sanitari".

Le **porte** dovrebbero essere di "misura regolamentare (min. 75 cm in casa, 80 cm per l'ingresso), con apertura verso l'interno della stanza, ancora meglio se con porte scorrevoli, preferibilmente con anta singola e non doppia, con maniglie comode e ad altezza regolamentare (tra 85 e 95 cm), di forma particolare in caso di soggetti che hanno difficoltà motorie alle mani (es. pomelli verticali per porte scorrevoli ecc.), senza rialzi della soglia o peggio scalini in corrispondenza della stessa".

E i **pavimenti** dovrebbero essere privi di irregolarità e rialzi: "meglio evitare le piastrelle a superficie irregolare e con fughe larghe; non devono essere eccessivamente scivolosi (evitare le cere); da evitare anche i pavimenti disposti su più livelli, soppalchi e gradini".

Le **scale**, oltre a rispettare i limiti di misura di pedata e alzata, "devono essere sempre fornite di ringhiera e parapetto di altezza regolamentare (1 m), evitando le ringhiere ad elementi orizzontali (che facilitano l'arrampicata dei bambini) o che abbiano varchi troppo ampi tra un elemento e l'altro (>10 cm), dove un bambino possa passare o gli possa scivolare un piede o una gamba se appoggiati; sarebbe utile avere un corrimano anche sul lato del muro; i gradini dovrebbero sempre avere la striscia antiscivolo sul bordo; se ci sono bambini, sarebbe opportuno applicare un cancelletto che impedisca l'accesso all'inizio e alla fine della scala".

Capitolo a parte quello relativo agli **arredi**, che dovrebbero seguire alcune norme elementari, soprattutto se in casa vi sono anziani, bambini o disabili:

- "evitare mobilio con angoli aguzzi e sporgenti e nel caso utilizzare i paraspigoli, soprattutto in presenza di bambini;
- preferire letti non eccessivamente bassi e con sponde imbottite, non troppo larghe, senza testiera ai piedi del letto, e disporli in maniera tale da avere ai lati del letto spazio sufficiente per muoversi e manovrare ausilii per la deambulazione;
- levare i tappeti, soprattutto se spessi, o eventualmente porre al di sotto le retine antiscivolo;
- fornire un'adeguata illuminazione, con punti luce anche nei punti di passaggio oltre che al centro degli ambienti, e con interruttori posizionati in maniera da non dover percorrere tratti al buio per accendere o spegnere la luce nell'ambiente;
- in cucina, lasciare spazio di manovra tra i fornelli, i piani adiacenti e il tavolo; non mettere sedie che intralcino il passaggio o impediscano l'accesso a mobili e piani di lavoro; preferire il forno posizionato in alto e gli sportelli dei pensili con anta a ribalta verso l'alto, che evitano l'urto del capo se lasciati aperti;
- in bagno, preferire il piano della doccia a pavimento, l'entrata del box scorrevole e di misura di almeno 60 cm; evitare di posizionare il water negli angoli o in modo che sia difficilmente raggiungibile da una persona che utilizzi ausilii per la deambulazione (ad es. incastrato tra altri sanitari o tra i sanitari e la lavatrice); se ci sono anziani o disabili, al posto del bidet posizionare le apposite docce a lato del water, che rendono facile, autonoma e sicura l'igiene personale, e preferire la doccia alla vasca;
- fissare alle pareti i mobili alti e pesanti (come le librerie) o per qualche motivo instabili;
- posizionare il telefono in maniera che sia facilmente raggiungibile senza ostacoli o inciampi, possibilmente in più stanze, oppure dotarsi di un apparecchio cordless da portarsi appresso negli spostamenti, evitando così di dover precipitarsi a rispondere in un'altra stanza o scavalcando ostacoli e correndo il rischio di cadere;
- se ci sono bambini, rimuovere da sotto le finestre e da sotto i parapetti dei balconi tutto ciò che possa costituire un appoggio per scalare verso l'alto (vasi, sgabelli, tavolini, mobiletti, sedie ecc.);
- se i parapetti di finestre e balconi sono bassi, alzarli tramite ringhiere o reti che non forniscano appigli per arrampicarsi;
- posizionare apparecchi ed elettrodomestici in maniera che non vi siano fili volanti o pendenti dal piano di appoggio, o che attraversano la superficie del pavimento;
- non posizionare oggetti pesanti in alto sul bordo di scaffali o mensole per evitare che cadano accidentalmente o perché afferrati".

Nel documento si rammenta poi che spesso le persone anziane, i bambini piccoli o i disabili, "vengono **affidati alla cura di**

altre persone, frequentemente anche estranee alla famiglia (babysitter, badanti ecc.)".
In questo caso è necessario che queste persone "siano adeguatamente preparate a sorvegliare ed assistere, in maniera tale da prevenire il rischio di infortuni domestici; se vi sono bambini, si deve insistere perché non venga mai meno la presenza e la supervisione dell'adulto dovunque si trovi il bambino; per gli anziani e i disabili, è utile che chi assiste conosca le difficoltà della persona, i disturbi che presenta, i farmaci che assume, e che sia addestrato al corretto utilizzo degli ausilii di cui la persona eventualmente è fornita".

Per concludere l'autrice sottolinea che se le diverse abilità di bambini, anziani e disabili possono essere fattori di rischio per gli infortuni domestici, "sono **auspicabili cambiamenti e innovazioni alle politiche sociali ed edilizie** utili a ridurre e prevenire questo rischio".

" Infortuni nelle abitazioni. Manuale tecnico per gli operatori della prevenzione", a cura del Gruppo Sicurezza Abitazioni ? Piano nazionale della prevenzione - coordinatore del gruppo di lavoro: Valentino Patussi (formato PDF, 8.51 MB).

Tiziano Menduto

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

---

www.puntosicuro.it