



BETTEN®

¿Qué debe tener tu casa si estás al cuidado de un adulto mayor?

Lo ideal para el ser querido bajo tu cuidado es que siga viviendo en su propia casa pero con alguien que lo ayude y acompañe. Sin embargo, no siempre es posible. Una primera opción que te recomendamos evaluar es que viva en el hogar de algún familiar, antes de elegir la alternativa de llevarlo a una residencia para el adulto mayor. Sea donde sea que viva, es preciso que los espacios estén adaptados a sus necesidades y que cuente con la mayor cantidad de herramientas que hagan de su estadía una segura y confortable.

Instrucciones: Indica Sí o No tu casa cuenta con los siguientes elementos.

DORMITORIO



1. Cama clínica o con barras/barandas para afirmarse y que permita reclinarsse o elevarse.
2. Piso alfombrado o con alfombra.
3. Campanilla o monitor de audio o video.

BAÑO



4. Silla de baño para tina/bañera o para receptáculo de ducha (según sea lo que tenga en su baño).
5. Barras de agarre para ducha o tina/bañera.
6. Piso antideslizante.
7. Alza baño o baño portátil (WC).

MOVILIDAD GENERAL



8. Bastón, andador o silla de ruedas.
9. Cojines antiescaras o alzador para silla de ruedas.
10. Pasamanos o barandas.

ALIMENTACIÓN



11. Mesa de apoyo especial o adaptable a silla de ruedas y/o cama clínica.
12. Plato especial con bordes internos para evitar derrames de comida.
13. Cubiertos ergonómicos para comer.
14. Bombillas de acero inoxidable o desechables de papel para beber.

Si tienes entre 11 y 14 "sí", tu casa está lista para que tu ser querido tenga una estadía cómoda y segura.

Si tienes entre 7 y 10 "sí", tu casa está en plena capacidad para comenzar a cuidar a tu adulto mayor en ella.

Si tienes entre 4 y 6 "sí", asesórate con profesionales de la salud para saber bien cómo habilitar tu casa para recibir al adulto mayor que necesita cuidados.

Si tienes entre 1-3 "sí", es importante que reconsideres tu decisión de cuidar a un adulto mayor en casa.