

ELEMENTOS PARA LA VIDA DIARIA Y ACCESIBILIDAD

SILLA DE DUCHA ADAPTADA

1. ASPECTOS TÉCNICOS GENERALES

A. DESCRIPCIÓN GENERAL

Una silla de ducha adaptada es un dispositivo que permite posicionar a la persona sentada cómodamente y segura tanto en la ducha como tina de baño, con el objetivo de facilitar las actividades de higiene mayor ya sea de forma independiente como dependiente.

¿Qué beneficios tiene la utilización de una silla de ducha adaptada?

- Brindar confort para los usuarios y/o cuidadores.
- Seguridad y estabilidad en la ducha y el aseo diario.
- Mayor capacidad de independencia para el usuario según sus capacidades.
- Adaptabilidad a las diferentes necesidades de los usuarios y/o cuidadores.

B. COMPONENTES GENERALES:

Los principales componentes de una silla de ducha adaptada son:

- Estructura: Plástico o metal (aluminio).
- Respaldo y asiento: Plástico o tela.
- Seguridad: Cinturón ajustable, soporte de cabeza y/o laterales (tronco).
- Apoya brazos: Abatibles o fijos.
- Antideslizante: Cuatro patas.
- Base de tina: Permite alzar el dispositivo.

C. INDICACIONES Y CONSIDERACIONES GENERALES

Las sillas de ducha adaptada están recomendadas para ser usados por personas con discapacidad física y/o movilidad reducida, asociada principalmente a las siguientes condiciones de salud: Parálisis cerebral según compromiso funcional moderado, severo o grave, lesión medular congénita o adquirida, enfermedades neuromusculares según compromiso funcional moderado, severo o grave, desórdenes genéticos relacionados con debilidad, enfermedades degenerativas, otras condiciones de salud asociadas a debilidad y parálisis muscular.

D. FAVORECE O FACILITA

Esta ayuda técnica facilita actividades de la vida diaria básicas, favoreciendo la independencia según el compromiso funcional de la persona, lo que impacta en el bienestar emocional. Además, de permitir una menor sobrecarga al cuidador cuando existe una mayor dependencia, en este tipo de actividades.

2. TIPOS

2.1 SILLA DE DUCHA ADAPTADA

A. COMPONENTES ESPECÍFICOS

- Estructura: De material plástico o aluminio.
- Respaldo y asiento: Tela de tejido suave de nylon, secado rápido y lavable.
- Ángulo de asiento y respaldo: Cinco posiciones que se pueden realizar con una mano en distintos grados (0, 22,5, 45, 67,5 y 90 grados).
- Seguridad: Correa de cintura con velcro ajustable.
- Comodidad: Cojín de cabeza o soporte lateral (tronco), cojín abductor y soportes para las piernas.
- Antideslizantes: En sus cuatros patas, las cuales además son regulables en altura (18 centímetros máximo).
- Talla: pequeña, media y grande (medidas máximas: profundidad 41,9 centímetros, altura respaldo 81 centímetros, largo 127 centímetros).
- Peso: 30 a 80 kilos, según tamaño.



Imagen número 1: Fotografía referencial de silla de ducha adaptada.

B. RECOMENDACIONES

Para indicar una silla de ducha adaptada se debe determinar si la persona cumple con las condiciones físicas mínimas para utilizarlo y el espacio físico en donde se ubicará esta. Se debe tener presente las medidas de la ayuda técnica (ver apartado de componentes específicos).

El objetivo principal que posee la indicación de una silla de ducha adaptada, es facilitar y fomentar la realización de higiene personal mayor, ya sea de manera independiente o por un tercero de forma cómoda y segura.

Dependiendo del nivel de compromiso funcional, se deben utilizar los elementos de seguridad como, cinturón de seguridad, cojín de apoyo cefálico y/o cojín lateral (tronco), soporte de piernas y/o cojín abductor.

Tener en consideración regular la altura para facilitar la transferencia de la persona de manera independiente o por un tercero, de ser así existe la opción de soporte para su utilización.

C. CONTRAINDICACIONES

Exceder el peso y altura máxima según las recomendaciones técnicas del proveedor (debe revisar manual del dispositivo).

D. USOS Y CUIDADOS

Su uso es exclusivamente para las actividades de higiene mayor, los materiales permiten que se moje, pero de igual manera antes de plegarla y guardar, asegurarse que este seco tanto la estructura como el material del respaldo y asiento, además de los accesorios que esta posee. Revisar según indicaciones de fabricación la durabilidad de los antideslizantes que tienen las cuatro patas y sistemas de sujeción.

APOYO BIBLIOGRÁFICO

- Fondo Nacional de la Discapacidad, Universidad Mayor (2009). Catálogo de prescripción de Ayudas Técnicas.