

Modificación del Hogar: Como Lograr Hacerlo



La inversión es clara. La gente quiere vivir independientemente en su propio hogar a medida que envejece haciendo cambios simples (modificaciones en el hogar) pueden ayudarlos. Entonce por que mas gente no hace estos cambios? Considere estos mitos comunes... y la realidad.

MITO	REALIDAD
El hogar es el lugar para estar más seguro.	Las casas pueden contener muchos riesgos de seguridad que de no atenderlo, pueden provocar caídas.
Hacer mi hogar más seguro costará demasiado.	Muchos cambios son baratos y fáciles, como cambiar la iluminación y remover tapetes.
Modificaciones en el hogar harán que mi casa se vea como un hospital.	Hay varios productos diseñados para combinar con el estilo y la decoración de su hogar.
Los inquilinos no pueden hacer cambios a sus hogares.	Bajo la enmienda a la ley Vivienda Justa, los propietarios deben permitir peticiones razonables de modificación.

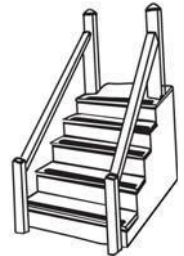
Examine las siguientes áreas en su hogar y u lice estos consejos para hacer su hogar más seguro:

Pisos y Alfombras

- ✓ Acomode sus muebles dejando una área libre para caminar
- ✓ Retire o asegure alfombras o tapetes utilizando almohadillas de agarre para alfombras

Escaleras Interiores y Exteriores

- ✓ Tome su tiempo! El apresurarse es una de las causas principales de caídas
- ✓ Mantenga las escaleras libres de obstáculos y considere instalar pasamanos a cada lado
- ✓ Mantenga las escaleras bien iluminadas y señale las orillas de los escalones con pintura o cinta adhesiva contrastante

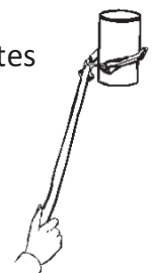


Baños

- ✓ Coloque las tiras antideslizantes en los pisos de las bañeras o duchas y asegure las alfombras del baño Para mayor seguridad, instale pasamanos en la bañera, ducha y al lado del inodoro
- ✓ Instale una regadera de mano ajustable

Cocina

- ✓ Coloque los objetos mas pesados y de uso frecuente a su alcance
- ✓ Si usted tiene que subir para poder alcanzar algunos objetos, utilice una escalera de mano con barra de seguridad o pasamanos
- ✓ Use una agarradera larga para alcanzar aróculos ligeros que se encuentren en los gabinetes



Dormitorios

- ✓ Ponga una lámpara a su alcance junto a la cama
- ✓ Utilice una luz de noche para guiar el camino entre su dormitorio y baño
- ✓ Considere sentarse al vestirse y utilice un calzador que le ayude a ponerse el zapato con facilidad