

10 MANERAS

DE MANTENER A TU SER QUERIDO SEGURO EN CASA

Hay muchas consideraciones que tener en mente cuando se crea un hogar seguro para tus seres queridos con enfermedades de demencia o Alzheimer's. Aquí hay 10 pasos que puedes tomar hoy.

WOMEN'S
ALZHEIMER'S
MOVEMENT



10 MANERAS

DE MANTENER A TU SER QUERIDO SEGURO EN CASA

1. Cuidado con peligro de caerte.

Alfombras, zapatos, juguetes y muebles no asegurados o tablas del piso sueltas pueden causar peligro de caídas. Asegúrate de mantener el piso libre de estos artículos u otro desorden.

2. Asegúrate de tener iluminación apropiada.

Asegúrate que todos los pasillos y habitaciones tengan iluminación directa. Usa luces nocturnas y temporizadores para tener visibilidad clara a todas horas del día.

3. Cuarto de lavado.

Mantén los productos de limpieza incluyendo detergentes, blanqueadores, detergente en cápsulas, etc., en envases originales y en un gabinete con cerradura de seguridad.

4. Seguridad en el baño.

Todas las duchas, tinas de baño, e inodoros deberían tener barras de seguridad y manijas para uso y movilidad segura. Usa tapetes y adhesivos antideslizantes dentro y fuera de la ducha.

5. Seguridad en la cocina.

Cerraduras en las perrillas de la estufa pueden evitar quemaduras o incendios accidentales. Si es posible, cambia a una estufa de convección o eléctrica. Cuchillos y objetos afilados deberían ser guardados bajo llave.

6. Medicamentos y otras sustancias.

Asegúrate que tus medicamentos y el alcohol se mantengan bajo llave y fuera de vista.

7. Escalones y pasillos exteriores.

Escaleras y escalones deberían tener pasamanos o barras de apoyo y estar bien iluminados. Repara grietas o piedras sueltas en la pasarela.

8. Área de piscina.

Instala una puerta de seguridad y mantenla cerrada. Considera una alarma y cubierta de piscina y también cámaras para monitorear el área externa. Todos los químicos de la piscina deberían ser guardados bajo llave.

9. Herramientas y equipo.

Mantén cuchillas afiladas, herramientas y armas de fuego en un gabinete con cerradura de seguridad. Cualquier equipo motorizado, como cortacéspedes, sopladores de hojas, etc., deberían guardarse fuera del alcance.

10. Pon a la tecnología a trabajar para ti.

Usa un timbre de video que avise cuando alguien salga o entre a tu casa, en caso de que tu ser querido se aleje. Instala sensores de movimiento y cámaras que avisen si alguien esta afuera de la casa o se caiga dentro de la casa. Instala cámaras interiores e invierte en un brazalet de identificación y seguimiento por GPS.

Para mas recursos e información sobra la demencia y enfermedad de Alzheimer's, visita Women's Alzheimer's Movement en womensalzheimersmovement.org.

Este guía de 10 Maneras fue posible con el apoyo y colaboración de Proctor & Gamble.