

PISOS ACCESIBLES

Viviendas accessibles

Subvencionado por:



Créditos:

TÍTULO: VIVIENDAS ACCESIBLES

COORDINACIÓN Y ELABORACIÓN DE CONTENIDOS: LIDIA MARTÍN MOLPECERES, TERAPEUTA OCUPACIONAL Y ESPECIALISTA EN ACCESIBILIDAD Y DISEÑO PARA TODOS DE ASPAYM CASTILLA Y LEÓN, LIDIA MARTÍNEZ RUIZ, TERAPEUTA OCUPACIONAL DE FEDERACIÓN NACIONAL ASPAYM

SUBVENCIONADO POR: SUBVENCIÓN PARA LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE INTERÉS GENERAL CON CARGO A LA ASIGNACIÓN TRIBUTARIA DEL IMPUESTO SOBRE LA RENTA DE LAS PERSONAS FÍSICAS DEL AÑO 2017 DEL MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIO SOCIALES E IGUALDAD Y FUNDACIÓN ONCE

RESPONSABLE EDICIÓN DIGITAL: FEDERACIÓN NACIONAL ASPAYM Y FUNDACIÓN ASPAYM CASTILLA Y LEÓN

DISPONIBLE ESTA PUBLICACIÓN EN: ACCESIBILIDAD.ASPAYM.ORG

EDITA: @FEDERACIÓN NACIONAL ASPAYM. XZX

1ª EDICIÓN ELECTRÓNICA: DICIEMBRE DE 2018

ÚLTIMA REVISIÓN: 20/12/2018

INTRODUCCIÓN

La vivienda accesible tiene que cumplir unas condiciones óptimas para que nos podamos desenvolver con la mayor autonomía, comodidad y seguridad posible.

Es por ello que, los requisitos que te indicamos a continuación basados en la normativa en vigor pueden que sean insuficientes para ti, o bien no necesites que tu casa cumpla todos ellos para poder vivir cómodamente. Esta guía está dirigida a orientaros sobre las condiciones que indica la normativa para que una vivienda pueda considerarse accesible, y buenas prácticas para conseguirlo.

Recuerda que cada persona es única con sus características y necesidades, y la adaptación de los espacios es compleja. En este sentido, te recomendamos que acudas a los técnicos en accesibilidad de ASPAYM para una orientación y asesoramiento individualizado sobre tus capacidades y necesidades.



PORTALES Y RELLANOS

Rellanos: espacio libre de giro de 150 centímetros (cm) de diámetro para poder maniobrar y acceder con comodidad. Evita las luces con temporizador no automáticas.

En algunas ocasiones, en el portal podemos encontrar escalones aislados fácilmente salvables a través de una rampa que puede requerir obras, o bien ser portátiles:

○ RAMPA

- Para tramos de rampa de menos de 3 metros (m), la pendiente longitudinal máxima será del 10%.
- Para tramos de rampa entre 3 y 6 m, la pendiente máxima será del 8%.
- Para tramos de rampa que superen los 6 m (nunca más de 9 m de longitud), la pendiente será como máximo del 6%.
- La pendiente transversal nunca superará el 2%.
- Si la rampa supera el 6% o salva una altura superior a 55 cm, se puede dotar de pasamanos y zócalo lateral de protección para que sea más segura.

○ ASCENSOR: CONDICIONES ÓPTIMAS DE ACCESIBILIDAD

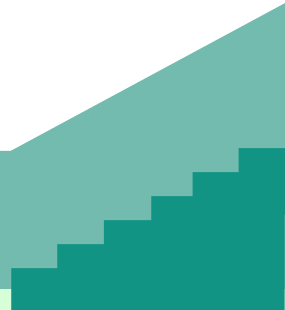
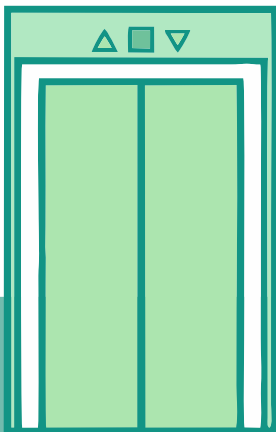
- La puerta de acceso necesita un mínimo de 0,80 m de ancho.
- Espacio libre de giro de 150 cm de diámetro para poder maniobrar y acceder con comodidad.



- Espacio interior de la cabina: 1,10 m de ancho por 1,40 m de longitud (en algunas situaciones se permite que la cabina tenga unas dimensiones inferiores de 1m de ancho por 1,25 m de longitud), y la instalación de un pasamanos a una altura de 90 cm en todo el perímetro.
- Las botoneras en braille, alto relieve y contrastadas cromáticamente, se situarán a una altura del suelo de entre 80 y 120 cm.
- El número de la planta a la que llega el ascensor estará situado a la derecha de este en sentido salida en la misma jamba del ascensor.

Dependiendo de las necesidades de cada persona y el tipo de vivienda se pueden instalar diferentes tipos de elementos elevadores como pueden ser:

- Plataformas salvaescaleras (suspendidas sobre la escalera).
- Elevadores verticales (similares a ascensores, pueden ser abiertos o cerrados y no requieren de la existencia de foso).
- Salvaescaleras manuales como orugas (sistemas más económicos que no requieren de instalación. Son menos cómodos de usar por parte de la persona y no los podrá utilizar de forma independiente).



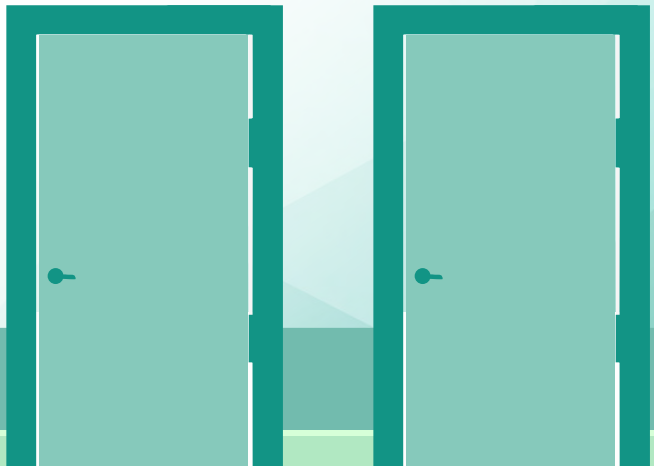
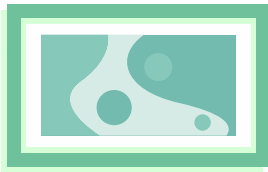
LAS PUERTAS DE CASA

- Se recomienda que el ancho de las puertas sea de 80 cm. (Si al abrir la puerta, el pomo de la puerta topa con un radiador o la pared, puede reducir este ancho varios centímetros).
- Si el pasillo de la casa es demasiado estrecho y no se puede maniobrar para pasar de frente a la puerta, te recomendamos que las puertas de las habitaciones sean más anchas de 80 cm, y así de este modo podrá pasar tu silla de forma oblicua a la hora de girar para entrar en la habitación.
- Si existe una puerta de vidrio o una superficie acristalada que sea difícil de detectar, es necesario que la señalices mediante colores contrastados a la altura de los ojos de un adulto y un niño para así facilitar su localización y evitar accidentes.
- Las puertas no deben de pesar para que se puedan empujarlas sin dificultad.
- A ambos lados de la puerta debe existir un espacio libre que permita inscribir una circunferencia de 120 cm de diámetro libre del barrido de la hoja de la puerta (este espacio es necesario para que puedas maniobrar sin dificultades a la hora de abrir y cerrar).
- Los pomos de fácil accionamiento se situarán a una altura entre 80 y 120 cm con respecto al suelo. Evita los pomos que requieran el giro de muñeca, y utiliza los pomos en forma de L o C.
- Existen múltiples mecanismos domóticos en el mercado que posibilitan que tu puerta se abra mediante un mando a distancia, pulsador o dispositivos similares.



PASILLOS

- Se recomienda que el ancho del pasillo sea de 120 cm (la normativa marca 110 cm).
- No debe presentar ningún obstáculo. Evitar colocar alfombras u otros elementos
- El vestíbulo de acceso tendrá un espacio libre de 150 cm de diámetro para girar y maniobrar cómodamente.
- Evitar colocar alfombras u otros elementos.



HABITACIÓN

- Se recomienda que exista un espacio entre un lado de la cama y la pared de 120 cm (la normativa marca 90 cm). Si necesitas hacer la cama, precisarás un espacio en el otro lado de 90 cm.
- Espacio libre de giro de 150 cm de diámetro para poder maniobrar y acceder con comodidad.
- Es conveniente tener un espacio libre de giro de 120 cm de diámetro frente a armarios, cajones, etc.
- Cajones y percheros extraíbles.
- Puertas de los armarios correderas. La altura de los pomos estará comprendida entre 80 y 120 cm y serán de fácil agarre.



- La mesa tendrá un espacio libre mínimo: anchura de 80 cm, altura de 70 cm y un fondo de 60 cm para que una persona en silla de ruedas pueda aproximarse frontalmente
- Los enchufes e interruptores de luz estarán a una altura entre 40 y 120 cm.
- Si vas en silla de ruedas, es aconsejable que las ventanas estén a una altura máxima de 1 m para que puedas ver el exterior desde la silla.



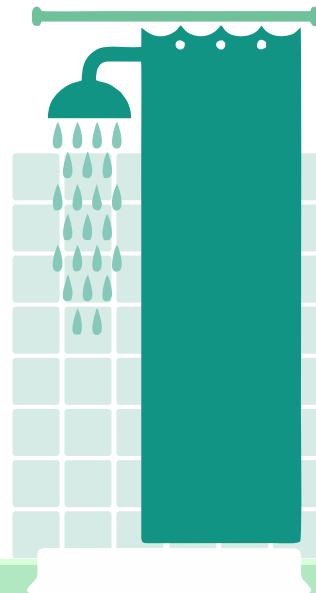
EL BAÑO

○ PUERTAS DE BAÑO

- Las puertas de baño serán abatibles hacia el exterior o correderas, y es conveniente que puedan desbloquearse desde el exterior.
- El pomo de la puerta tendrá una altura de 80 cm.
- Si la puerta de tu baño es inferior a 80 cm de ancho, y no es posible que pase tu silla de ruedas de calle, existen en el mercado múltiples alternativas para acceder con una silla de baño como las de sillas de baño de ruedas pequeñas que tienen un ancho a partir de 55 cm.
- Espacio libre de giro de 150 cm de diámetro para poder maniobrar y acceder con comodidad.

○ PLATO DE DUCHA

- Se recomienda que el suelo sea sumidero o el plato esté completamente enrasado con medidas aproximadas de 120 cm de largo por 80 cm de ancho. El pavimento será antideslizante.
- Para realizar la transferencia lateral al asiento de ducha es necesario que exista un espacio libre de 80 cm.
- Si dispones de un asiento de ducha, te recomendamos que su altura desde el suelo sea de 40 a 45 cm. Al lado del asiento, puedes instalar barras de apoyo horizontal de forma perimetral en al menos dos paredes que formen esquina y una barra vertical en la pared a 60 cm de la esquina o del respaldo del asiento. La barra horizontal al lado opuesto de la transferencia tendrá un largo de 75 cm y a una altura entre 70 y 75 cm.



○ INODORO

- El inodoro tendrá una altura entre 45 y 50 cm. Se aconseja utilizar un alza para ajustar la altura. Es necesario tener un espacio lateral (al menos a un lado) de 80 cm de ancho para que permita realizar la transferencia lateral desde la silla.
- Las barras que se coloquen en el inodoro serán abatibles, separadas 65-70cm, centradas con el inodoro, y a una altura de entre 70-75 cm. Si está al lado de la pared, será suficiente con una barra fija en paralelo al suelo.

○ LAVABO

- El lavabo dispondrá de un espacio libre mínimo de 70 cm de altura por 50 cm de profundidad, y la altura del lavabo no superará los 85 cm.
- Los accesorios del lavabo, como el toallero, jabón, etc. se colocarán a una altura comprendida entre 70 y 120 cm.
- La grifería, preferiblemente monomando y con regulador de temperatura deberá estar a tu alcance, a unos 60 cm del asiento.
- El espejo será grande y su parte baja se situará a partir de 90 cm, permitiendo que puedas verte.



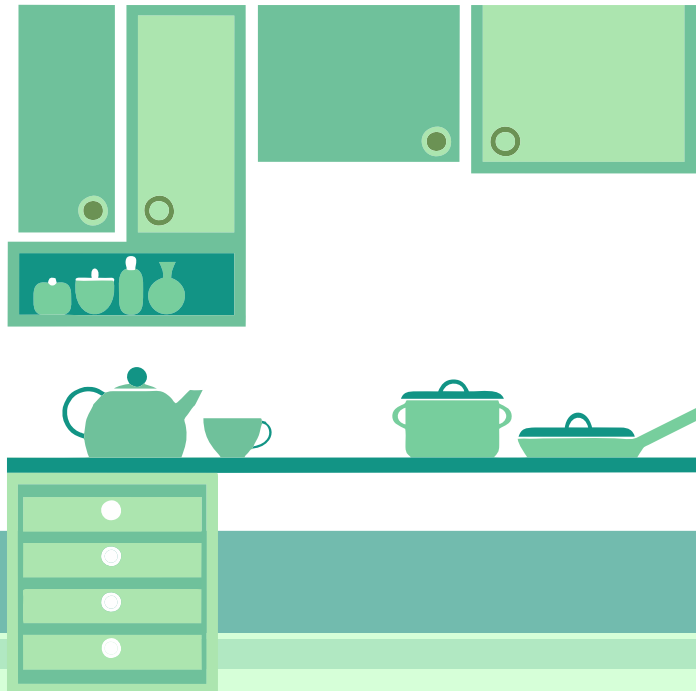
ZONAS DE ESTANCIA. COMEDOR

- La disposición del mobiliario tiene que permitir, en algún punto de la estancia, un espacio de giro de 150 cm de diámetro.
- Se recomienda tener un espacio libre de giro de 120 cm de diámetro frente a armarios, cajones, etc.
- La mesa tendrá un espacio libre mínimo: anchura de 80 cm, altura de 70 cm y un fondo de 60 cm para que una persona en silla de ruedas pueda aproximarse frontalmente
- Evita colocar alfombras en el suelo y tener cables u otros elementos que puedan suponer un obstáculo, tanto si vas en silla como si caminas.



COCINA

- La disposición de la cocina es preferible en L o en U para reducir los desplazamientos. Como en cualquier estancia, es recomendable que exista un espacio libre de giro de 150 cm de diámetro para poder maniobrar y acceder con comodidad, y el paso mínimo entre muebles será de 80 cm.
- Fregadero y cocina: La altura estará entre 80 y 85 cm, y dispondrá de un espacio inferior que permita la aproximación frontal con una altura libre por debajo de 70 cm, 80 cm de ancho y 60 cm de profundidad.
- La profundidad de la encimera se recomienda que tenga una profundidad mayor de 60 cm para que el alcance sea óptimo. Las bandejas giratorias permiten un mejor alcance de aquellos elementos que están sobre la encimera.
- Se recomienda cajones extraíbles para que se extraigan enteros.



MECANISMOS

- Los mecanismos (válvulas y llaves de paso, cuadros eléctricos, intercomunicadores, etc.) se situarán a una altura entre 80 y 120 cm. Las tomas de corriente o señal (enchufes) se colocarán a una altura entre 40 y 120 cm.
- Los mecanismos estarán distanciados a encuentros en rincón de 35 cm como mínimo para que te puedas aproximar con tu silla.
- Los interruptores y pulsadores se activarán por presión. Evita los interruptores y mecanismos que requieran del giro de muñeca.

TERRAZAS Y ESPACIOS EXTERIORES COMO JARDINES

- Dispondrán de un espacio de giro de 120 cm de diámetro mínimo libre de obstáculos. La carpintería estará enrasada con el pavimento o con resalto de cercos inferior a 5 cm para facilitar el paso de entrada y salida.



SI TIENES UNA DISCAPACIDAD AUDITIVA

- Tu vivienda debe tener un avisador luminoso y sonoro de timbre de apertura de la puerta del edificio y de la vivienda visible desde todos los espacios de tu casa.
- Bucle magnético y video comunicador bidireccional, que te permita ver y comunicarte por lengua de signos con tus visitas, para apertura de la puerta del edificio.



