

ADAPTACIONES DEL HOGAR

PARA EL
ADULTO MAYOR

Adaptaciones del hogar para el adulto mayor

Seguridad e independencia

Introducción

- 1** Adaptaciones en el hogar: ¿costosas? ¿Imprescindibles?
- 2** Adaptaciones en la entrada de la casa: más necesarias que costosas
- 3** Apoyos necesarios en diferentes áreas del hogar
- 4** Soluciones eficientes para la seguridad en el baño
- 5** Asesorías BETTEN para un hogar más seguro e independiente



Introducción



Según datos de la OMS, condiciones como osteoartritis, demencia y pérdida de la visión y la audición son algunos de los desafíos a que enfrentan nuestros viejitos.

Conocer sus necesidades específicas y las soluciones que tenemos disponibles para satisfacerlas es clave preservar su calidad de vida.

El primer paso es reconocer a tiempo los signos de que nuestros abuelos empiezan a necesitar ayuda adicional; señales sutiles pero críticas sobre su desempeño físico, cognitivo y emocional.

El siguiente paso es saber bien qué hacer ante la aparición de cada una de esas señales.

Para ello, hay que conocer a fondo las opciones disponibles para responder al reto de preservar la calidad de vida de nuestros seres queridos en la edad de oro. Así se podrá tomar una decisión más certera a la hora de adoptar una solución concreta para su bienestar.

Cada barra instalada, cada rampa añadida o cada conversación honesta son actos de amor que evitan tragedias. El costo de ignorar estas señales es alto: según la OMS, el 20% de las caídas en adultos mayores derivan en fracturas o discapacidad permanente.

La buena noticia es que, con las asesoría adecuada, los desenlaces indeseables son perfectamente prevenibles.

An elderly woman with short, wavy grey hair stands in a bright, modern living room. She is wearing a light grey, long-sleeved top with horizontal stripes and a matching skirt. Her hands are clasped over a dark wooden cane. She is wearing brown loafers with colorful floral embroidery. The background features a beige sofa, a white rug, and potted plants. The text '1' is centered over her chest.

1

Adaptaciones en el
hogar: ¿costosas?
¿Imprescindibles?



La creencia de que las adaptaciones del hogar para ofrecer seguridad y comodidad al adulto mayor son un lujo es un mito peligroso.

Al contrario, no actuar ante la aparición de señales de alerta en el desempeño diario de nuestros abuelos cuesta más.

Datos de la OMS muestran que 1 de cada 3 adultos mayores sufre una caída al año, muchas con consecuencias graves: fracturas, hospitalizaciones o pérdida de independencia.

Pequeñas inversiones en pro de la movilidad e independencia del adulto mayor previenen emergencias y transforman vidas.

Por ejemplo, tratar una fractura de cadera en Latinoamérica puede superar los 30 000 USD, mientras que instalar una barra de soporte cuesta, cerca de \$16 más la mano de obra. ¿Qué conviene más?

Adaptar el hogar para brindar seguridad al adulto mayor es una inversión en su bienestar.

Doña Carmen: de víctima a consejera de seguridad



Doña Carmen, de 78 años, siempre fue independiente y familiar. Le gustaba cocinar para sus hijos y nietos, ir de compras y andar muy bien arreglada.

Una tarde, resbaló al salir de la tinay se fracturó la muñeca.

Depender de su familia durante semanas le resultó más doloroso que la lesión.

Tras recuperarse, su hija adaptó el baño: instalaron barras de soporte y el adaptador **SimplyCut** para tina de BETTEN, que facilita el acceso.

Al principio protestó: "¡Este baño parece de hospital!".

Pero pronto valoró los cambios: "Ahora me baño sin miedo a caerme. Yo pensaba que eran exageraciones de mi hija, pero la verdad es que habría sido mejor hacer esta adaptación antes de sufrir ese accidente".

Con adaptaciones de bajo costo, Carmen aprendió que prevenir no es exagerar, sino cuidar.

Hoy, Carmen se propone convencer a sus amigas: "Un baño seguro no es un lujo... ¡es una necesidad!".

Áreas críticas de la casa para la **seguridad** del adulto mayor

Baño: epicentro del riesgo

Donde ocurre el 80% de las caídas, según datos de la OPS.

Soluciones clave:

- Barras de seguridad junto al inodoro y ducha.
- Suelos antideslizantes (adhesivos o alfombras de goma).
- Duchas a ras de suelo
- Adaptador SimplyCut: convierte tu tina en un espacio seguro en horas, sin obras costosas.
- Apoyos diversos para el uso del inodoro: existen numerosas soluciones diseñadas para proporcionar mayor seguridad y comodidad, que facilitan el uso del inodoro sin esfuerzo ni riesgo de caídas.

Escaleras: obstáculo salvable

Las escaleras representan un factor de riesgo de caídas significativo para los adultos mayores, en especial las ubicadas en el portal de la casa.

La recomendación general es evitar o eliminar todo desnivel que sea posible tanto en interiores como en áreas que conectan el interior con el exterior.

Asimismo, existen varios recursos que pueden ayudar a minimizar el riesgo en escaleras, pasillos y entradas:

- Rampas portátiles para escalones aislados o desniveles
- Pasamanos dobles
- Iluminación con sensores
- Barras de seguridad para soporte adicional
- Ampliación de puertas

Dormitorio: seguridad nocturna

Para preservar la autonomía de nuestros adultos mayores, conviene ofrecerles seguridad durante las horas en que no nos encontramos con ellos. Esas condiciones se logran con una serie de medidas, tales como:

- Camas ajustables en posición y altura (hay opciones para todos los presupuestos).
- Luces automáticas (con sensores de movimiento que les permitan encenderse y apagarse solas).
- Pisos libres de obstáculos y riesgos como alfombras que se enrollen o doblen al contacto.
- Barandas anticaída para camas: se colocan alrededor de la cama, para evitar caídas y servir como punto de apoyo.

A close-up photograph of a person sitting in a wheelchair, positioned on a white, corrugated metal ramp. The person is wearing a grey jacket and tan trousers. A blue and red striped strap is visible across their lap. The wheelchair has large black wheels with silver spokes and a smaller front wheel. The ramp is placed on a patch of grass and dirt. The background shows a wooden table and a checkered floor.

2

Adaptaciones en la
entrada de la casa:
más necesarias
que costosas

BETTEN



Entrar y salir de casa con libertad y seguridad es parte crucial del bienestar del adulto mayor, pues permite su participación social y mantiene su autoestima y movilidad.

Por eso, ofrecerle seguridad en el área de transición entre su hogar y el vecindario es una forma de apoyar su salud.

Cunado el diseño de una casa responde más a estándares arquitectónicos que a necesidades específicas de quienes empiezan a moverse menos ágilmente, se hace indispensable incorporar elementos de apoyo.

De todos, los más útiles, accesibles y fáciles de instalar son las rampas y las barras.

Rampas de acceso

Son superficies sobrepuestas que cubren escalones o desniveles. Con ellas se facilita el desplazamiento seguro de personas con movilidad reducida, especialmente adultos mayores o quienes usan sillas de ruedas o andaderas; y se reduce el riesgo de caídas en un 60%.

Barras de seguridad

Estructuras —de metal o plástico reforzado— que se instalan en paredes, para brindar soporte al subir o bajar escaleras o desniveles, abrir o cerrar la puerta de entrada, recorrer pasillos largos o zonas con pisos lisos, o bien usar diversas áreas del baño.

Rampa de acceso BETTEN

Una característica popular y estéticamente atractiva de muchas casa en Chile limita el acceso de quienes se trasladan en silla de ruedas a sus hogares y reduce su participación social: la entrada con escalinatas.

Como solución, BETTEN ofrece la rampa de acceso. **Portátil, plegable** y elaborada en **aluminio de alta resistencia**, esta rampa empodera al adulto mayor al facilitar su salida y entrada de casa, contribuyendo con su salud emocional.

Cualquiera de sus dos versiones (de **70 o 150 cm** de ancho) cuenta con una **superficie antirresbalante** que reduce el riesgo de caídas. La rampa es parte de una **solución integral** de BETTEN: nuestro equipo técnico evalúa el espacio, recomienda el modelo ideal y se encarga del montaje profesional.

Solo necesitas contactarnos para agendar una visita y mejorar la calidad de vida de tu adulto mayor.



An elderly woman with short, wavy blonde hair is descending a wooden staircase. She is wearing a light blue long-sleeved V-neck sweater and light-colored trousers. She holds a silver cane with a red grip in her right hand and rests her left hand on the wooden handrail. The staircase has wooden steps and a matching handrail. The background shows a white wall and a doorway with a wooden frame.

3 Apoyos necesarios en diferentes áreas del hogar



Datos de la OMS prueban que resbalones y pérdidas de equilibrio en escaleras, balcones, baños o terrazas sin las adaptaciones necesarias para el adulto mayor ocasionan lesiones que deterioran su calidad de vida.

Las **barandas anticaídas** son uno de los principales aliados para hacer de la casa del abuelo un lugar seguro para él. A diferencia de las barras de apoyo (diseñadas para agarre en puntos específicos), estos sistemas de protección se instalan en áreas con

desniveles o cualquier riesgo de caída, como escaleras, balcones y terrazas; y son generalmente proporcionados por proveedores de materiales y servicios de construcción, pues forman parte de la estructura de la casa.

Las **barras de seguridad**, por su parte, son accesorios que brindan soporte y reducen el esfuerzo físico necesario para moverse, cambiar de posición o desplazarse en puntos críticos como baños, escaleras, pasillos, superficies resbaladizas y desniveles.

Barras de seguridad

BETTEN

Seguridad, versatilidad y durabilidad

Como parte de su compromiso con el bienestar del adulto mayor, BETTEN ofrece barras de seguridad diseñadas para integrarse a cualquier espacio y ofrecer beneficios clave para:

1. Baños:

- Reducen el riesgo de caídas al entrar o salir de la ducha o tina.
- Ayudan a sentarse y levantarse del inodoro con mayor comodidad y seguridad.
- Reducen riesgos de caídas en pisos mojados.

1. Escaleras:

- Ofrecen punto de apoyo al ingresar o salir de las escaleras, en especial las de la entrada de la casa.





4

Soluciones
eficientes para la
seguridad en el baño



El baño, ese santuario de higiene y relajación, puede convertirse en un campo minado para adultos mayores, personas con movilidad reducida o quienes se recuperan de una lesión.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), un 50% de las caídas en el hogar ocurren en el baño, muchas de ellas al intentar entrar o salir de la ducha o, muy especialmente, de la tina.

Por suerte, hoy día existen soluciones innovadoras que combinan ingeniería y diseño para garantizar seguridad e independencia .

Una de las principales preocupaciones de las familias al buscar una solución para la seguridad de su adulto mayor en el baño es el costo o las molestias de las obras.

Sin embargo, no todo se trata de inversiones mayores ni de soluciones que implican obras.

Al contrario, cada pequeña inversión se devuelve en bienestar y ahorro tanto de dinero como de angustias con emergencias que se evitan.

Ya sea un alza baño, un adaptador para tina o un baño portátil, cada una de estas soluciones acercan a un futuro con más calidad de vida.

Tres soluciones **BETTEN** para el baño, asequibles y sin obras



Apoyo para tina

Fabricado con plástico duradero soporta uso diario en las condiciones de humedad típicas del baño. Ergonómico y antideslizante, garantiza seguridad, incluso con las manos mojadas.

Sistema de fijación *clap-in* que proporciona una sujeción firme y no requiere herramientas.

Es adaptable a bordes de tina de 7,6 a 15,8 cm de ancho y tiene una altura de agarre ideal de 42 cm. Incluye almohadillas de goma para evitar daños. Soporta hasta 136 kg..

Dimensiones: 38 x 10 x 31,7 cm; peso: 2,3 kg.

Alzabaños

BETTEN ofrece una variedad de alza baños de alta calidad, con diseños ajustables, resistentes, ergonómicos y de fácil instalación.

Ofrecemos opciones con barandas abatibles y de altura regulable, y también baños portátiles multifunción y barandas de seguridad especiales para el inodoro.

Características de los productos BETTEN como ajustabilidad, topes antideslizantes y reposabrazos evidencian una filosofía de diseño centrada en el usuario, que atiende preocupaciones de estabilidad, comodidad y facilidad de uso.



Baño portátil de aluminio

Fabricado en aluminio ligero y resistente, es fácil de transportar y almacenar.

Su estructura plegable permite armarlo en segundos, y ofrece seguridad y estabilidad.

La altura del asiento facilita el acceso a personas con movilidad reducida o adultos mayores, sin esfuerzos innecesarios. Su tamaño compacto no sacrifica la comodidad.

Con una estética discreta y funcional, se adapta a diversos entornos.



05

Asesorías
BETTEN para un
hogar más seguro
e independiente



Te ayudamos con lo que necesitas

Entendemos que la seguridad de nuestros adultos mayores y de personas con movilidad reducida o en recuperación puede no ser simplemente un asunto de adquirir productos o servicios.

Es necesario comprender sus necesidades específicas y las características de su hogar para elegir las mejores opciones y sacarles el mayor provecho.

Por eso te ofrecemos un servicio profesional que incluye una visita técnica para evaluar el domicilio y proponer soluciones ajustadas al presupuesto disponible.

Solo tienes que contactarnos y agendar la visita, durante la cual analizaremos las opciones disponibles, discutiremos el presupuesto y decidiremos las condiciones de la instalación de las soluciones adquiridas, además de detalles como las formas de pago.

Asesórate con el experto

Ofrecemos asesorías de seguridad en el hogar en tres áreas específicas:



Entrada a casa

Instalación de rampa de acceso y barras de seguridad en la entrada.



Baño

Instalación de adaptador de tina **SimplyCut** y barras de seguridad en ducha/tina, WC, lavamanos.



Pasillos/Escaleras

Instalación de pasamanos en pasillos y escaleras; fijación de alfombras.



Casa full

Habilitación de acceso a la casa, pasillos, escaleras y baños.

Si tienes alguna duda, contáctanos o visita nuestra sección de "Preguntas frecuentes" sobre el servicio de asesorías.

Contáctanos ya y agenda una visita técnica.



+569 4979 4867

+562 2993 5323

BETTEN[®]



BETTENCHILE



BETTENCHILE



WWW.BETTEN.CL



+569 4979 4867

+562 2993 5323