

El hogar constituye el entorno más cercano en el que hay que moverse. Es el lugar donde nos sentimos a gusto, protegidos y realizando las actividades más cotidianas y personales.

En relación a la vivienda, pueden darse tres situaciones:

- La casa que se tiene es accesible y está adaptada a las nuevas necesidades que se presentan. No es necesario hacer nada en la vivienda, sirve tal y como está.
- La casa que se tiene no es accesible y no está adaptada a las necesidades que se tienen ahora. Pero con reforma y adaptaciones va a servir.
- La casa no es accesible y no está adaptada a las necesidades actuales.

La casa ideal para una persona con lesión medular será aquella que se acomode a las necesidades particulares de cada uno. No se debe generalizar, se tendrán que hacer más o menos cambios en base al nivel y extensión de la lesión y, muy importante, hay que adecuarse a la situación económica personal.

Si bien es cierto que en algunas ocasiones la solución mejor es la más cara (cambiar de vivienda), también es cierto que adaptar la vivienda no tiene por qué suponer un gasto económico excesivo. Existen alternativas que pueden ser una buena solución a las necesidades que se tendrán a partir de ahora. Una vivienda adecuada a las necesidades personales, será aquella que permita:

1. Acceder de forma autónoma desde la puerta de la vivienda hasta la calle.
2. Entrar en todas las estancias de la vivienda.
3. Mover y cambiar tabiques si con ello se consigue moverse libremente con la silla y con el menor número de maniobras posibles.
4. Renovar la cocina para conseguir espacios de trabajo.
5. Modificar el baño para conseguir la mayor autonomía en él.
6. Recolocar muebles y eliminar enseres que obstaculicen el paso.
7. Colocar suelo antideslizante y barras de sujeción para quien utilice muletas.
8. Recolocar los enseres para conseguir mayor independencia.
9. Reinstalar los enchufes e interruptores de luz a una altura idónea para la silla de ruedas.

10. Incorporar un sistema de control ambiental para maximizar la independencia.



Atenerse a un criterio de prioridades significa que obligatoriamente hay que tener adaptado el baño, moverse por el dormitorio y las estancias principales de la casa (salón y cocina), así como poder acceder con total independencia a la calle. Este criterio va a permitir mejorar otras áreas personales, por ejemplo poder quedar con amigos, plantearse una ocupación, etc.

Es importante y conveniente asesorarse por un profesional que indique las distintas opciones de mejora de la vivienda. Ese profesional se adecuará a las necesidades de la persona y a las posibilidades económicas de las que se dispongan. De esta manera se evitan errores (reformas no adecuadas) que sin ese asesoramiento podrían cometerse.

Existen diversos trámites que han de seguirse en relación a la adaptación y cambio de vivienda en función de las necesidades individuales. Se deben diferenciar los dos supuestos posibles: o bien cambiarte de domicilio o adaptarlo.