

LES CONDICIONS AMBIENTALS

LES CONDICIONS AMBIENTALS

Unes **condicions ambientals** adequades contribueixen a mantenir la capacitat funcional de les persones.

Alguns dels factors ambientals que poden incidir en el benestar de les persones i en la seva autonomia són la **temperatura, la il·luminació, la ventilació, l'aïllament termoacústic, la seguretat i l'ordre.**

LA TEMPERATURA

La **temperatura** és una **condició fonamental** per al **benestar de la persona** i perquè estigui motivada per a realitzar diferents activitats.

En el domicili s'hauria de **disposar d'equips suficients** per a mantenir la temperatura desitjada, tant a l'hivern com a l'estiu, i hauria de ser la pròpia persona o els seus cuidadors els qui s'encarreguin de regular-la.



LA IL·LUMINACIÓ

La **il·luminació** és un **element de confort i seguretat** que es pot emprar per a aconseguir ambients estimulants adequats a la realització de les diferents activitats.

Sempre que es pugui s'ha d'aprofitar la **llum solar**, ja que ajuda al fet que la persona es connecti amb l'exterior, la qual cosa afavoreix la seva orientació temporal.

Quan no sigui possible, disposarem d'una bona il·luminació, especialment les zones de trànsit habitual.

LA VENTILACIÓ

Una **bona ventilació és imprescindible** en qualsevol domicili, ja que és necessària perquè es remogui l'aire, redueixi la concentració de gèrmens en l'ambient i es dilueixin les males olors.

Tots aquests aspectes són importants per a preservar la salut de la persona i garantir el seu benestar.

La **ventilació natural és la més adequada i higiènica**, però quan no sigui possible s'han d'usar sistemes de ventilació artificial (extractors d'aire).

L'AÏLLAMENT TERMOACÚSTIC

El **soroll és un factor desestabilitzant** que causa molèstia i irritabilitat, a més de **dificultar el descans**.

Per tant, s'han de prendre les mesures necessàries per a evitar o reduir els sorolls innecessaris: apagar la TV si ningú l'està mirant, reduir el volum de la música ambiental, posar puntes de goma a les potes de les cadires perquè no facin sorolls al arrossegar-les, etc.



L'ORDRE

Per a **facilitar l'orientació de la persona usuària** i que es pugui moure amb facilitat en l'entorn, és prioritari mantenir un **ambient estructurat i ordenat**.

Per això, és important saber en el lloc en el qual es deixen les coses i procurar agafar l'hàbit de deixar-les sempre en el mateix lloc. També és útil organitzar les coses per categories o usar caixes transparents, amb pictogrames o fotografias per a identificar el que contenen.

ENTORNS SEGURS

Tant els centres com els domicilis haurien de disposar de:

- Materials i productes de suport adequats a les necessitats de les persones.
- Sistemes de protecció (baranes) en els llits.
- Catifes antilliscants en la banyera i agafadors.
- Mobles amb costats arrodonits.
- Mantenir el terra lliure d'obstacles i sempre sec.
- Guardar els productes químics en llocs segurs.
- Etc.