

AUSILI DI VITA QUOTIDIANA

Capita spesso di ricevere domande quali: “Cosa sono gli ausili di vita quotidiana? E precisamente a cosa servono?”. Definirli in poche parole diventa sempre più complesso, di fatto, si tratta di un mondo in continua evoluzione e cambiamento. Fotografando per un attimo l’offerta attuale possiamo dire che gli ausili di vita quotidiana sono soluzioni semplici e “povere” (in termini di materiali), ma “ricche” di ingegno ed intuizione, volte a semplificare e aiutare la persona con difficoltà a svolgere determinati compiti. Ci riferiamo ad attività di vita quotidiana appunto, ovvero tutte quelle azioni che vengono compiute quotidianamente nell’arco della giornata. Vestirsi, lavarsi, mangiare, bere, preparare un pranzo, leggere, scrivere, cucire, sono tutte attività che fanno parte della nostra vita ordinaria. Esistono circostanze, nel caso ad esempio di un evento traumatico permanente o temporaneo, in cui l’autonomia nello svolgimento di tali attività viene meno; comportando la necessità di chiedere aiuto anche per banalissime azioni, quali ad esempio: infilare i bottoni di una camicia o aprire/chiedere una zip. Diventa proprio questo il motivo per cui viene consigliato o semplicemente suggerito l’uso di un ausilio di vita quotidiana.

Più precisamente quindi rientrano in tale definizione tutti quegli strumenti atti a favorire nonché semplificare l’esecuzione di una qualsiasi attività, rendendola più sicura, veloce e accettabile. Si tratta di sussidi di vasta reperibilità, sia nel commercio specializzato che in quello comune, e a volte non si esclude nemmeno il “fai da te”. Basta solo un po’ di creatività!

Come anticipato precedentemente di attività abitudinarie ne svolgiamo un’infinità, ne consegue un’ampia gamma di ausili dedicati. Per rendere maggiormente accessibile la ricerca di un dato ausilio, sono stati sinteticamente raggruppati per tipologia di attività:

Alimentazione e preparazione di un pranzo

Le difficoltà legate a questo compito sono forse le più visibili e le meno tollerate; se pensiamo a chi non riesce più ad utilizzare le posate e deve farsi imboccare, oppure a chi non può più aprirsi un barattolo o una bottiglia ogni volta che ne ha voglia. Esistono a questo proposito diversi ausili che rispondono in qualche modo al tipo di impedimento che si incontra. Nella preparazione di un pranzo si evidenziano spesso difficoltà nell’apertura dei barattoli, nel pelare o sbucciare la frutta, nella gestione delle pentole, nel tagliare gli alimenti, ...problemi rapportati, ad esempio, all’uso di una sola mano. Possibili soluzioni sono taglieri con chiodi-fissa alimenti, pentole con manici ergonomici, pela verdure con ventose da fissare al tavolo, apribarattoli in gomma antiscivolo o fissi a muro. Nell’ambito dell’alimentazione troviamo inoltre posate adattate con impugnature ingrossate e/o ergonomiche, estremità

angolate, posate appesantite o alleggerite; coltelli a mezzaluna o a rotella; piatti con bordo rialzato per facilitare l’atto di raccolta del cibo, basi antiscivolo ecc.

Abbigliamento

Le conseguenze di un evento traumatico spesso implicano l’insorgenza di difficoltà nelle capacità di vestirsi e svestirsi. La proposta di alcuni semplici ausili consente alla persona di limitare il senso di frustrazione derivante dalla situazione di dipendenza verso chi lo assiste. A questo scopo possono essere utilizzate pinze prendi oggetti, infila bottoni con presa ergonomica, sistemi per facilitare la chiusura/apertura di un capo (velcro, cerniera, anello per cerniera, chiusura a pressione), lacci elastici o velcri per le scarpe, calzascarpe, infila-calze o infila-collant, aiuto per agganciare il reggiseno. Inoltre troviamo pantaloni con chiusura in velcro o di forme adattate per chi rimane per lungo tempo seduto in carrozzina, ma anche mantelline per proteggere persona e carrozzina.

Igiene e cura personale

Le attività di igiene e cura personale sono le prime attività coinvolte nel caso di un trauma, spesso implicano un rapporto di dipendenza dalla persona che li assiste, per questo motivo sono state studiate diverse soluzioni pratiche e concrete che possono portare ad una completa o parziale autonomia. Per lavarsi esistono guanti-spugna con sapone già integrato, spugne con manici allungati ed ergonomici, per la cura di denti, capelli, unghie ci sono spazzolini con impugnature adattate, spazzole e pettini allungati ecc

Hobby e tempo libero

Nella vita di ogni persona ci sono attività extra che fanno parte dell’ambito di tempo libero, ma anche di tipo lavorativo e abilità acquisite da tempo quali ad esempio: la scrittura, l’abilità di tagliare, l’uso del pc, l’attività di cucito, la lettura di libri, giochi con le carte. Queste abilità in condizioni particolari possono essere ridotte o perfino perse. Anche in questi casi esistono molti ausili: impugnature speciali per penne, matite ingrossate, forbici per destrimani o mancini con prese di diverso tipo, cinturini con prolunghe per facilitare l’uso di una tastiera, strutture da ricamo speciali, lenti d’ingrandimento, infila aghi, sostegni e leggi di diversi tipi rispondenti a diverse difficoltà, volta pagine, carte da gioco ingrandite o con indicazione in braille.

Sabrina Degano