



Itens de prevenção de acidentes domiciliares para idosos

BANHEIRO

- Banheira ou box com piso ou tapete antiderrapante
- Ambiente bem iluminado
- Chuveiro ou banheira com barras de apoio ou corrimãos
- Torneiras no box ou banheira de fácil alcance e manuseio

COZINHA

- Armários e utensílios de fácil alcance e manuseio
- Escada com pés aderentes e corrimão para alcançar locais mais altos
- Itens mais pesados guardados nas prateleiras mais altas e os mais leves nas mais baixas
- Torneiras de fácil manuseio com apenas uma das mãos
- Líquidos inflamáveis como querosene, solventes, gasolina fora da cozinha

QUARTO

- Interruptor de luz localizado logo na porta do quarto
- Abajur ao lado da cama com fácil acesso ao interruptor
- Telefone ao lado da cama
- acesso livre sem degraus do quarto ao banheiro
- Tapetes ou passadeiras com proteção antiderrapante dentro do quarto

PISOS

- Entradas sem desnível, degrau ou capacho com mais de três cm
- Tapetes de entrada, limpa pés ou passadeiras bem presos ao chão
- Todos os tapetes com material antiderrapante por baixo
- Piso em ótimo estado de conservação, sem desníveis
- Superfícies dos degraus firmes e seguras
- Pisos limpos sem uso de produtos que os deixam brilhantes e escorregadios

ESCADAS

- Escadas em bom estado de conservação
- Altura entre os espelhos da escada menor que 18,5 cm
- Profundidade dos pisos da escada menores que 25 cm
- Os degraus com superfície firme e segura
- Corrimãos em pelo menos um dos lados da escada
- Corrimãos montados não muito juntos à parede
- Interruptores de luz próximos do primeiro e do último degrau da escada



- Acesso livre sem pacotes, sapatos ou outros nos degraus ou pé da escada
- Boa iluminação nos degraus da escada

EXTERIOR DA CASA

- Calçadas, pisos de varandas e degraus que levam à casa sem necessidade de reparos
- Escadas, rampas e calçadas com superfícies seguras e antiderrapantes
- Corrimãos nos dois lados dos degraus de entrada, ou rampas
- Maçanetas da porta de entrada fáceis de abrir e fechar
- Largura da porta de entrada maior que 80 cm
- Fácil acesso para entrar ou sair do carro dentro da garagem
- Garagem sem entulhos pelo caminho, com piso livre de objetos