



Visite [www.paralysis.org](http://www.paralysis.org), la página de internet de la Fundación Christopher y Dana Reeve.

## **Modificaciones en el hogar**

El mundo no es liso ni está pavimentado, por supuesto. En general, nadie pensó en las personas que utilizan sillas de ruedas o andadores cuando diseñó los edificios. Pero las cosas están cambiando a medida que los activistas de discapacidades (a los que se une la generación más numerosa de los Estados Unidos que alcanza una edad avanzada) han luchado por facilitar el acceso a todas las personas, incluidos aquellos con parálisis o problemas de movilidad.

Hoy en día existen leyes que dictan que las escuelas, el transporte, las viviendas, los edificios públicos y los senderos de todas las ciudades deben ser accesibles para todos. Para la mayoría de las personas, sin embargo, el acceso tiene que ver más con entrar a la casa, trabajar en la cocina, usar el baño.

La modificación de la casa podría ser tan simple como perillas de puerta fáciles de usar, una barra asidera en el lugar correcto o una rampa para ingresar por la puerta trasera. Puede incluir una puerta más ancha, un fregadero especial o la instalación de un elevador. Es tan complicado como un arquitecto quiera hacerla.

Los enlaces a continuación y en nuestra página de internet lo conectarán con recursos para ayudarlo a evaluar sus necesidades y las numerosas opciones de productos, al igual que localizar contratistas para lograr un hogar más accesible.

[http://www.christopherreeve.org/site/c.lqLPIXOAKnF/b.4637143/k.29D5/Modificaci243n\\_de\\_1\\_a\\_casa.htm](http://www.christopherreeve.org/site/c.lqLPIXOAKnF/b.4637143/k.29D5/Modificaci243n_de_1_a_casa.htm)

## Enlaces (en español)

<http://www.ms-care.org/cmssc/images/pdf/HomeAccessibility-Gackle-sp.pdf>

### **Accesibilidad en el hogar = mayor independencia**

Este informe completo abarca todos los cuartos y el afuera de la casa e incluye sugerencias y recursos. Escrito para el Consorcio de Centros de Esclerosis Múltiple (*Consortium of MS Centers*, CMSC).

<http://adaptiveenvironments.org/index.php?option=Content&Itemid=57>

### **Adaptive Environments**

Promueve la accesibilidad al igual que el diseño universal a través de programas educativos, asistencia técnica y lucha legal para que cada persona, sin importar discapacidad o edad, pueda participar de lleno en todos los aspectos de la sociedad.

<http://www.access-board.gov/spanish.htm>

### **Consejo de Acceso de los Estados Unidos (*Access Board*)**

Agencia federal creada en 1973 encargada del diseño de servicios accesibles para personas con discapacidades.

<http://espanol.hud.gov/offices/fheo/index.cfm?&lang=es>

### **Equidad de vivienda e igualdad de oportunidades**

*(Fair Housing/Equal Opportunity)*

Esta oficina gubernamental administra y hace cumplir leyes federales que garantizan a todos los estadounidenses acceso a la vivienda de su preferencia.

<http://www.habitat.org/lac/>

### **Hábitat para la Humanidad**

Esta organización cristiana ecuménica sin fines de lucro construye y repara casas a bajo costo con mano de obra voluntaria, además de ofrecer asistencia técnica y capacitación, defender la causa de una vivienda adecuada para todos y más.

<http://www.in.gov/ipas/files/BookThreeAffordableandAccessbleHousingResourceGuide-H.pdf>

### **Modificaciones de vivienda**

*(Folleto tres de la serie Un lugar llamado casa: estrategias para viviendas a precios razonables y accesibles)*

Una guía con numerosas preguntas comunes y sus respectivas respuestas, publicada por el Consejo de Planeación del Gobernador de Indiana para las Personas con Discapacidades.

<http://www.nw.org/network/spanish.asp>

### **NeighborWorks America**

Apoya la unión de residentes, negociantes y políticos locales para crear un vecindario mejor. La página incluye una gran cantidad de documentos informativos sobre la compra de un hogar.

Los siguientes libros están disponibles para ser retirados gratuitamente de la biblioteca del Centro de Recursos para la Parálisis (Paralysis Resource Center, PRC). Para obtener más información, visite [www.paralisis.org](http://www.paralisis.org) y oprima en “Libros para retirar”.

### **Libros (en español)**

**Guía de adecuaciones para el hogar.** México City, México: Teletón.

Disponible para descarga gratis:

[http://www.teleton.org.mx/media/cms\\_page\\_media/75/guiadeadecuaciones\\_1.pdf](http://www.teleton.org.mx/media/cms_page_media/75/guiadeadecuaciones_1.pdf)

Meyer, María y Paula Derr. **La comodidad del hogar: guía ilustrada y detallada de cuidado y asistencia.** Portland, OR: CareTrust Publications, 2002.

**Vivienda justa: igualdad de oportunidades para todos.** Washington, DC: Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los Estados Unidos, Oficina de Vivienda Justa e Igualdad de Oportunidades, 2002.

La información mencionada en este mensaje es presentada con el propósito de educar e informar sobre parálisis y sus efectos. Nada mencionado en este mensaje debe ser tomado como un diagnóstico o tratamiento médico. No debe reemplazar las instrucciones de su doctor o proveedor de salud. Si tiene preguntas sobre su salud por favor llame a su doctor o calificado proveedor de salud inmediatamente. Siempre consulte con su doctor o proveedor de salud antes de comenzar un nuevo tratamiento, dieta o programa de bienestar. Nunca reemplace consejos de su médico o deje de buscar ayuda médica por algo mencionado en este mensaje.