

Marzo 2010

## Spicciolo di sicurezza

### Sicurezza in casa, o come evitare le cadute

Le cadute in piano sono dovute per il 50 per cento al fatto che si scivola o si inciampa in qualcosa. Può succedere che i pavimenti siano scivolosi, rovinati o sporchi, che sotto i tappeti non vi siano supporti antiscivolo o che si indossino scarpe con soles inadeguate. Qui di seguito riportiamo alcuni consigli per evitare brutte sorprese.

- Disporre una barriera antisporco a filo pavimento davanti a tutte le **porte di ingresso**.
- Nella **zona bagno**, dove spesso si cammina con i piedi bagnati, gli accorgimenti antiscivolo sono d'importanza fondamentale per evitare le cadute. Fare irruvidire chimicamente la superficie delle vasche e i pavimenti in pietra sdrucchiolevoli. Disporre tappeti antiscivolo nella vasca, nel piatto doccia e sul pavimento.
- Per la **zona giorno** scegliere pavimenti o rivestimenti antisdrucchiolevoli oppure applicare prodotti antiscivolo sui pavimenti esistenti (rivenditori specializzati).
- In **cucina** tenere sempre pulito il pavimento e asciugare subito i liquidi versati.

Altre misure

- Usare sottotappeti per evitare di scivolare su tappeti, passatoie o zerbini e fissare gli angoli rialzati con un nastro biadesivo.
- Tenere le vie di passaggio sgombre da cavi, scarpe, borse e altri oggetti in cui si potrebbe inciampare.
- Assicurarsi che l'illuminazione sia sufficiente.

