

Artritis y adultos mayores: ¿Cuáles son las ayudas técnicas?

Las ayudas técnicas son instrumentos o equipos utilizados para mantener la autonomía personal de los pacientes con artritis y **adultos mayores**.



¿Qué son las ayudas técnicas?

Se conoce como **ayudas técnicas** a aquellos productos, instrumentos, equipos o sistemas técnicos utilizados por una persona con discapacidad, fabricados especialmente o disponibles en el mercado para prevenir, compensar, disminuir o neutralizar deficiencias, discapacidades o minusvalías causadas por la edad y enfermedades como la **artritis**.

El uso de las ayudas técnicas adecuadas permite que los pacientes con **artritis o adultos mayores** con movilidad reducida aumenten la capacidad funcional para realizar las tareas cotidianas e incrementen su nivel de independencia y autonomía.

Características

- **Sencillez:** Permiten un manejo sencillo para poder ser usadas de la forma más autónoma posible.
- **Seguridad:** Evitan riesgos innecesarios.
- **Prácticas:** Responden a las necesidades para las cuales han sido adquiridas.
- **Utilidad:** Se utilizan cuando no existe otro medio razonable de solucionar el problema.

Beneficios de las ayudas técnicas

- **Son herramientas que ofrecen esperanza y fuerza** para afrontar los retos.
- **Brindan una oportunidad** para seguir construyendo el futuro.
- Ofrecen **libertad, seguridad, independencia y fortalecen la confianza** de los pacientes con **artritis y adultos mayores**.
- **Elevan la autoestima.**
- **Mejoran la calidad de las relaciones interpersonales.**
- **Menor timidez** a nivel social.
- **Reducen la frustración.**
- **Mayor comodidad** en su entorno social, aportándole **calidad en sus relaciones interpersonales.**

Ayudas técnicas para realizar las actividades básicas

Algunos ejemplos son los cubiertos adaptados, peines, cortaúñas o esponjas de mango alargado, asientos de bañera o regaderas, alzas de asiento para inodoros, abotonadores, ganchos para vestirse, calza calcetines.

En **resumen**, las ayudas técnicas para las actividades de la vida diaria permiten al paciente con **artritis y a los adultos mayores** ser independientes y aprovechar sus capacidades. Son herramientas creadas para conseguir no solo un ahorro de energía, sino también la posibilidad de realizar acciones que de otra forma serían imposibles o difíciles de realizar. La falta de información y conocimiento sobre la existencia de estos productos impide su adquisición y, por lo tanto, el beneficio que supone disponer de ellos.

Solicite una consulta médica sin costo en **Artricerter**.

Bibliografía

1. Pfizer. Enfermedades reumáticas. Recuperado desde:
https://www.pfizer.es/Assets/docs/pdf/libros/Enfermedades_reumaticas_las_preguntas_de_los_pacientes.pdf
2. ELA. Guía de ayudas técnicas. Recuperado desde: <http://www.elaandalucia.es/WP/wp-content/uploads/Gu%C3%ADa-de-Ayudas-T%C3%A9cnicas-ELA-3.pdf>