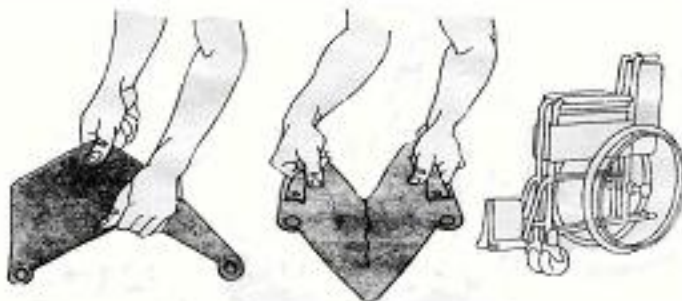


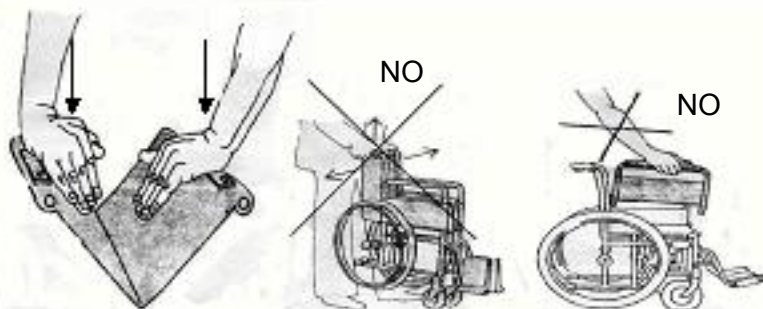
## UTILIZACIÓN DE LA SILLA DE RUEDAS

Cómo doblar una silla de ruedas.



- Quitad el cojín del asiento.
- Levantad el posapiés o posapiernas, y retirarlos según el caso.
- Tomad el asiento por la mitad, o por sus extremos laterales
- Ello dará, como resultado que la silla se pliegue.

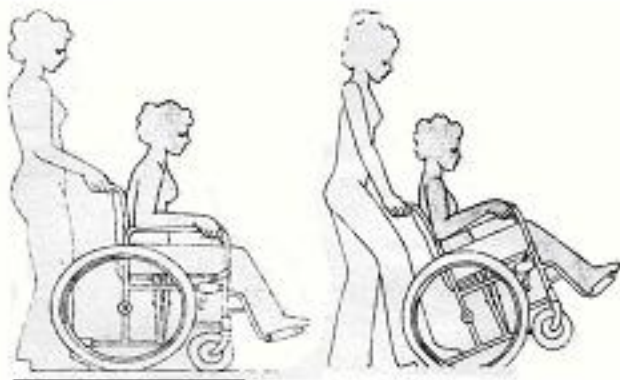
Cómo abrir una silla de ruedas.



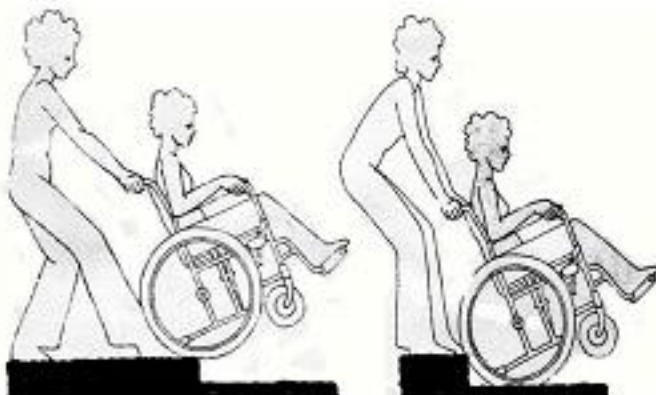
- Para abrir una silla de ruedas, no empecéis por las empuñaduras sino por los brazos de la silla, y apoyad las palmas en los dos lados del asiento.
- Atención, poned los dedos medio vueltos, fin de no pillárolos.
- No levantéis nunca una silla, plegada o no, por los brazos o los posapiernas, se os caerá de las manos.

## Cómo bajar el escalón de la acera.

El discapacitado puede ayudar frenando.



1°. Inclínad la silla, empujando con el pie una de las barras de apoyo.



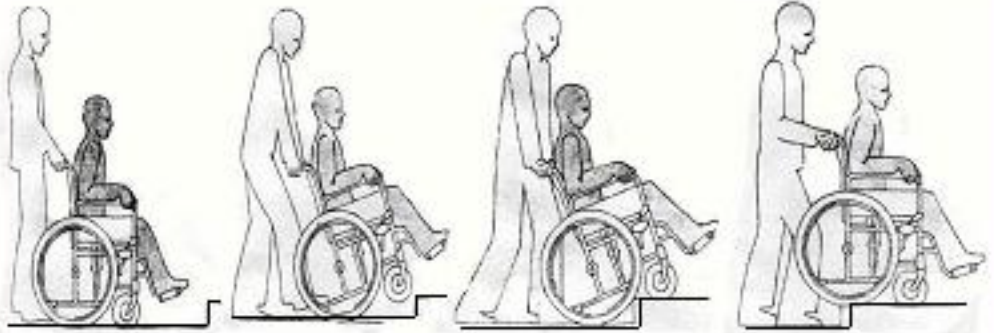
2°. Empujad suavemente la silla hasta el borde del escalón.

3°. Bajadle sobre las dos ruedas grandes.

4°. Apoyad con suavidad las ruedas pequeñas cuando el escalón esté franqueado, antes de continuar vuestro camino.

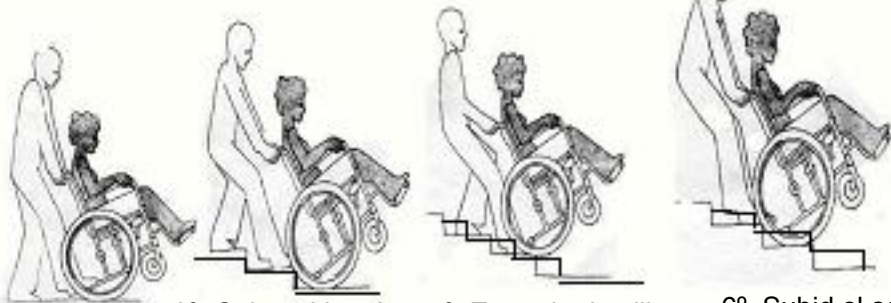
- Inclínad la silla hacia atrás hasta que se encuentre el equilibrio.
- Bajad el peldaño perpendicularmente a él.

## Cómo subir el escalón de una acera.



- 1º. Colocad la silla perpendicular a la acera.
- 2º. Apollad el pie sobre una de las barras de apoyo para bascular hacia atrás y levantar así las ruedas pequeñas.
- 3º. Acercad las grandes traseras a la acera.
- 4º. Colocad las ruedas pequeñas sobre la acera.
- 5º. Haced subir la silla levantando las grandes traseras, rozando la acera.
- 6º. Empujad la silla sobre la acera.

## Para subir algunas aceras.



- 1º. Inclínad la silla.
- 2º. Colocad las dos grandes traseras contra el borde del escalón.
- 3º. Agarrad firmemente las empuñaduras.
- 4º. Colocad un pie en primer escalón y otro en el segundo.
- 5º. Extender la silla sobre el primer escalón. El peso del que ayuda debe servir de contrapeso al de la silla y su ocupante.
- 6º. Subid el segundo pie en el segundo escalón. Daos un respiro entre escalón y escalón.

## Lo que si, y lo que no debe hacerse.

- Recordad que el discapacitado os dirá cómo maniobrar.
- Tomad nota de sus deseos para moverlo, no lo zarandereis.
- Colocad la silla correctamente antes de transportarlo y bloquear siempre los frenos.
- Comprobad la postura de los brazos y las piernas del discapacitado. Puede tener trastornos sensitivos, y, en caso, no darse cuenta de los golpes, las heridas, las quemaduras..
- Vigildad que los vestidos, cojines, mantas... estén bien ajustadas, para que no se enganchen en las ruedas.
- No olvidéis que el discapacitado puede sufrir o molestarse, si lo manipuláis mal en su silla de ruedas.
- Si preguntáis algo al discapacitado, recordad que puede tener dificultad en responderos. Dejadle tiempo para expresarse.
- Sed discretos. No preguntéis sobre las causas del defecto. No manifestéis piedad o compasión.
- No giréis bruscamente la silla, sin advertir al discapacitado la maniobra.
- No levantéis la silla por los brazos. Causaríais un accidente si se os queda en las manos.
- No subestiméis la velocidad a la que un peatón puede pararse o cambiar de dirección, el posapiés hace mucho daño cuando golpea en las piernas del vecino.



No olvidéis que el discapacitado puede sentirse "ignorado" o "relegado" si os ponéis a conversar con otro fuera del alcance de su vista, ya que debe volverse para ver a las gentes que hablan.

En la ciudad:

- Atravesad por donde haya señales de tráfico.
- Avisad siempre al discapacitado de vuestra maniobra.



En terreno desigual:

- Empujaréis mejor la silla sobre las ruedas grandes.
- Inclinaid siempre al discapacitado para evitar las caidas.