

COMO FAZER BANHEIROS E PONTOS DE ÁGUA MAIS FÁCEIS DE USAR

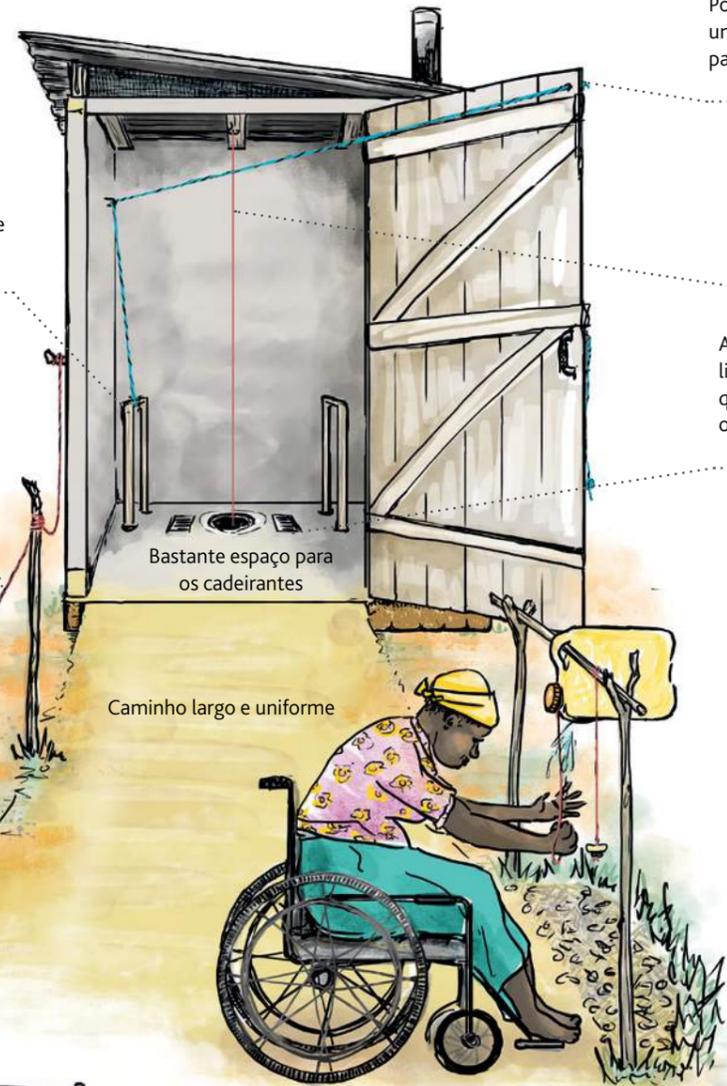
Há muitas formas simples e de baixo custo de tornar os banheiros e os pontos de água mais fáceis de usar. As pessoas precisarão de adaptações diferentes dependendo de suas capacidades.

BANHEIROS

SANITÁRIO DE AGACHAR ACESSÍVEL

Corrimãos para as pessoas que têm dificuldade para se agacharem sem apoio

Corrimão de madeira ou corda para ajudar pessoas com deficiência visual a encontrar o caminho para a latrina



Porta que abre para fora com uma corda e uma alça no interior para fechá-la facilmente

Barbante para guiar as pessoas com deficiência visual a encontrar o buraco para se agachar sem ter que tocar o chão com a mão

Apoio para pés ligeiramente elevados para que as pessoas saibam onde colocar os pés

Bastante espaço para os cadeirantes

Caminho largo e uniforme



CADEIRA ADAPTADA

Se uma pessoa tiver dificuldade para se agachar, faça um buraco no assento de uma cadeira ou banco e coloque-o sobre o buraco de agachar. A cadeira ou banco podem ser removidos quando não forem necessários.

TORNEIRA 'TIPPY TAP'

Como fazer uma torneira *tippy tap*:

- Usando um prego quente, faça dois furos pequenos em um recipiente de plástico, um abaixo da tampa e outro no topo.
- Construa uma estrutura forte e pendure o recipiente na altura adequada para o usuário.
- Coloque pedras no chão para impedir que a área fique lamacenta.
- Passe um barbante por uma tampa de plástico, seguida de um pedaço de sabão. Amarre o barbante na estrutura.
- Amarre outro pedaço de barbante no gargalo da garrafa e faça um laço no ponta.
- Encha o recipiente com água e tampe-o novamente.

Para usar a torneira *tippy tap*, puxe o laço com o polegar. Lave as mãos na água que sai do buraco no recipiente, usando o sabão. Enxague bem as mãos e deixe-as secar naturalmente.

O USO DE RAMPAS

Adaptado de *Compêndio de tecnologias WASH acessíveis*, publicado pela WaterAid (veja a página 22 para obter mais informações)

A inclinação descreve a variação da altura ao longo de uma distância específica. Por exemplo, se houver uma elevação de 1 metro no declive ao longo de uma distância de 20 metros, a inclinação será de 1 em 20.

Inclinações e nível de facilidade para diferentes usuários:

Uma inclinação de 1 em 20 é ideal, mas precisa de muito espaço.



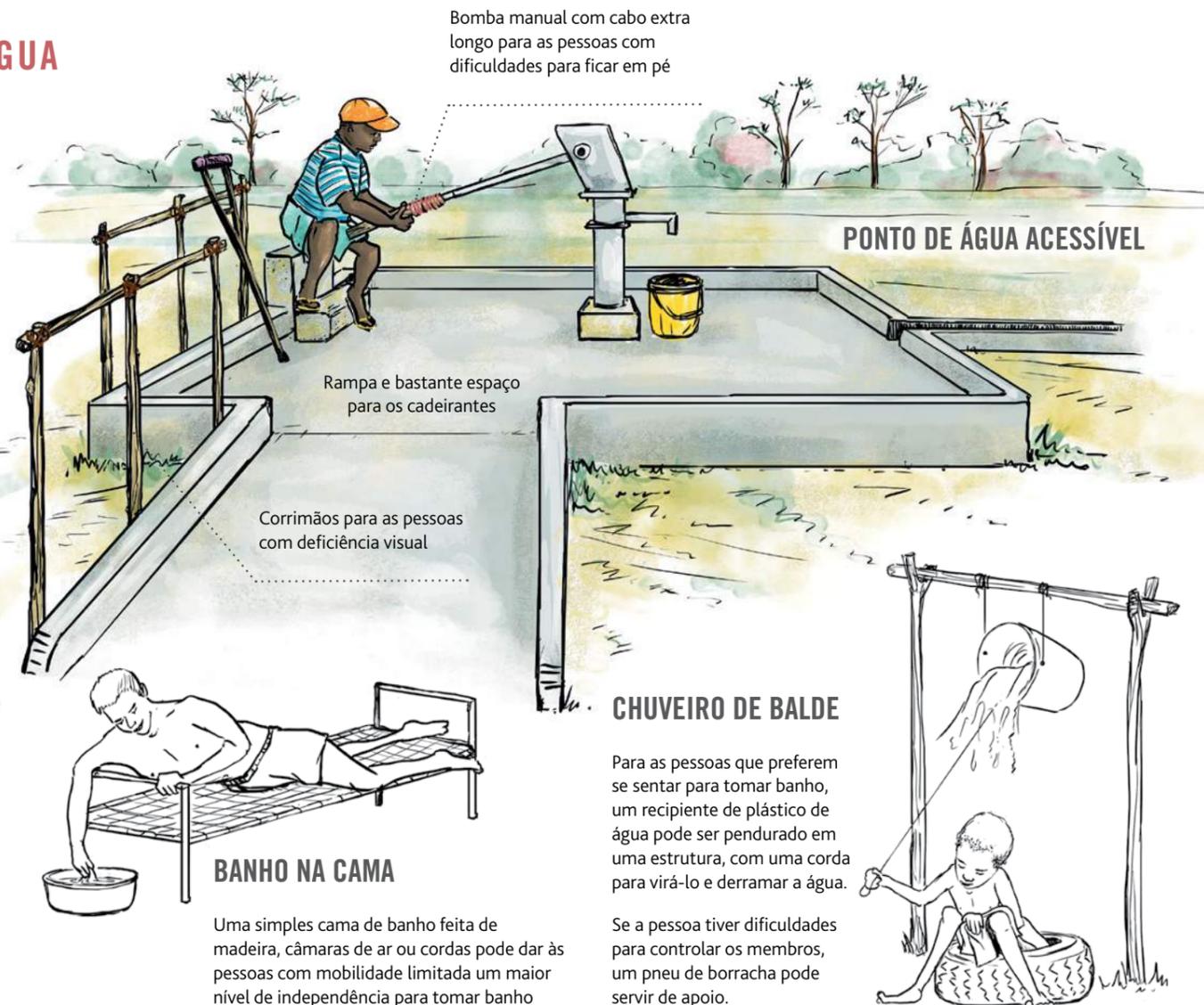
Uma inclinação de 1 em 12 é a máxima que um cadeirante deve subir ou descer sozinho.



Uma inclinação de 1 em 8 só será adequada se houver um ajudante sempre disponível.



ÁGUA



Bomba manual com cabo extra longo para as pessoas com dificuldades para ficar em pé

PONTO DE ÁGUA ACESSÍVEL

Rampa e bastante espaço para os cadeirantes

Corrimãos para as pessoas com deficiência visual

CHUVEIRO DE BALDE

Para as pessoas que preferem se sentar para tomar banho, um recipiente de plástico de água pode ser pendurado em uma estrutura, com uma corda para virá-lo e derramar a água.

Se a pessoa tiver dificuldades para controlar os membros, um pneu de borracha pode servir de apoio.

BANHO NA CAMA

Uma simples cama de banho feita de madeira, câmaras de ar ou cordas pode dar às pessoas com mobilidade limitada um maior nível de independência para tomar banho

Frank Greaves é o Líder da Unidade de Água, Saneamento e Higiene da Tearfund.
E-mail: frank.greaves@tearfund.org