



**SIVA**

Servizio Informazione Valutazione Ausili  
*Assistive Technology Research and Information Service*

[www.siva.it](http://www.siva.it)



## **Abbigliamento per persone sedute in carrozzina**

**Terezinha Menezello**

Terapista della riabilitazione

La ricerca dell'autonomia nelle innumerevoli attività richieste dalla vita quotidiana presentano una varietà di problematiche molto complesse che non devono essere affrontate settorialmente ma nella loro globalità. Le persone con disabilità fisiche hanno le stesse esigenze, rispetto a qualsiasi altra persona, di compiere tutte le attività necessarie alla vita di ogni giorno.

La diversità di chi ha "bisogni speciali" non è più considerata un deficit ma il punto di partenza per incrementare l'attenzione a chi ha necessità di aiuto per migliorare la qualità della vita.

Il mercato del "normale" potrebbe presto superare il mercato dello "speciale", almeno per una certa fascia di disabilità.

La maggior parte delle persone cerca di mantenere una buona immagine di sé anche attraverso un accurato modo di vestirsi. Quest'immagine può essere notevolmente lesa da vari fattori tra i quali il fatto di essere seduti in carrozzina.

Il grado di protezione dalla perdita di calore per effetto degli indumenti indossati, la quantità di calore prodotta dal nostro corpo in funzione dell'attività fisica che stiamo svolgendo e le condizioni climatiche dell'ambiente, interno o esterno, nel quale ci troviamo (temperatura, umidità, velocità del vento) sono gli elementi che consentono di individuare le condizioni di benessere dell'individuo.

E' importante tenere in giusta considerazione che spesso la vestizione e la svestizione possono essere attività difficili e faticose per le persone sedute in carrozzine e per le persone che le assistono. Sugli abiti è possibile adottare, quando necessarie, alcune soluzioni per ridurre la fatica e le difficoltà legate a queste attività.

L'attività di vestirsi può essere facilitata da alcuni accorgimenti:

- Gli abiti devono permettere la libertà e l'ampiezza dei movimenti;
- Gli abiti non devono essere pesanti perché possono aumentare la fatica nel movimento;
- Evitare capi stretti, indumenti poco elastici ecc.;
- Usare preferibilmente tessuti naturali, visti i problemi di sensibilità alterata;
- Sono consigliati i tessuti lisci, poiché facilitano l'uso della tavoletta per i trasferimenti;
- I bottoni e le cerniere possono essere sostituiti con elastici o velcro, poiché richiedono minor fatica, pur rispettando l'aspetto estetico.
- Le chiusure a lampo sono più semplice da utilizzare se si mette un anello per rendere più facile l'apertura e la chiusura.

Esistono attualmente in commercio Aziende che studiano, progettano e realizzano capi d'abbigliamento specifici per chiunque sia seduto in carrozzina.

Capi d'abbigliamento realizzati per venire incontro alle esigenze delle persone con disabilità: pantaloni, giubbini, camicie, biancheria intima, costumi da bagno e accessori come il poncho antipioggia.

Vediamo alcuni esempi:

## Le Camicie:

- Sostituzione dei tradizionali bottoni, difficili da agganciare e da sganciare per chi ha una disabilità motoria, con dei piccoli inserti in velcro. E' solo un semplice accorgimento ma è una piccola invenzione che può risolvere una gran difficoltà quotidiana.



Figura. n° 1

Per i **pantaloni** pensiamo ad alcuni accorgimenti:

- più alti dietro e più bassi davanti, in modo che non risultino troppo stretti
- senza tasche posteriori e con cucitura carré per ottenere una seduta più comoda
- con elastico posteriore che garantisce una maggiore aderenza al corpo
- apertura totale della cerniera per una facile indossatura
- chiusura con una striscia di velcro che permette una maggiore adattabilità del pantalone
- lunghezza studiata per coprire le caviglie
- cursore della cerniera molto grande per facilitare la presa



Figura. n° 2

### **Abbigliamento da ginnastica:**

L'abbigliamento da ginnastica è uno dei problemi affrontati da persone sedute in carrozzina. L'assenza di un'apertura frontale e le tasche posteriori rendono difficile l'adattamento di quest'indumento tanto pratico per la fisioterapia o per il tempo libero. Alcuni semplici accorgimenti hanno reso questo capo d'abbigliamento fruibile dagli utenti, pensato proprio per aggirare questi ostacoli.

**Pantaloni da ginnastica.** Chiusura con zip nascosta sul davanti, elastico doppio in vita con coulisse regolabile, la tasca destra è chiusa da una zip e fondo elasticizzato. In alcuni casi, la tasca può essere posizionata anteriormente. Il taglio dei pantaloni è abbondante.



Figura n° 3

### **I giubbotti:**

Il freddo è un pessimo nemico quindi è molto importante indossare un capo che protegga bene. Occorre però che, spingendo la carrozzina, questo non sia ingombrante, che garantisca una buona traspirazione e che consenta la libertà di movimento degli arti superiori e soprattutto la rotazione delle spalle.

Alcuni accorgimenti rendono questo capo più agevole:

- più corto davanti e più lungo dietro per coprire bene la schiena;
- le tasche poste sul davanti per una maggiore facilità d'uso;
- gomito preformato per consentire una migliore flessione.



Figura n° 4

**Giaccone termico unisex.** Giaccone imbottito anti vento, anti freddo e idrorepellente. Tasca interna nel lato sinistro per facilitare l'accesso con la mano destra.



Figura. n° 5

Esistono inoltre, Aziende che producono abiti riscaldati specificamente studiati per persone disabili ed alimentati da batterie portatili. La linea d'abbigliamento comprende: guanti, pantaloni, giubbotti, con regolatore di quantità di calore con diversi livelli di temperatura impostabili, che possiamo approfondire in una prossima occasione.

### **I costumi da bagno:**

I costumi da bagno devono essere realizzati specificatamente per tutti coloro che soffrono d'incontinenza, per andare al mare o in piscina senza preoccuparsi di eventuali perdite.

Il costume da bagno deve assicurare:

- comfort e praticità.
- forma anatomica e un'ottima vestibilità
- gambalretti elasticizzati ed impermeabilizzati per una perfetta aderenza al corpo,
- chiusure in velcro riposizionabili su ambedue i lati ed adattabili.



Figura n° 6

### **La biancheria intima:**

Visto il contatto diretto con la pelle e le esigenze di igienicità è consigliato l'uso di fibre naturali che possono essere determinanti nella prevenzione degli arrossamenti cutanei o delle piaghe da decubito.

Esistono in commercio delle mutande unisex apribili da entrambi i lati tramite velcro e che consentono di essere indossate e tolte in modo facile e veloce facilitando sia la persona disabile sia eventuali assistenti.



Figura. n° 7

## Il poncho anti pioggia:

Indumento di protezione dalla pioggia, inteso come riparo sia della persona sia della carrozzina. Viene garantita la copertura/riparo della testa grazie ad un cappuccio ed anche i piedi rimangono adeguatamente protetti. Anche lo schienale della carrozzina è riparato lasciando comunque piena autonomia di spinta della carrozzina. Il materiale utilizzato per il confezionamento di questo indumento garantisce una perfetta impermeabilità.



Figure n° 8 e 9

## Le mantelle:

Le mantelle possono costituire un modo comodo per proteggersi dal freddo. Esistono sul mercato alcuni modelli in grado di soddisfare le diverse esigenze per chi è seduto in carrozzina:

**Mantella termica impermeabile unisex** con cappuccio e doppia protezione posteriore. L'adozione di ampie maniche con polsini regolabili ed elastico con velcro per allacciarlo alla carrozzina. . Il tessuto tra la parte esterna e la fodera è resistente all'acqua ed al vento.



Figura. n° 10



Figura. n° 11

**Mantella impermeabile**, taglio giacca, con cappuccio separato. Il cappello è unito al colletto con bottoni a pressione. La membrana tra l'esterno e la stoffa della mantella è impermeabile in tutta la sua ampiezza

## Accessori:

Esistono alcuni accessori studiati per adattarsi all'utenza in carrozzina. Un esempio può essere questa pratica borsa da riporre sotto il sedile della carrozzina tramite ampie cinghie a strappo. Ampia, con tasca aggiuntiva con cerniera. 100% nylon.



Figura n° 12

Oppure i pratici zaini con maniglia da trasporto e rimovibili a bretella. Ampio scomparto principale con base forte e rinforzata e tasca frontale con cerniera.



Figura. n° 13

## Guanti:

I guanti sono degli accessori molto importante in quanto le mani sono sensibili al freddo più di altre parti del corpo. Esistono alcune novità in commercio che possono ovviare agli inconvenienti del freddo grazie ad alcuni "trucchi" come l'inserimento di apposite "stufette" al loro interno per mantenere il calore.

**Guanti imbottiti, foderati in pile.** Un sacchetto termico può essere infilato nella tasca interna posteriore del guanto e mantiene il guanto caldo anche a temperature basse. I guanti sono completati con un doppio sacchetto di "stufette".



Figura n° 14

Possiamo concludere questa breve panoramica sugli indumenti affermando che esiste nelle Aziende una nuova mentalità tesa a sviluppare prodotti tecnologicamente innovativi che migliorino il comfort delle persone sedute in carrozzine coniugando le esigenze funzionali con le crescenti esigenze di design/funzionalità/estetica.

Con queste semplici informazioni spero di essere riuscita a mettere in evidenza alcuni elementi di cui l'utente deve essere consapevole quando è alla ricerca di informazioni e ad aiutare il lettore ad acquisire una conoscenza del settore.

La conoscenza di questi prodotti può risultare efficace non solo per migliorare la propria autonomia personale, ma anche per facilitare l'esperienza della vita indipendente e per analizzare le attività della propria vita quotidiana.

Terezinha Menezello  
Terapista della Riabilitazione