

¿Cómo hacer...? Una cocina adaptada (Parte II)

COCINA Y HORNOS

En la elección de la cocina, deben tenerse en cuenta las siguientes consideraciones:

TIPO DE COCINA	VENTAJAS / DESVENTAJAS
De gas	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para detectar fugas de gas
Eléctrica básica	<ul style="list-style-type: none"> • No existe posibilidad de fugas • Facilidad para detectar las fuentes de calor
Vitrocerámica	<ul style="list-style-type: none"> • No existe posibilidad de fugas • Facilidad para detectar las fuentes de calor • Fácil mantenimiento
Por inducción	<ul style="list-style-type: none"> • No existe posibilidad de fugas • Facilitad para detectar las fuentes de calor • No existe riesgo de quemaduras • Fácil mantenimiento • Señales sonoras que advierten de cualquier error

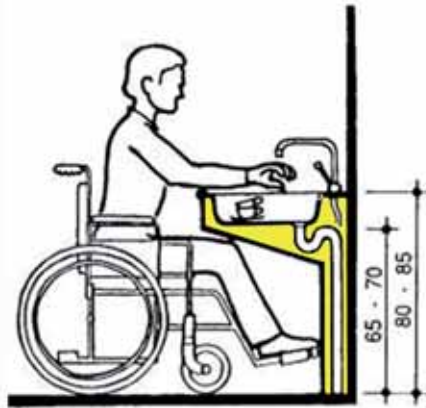
Fuente: Guía Técnica de Accesibilidad a la Edificación 2001. (2ª edición). Dirección general de la Vivienda, la Arquitectura y el Urbanismo y Instituto de Migraciones y Servicios Sociales. Madrid 2002.

- Las llaves de control deben identificarse visualmente y con el tacto para que puedan ser utilizadas por personas con discapacidad visual, y por seguridad estar situadas frente a la encimera.
- Para facilitar a usuarios de silla de ruedas el alcance de las fuentes de calor, se recomienda la instalación de cocinas con fuentes de calor en línea.
- A ambos lados de la cocina y al lado del horno debe preverse que la encimera sea de un material resistente al calor, para que personas con dificultades de manipulación puedan colocar recipientes calientes.
- Para facilitar la utilización del horno o microondas a usuarios de silla de ruedas, éstos deben situarse entre **70 y 120 cm** de altura, o ser regulables en altura por medio de un mando de control.

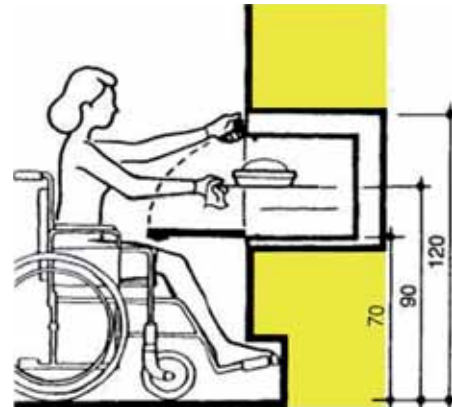
FREGADERO

- Para personas con dificultades de manipulación es preferible que el grifo sea monomando y de mango largo, pues permite regular con un sólo movimiento el caudal y la temperatura, y facilita su alcance desde el borde de la encimera. →





Espacio de aproximación frontal al fregadero



Alturas de instalación de horno y microondas

- ➔ Para evitar quemaduras a usuarios de sillas de ruedas sin sensibilidad en las piernas, las instalaciones de abastecimiento de agua y de desagüe deben revestirse con un aislante térmico.
- Para no restringir la aproximación al fregadero a usuarios de silla de ruedas, el desagüe debe colocarse lo más cercano posible a la pared.

INTERRUPTORES Y ENCHUFES

- Para que sean percibidos por personas con discapacidad visual, los interruptores de luz y los enchufes deben ser de un color contrastado respecto al de la pared.
- Para personas con dificultades de manipulación se recomienda la instalación de interruptores de presión de gran superficie, y enchufes que facilitan el machihembrado.
- Para asegurar el alcance de los mismos a usuarios de silla de ruedas se situarán a una altura de entre **80 y 110 cm**, y alejados más de **50 cm** de cualquier esquina de la estancia.

ILUMINACIÓN

- Al margen de la luz general deben colocarse puntos de luz dirigidos a la zona de trabajo.
- La iluminación general será homogénea, no se producirán zonas de luces y sombras que puedan perjudicar el desenvolvimiento en la cocina de personas con discapacidad visual.
- Los niveles de iluminación recomendados para cocinas son los siguientes:

TIPO DE ILUMINACIÓN	NIVEL MÍNIMO (LUXES)	NIVEL GARANTIZADO (LUXES)
General	100	200
Dirigida	200	500

Fuente: Guía Técnica de Accesibilidad a la Edificación 2001. (2ª edición). Dirección general de la Vivienda, la Arquitectura y el Urbanismo y Instituto de Migraciones y Servicios Sociales. Madrid 2002.

PERCEPCIÓN

- Para facilitar la identificación del mobiliario y de los aparatos eléctricos a personas con discapacidad visual, se diferenciarán cromáticamente entre sí, paredes, muebles, aparatos y suelos. ■



Para más información:
accesibilidad@predif.net

RESUMEN

COCINAS Y HORNOS	
Llaves de control táctil y visualmente detectables	
Fuentes de calor dispuestas en línea	
Encimera lateral de material resistente al calor	
Altura de colocación del horno y/o microondas	70 - 120 cm
FREGADERO	
Grifo monomando	
Instalaciones de agua recubiertas con aislante térmico	
Desagüe colocado junto a la pared	
INTERRUPTORES Y ENCHUFES	
De color contrastado respecto a la pared	
Interruptores de presión de gran superficie	
Enchufes de fácil machihembrado	
Altura de interruptores y enchufes	80 - 110 cm
Separados de las esquinas	≥ 50 cm
ILUMINACIÓN	
General	100 - 200 lux
Dirigida	200 - 500 lux
PERCEPCIÓN	
Paredes, muebles, aparatos eléctricos y suelos diferenciados cromáticamente	

