
Instrucciones de alta: Cómo usar un andador para atravesar puertas

Su médico le ha indicado que use un andador. Para usar el andador, tendrá que aprender maneras nuevas de desplazarse. Estas instrucciones le ayudarán a atravesar puertas con su andador. Evite las puertas giratorias. Busque puertas normales o entradas para personas discapacitadas. Siga todas las demás instrucciones que le haya dado el proveedor de atención médica (por ejemplo, las recomendaciones básicas para usar el andador).

Recomendaciones generales

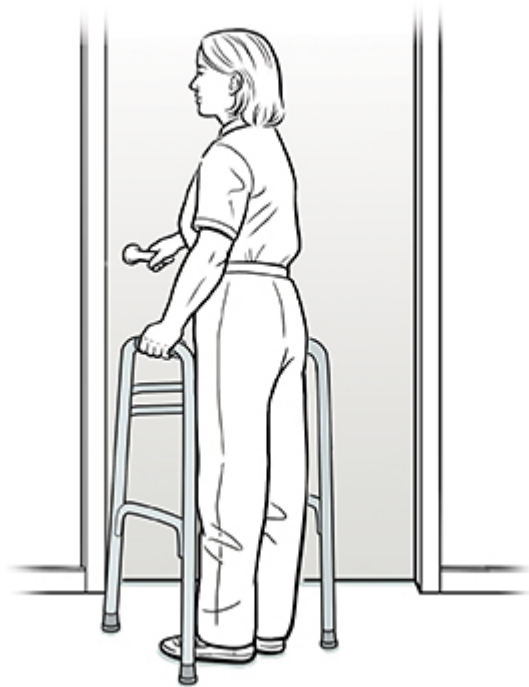
Los consejos generales para usar un andador incluyen los siguientes:

- Tenga cuidado con obstáculos tales como alfombrillas, basuras y cualquier otra cosa que pudiera engancharse debajo del andador.
- Mantenga las manos libres usando mochilas, riñoneras, delantales o bolsillos para llevar objetos.

Para abrir una puerta empujándola

Los consejos para abrir una puerta empujándola al usar un andador incluyen los siguientes:

- Colóquese lo más cerca posible a la puerta.
- Empuje la puerta fuertemente para que se abra por completo.
- Introduzca el andador en la entrada para evitar que se cierre la puerta.
- Camine hacia adelante por la entrada, valiéndose del andador para mantener abierta la puerta a medida que usted la atraviesa.



Para abrir una puerta de un jalón

Los consejos para abrir una puerta de un jalón al usar un andador incluyen los siguientes:

- Colóquese cerca de la puerta, pero deje suficiente espacio para abrir la puerta hacia usted.
- Mueva el andador para que esté a su lado y no bloquee la puerta.
- Con una mano en el andador, use la otra mano para jalar la puerta para que se abra por completo.

- Introduzca el andador en la entrada y sujételo firmemente.
- El andador impedirá que la puerta se cierre por completo.
- Camine hacia adelante por la entrada.
- El andador mantendrá abierta la puerta hasta que usted atraviese la entrada.

