

F S C M A

## ***La sicurezza sulla sedia a rotelle***

*Consigli importanti per prevenire gli incidenti con le carrozzelle manuali*



Raccomandazioni generali per la vostra sicurezza	4
Esercitarsi all'uso della carrozzella	4
Freni	5
Ruote motrici con asse estraibile	7
Pedane poggiapiedi	8
Poggiagambe regolabili in altezza	9
Schienale reclinabile	10
Inclinazione del sedile	10
Prendere degli oggetti	11
Poggiatesta	12
Corrimani	12
Spinta manuale della carrozzella	12
Salite	13
Discese	14
Contropendenze	16
Ostacoli	17
Manutenzione e controlli	22
Indirizzi dei depositi dell'AI e dei centri di consulenza	23

Editore:

**FSCMA**

Dünnerstrasse 32, 4702 Oensingen

T 062 388 20 20, F 062 388 20 40

geschaefsstelle@sahb.ch, [www.fscma.ch](http://www.fscma.ch)

Care lettrici, cari lettori,

la vostra carrozzella è stata concepita in modo tale da garantire la massima sicurezza durante l'uso. Ciononostante è importante riconoscere ed evitare le situazioni potenzialmente pericolose.

Prima di utilizzare per la prima volta la carrozzella, leggete attentamente le raccomandazioni sulla sicurezza e familiarizzatevi con il vostro mezzo. Non esitate a porre eventuali domande al vostro centro di consulenza della FSCMA di riferimento (per gli indirizzi v. pagina 24). I nostri consulenti sono a vostra disposizione.

Vi auguriamo di muovervi in piena sicurezza!  
La vostra FSCMA

**I consigli valgono per le carrozzelle manuali,  
ossia per i modelli ad autospinta.**

## ***Raccomandazioni generali per la vostra sicurezza***

- Utilizzate la carrozzella solo per gli scopi per cui è stata concepita ed equipaggiata.
- A seconda del vostro grado di invalidità, per motivi di sicurezza è meglio non eseguire, o solo in misura limitata, determinate manovre, anche se la carrozzella è stata adattata a voi. In questo caso è importante che vi muoviate con particolare prudenza o che vi facciate aiutare da qualcuno.
- Informatevi dettagliatamente presso il vostro fornitore sulle caratteristiche della vostra carrozzella, nonché sulle varianti, sulle possibilità di regolazione e sulle relative conseguenze a livello di uso e di sicurezza.
- La FSCMA raccomanda di montare i dispositivi antiribaltamento per evitare che la carrozzella si rovesci all'indietro.

## ***Esercitarsi all'uso della carrozzella***

Per muovervi in tutta sicurezza, vi consigliamo innanzi tutto di esercitarvi intensivamente sia in casa che all'aperto a usare la vostra carrozzella.

Vi raccomandiamo di esercitarvi dapprima su superfici piane, per imparare bene le manovre di base, ossia: come spingere, curvare e frenare la carrozzella su tratti diritti, in curva o durante la retromarcia. Inizialmente evitate sia i terreni sconnessi e difficili, che i percorsi dissestati o molto trafficati. Fatevi aiutare da un accompagnatore, il cui aiuto è particolarmente importante per affrontare le salite e le discese o per superare gli ostacoli o i tratti di strada dissestati.

## ***Freni***

Per garantire un funzionamento sicuro della vostra carrozzella, l'impianto frenante dev'essere regolato, controllato o montato – se viene fatto in un secondo momento – unicamente da personale specializzato.

Prima di ogni uso, vi consigliamo di controllare i freni e la pressione dei pneumatici. Se i freni o i profili dei copertoni sono consumati, se i pneumatici sono bagnati o un po' sgonfi oppure se l'asse delle ruote motrici risulta spostato, in caso di freni a pressione, che agiscono direttamente sui copertoni, può risultare più difficile frenare e bloccare la carrozzella.

### **Frenare con il corrimano**

Evitate di frenare eccessivamente con il corrimano; il calore che si produce sfregando le mani sul corrimano può causarvi delle ferite alle mani. Per questo motivo vi consigliamo di usare dei guanti.

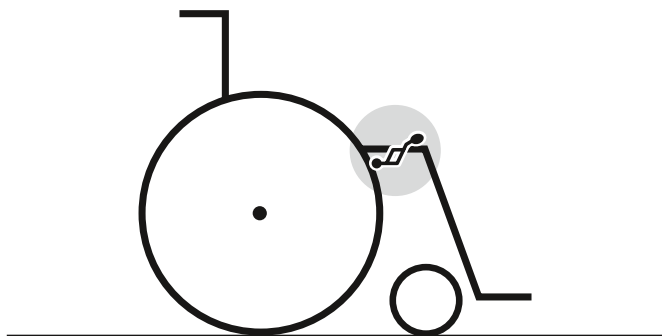
**Attenzione:** è pericoloso frenare con i piedi tenendo i poggiatesta girati lateralmente o le pedane poggiatesta rialzate. Così facendo rischiate una distorsione ai piedi.

### **Freno di stazionamento**

Per azionare il freno di stazionamento, tirate la sua leva fino al fermo. Se l'impianto frenante è regolato correttamente, con il freno tirato la ruota non gira più.

Azionate il freno di stazionamento ogni volta che vi fermate, prima di sedervi o di alzarvi e quando posteggiate la carrozzella.

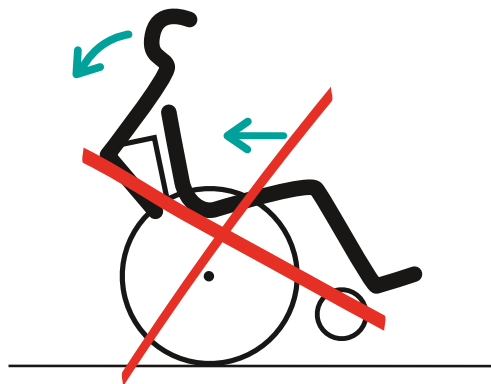
In questo modo evitate che la carrozzella si muova. Il freno di stazionamento può essere azionato solo quando la carrozzella è ferma.



*Ecco come azionare il freno di stazionamento.*

### **Frenare durante la retromarcia**

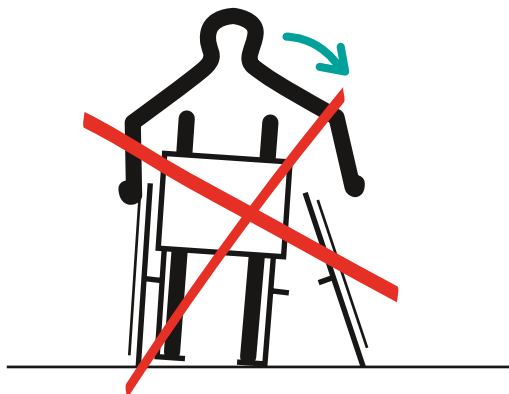
Siate molto prudenti quando frenate durante la retromarcia, soprattutto su tratti a forte pendenza. Una frenata brusca potrebbe provocare il ribaltamento della carrozzella.



*Ribaltamento causato da una frenata brusca durante la retromarcia. Si consiglia di munire la carrozzella di dispositivi antiribaltamento.*

### **Ruote motrici con asse estraibile**

Dopo ogni montaggio, assicuratevi che le ruote motrici siano fissate bene.

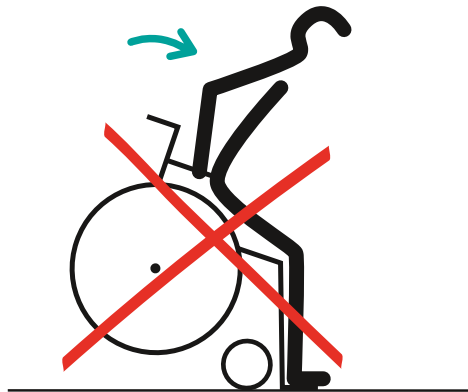


*Se le ruote con asse estraibile non sono montate correttamente, si rischia un incidente.*

## ***Pedane poggiapiedi***

Se tenete i piedi sulle pedane poggiapiedi, precedentemente regolate in base alle vostre esigenze, sarete seduti in modo più comodo e sicuro.

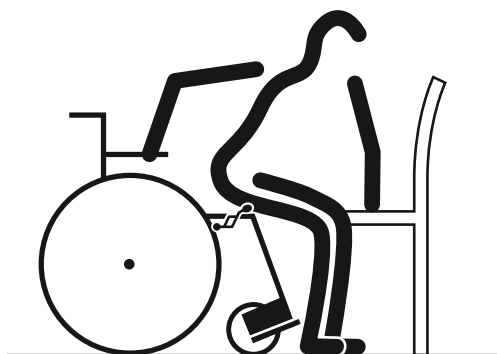
Durante il trasferimento – per esempio dalla carrozzella al letto, alla toilette, in auto o viceversa – non dovete assolutamente far leva sulle pedane poggiapiedi, perché la carrozzella potrebbe ribaltarsi.



*Caricando il peso sulle pedane poggiapiedi si rischia di ribaltarsi in avanti.*

**Attenzione:** spesso capita di inciampare nei poggiapiedi. Prima di ogni trasferimento o di alzarvi dalla carrozzella, ricordate di girare lateralmente le pedane in modo da avere lo spazio necessario per appoggiare i piedi a terra.

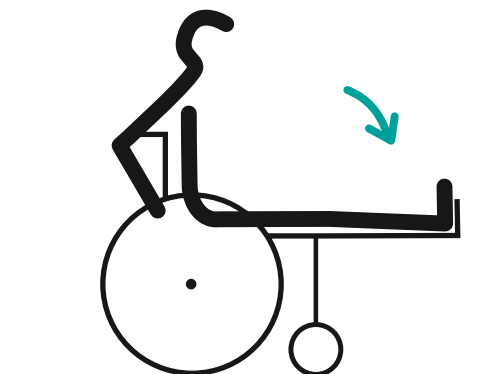




*Alzando le pedane poggiapiedi e girando lateralmente i poggia gambe non si rischia di inciampare.*

### ***Poggia gambe regolabili in altezza***

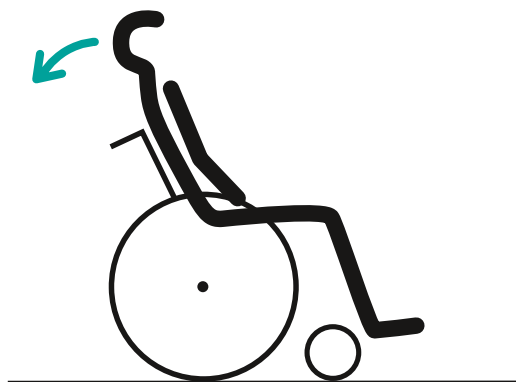
Se i poggia gambe sono in posizione orizzontale, il baricentro del corpo si sposta in avanti, il che si ripercuote sulla frenata e sulla manovrabilità della carrozzella. Se in questa posizione procedete in contropendenza, aumenta il rischio di ribaltamento e di perdere il controllo della carrozzella. Ricordatevi perciò di abbassare sempre i poggia gambe prima di spostarvi o di adeguare il modo di manovrare la carrozzella.



*I poggia gambe rialzati influiscono sul comportamento della carrozzella.*

## ***Schienale reclinabile***

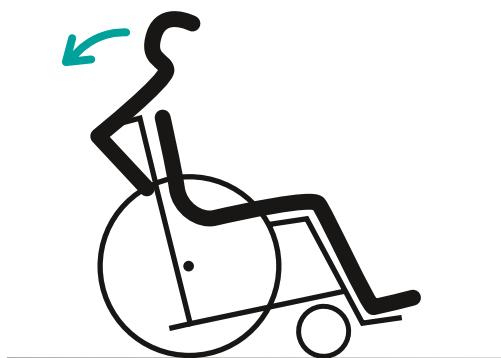
Prima di ogni uso, soprattutto se dovete affrontare una salita o superare degli ostacoli, posizionate lo schienale in verticale. In questo modo evitate di ribaltarvi.



*Con lo schienale reclinato, vi è il rischio che la carrozzella si ribalti. Si consiglia di munire la carrozzella di dispositivi antiribaltamento.*

## ***Inclinazione del sedile***

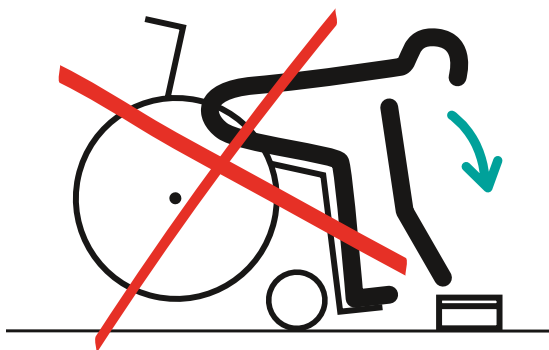
Un'inclinazione eccessiva del sedile (l'asse delle ruote si trova nella parte superiore del blocco di supporto) aumenta il rischio di ribaltamento e riduce la distanza da terra, soprattutto se dovete affrontare una salita o superare degli ostacoli.



*Un'inclinazione eccessiva del sedile aumenta il rischio di ribaltamento e riduce la distanza da terra. Si consiglia di munire la carrozzella di dispositivi antiribaltamento.*

## **Prendere degli oggetti**

Quando prendete o appoggiate degli oggetti pesanti, evitate di inclinare eccessivamente il busto in avanti, indietro o di lato. Così facendo, rischiate che la carrozzella si ribalti o si rovesci, soprattutto se il sedile è stretto o rialzato da un cuscino.



*Raccogliendo un oggetto, la carrozzella si ribalta.*

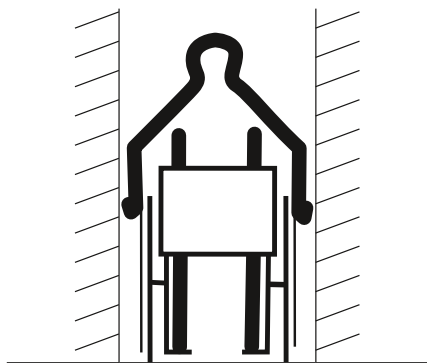
## ***Poggiatesta***

Il poggiatesta va regolato in modo tale da permettere di appoggiare comodamente la testa. Se è posizionato all'altezza della nuca, potrebbe causare – analogamente ai poggiatesta regolati male nelle automobili – delle lesioni alle vertebre cervicali.

**Attenzione:** i poggiatesta delle carrozzelle non possono essere usati nelle automobili!

## ***Corrimani***

Attraversando dei passaggi stretti, come le porte, fate attenzione alle mani. Rischiate di ferirvi.



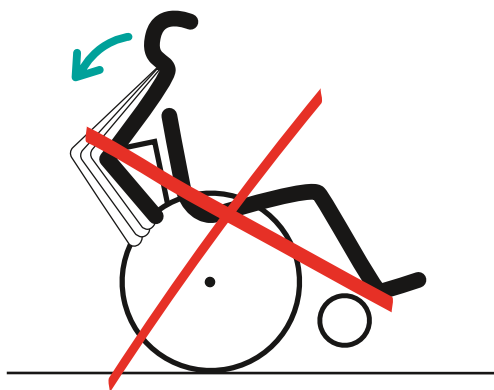
*I passaggi stretti sono pericolosi per le mani.*

## ***Spinta manuale della carrozzella***

Spingete la vostra carrozzella utilizzando unicamente il corrimano fissato su ciascuna ruota motrice. Se per spingervi mettete le mani tra i raggi, sui battistrada delle ruote in movimento o tra il freno a pressione e il copertone, rischiate di farvi male.

Affinché la carrozzella non si ribalti, evitate le spinte a scatti, soprattutto all'inizio di una salita.

Evitate di cambiare bruscamente direzione, per esempio quando terminate una retromarcia e ripartite in avanti. Le ruote anteriori potrebbero mettersi di traverso e bloccare improvvisamente la carrozzella: in questo modo rischiate di farvi male.



*Procedendo a scatti si rischia che la carrozzella si ribalti.  
Si consiglia di munire la carrozzella di dispositivi antiribaltamento.*

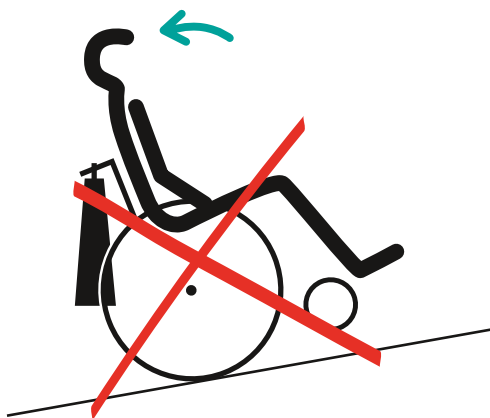
## **Salite**

La stabilità della vostra carrozzella diminuisce sensibilmente quando affrontate una salita: la carrozzella potrebbe ribaltarsi facilmente all'indietro. Piegare pertanto il busto in avanti e, se possibile, fatevi aiutare da qualcuno. In questa situazione si rivelano molto utili i dispositivi antiribaltamento.

Il prolungamento del passo aumenta la stabilità delle carrozzelle con schienale reclinabile o di quelle per amputati.

Quando vi accingete ad affrontare una salita, evitate di partire in modo brusco, di trasportare oggetti pesanti appesi dietro lo schienale e di piegare eccessivamente il busto indietro.

Ricordatevi che un sedile rialzato – per esempio da un cuscino – o fortemente inclinato (in caso di carrozzelle attive) modifica il baricentro della carrozzella e il rischio che la carrozzella si ribalti e si rovesci aumenta sensibilmente.



*Ribaltamento durante le salite. Si consiglia di munire la carrozzella di dispositivi antiribaltamento.*

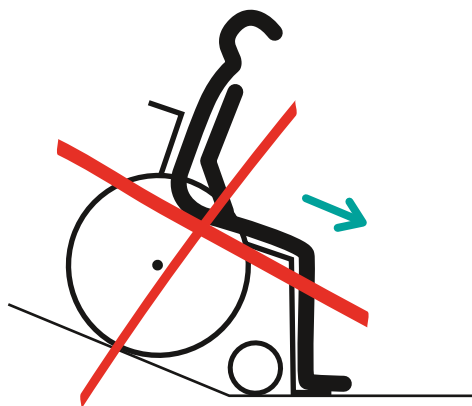
## **Discese**

Per affrontare in tutta sicurezza una discesa, è meglio che vi facciate aiutare da qualcuno. Questa persona dovrà tener conto che per manovrare una carrozzella in discesa occorre più forza che su una strada piana e che il rischio che la carrozzella scappi di mano è maggiore. Se non siete in grado di azionare i freni, è consigliabile dotare la carrozzella di freni per gli accompagnatori.

Se dovete affrontare una discesa senza l'aiuto di un accompagnatore, si raccomanda la massima prudenza. Procedete a passo d'uomo e non distraetevi mai. Appoggiate il busto allo schienale per garantire stabilità alla carrozzella. Per evitare di scivolare in avanti durante la discesa, potete utilizzare una cintura di sostegno pelvica.

**Attenzione:** non utilizzate mai i freni di stazionamento per frenare. In discesa, i freni per gli accompagnatori sono nettamente meno efficaci che sul piano. Lo stesso vale per i terreni dissestati: anche in questo caso l'efficacia dei freni diminuisce. Frenando con prudenza e in maniera adeguata evitate che le ruote frenate scivolino facendo sterzare la carrozzella.

Alla fine della discesa assicuratevi che le pedane poggiapiedi non tocchino per terra, altrimenti rischiate un incidente a causa della frenata improvvisa.

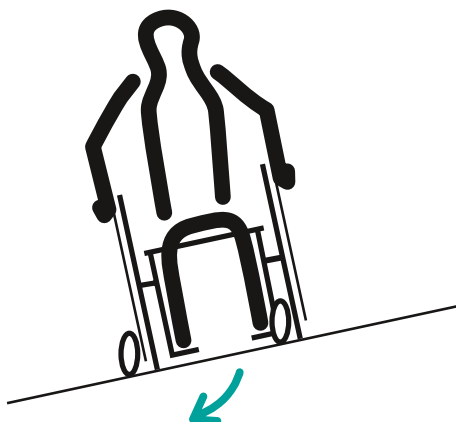


*Se le pedane poggiapiedi toccano terra, si rischia un incidente.*

## **Contropendenze**

Siate particolarmente prudenti se affrontate una contropendenza, soprattutto senza l'aiuto di qualcuno.

Affrontando una superficie in contropendenza – per esempio un marciapiede inclinato lateralmente – la vostra carrozzella gira «a valle». Per evitare di scivolare lateralmente, consigliamo a voi o al vostro accompagnatore di controsterzare.



*Spostandosi in contropendenza si rischia che la carrozzella scivoli lateralmente.*

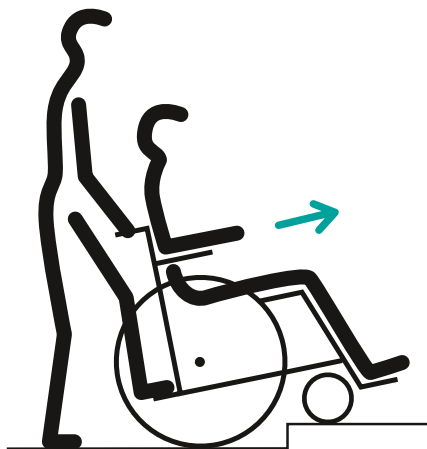


## Ostacoli

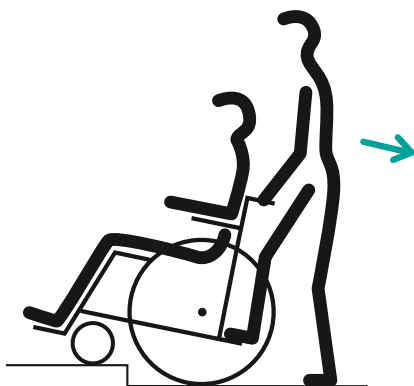
Superare gli ostacoli implica sempre un rischio. Per farlo occorre tenere conto delle caratteristiche del terreno, di come sono stati regolati i poggiatesta, della vostra postura e della padronanza che avete della vostra carrozzella.

Per superare in modo autonomo e sicuro i piccoli ostacoli, è necessario saper controllare con una certa sicurezza la carrozzella. Per superare ostacoli come i bordi dei prati, i binari del tram o le griglie di scolo è invece meglio farsi aiutare da qualcuno.

Attraversare i binari richiede molta attenzione, perché si rischia che la carrozzella cambi involontariamente direzione di marcia. Attraversate sempre i binari perpendicolarmente.



*Superare l'ostacolo facendosi aiutare da qualcuno:  
l'accompagnatore fa leva sul pedale di ribaltamento.*



*Superare l'ostacolo facendosi aiutare da qualcuno:  
l'accompagnatore procede all'indietro.*

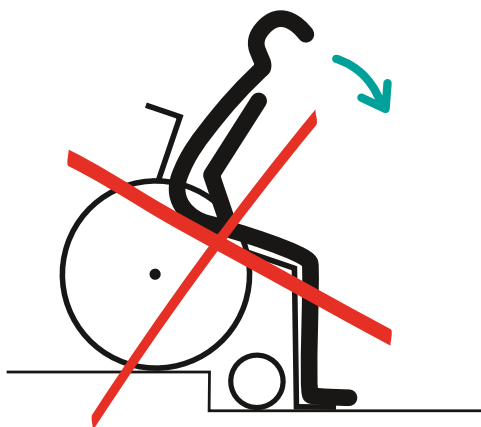
Per evitare che la carrozzella si ribalti lateralmente, superate gli ostacoli simultaneamente con entrambe le ruote anteriori o posteriori.

**Attenzione:** il pericolo di ribaltarsi all'indietro aumenta sensibilmente se le ruote motrici urtano contro il bordo di un ostacolo. È più sicuro affrontare l'ostacolo in retromarcia o facendovi aiutare da qualcuno.



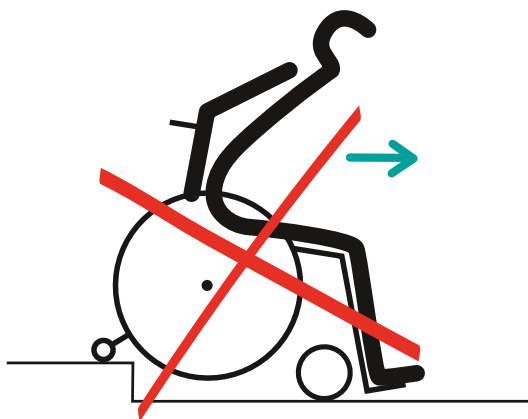
*Se le ruote urtano contro il bordo di un ostacolo, vi è il rischio di ribaltarsi.*

**Attenzione:** se, scendendo un gradino (per esempio di un marciapiede) i poggiapiedi toccano terra, rischiate di cadere dalla carrozzella. Anche in questo caso è meglio procedere all'indietro o farsi aiutare da qualcuno. Se possibile, passate dai punti in cui i cordoli del marciapiede sono stati livellati.



*Le pedane poggiapiedi toccano terra.*

Nel superare un ostacolo, i dispositivi antiribaltamento potrebbero risultare d'intralcio, per esempio se dovessero toccare terra e le ruote motrici si trovassero così per aria. A dipendenza del modello, i dispositivi antiribaltamento dovrebbero essere girati lateralmente o staccati.



*Le ruote motrici non toccano terra: impossibile frenare, girare o spostarsi.*

Evitate di farvi sollevare e trasportare seduti nella vostra carrozzella. Gli elementi estraibili, come le spondine laterali o i poggiatesta, potrebbero staccarsi e provocare un incidente.

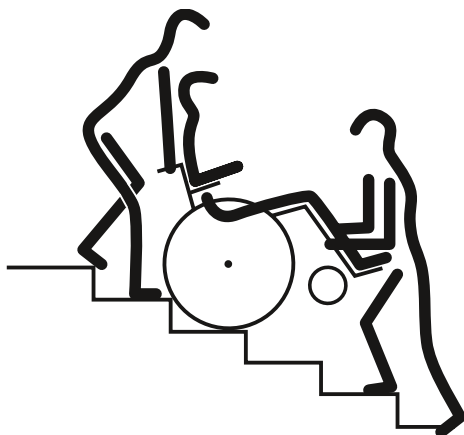


*Non sollevare mai una carrozzella con il passeggero sopra. Qui l'accompagnatore in basso solleva la carrozzella afferrando un elemento estraibile, rischiando così un incidente.*

## Scale

Se possibile, salite o scendete una scala facendovi aiutare da due persone che sanno affrontare le situazioni pericolose e che sanno manovrare bene la carrozzella. Gli accompagnatori devono prendere la carrozzella afferrando gli elementi fissi del telaio, **senza** sollevarla.

Gli eventuali dispositivi antiribaltamento possono essere d'intralcio. A seconda del modello, vi consigliamo di girarli o toglierli.



*Ecco come salire o scendere le scale senza pericoli!*

## ***Manutenzione e controlli***

Pulite regolarmente la carrozzella con un panno umido. Non usate solventi perché rischiereste di danneggiare le parti in materiale sintetico o verniciate. Non usate nemmeno un'idropulitrice, che potrebbe invece danneggiare i cuscinetti a sfera.

Fate controllare regolarmente la vostra carrozzella, di norma una volta all'anno, in un'officina della FSCMA. Fate riparare al più presto da personale specializzato e autorizzato i danni che potrebbero mettere in pericolo la vostra sicurezza.

Per la vostra sicurezza, utilizzate solo pezzi e accessori autorizzati dalla nostra officina per il vostro modello di carrozzella.

Evitate di adattare voi la carrozzella.

In certi casi, montare su una carrozzella pezzi concepiti per altri modelli può provocare rischi non indifferenti. La FSCMA non risponde dei danni dovuti al montaggio di elementi non conformi al vostro modello di carrozzella, a meno che questi non siano stati autorizzati esplicitamente dalla nostra officina.

Vi ringraziamo per la vostra comprensione.



L'originale logo per carrozzelle è stato ideato da Rolland Bregy. Se lo desiderate, potete richiedere altri colori direttamente a Rolli. [www.rolli-welt.ch](http://www.rolli-welt.ch)



### **FSCMA Direzione**

Industrie Süd  
Dünnernstrasse 32  
4702 Oensingen

T 062 388 20 20  
F 062 388 20 40  
[geschaftsstelle@sahb.ch](mailto:geschaftsstelle@sahb.ch)  
[www.fscma.ch](http://www.fscma.ch)



---

Responsabile del progetto: Susanne Büchler, FSCMA  
Testi a cura di: FSCMA  
Fotografia: Copertina: Marlène Loges

## Centri regionali

---

### SAHB Hilfsmittelzentrum (per SH, ZH)

Zürichstrasse 4  
8306 Brüttsellen

T 044 805 52 70  
F 044 805 52 77  
hmz.bruettisellen@sahb.ch

---

### SAHB Hilfsmittelzentrum (für GL, LU, NW, OW, SZ, UR, ZG)

Bodenhof 4  
6014 Luzern

T 041 318 56 20  
F 041 318 56 21  
hmz.luzern@sahb.ch

---

### SAHB Hilfsmittelzentrum (per BE, FR, JU)

Worbentalstrasse 32 West  
3063 Ittigen

T 031 996 91 80  
F 031 996 91 81  
hmz.ittigen@sahb.ch

---

### FSCMA Centre de moyens auxiliaires (per FR, GE, NE, VD)

Chemin de Maillefer 43  
1052 Le Mont-sur-Lausanne

T 021 641 60 20  
F 021 641 60 29  
fscma.le.mont@sahb.ch

---

### SAHB Hilfsmittelzentrum (per AG, BL, BS, SO)

Dünnernstrasse 32  
4702 Oensingen

T 062 388 20 20  
F 062 388 20 40  
hmz.oensingen@sahb.ch

---

### FSCMA Centro mezzi ausiliari (per TI, Mesolcina)

Via Luserte Sud 6  
6572 Quartino

T 091 858 31 01  
F 091 858 33 46  
fscma.quartino@sahb.ch

---

### SAHB Hilfsmittelzentrum (per VS)

Chemin St-Hubert 5  
1950 Sion

T 027 451 25 50  
F 027 451 25 59  
fscma.sion@sahb.ch

---

### SAHB Hilfsmittelzentrum (per AI, AR, GR, SG, TG, FL)

Ilgenhof, Bogenstrasse 14  
9000 St. Gallen

T 071 272 13 80  
F 071 272 13 81  
hmz.st.gallen@sahb.ch