

Guía/Guion: Limpieza Accesible para Personas con Baja Visión

1. Introducción

- **Presentación del tema:**
Explicar brevemente cómo la percepción visual puede cambiar con la baja visión y los retos que esto implica en tareas cotidianas como la limpieza.
- **Ejemplos visuales:**
 - Visión borrosa: se perciben formas, pero no detalles.
 - Visión en túnel: solo se ve el centro del campo visual.
 - Visión nublada: todo parece cubierto por niebla.

2. Preparación del Espacio

- **Retirar obstáculos:**
Asegurarse de que no haya objetos en el suelo (mascotas, juguetes, areneros, etc.).
- **Colocar materiales de limpieza en lugares accesibles:**
Utilizar colgadores de plástico, etiquetas en braille o relieves táctiles para identificar cada herramienta (escoba, recogedor, fregona, plumero).
- **Importancia del orden:**
Cada material debe estar siempre en el mismo sitio.

3. Barrido

- Dividir el espacio en zonas pequeñas.
- Guía por las paredes.
- **Método de barrido:**
 - Usar la escoba en zigzag, de izquierda a derecha, avanzando poco a poco.
 - Juntar la suciedad en pequeños montones por zonas.
 - Recoger la basura con el recogedor identificado y devolverlo a su lugar.

4. Fregado

- Preparar la cubeta:
 - Marcar el nivel del agua con una pegatina.
 - Usar el dedo para medir el nivel del producto y evitar derrames.
- Fregar con el mismo patrón:
 - Zigzag, siguiendo las paredes y asegurando cubrir toda la superficie.

5. Quitar el Polvo

- Uso del plumero y spray limpiador.
- Guía por las paredes y empezar siempre desde la misma zona (por ejemplo, la izquierda).
- Patrón de limpieza:
 - Movimientos en zigzag o circulares según la superficie.
 - Mano no dominante para guiarse, la otra para limpiar.

6. Limpieza de Ventanas

- Comenzar desde la parte superior izquierda.
- Usar movimientos en zigzag.
- Utilizar limpiavidrios con mango si es necesario.

7. Finalización y Consejos

- Dejar todo en su sitio, identificado correctamente.
- Consejos adicionales:
 - Evitar materiales que se parezcan al tacto.
 - Mantener el orden dejando todo en el mismo lugar.
 - Mejorar la iluminación y usar referencias auditivas (música suave).
 - Aprovechar ayudas ópticas y tecnológicas (Siri, apps móviles).