

Calçat sanitari. Introducció

El **calçat de treball** és un element fonamental a l'hora de prevenir i evitar lesions, per la qual cosa hauria de ser **el més adequat possible segons l'activitat professional**. A més, l'ús d'un calçat de treball adequat **afavoreix la salut i el rendiment del treballador**.

S'estima que els professionals sanitaris (cirurgians/es, infermers/es, zeladors/es, etc.) fan **el 75 % de les jornades laborals en bipedestació estàtica** (dempeus sense moure's) o **bipedestació dinàmica** (dempeus amb desplaçaments). Per tant, **utilitzar un calçat adequat** des del punt de vista de la funcionalitat, la prevenció de la fatiga i el confort **és molt important, ja que contribueix positivament a la salut laboral i el rendiment**.

Calçat sanitari com a calçat de treball



El **calçat d'ús professional** està destinat a oferir protecció contra els riscos derivats d'una activitat laboral.

La selecció del calçat més adequat es farà en funció de l'avaluació de riscos i complirà els requisits bàsics de **disseny, resistència, lliscament, permeabilitat, flexió, espessors**, així com altres de relatius als **materials i d'ergonomia**. Per a això, és important que **el calçat de treball d'ús sanitari** estigui degudament homologat.

Propietats ergonòmiques del calçat sanitari

El calçat sanitari ha de proporcionar **funcionalitat i confort**. Per a una elecció **correcta del calçat de**

treball en l'àmbit de la **sanitat**, hem de tenir en compte les següents **propietats ergonòmiques generals i específiques**, les quals permetran triar l'opció que més s'adeqüi a cada cas en particular i a les característiques del lloc de treball:

- **Adaptabilitat:** adaptació als moviments fisiològics del peu de manera que facilitin una marxa eficaç per disminuir el cansament i la fatiga muscular. Ha de ser un calçat fàcil de llevar i posar.
- **Pes:** ha de ser lleuger per evitar la fatiga.
- **Estabilitat i flexibilitat:** important que sigui un calçat estable, per la qual cosa hauria de disposar d'un contrafort que subjecti el taló o un element que permeti el moviment del turmell sense perdre subjecció. A més, ha de permetre la mobilitat dels dits.
- **Amortiment:** ha d'esmoreir eficientment els impactes al taló per disminuir les molèsties habituals que provoca la manca d'amortiment en aquesta zona.
- **Adherència i propulsió:** amb una sola antilliscant, bones propietats de fricció en sec i amb un disseny que permeti la dispersió de líquids sobre superfícies amb presència d'aquests. A més, ha de facilitar la impulsió.
- **Forma:** fisiològica tant en longitud com en amplitud, que intenti guardar una relació correcta entre l'amplària del taló i els dits del peu.

Propietats dels elements que componen el calçat sanitari



Per a més informació:



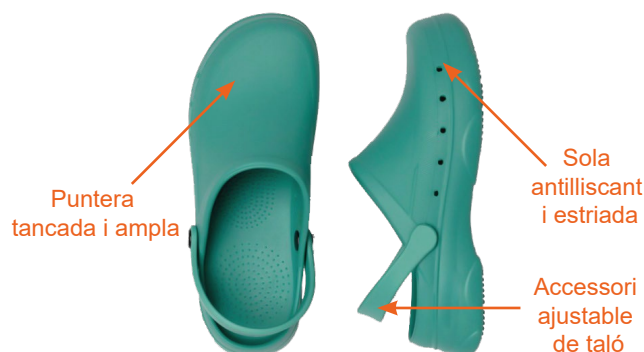
Una vegada detallades les propietats ergonòmiques generals que han de tenir-se en compte a l'hora d'una elecció correcta del calçat de treball en l'àmbit sanitari, es descriuen els **elements** que el componen i les característiques que han de complir:

- **Sola.** Ha de ser **lleugera, flexible, resistent, antilliscant, impermeable i antiestàtica**. Ha d'afavorir l'adherència tant en sec com en humit, així com de materials amb una relació de resistència al desgast vs. amortiment adequats.
- **Taló.** El taló serà de **base àmplia i de 3,5 cm d'altura màxima**. L'excés d'altura en el taló pot ser perjudicial per mantenir l'equilibri durant la marxa.
- **Puntera.** La puntera ha de ser **tancada, ampla i semirígida** per permetre el moviment lliure dels dits.
- **Plantilla.** La plantilla ha de ser **plana**, sense cap tipus de correcció, **amb un bony lleu a la zona medial externa de la planta del peu** per acomodar el pont. Molts models permeten introduir-hi plantilles personalitzades per corregir els desequilibris del peu.
- **Materials:** El calçat sanitari requereix una neteja molt freqüent, atès que està en contacte diari amb substàncies biològiques perilloses. És per això que ha d'estar compost per materials **preparats per ser rentats exhaustivament** (rentables a altes temperatures i que no es deformin). Preferiblement, seran materials sintètics o pells hidròfugues lleugeres i poroses amb tints hipoal·lèrgics i atòxics. Tots han d'afavorir la transpiració del peu.

Un cop descrites les propietats ergonòmiques i característiques dels elements que componen el calçat de treball d'àmbit sanitari, en línies generals es poden diferenciar **dos tipus de calçat**, segons si la persona es desplaça o roman estàtica:

- **Esclop obert (pel taló):** per a personal que roman en **bipedestació estàtica o fa pocs desplaçaments**. Ha de portar un **accessori ajustable posterior** per assegurar l'estabilitat, millorar l'amortiment enfront d'impactes i contribuir a un menor desplaçament relatiu entre el peu i l'esclop. El material de l'esclop ha de netejar-se

i desinfectar-se amb facilitat, fins i tot algunes marques els fabriquen amb una resina especial que evita la concentració de fongs i bacteris. Aquest és un exemple del tipus de calçat que es recomana quan s'opta per un esclop:



- **Calçat tancat:** per a personal que treballa en **bipedestació dinàmica**, que és la major part del personal sanitari. Aquest calçat augmentarà l'estabilitat i protecció del peu. A la foto adjunta veiem un exemple del tipus de calçat que es recomana en aquests casos, que ha de comptar amb aquests elements:



- **Contrafort:** la presència de contrafort proporciona estabilitat al taló, però sense ser massa rígid. Arribarà just per sobre del taló, i deixarà lliure l'articulació del turmell.
- **Tancament:** ha de presentar un sistema de tancament adequat (cordons o velcro), que permeti una bona adaptació a la morfologia del peu.

Per a més informació:

