Good Footwear Beats Sore Feet – Spanish

¿QUE ESTÁ EN RIESGO?

Cuando le duelen los pies, le duele todo. Pregúntele a cualquiera que termine un turno largo con zapatos de mala calidad.

Es importante seleccionar un calzado que sea cómodo, seguro y resistente. Si se elige mal, se sufrirá de incomodidad, dolor, fatiga y una serie de problemas en los pies, incluyendo callosidades, uñas encarnadas y pies cansados.

¿CUÁL ES EL PELIGRO?

Considere las exigencias de su trabajo, las condiciones en las que trabaja y los riesgos asociados a él. Su calzado deberá ser cómodo, fuerte y protector.

Algunos trabajadores necesitan un calzado especializado y único: zapatos con suela antideslizante, resistentes a los derrames químicos o que protejan contra las chispas y las quemaduras; botas de neopreno que impidan la entrada de líquidos; calzado con protectores que protejan los dedos de los pies de los objetos que caen.

Para muchos trabajadores, como los del sector sanitario, se requiere un calzado que evite los resbalones en los suelos húmedos, que proporcione amortiguación al caminar y al estar de pie hora tras hora, y que evite la contaminación biológica.

COMO PROTEGERSE

Factores clave a considerar cuando se elige la protección de los pies:

- El calzado con protección de tobillo evita que las chispas y

las partículas quemadas entren en los zapatos de un trabajador. El elástico facilita que los trabajadores se quiten los zapatos en caso de emergencia.

- Calzado impermeable en condiciones húmedas. Zapatos y botas que protejan contra el calor y el frío.
- Calzado con buena tracción para evitar resbalones y caídas. Algunos trabajadores pueden necesitar usar tacos o zapatos con una suela abrasiva, arenosa, acanalada, con púas o con tacos.
- Los zapatos de goma, PVC o neopreno protegen contra los derrames de petróleo, grasa animal y productos químicos. Selecciona el material adecuado para protegerse de la exposición a los productos químicos y otros materiales cáusticos.
- El calzado con protectores protege los pies contra la caída de objetos. Los protectores están hechos de acero, plástico o fibra y protegen la parte superior del pie de los objetos que caen.
- Proteja la parte inferior de sus pies de cortes, puñaladas y pinchazos de agujas. Los zapatos con suela reforzada hechos de un metal flexible especial protegen contra cortes y pinchazos de objetos punzantes como agujas, clavos y vidrios rotos.
- Los trabajadores expuestos a riesgos eléctricos necesitan un calzado con suela especial para protegerse de los golpes.
- Las zapatillas y sandalias higiénicas son ideales para los empleados que se duchan antes de salir del trabajo. El calzado desechable previene la propagación de la infección.

CONCLUSIÓN

Para obtener asesoramiento, o para comprobar las políticas de calzado que pueden estar en vigor en su departamento, hable con su supervisor.