



EL COSTO DE LA LESIÓN: EL PIE

POR WRNW

Es un dolor literal volver a ponerse de pie después de una lesión en el pie. De hecho, el pie es una de **las cinco partes** del cuerpo que se atribuyen más a los días de trabajo perdidos. En la continuación de nuestra serie El costo de las lesiones*, vamos hablar sobre el costo de las lesiones en los pies y cómo prevenirlas.



CALCULACIONES

Al observar el costo combinado de las lesiones en los pies y los salarios perdidos, una lesión en los pies relacionada con el trabajo cuesta un promedio de **\$28,000**. En comparación, aquí hay algunos tipos comunes de lesiones en los pies:

Fractura de pie Hay 26 huesos en el pie. Debido a la función de soporte de peso del pie, estos huesos son susceptibles a fracturas por estrés o una fractura aguda debido a una lesión por aplastamiento o un resbalón, tropiezo y caída. La intervención médica típica para cualquier fractura incluye una radiografía (**costo que oscila entre \$170 y \$2000**) y yeso (\$250). Si se necesita cirugía, el precio puede aumentar entre \$5,100 y \$13,600.



Esguince y distensión de pie/tobillo

Con 33 articulaciones, hay muchos ligamentos y tendones correspondientes. Girar un tobillo puede provocar una torcedura en los ligamentos principales y tensión en los músculos y tendones circundantes, y mucha incomodidad. Los esguinces laterales de tobillo, el tipo más común de esguince de pie y tobillo, ¡cuestan **promedio es de \$1,000!**

Fascitis Plantar La fascia plantar es la banda de tejido que corre a lo largo de la parte inferior del pie. El tejido puede irritarse debido a estar de pie durante mucho tiempo sobre superficies duras. Si bien la fascitis plantar es fácil de diagnosticar y puede resolverse con calzado, estiramientos y ejercicios adecuados, podría resultar en una cirugía. ¡La cirugía puede costar **\$10,000 o más!**

PREVENCIÓN

Las lesiones en los pies en el lugar de trabajo pueden ser causadas por aplastamientos, laceraciones o incidentes de resbalones, tropiezos y caídas. Cuando esto ocurre, el calzado adecuado puede reducir el riesgo de lesiones. Sí, esos zapatos con punta de acero no son solo una declaración de moda, ¡sino vitales para la prevención de lesiones!

Pruebe estos consejos para obtener aún más protección de sus zapatos:

- **Implemente una rotación de zapatos** - el día 1, use el par A. El día 2, use el par B.
- **Evalúe su equipo** - ¿hay un desgaste notable en las plantillas? ¡Cámbialos por otros nuevos! ¿La banda de rodadura de la suela exterior está lisa y desgastada? ¡Hora de ir a comprar zapatos!



El ajuste **CORRECTO** con **SUPERfeet**

Las plantillas para zapatos de venta libre no son la única opción. Recomendamos las plantillas Superfeet para el atleta industrial.



Echa un vistazo al **Buscador de ajuste Superfeet** para asegurarte de tener la plantilla **CORRECTA** para el ajuste **CORRECTO**. Use el código de promoción **WorkRightNW2022** para recibir un 15% de descuento en su pedido y envío gratis al finalizar la compra.

Work Right NW está cambiando la forma en que las empresas ven los peligros en el lugar de trabajo. Nuestro enfoque es educar a la fuerza laboral para prevenir lesiones. Ofrecemos acceso a los Especialistas en Prevención de Lesiones en el lugar de trabajo para poder comunicar los primeros signos de malestar. Estamos cambiando la industria una compañía a la vez ayudando a una persona a la vez.



***¡Sigue leyendo! Consulte nuestros otros temas de la serie Costo de las lesiones: la rodilla, el hombro, la espalda y la muñeca.**

