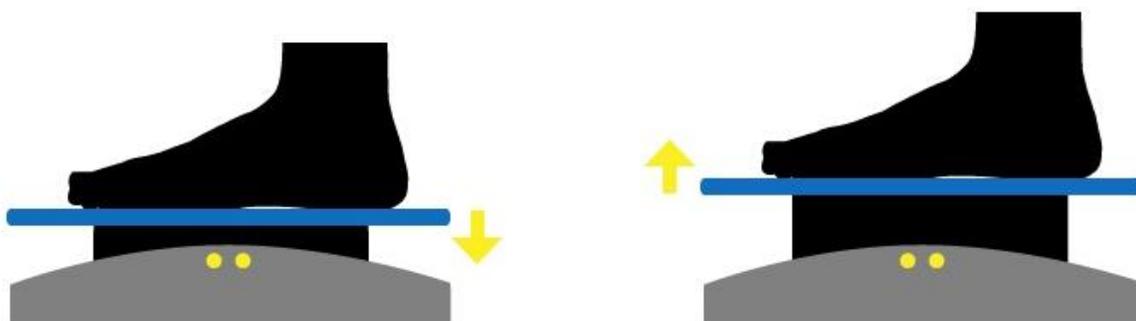


Las 4 características de un reposapiés ergonómico

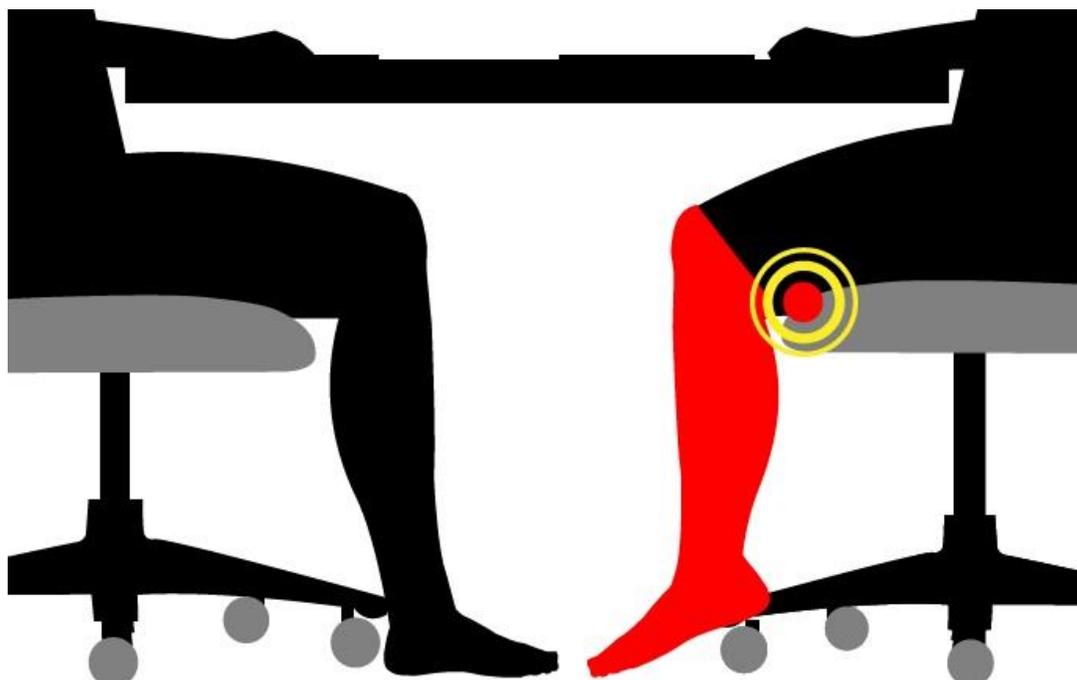
1. Regulable en altura.

Necesario para personas de altura inferior a 160 cm o para quienes realizan sus tareas en mesas o mostradores altos.



Regulable en altura. Características de un reposapiés ergonómico

La falta de apoyo de los pies sobre el suelo condiciona la postura general del cuerpo y puede dificultar la circulación sanguínea de las extremidades inferiores.



Falta de apoyo de los pies en el suelo.

2. Regulable en inclinación.

Para favorecer el dinamismo postural, la superficie de apoyo debe poder regularse en inclinación. Esta característica permite la flexo-extensión del pie (inclinarse hacia adelante y hacia atrás).



Regulable en inclinación. Características de un reposapiés ergonómico

Inclinación básica recomendada (Variable): entre 5° y 25°.

3. Dimensiones.

Debe disponer de espacio suficiente para poder cambiar la posición de los pies. La superficie de apoyo debería tener unas dimensiones mínimas de 45 cm de ancho por 35 cm de fondo.

Siempre es preferible que los cantos sean redondeados y romos para evitar posibles arañazos o roces sobre el calzado.



Dimensiones mínimas recomendadas.

4. Regulable en inclinación.

La estabilidad es una de las características más importantes. Si ésta falla, falla todo. El reposapiés debe poder mantenerse «pegado» al suelo, sin deslizarse. Generalmente los reposapiés muy ligeros tienden a deslizarse más. Por ello, es recomendable que el reposapiés sea robusto, tenga peso y disponga de sistemas antideslizantes tanto en la zona de apoyo de los pies, como en el suelo.



Inclinación de reposapiés recomendada.