

# ABOUT BLU

em colaboração com

## PROGETTO POSTURA



# 1 / QUANDO OS SAPATOS TE ASSENTAM BEM

NÃO HÁ PRESSA PARA OS DESCALÇAR

Há mais de 40 anos que fabricamos sapatos para proteger os nossos pés da forma mais completa possível. Asseguramos a sua proteção não só contra os perigos de eventuais acidentes, mas também contra o desgaste que o trabalho inevitavelmente provoca no nosso corpo.

Os resultados obtidos são de absoluta excelência e são fruto tanto da herança da antiga tradição italiana do calçado como da investigação de ponta que informa o nosso departamento de Investigação e Desenvolvimento

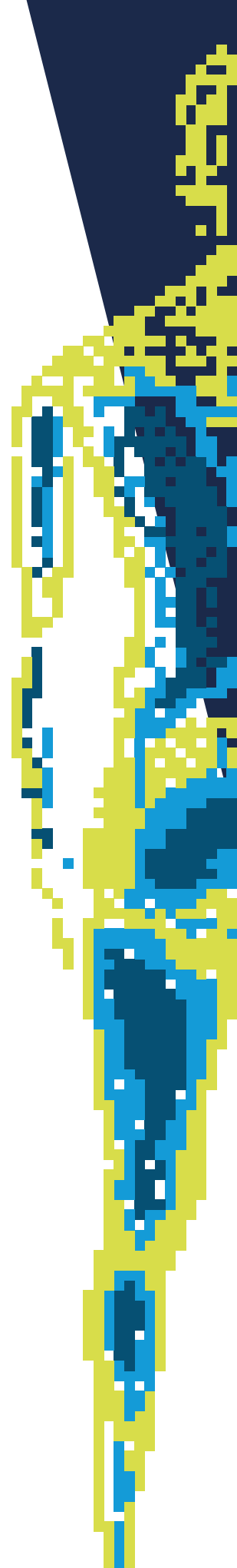
A missão da Aboutblu é fabricar os melhores sapatos para o trabalho, aqueles que respeitam a anatomia do pé e, portanto, a função postural, melhorando a atividade muscular e aumentando o desempenho no trabalho.

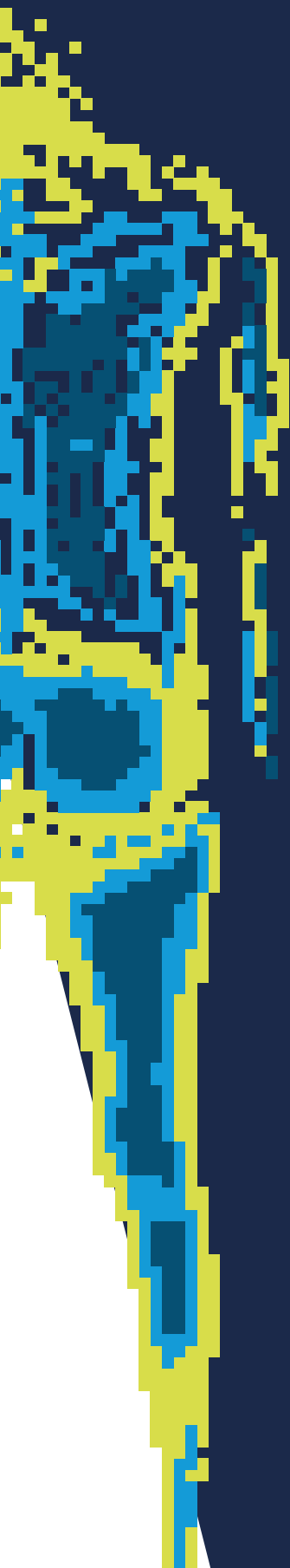
O encontro com a equipa do Projeto Postura permitiu validar a pesquisa de conforto da Aboutblu, analisando e quantificando os benefícios do calçado.

## 2 / SCREENING DO PROGETTO POSTURA

Progetto Postura **é** uma realidade vanguardista, composta por especialistas em podologia e posturologia, criada com o objetivo de inovar as técnicas de avaliação postural e garantir tratamentos personalizados para a prevenção e segurança do paciente.

O serviço de análise e consultoria da Progetto Postura nas empresas permite-lhes obter os dados necessários para melhorar as condições de trabalho. Isto resulta não só na obtenção óbvia de um maior bem-estar para os trabalhadores, mas também numa redução drástica dos custos, sobretudo económicos, decorrentes do absentismo e dos acidentes.





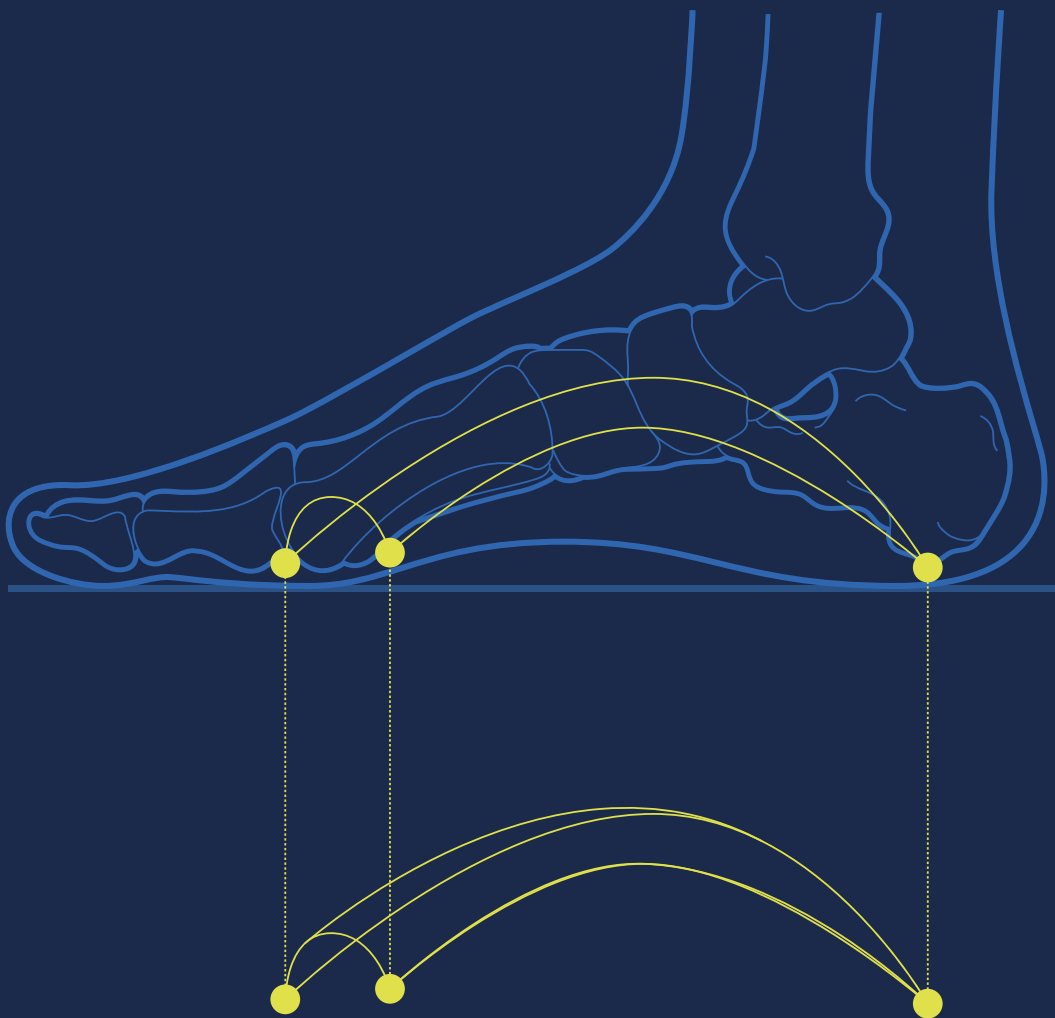
O estudo de caso da Progetto Posture que está a ler relata quer a análise do impacto do calçado Aboutblu sobre o corpo em laboratório, utilizando instrumentos tecnológicos inovadores como o Cryovizion e o Baropodometric Footboard, quer a experiência de exploração postural na HI LEX, fabricante de acessórios para automóveis.

Nos estudos efectuados por Progetto Postura é possível ver literalmente o trabalho muscular através das imagens fornecidas pelos instrumentos utilizados. A maior intensidade de trabalho muscular é dada pela cor azul, por isso quisemos replicar o nome da nossa marca no título deste estudo: "aboutblu" é como dizer "about work".

# ABOUT BLU ABOUT WORK

RESPEITAR A

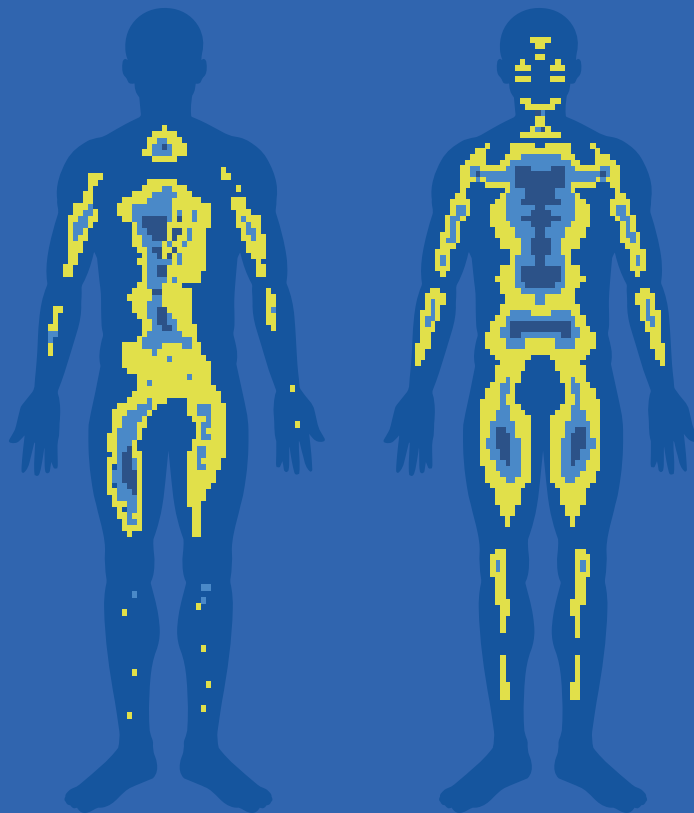
BIOMECÂNICA DO PÉ



## DETECÇÃO VISUAL DOS DESEQUILÍBRIOS

Se o calçado utilizado não respeitar as características anatómicas do pé, o nosso corpo criará estratégias de compensação que podem provocar sobrecargas musculares que resultam em dores e assimetrias estruturais. Estas condições posturais são verificadas através da utilização de instrumentos de deteção específicos, tanto para o pé como para a postura.

As alterações posturais, se não forem corrigidas, podem provocar: **dores musculares, fadiga, câibras e cansaço**



### ATENÇÃO

Estatisticamente, as pessoas são menos propensas a lesões quanto mais simétrica for a sua postura.

# 3 / O ESTUDIO DE LABORATÓRIO

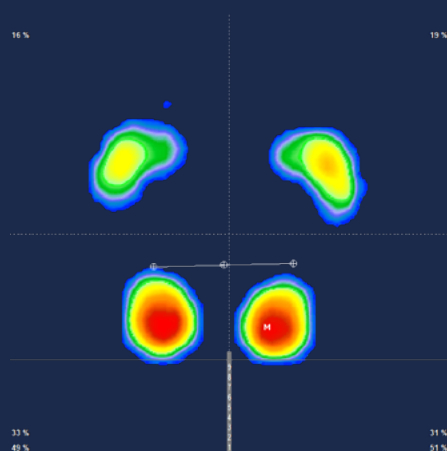
Progetto Postura utiliza os mais modernos instrumentos de detecção que identificam a variação da atividade muscular do corpo.

## A / TESTE DE PLATAFORMA BAROPODOMÉTRICA

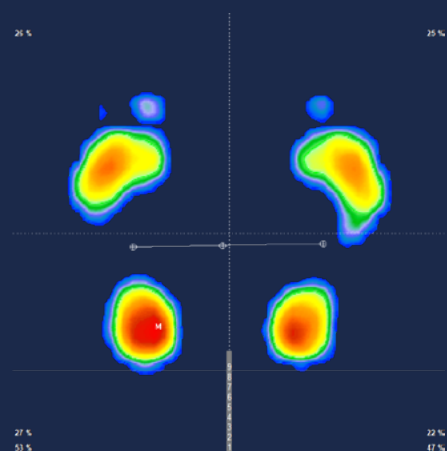
A plataforma baropodométrica avalia o apoio e a carga do pé. É impressionante como o "antes" e o "depois" apresentados nas imagens em anexo mostram o resultado de uma maior presença da planta do pé no solo combinada com uma melhor posição do pé no solo.

O "antes" e o "depois" apresentados nas imagens em anexo mostram o resultado de uma maior presença da planta do pé no solo combinada com uma melhor harmonia da distribuição da carga.

## MAIOR PRESENÇA DA PLANTA DO PÉ NO SOLO MELHOR HARMONIA DA DISTRIBUIÇÃO DA CARGA



Sem sapatos antes da utilização sapatos AB



Sem sapatos após a utilização dos sapatos AB

### A IMPORTÂNCIA DE UMA ESTRUTURA DE CALÇADO ADEQUADA

O tratamento podológico com ortóteses feitas à medida deve aumentar o desempenho postural do doente,

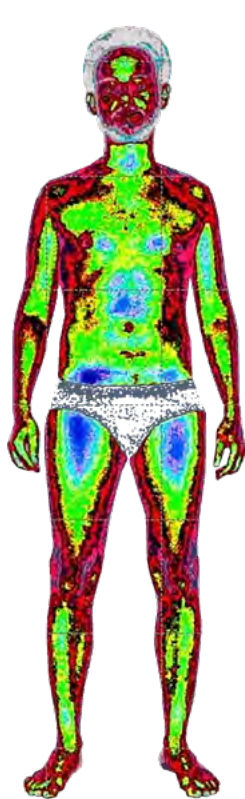
mas este deve ser calçado com um sapato que respeite a anatomia do pé. Quanto melhor for a estrutura do sapato, menor será o impacto da palmilha na pessoa. O sapato correto tem um grande potencial para o tratamento do doente durante as 8 a 12 horas de trabalho.

## B / TESTES COM CRYOVIZION

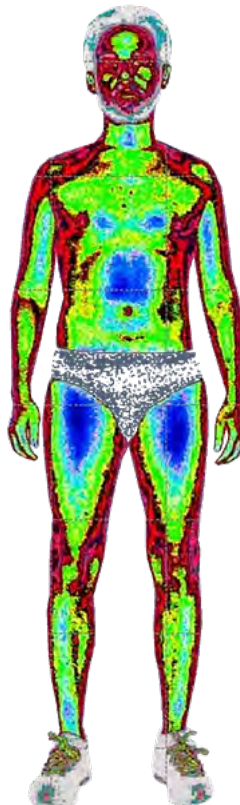
O Cryovizion é o instrumento que mostra as tensões musculares do paciente, evidenciando as diferentes activações musculares do corpo. O exame Cryovizion permite avaliar o estado postural de uma pessoa em diferentes situações.

As imagens geradas pelo Cryovizion mostram uma comparação entre um paciente primeiro descalço e depois calçado com sapatos Aboutblu. Com o uso dos sapatos Aboutblu, observa-se o seguinte:

- 1) uma redução da hipertensão (exagero nocivo) dos flexores da coxa;
- 2) uma harmonização global das tensões.



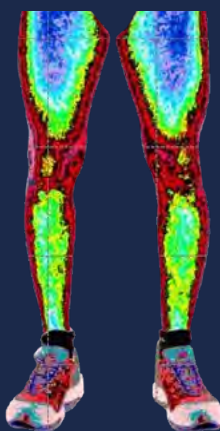
Sem sapatos



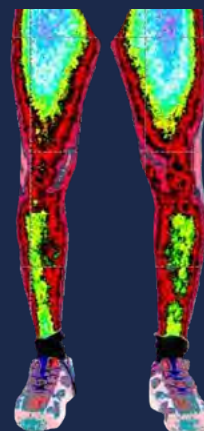
Com sapatos Aboutblu

Posteriormente, o teste foi alargado a uma comparação entre a utilização de calçado Aboutblu ou de calçado de segurança de outras marcas italianas populares.

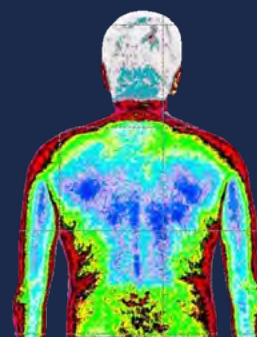
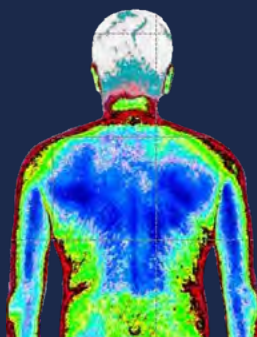
As imagens da esquerda, em que são usados sapatos Aboutblu, mostram uma melhor condição muscular do que as imagens da direita (sapatos de competição).



SAPATOS ABOUTBLU



SAPATOS DE  
COMPETIÇÃO



UMA IMAGEM HARMONIOSA É UM SINAL DE BEM-ESTAR

# 4 / O INQUÉRITO NO TERRENO

A seguir, apresentamos a análise e os resultados obtidos numa fração de trabalhadores da HILEX, uma empresa italiana que opera no sector automóvel. Foi avaliado o estado postural de cada sujeito. Nenhum dos trabalhadores da HILEX usava sapatos Aboutblu.

Esquecemo-nos muitas vezes que o bem-estar é um estado de equilíbrio de muitos elementos diferentes. De facto, não existe um sapato ideal porque não existe um pé ideal ou um corpo ideal.

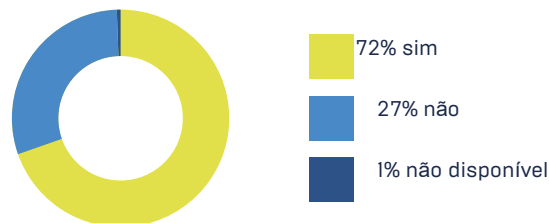
Depois, é preciso ter em conta o ambiente e as condições do momento. Em suma, o nosso dia de trabalho é uma situação dinâmica em que os parâmetros de funcionamento mudam.

Em suma, o nosso dia de trabalho é uma situação dinâmica em que os parâmetros de funcionamento estão constantemente a mudar e o nosso corpo adapta-se em conformidade

No caso do calçado de trabalho, é importante que este consiga cumprir a sua função de proteção sem prejudicar esta capacidade de harmonizar a postura. Em suma, o calçado ideal é aquele que consegue proteger o pé respeitando a sua biomecânica.

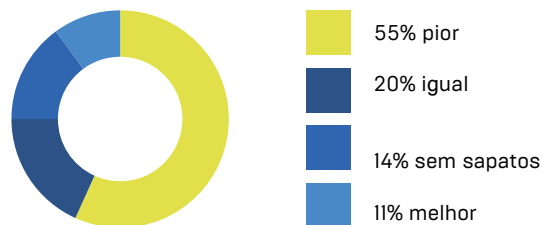
## DISFUNÇÕES RELACIONADAS COM O CALÇADO

Em comparação com o calçado fornecido, os testes revelaram alterações posturais em 72% dos casos. Os testes de estabilidade lombar pioram drasticamente com o uso do calçado habitual.



## MOBILIDADE DA COLUNA VERTEBRAL

O teste posturodinâmico avalia a qualidade do movimento da coluna vertebral.



## DISMETRIA DOS MEMBROS INFERIORES

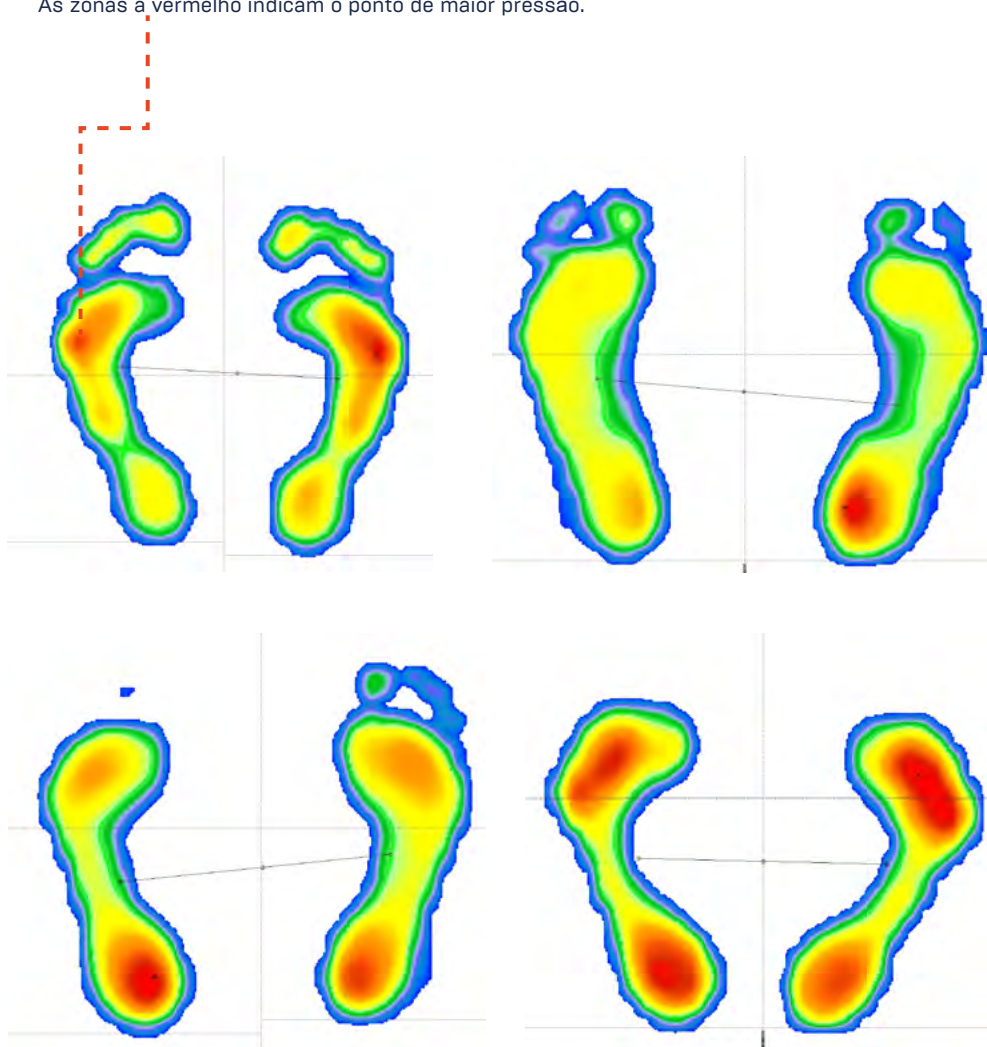
Uma descoberta importante durante as avaliações foi a confirmação da presença generalizada de um membro inferior curto. A condição de "perna curta" é prejudicial para a postura, uma vez que altera o apoio plantar, criando um trabalho de estabilidade assimétrico. Consequentemente, o calçado será afetado por este apoio alterado. É importante ter uma estrutura de calçado fiável para limitar as alterações posturais.



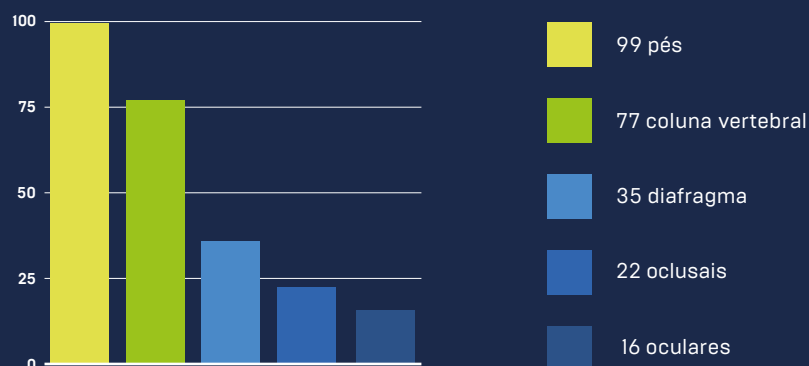
## APOIO PLANTAR

Graças à análise baropodométrica, é possível avaliar as diferentes cargas posturais sobre a planta do pé. É interessante saber que, em muitos casos, a assimetria do apoio plantar confirma uma alteração postural.

As zonas a vermelho indicam o ponto de maior pressão.



## DISFUNÇÕES DETECTADAS



Na avaliação dos trabalhadores, foi verificada a função de todos os distritos anatómicos. Tendo em conta que a maior parte do trabalho dos funcionários é feito de pé e com pouco movimento, é de notar que as áreas disfuncionais são principalmente os pés e a coluna lombar e dorsal. O trabalho do calçado é testado com estas disfunções presentes.

## CALÇADO PROPOSTO

No que diz respeito aos trabalhadores nos quais foram detectados problemas posturais, a Progetto Postura considerou oportuno propor a introdução do calçado Aboutblu.

**ABOUTBLU É UM CALÇADO QUE RISPEITA A  
DIVERSIDADE DO APOIO PLANTAR**

# 5 / CONCLUSÕES

Os testes efectuados mostram que as sapatilhas Aboutblu:

**RESPETAN LA  
ESTABILIDAD DEL  
RETROPIÉ**

reforço no calcanhar

**PROTEGEN  
LA PARTE SUPERIOR**

Partes superiores resistentes  
y traspirables

**CONTROLAN  
LA TORCIÓN**

Composhank

**TÊM  
AMORTECIMENTO  
ADEQUADO**

Alveosystem

sola injectada em PU/bi-densidade



O cumprimento destas características traz benefícios ao nível da: **estabilidade, funcionalidade, ergonomia e desempenho.**

O calçado Aboutblu cria as melhores condições para o bem-estar postural ao longo do dia de trabalho, evitando tensões musculares assimétricas e promovendo uma melhoria global da postura.

