



بخشی از ترجمه مقاله

عنوان فارسی مقاله :

چمباتمه زدن، دولا شدن، و یا یک حالت بینابینی؟

عنوان انگلیسی مقاله :

Squat, stoop, or something in between?



توجه !

این فایل تنها قسمتی از ترجمه میباشد. برای تهیه مقاله ترجمه شده کامل با فرمت ورد (قابل ویرایش) همراه با نسخه انگلیسی مقاله، [اینجا](#) کلیک نمایید.



بخشی از ترجمه مقاله

4. Implications for avoiding injury due to lifting

Training people to perform lifting in safer ways has been consistently proposed as a means of reducing the risk of injury, however research evaluating the effectiveness of lifting training programs involving uninjured workers has generally failed to find any evidence of persistent modification in lifting technique (Pheasant 1986). If it can be assumed that muscular fatigue contributes to injuries suffered as a consequence of lifting, then a technique which reduces muscular effort may be preferred. Rather than prescribing a single "best" technique which is not likely to be appropriate in all situations, it may be preferable to provide education in general lifting guidelines and use exploratory learning techniques (Newell, 1991) to assist lifters to discover individually appropriate postures and patterns of movement.

4. پیامدهای اجتناب از آسیب دیدگی در اثر باربرداری

آموزش مردم برای انجام عمل باربرداری به شیوه ای ایمن تر به طور مداوم به عنوان وسیله ای برای کاهش خطر آسیب دیدگی مطرح گردیده است. با این حال ارزیابی تحقیقاتی مربوط به اثربخشی برنامه های آموزشی باربرداری بر کارگران فاقد آسیب دیدگی به طور کلی موفق به پیافتن هیچ گونه مدارک و شواهدی درباره اصلاح مداوم تکنیک باربرداری نشده است (فیزنت، 1986).

در صورتی که بتوان تصور نمود که خستگی عضلانی به وارد آمدن آسیب دیدگی به عنوان پیامد باربرداری اجسام کمک می نماید آنگاه تکنیکی که منجر به کاهش فعالیت عضلانی می گردد ممکن است دارای ارجحیت باشد. به جای تجویز تکنیکی که به تنهایی "بهترین" روش باشد و احتمالاً برای کلیه شرایط نیز مناسب نمی باشد، ممکن است ارائه آموزش در دستورالعمل های کلی باربرداری و استفاده از تکنیک های یادگیری اکتشافی (نیوئل، 1991) برای کمک به کسانی که به باربرداری می پردازند در کشف حالات و الگوهای جداگانه و مناسب حرکتی می پردازند ترجیح داده شود.



توجه !

این فایل تنها قسمتی از ترجمه میباشد. برای تهیه مقاله ترجمه شده کامل با فرمت ورد (قابل ویرایش) همراه با نسخه انگلیسی مقاله، [اینجا](#) کلیک نمایید.

برای جستجوی جدیدترین مقالات ترجمه شده، [اینجا](#) کلیک نمایید.