

کفش برای تنیل‌ها هم رسید!

انسان‌های سالم از لحاظ بدنی مشکلی با پیاده روی و راه رفتن‌های طولانی روزانه ندارند اما به کسانی که این کار ملال آور را بارها و بارها انجام داده‌اند، می‌توان طرحی نو ارائه داد.



انسان‌های سالم از لحاظ بدنی مشکلی با پیاده روی و راه رفتن‌های طولانی روزانه ندارند اما به کسانی که این کار ملال آور را بارها و بارها انجام داده‌اند، می‌توان طرحی نو ارائه داد.

مجله مهر: استیون کالینز از دانشگاه کارنگی ملون و همکاران اش، مقاله‌ای را در ژورنال طبیعت منتشر کرده‌اند که گویای راهی برای رهایی نسبی ما از زحمات پیاده روی است. آن‌ها یک استخوان بندی خارجی چکمه مانند را طراحی و تست کرده‌اند که می‌توان آن را پوشید و بخشی از بار راه رفتن را به این دستگاه واگذار کرد.

افرادی مانند پستچی‌ها یا ماموران قرائت‌کننده که هر روز مسافت زیادی را باید پیاده روی کنند، یا سربازها که باید بار سنگینی را در مسافتی زیاد حمل کنند، یا افرادی که به دلیل جراحت، معلولیت یا قطع عضو در راه رفتن مشکل دارند، می‌توانند به کمک این چکمه‌ها مسافت بیشتری را بدون خسته شدن بروند.

هزینه متابولیک (مقدار سوخت و ساز بدن) طی راه رفتن با استفاده از این وسایل، حدود ۷ درصد کاهش می‌یابد. این اختراع، کار عجیبی انجام نمی‌دهد بلکه تنها به مانند عملکرد ماهیچه‌ها و تاندون‌ها، به فرد یاری می‌رساند. فنر تعبیه شده در چکمه‌ها، با هر گام ابتدا انرژی را ذخیره و سپس آزاد می‌کند، به این ترتیب که با برداشتن پا از روی زمین انرژی ذخیره شده و سپس برای گذاشتن پا بر روی زمین انرژی آزاد می‌شود و به اصطلاح راه رونده را هل می‌دهد.

برای اعمال نیروی مورد نیاز برای حرکت بدن به جلو، به طور معمول ماهیچه‌های بدن تان، زحمت اصلی را می‌کشند. کار چکمه‌ها سهیم شدن در این زحمت است که منجر به افزایش کارایی بدن به میزان ۷ درصد می‌شود. هر چند این مقدار صرفه جویی، خیلی زیاد به نظر نمی‌رسد اما در عمل حس خوبی می‌دهد و شما را راضی خواهد کرد. راه رفتن با این وسایل به مانند آن است که ۴ کیلوگرم از وزن بدن تان را کم کرده و به صورت معمولی راه بروید.