

Sterke steun voor de spieren van de stukadoor

Als ondernemersverzekeraar stelt De Goudse zichzelf twee taken. De ene betreft het bieden van financiële zekerheid in geval van schade, de andere betreft het voorkomen van schade. Want het is mooi dat, bijvoorbeeld, een zzp'er verzekerd is van een uitkering in geval van arbeidsongeschiktheid. Maar wanneer die zzp'er gezond en zonder klachten door kan werken, is dat natuurlijk nog veel mooier.

AFNAME VAN DE SPIER-ACTIVITEIT MET 30 TOT 40%

Innovaties die werk veiliger en lichter maken worden in Gouda dan ook met grote interesse gevolgd en gestimuleerd. Een mooi voorbeeld daarvan is de ontwikkeling van exoskeletten met veersysteem. Wanneer de drager van zo'n skelet de armen heft, zorgt die veer voor ondersteuning. De spieren rond het schoudergewricht hoeven daardoor minder kracht te leveren, wat resulteert in minder lichamelijke belasting en minder vermoeidheid. In opdracht van gipspleisterfabrikant Knauf onderzocht TNO die effecten bij stukadoors, op een testlocatie van NOA, de Nederlandse Ondernemersvereniging voor Afbouwbedrijven. Daaruit bleek dat de spieractiviteit van de stukadoors bij gebruik van het exoskelet met 30 tot 40% afnam, afhankelijk van de spier die werd gemeten en de taak die de stukadoor uitvoerde. De stukadoors gaven ook zelf aan dat het werk minder inspanning kostte.

Van test naar praktijk

Knauf en NOA vroegen zich na deze eerste 'laboratoriumtest' af of de stukadoors ook in de dagelijkse praktijk zo positief zouden oordelen. En of, en in welke mate, ze het skelet daadwerkelijk zouden gebruiken. Om die vragen te beantwoorden, voerde TNO een onderzoek uit onder 39 stukadoors, waaronder zzp'ers met een AOV van De Goudse. De Goudse droeg bij aan dit onderzoek door twee exoskeletten aan te kopen en aan twee van 'hun' zzp'ers in bruikleen te geven. TNO vroeg de stukadoors om zes weken lang elke dag een korte vragenlijst in te vullen over hun ervaringen met het skelet, plus eenmaal per week een aanvullende vragenlijst. Daardoor kregen de onderzoekers onder meer inzicht in het gebruik, of niet-gebruik, van het exoskelet bij verschillende taken en de effecten op werkprestatie, gedrag en lichamelijke belasting.

EXOSKELET

De Goudse ziet het exoskelet als een interessante mogelijkheid voor stukadoors om langer en vooral gezonder door te kunnen werken. Onze AOV-, re-integratie- en verzuimspecialisten onderzoeken nu hoe we kunnen bijdragen aan het gebruik van deze nieuwe mogelijkheid.

Als het werk er lichter van wordt...

Roy van Weegberg is zelfstandig stukadoor en vindt zijn opdrachtgevers met name in de particuliere sector. Via zijn financieel adviseur, Perrée & Partners in Eindhoven, kreeg hij de vraag van De Goudse of hij aan het onderzoek wilde deelnemen. Hij was meteen geïnteresseerd. 'Ik had er weleens wat over gelezen,' vertelt hij. 'En ik volg de ontwikkelingen in mijn vak sowieso graag. Als ik denk dat een nieuwe manier van werken voordelen biedt, probeer ik dat zeker uit. Zo werk ik veel met de spuit en zet ik een wand nog maar zelden handmatig op. En wanneer ik een plafond moet doen, werk ik bij voorkeur vanaf een steiger. Dat kost aan het begin van een klus wat meer tijd, maar komt de kwaliteit ten goede. Vanaf een trappetje werkt het

'ALS ZO'N EXOSKELET HET WERK LICHTER MAAKT, STA IK DAAR ZEKER VOOR OPEN'

onhandiger en ga je misschien onbewust handelingen overslaan. Dus als zo'n exoskelet het werk lichter maakt, sta ik daar zeker voor open.'

Wennen aan de afmetingen

Aan het begin van de zes weken moest Roy wel even wennen aan het dragen van het skelet. Niet vanwege het gewicht: 'Het is of je een licht rugzakje draagt. Ik had er bij het werken geen last van.' Wel vanwege het formaat. 'Het steekt uit hier en daar, waardoor ik mij soms stootte of mij ergens langs of onderdoor moest wurmen. Overigens kreeg ik in de loop der weken meer gevoel voor de afmetingen en bewoog ik mij er makkelijker in rond.' Het aan- en uitdoen en dragen gaat makkelijk en comfortabel, vindt hij. 'Alleen kruipt het skelet bij het bukken een beetje omhoog en moet ik dan later even schudden om het weer terug te laten zakken. De bevestiging moet dus nog wat verbeteren, misschien met een band onder je benen door.'

Klein schokje

Van de deelnemers aan de TNO praktijktest ervaart 93% dat het exoskelet lichamelijke ondersteuning biedt. Ook Roy merkt dat met name zijn bovenarmen en schouders worden ontlast. 'Zolang mijn armen onder borsthoogte zijn, is er geen verschil. Zodra ze daarboven komen, voel ik de ondersteuning van de veer. Die overgang gaat gepaard met een klein schokje, een kleine onderbreking in de vloeiende beweging. Dat is niet onoverkomelijk, maar het valt mij wel elke keer op. Ik was overigens een van de weinigen die daar last van had, heb ik begrepen, dus dat verschilt blijkbaar per stukadoor.'

Voorlopig mag Roy het exoskelet van De Goudse blijven gebruiken, en dat is hij ook zeker van plan. Zou hij zo nodig zelf een exemplaar aanschaffen? 'Dat heeft te maken met de prijskwaliteit-verhouding,' zegt hij. 'Op dit moment bedraagt de prijs zo'n vierduizend euro. Dat is voor mij als zzp'er een relatief groot bedrag. Bovendien is het een product in ontwikkeling. Over een paar jaar is de kwaliteit misschien al weer beter en de prijs lager. Daar zou ik misschien nog even op wachten.'

