
El calzado infantil

¿Qué tipo de calzado deben usar los niños pequeños?

Los niños pequeños nunca deben llevar zapatos rígidos ni con suelas duras. Sus zapatos deben ser **flexibles** y **amplios**. El mejor es el calzado ligero y con suela flexible. Con protección-refuerzo en el talón y que no cubra los tobillos.

¿Qué características debe de tener el zapato ideal para esta edad?

- No le vienen bien las botas. Se usa un zapato bajo y sin abotinar.
- La parte de delante del zapato debe ser ancha y alta. No debe apretar los dedos.
- Los dedos de los pies deben estar libres y poderse mover. Por eso, la parte rígida de la suela no debe llegar hasta la punta. Se debe quedar antes de que empiecen los dedos de los pies.
- Los dedos deben poderse mover. La puntera será ancha y alta. El calzado rígido hace que los dedos no se puedan mover.
- La talonera debe ser un poco rígida.
- Debe de quedar sobre 1cm entre la punta del primer dedo y el zapato.
- El niño sólo hace el giro de los 2-3 primeros dedos si la suela es algo dura. Entonces los músculos del resto de los dedos se ponen débiles y se atrofian. Esto hace que los músculos del lado externo de la pierna se pongan débiles.

¿Los lactantes tienen que llevar zapatos?

Los lactantes tienen que proteger sus pies del frío. Por eso les ponemos **calcetines** o **patucos**. También debemos proteger sus pies del roce. Por eso, cuando gatea o se arrastra ponemos un zapato flexible para que no tenga rozaduras.

Los lactantes sólo necesitan un zapato cómodo y flexible. Vemos mucha publicidad de que hay que ponerles calzado duro y fuerte, con plantillas, para que anden mejor. Esto es falso.

¿Es bueno que el niño ande descalzo por la playa?

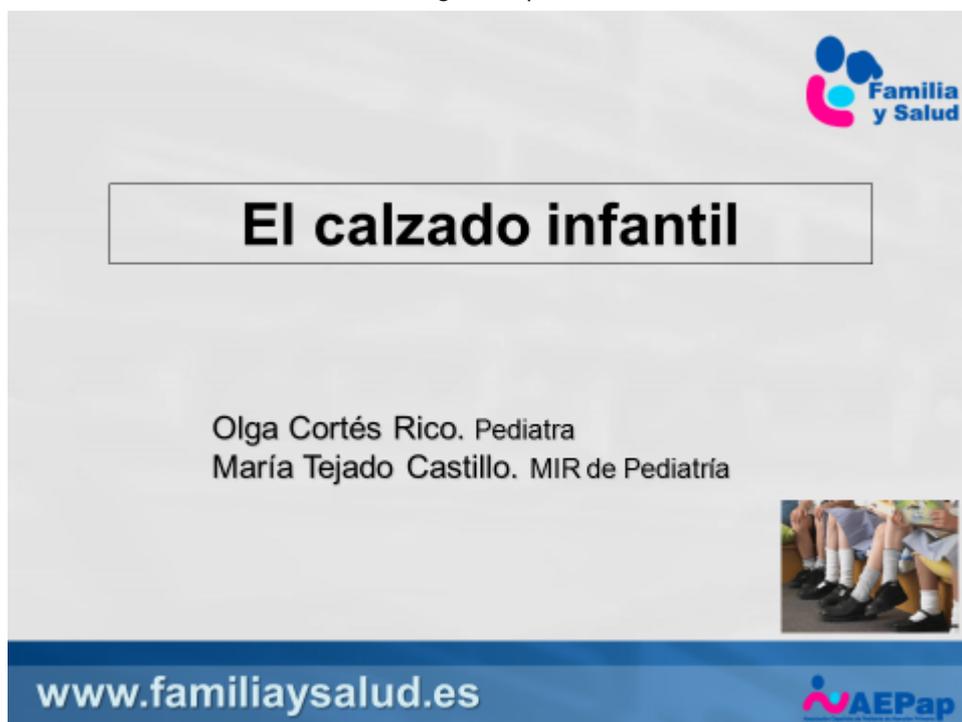
Al pie del niño le viene bien un suelo natural, no plano. Por ejemplo: la arena, la gravilla, la hierba... Así, su pie se amolda a las distintas elevaciones y se va formando su pie normal.

Le viene mal el suelo artificial. Es duro y liso. Por ejemplo: la baldosa, el parquet, la arena dura...

Enlaces relacionados

- [Consejos para un buen calzado infantil](#). Observatorio FAROS (del Hospital San Juan de Dios)
- [El calzado del niño](#). Web www.traumatologiainfantil.com. Página del Dr. César Galo García Fontecha, especialista en Ortopedia Infantil.
- [Pediatria, podología, y calzado infantil](#). En: Web www.correrdescalzos.es
- [Calzado del niño en crecimiento](#). En Web de Dr. Jorge Hodgson Ravina. Fundador Sociedad Española de Ortopedia Pediátrica

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:



Fecha de publicación: 1-09-2012

Última fecha de actualización: 08-04-2017

Autor/es:

- [Jose Luis Montón Álvarez](#). Pediatra. Actualmente jubilado
- [Olga Cortés Rico](#). Pediatra. Centro de Salud "Canillejas". Madrid

