

---

## Deportivas con ruedas. Todo lo que se debe saber

Las deportivas con ruedas son calzados deportivos a los que se les ha puesto una rueda en el talón. En inglés se llaman *heelys*. Llevan ruedas o sólo una rueda en la parte del talón. Los niños y adolescentes usan la rueda para desplazarse en trayectos cortos apoyados sólo en la rueda.

### **¿Son un juguete o un calzado de uso diario?**

No son un [calzado](#) para todos los días. Son un juguete. No se deben usar más de 1-2 horas a la semana.

Consulta los riesgos y problemas que te puedes encontrar si las usas en exceso. Te los resumimos en esta infografía.

Si quieres más información [consulta el artículo completo](#).



---

**Fecha de publicación:** 15-12-2016

**Autor/es:**

- [Cristóbal Jesús García Fernández](#). Fisioterapeuta. Sala de Fisioterapia y Rehabilitación del Centro de Salud de Nerja. Nerja (Málaga)
- [María José Esteban Rodríguez](#). Fisioterapeuta. Sala de Fisioterapia y Rehabilitación del Centro de Salud de Nerja. Nerja (Málaga)

