

## EL CALZADO DEL NIÑO

Los niños pequeños, hasta la edad en la que empiezan a gatear, no deben estar calzados con zapatos. Si es preciso, para protegerles del frío, se pueden usar calcetines “no apretados” o patucos. *No deben emplearse zapatos en niños que no anden.*

En el caso del niño que comienza a gatear, el calzado debe ser flexible, con suela blanda y elástica, de un grosor de unos 3 mm. Debe tener protección tanto en la puntera como en el talón.

Cuando el niño comienza a andar, debe usar zapatos de materiales transpirables y pieles flexibles, con cierres de cordones, velcro o hebillas que sujeten pero no presionen. El calzado debe tener siempre mayor longitud que el pie (aproximadamente 1 a 1'5 centímetros más grande que el dedo más largo). Tampoco debe ser más grande de la cuenta, pues provocaríamos mayor dificultad y cansancio al caminar. Durante toda la infancia, los zapatos deben cambiarse con frecuencia por otros más apropiados para el tamaño del pie, incluso cada 2-3 meses. No es recomendable el traspaso de zapatos usados entre hermanos. El calzado no debe molestar al usarlo, aunque sea nuevo. Si en poco tiempo la suela se desgasta anormalmente, se debe realizar un estudio de los pies para descartar deformidades.

Las botas, por lo general, tienen una caña dura e impiden la correcta movilización de la articulación del tobillo, por lo que no es aconsejable su uso en ningún caso. Sólo son recomendables las botitas de caña baja y de material blando y flexible, para evitar que el niño se descalce al caminar.

**Tacón:** Su altura debe ser entre 6 y 9 milímetros hasta los 3 años. Debe tener forma recta en su parte delantera, sin prolongaciones o añadidos hacia la puntera del zapato



**Puntera:** Debe ser ancha y alta, que permita el movimiento de los dedos, y reforzada



**Contrafuerte:** Se llama así a la parte del zapato que cubre por detrás y por los lados el talón. En los niños está indicado que lleve refuerzo y que este refuerzo se prolongue hacia delante, hasta las articulaciones de los dedos con el resto del pie. Su altura no debe llegar hasta los tobillos



**Suela:** Preferiblemente de cuero de buena calidad (en su defecto, de goma), fina y flexible a nivel de la articulación de los dedos con el resto del pie.

**Plantilla:** De piel o badana, sin ningún tipo de almohadillas o bóvedas “correctoras”, que no corrigen el pie plano y sí pueden producir molestias al caminar. El pie del niño pequeño puede parecer plano hasta los 5-6 años. Habitualmente desarrollará el “puente” de forma natural antes de esa edad