

## Zapatos adecuados para su hijo

Es importante elegir los zapatos adecuados para su hijo. La razón más importante para usar zapatos es proteger los pies de su hijo de lesiones producto de objetos punzocortantes como vidrios o piedras. Además protege los pies del piso frío. Los niños deben comenzar a usar zapatos tan pronto comiencen a caminar. Tenga presente estos consejos cuando compre zapatos para un niño de cualquier edad:

### Tamaño

Es mejor comprar zapatos más grandes que más chicos. Los pies de los niños crecen rápidamente. Compre un zapato un número más grande para que su hijo pueda moverse y crecer.



### Forma

No compre zapatos que tengan formas extrañas, como puntas angostas o de taco alto y grueso. Los zapatos deben ser cómodos y flexibles, además de tener espacio suficiente en el área de los dedos.

### Material

Los zapatos hechos de material duro y rígido no son buenos para los pies de su hijo. Ellos limitan el movimiento, el cual es necesario para desarrollar la fortaleza y flexibilidad de los músculos del pie. Escoja zapatos hechos de un material blando y flexible. Los zapatos de cuero son durables y ofrecen una buena protección, pero pueden ser más costosos. Los zapatos de tela pueden ser más económicos, pero ofrecen menor protección. Los zapatos de vinilo son flexibles, pero no durables.

### Suela

Cuando compre zapatos, observe detenidamente la suela para saber si tienen adherencia, flexibilidad y durabilidad. Escoja zapatos con una suela de goma y taco bajo. La goma ayudará a evitar lesiones producto de resbalones y caídas.



**Recuerde:** Los niños no deben usar un par de zapatos durante mucho tiempo debido a que el pie crece y el zapato se desgasta. Comprar zapatos elaborados puede ser caro y no es necesario. Un buen zapato no debe costar mucho dinero.

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier consulta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

**Esta hoja educativa está dirigida a proporcionarle información adicional sobre el cuidado de su hijo. El diagnóstico, el tratamiento y el control deben proporcionárselos su profesional de la salud.**