

## **Caratteristiche della scarpa ideale**

In via generale è sempre bene che il bambino, quando è in casa, cammini a piedi scalzi o, se il pavimento è particolarmente freddo(ad esempio di marmo), con le calzine antidrucciolo: esse forniscono un valido sostegno, non lo fanno scivolare e isolano il piede.

Camminare a piedi nudi permette alla muscolatura del piede di rinforzarsi, consentendo la corretta formazione dell'arco plantare, caratteristicamente assente nei primi anni di vita. Il bambino nasce infatti con i piedi fisiologicamente piatti e solo dopo i tre anni si realizza la curvatura dell'arco plantare.

La scarpa ideale non deve essere necessariamente costosa, ma è importante che sia flessibile, senza zone rigide o rinforzate e che permetta libertà di movimento del piede.

Accertatevi che abbia una suola sottile, flessibile(tanto che stringendole in mano punta e tacco si possano toccare), antidrucciolo e che sia possibilmente realizzata in pelle o materiali naturali.

La lunghezza della scarpa deve essere di circa un centimetro superiore all'alluce del bambino.

Sono infine assolutamente da bandire le scarpe ortopediche o cosiddette "correttive" che, impedendo al piede di muoversi naturalmente, non gli permettono di crescere in modo armonico.