

## La encuesta revela que el 65 % de todos los niños usan la misma talla de calzado

Las zapatillas Adidas de tu hijo pueden verse estupendas pero, ¿se ajustan bien? Los zapatos que son demasiado pequeños ponen a los niños en riesgo de deformidades del pie y otros problemas de salud graves. Las malas noticias para los padres: ¡casi dos tercios de todos los niños usan zapatos demasiado pequeños!

BlitzResults realizó una encuesta y descubrió que el 65 % de todos los niños usan zapatos que son demasiado pequeños. De estos, el 47 % son una talla demasiado pequeña y el 18 % incluso dos. Solo el 35 % usa la talla correcta y solo el 11 % de ellos tiene "espacio para crecer".

Los zapatos que no se ajustan bien pueden causar hallux valgus. Esta es una deformidad del pie que ocurre cuando el dedo gordo del pie comienza a inclinarse hacia adentro, lo que causa un bulto hinchado justo debajo del dedo gordo del pie. Un estudio realizado por el Instituto Nacional de Salud encontró que casi el 30 % de los niños tenían deformidades irreversibles del pie, como el hallux valgus.

Para ayudar a los padres a asegurarse de que están comprando zapatos que les queden bien a sus hijos, ten en cuenta los siguientes consejos:

- Observa el pie más grande: el pie derecho y el izquierdo rara vez tienen la misma longitud. Una diferencia de hasta media pulgada es normal, que es casi una talla. Por lo tanto, los padres siempre deben usar el pie más largo al comprar zapatos.
- No confíes en la talla del zapato: los fabricantes de zapatos etiquetan los zapatos con tallas estándar, las que todos conocemos. Sin embargo, no existe un estándar de la industria obligatorio para el tallaje del calzado, por lo que cada marca variará. Asegúrate de probar todos los zapatos con cuidado.
- Dale espacio: la mayoría de los padres saben que los pies necesitan algo de espacio, pero generalmente subestiman el espacio real que se necesita. Al menos 1,27 cm de espacio adicional es óptimo y es la única forma en que los niños pueden poner sus pies correctamente al caminar.
- Haz un control regular: Tim Lilling, experto de blitzresults.com, nos dice que, "debido a que el sentido del tacto aún no está completamente desarrollado en los niños, tienen una tendencia a meter los pies en zapatos que son demasiado pequeños, y ni siquiera se dan cuenta". Por lo

tanto, los padres deben medir los pies de sus hijos cada 2 meses". Puedes encontrar una guía de medición, herramientas de conversión útiles y mucha información sobre cómo elegir zapatos con el ajuste perfecto en <https://www.blitzresults.com/es/zapatos-ninos/>

Lamentablemente, muchos padres aún usan estos "trucos" para juzgar si los zapatos se ajustan:

- Truco: pon el zapato junto al pie. La suela del zapato se sostiene junto al pie del niño para estimar la talla, pero la longitud en el interior del zapato no puede estimarse desde el exterior y suele ser mucho más corta de lo que cabría esperar (forro, costuras, plantilla). Mejor: usa un dispositivo de medición apropiado.
- Truco: la prueba del pulgar. El pulgar presiona la punta del zapato para ver cuánto espacio hay para crecer. El problema: los niños a menudo levantan los dedos de los pies por reflejo, por lo que el pie se dobla hacia abajo. Puede parecer que hay suficiente espacio, aunque, en realidad, los zapatos son demasiado pequeños. Usar la prueba del talón es igual de malo para juzgar el espacio libre en el talón. Muchos niños empujan sus pies hacia adelante hasta que los dedos de sus pies están doblados. Mejor: siente cuidadosamente el pie de tu hijo dentro del zapato. Coloca una mano en la parte delantera del zapato, para que el niño no pueda levantar los dedos de sus pies. Luego, con la otra mano, verifica la posición de los dedos de los pies. De esta forma puedes sentir si hay espacio suficiente para crecer.
- Truco: comparación de talla usando una plantilla. La forma y el tamaño del pie se trazan y se comparan con la suela del zapato, pero esta comparación suele ser imprecisa. Mejor: si hay una plantilla extraíble, sácala y coloca el pie en la plantilla. Debe haber 1/3 de pulgada de espacio detrás del talón y media pulgada delante de los dedos del pie.
- Truco: pregúntales qué tal se sienten. Los padres preguntan a los niños: "¿Encaja el zapato?" Lamentablemente, la respuesta probablemente será incorrecta. A menudo, los nervios en los pies de los niños aún no están completamente desarrollados y su conciencia del dolor es claramente menor que la de un adulto; por lo tanto, los niños no se dan cuenta si el zapato les queda bien. Mejor: primero, mide sus pies.

## **Principales conclusiones del estudio**

- El 65 % de todos los niños usan zapatos que son demasiado pequeños. De estos, el 47 % son una talla demasiado pequeña y el 18 % incluso dos.
- Solo el 35 % usa la talla correcta y solo el 11 % de ellos tiene "espacio para crecer".
- De los padres encuestados, el 52 % dijo que nunca midieron la longitud de su pie de niño, sino que se basaron únicamente en pruebas sensoriales y visuales.

## **Acerca del estudio**

Se preguntó a 2109 padres sobre la longitud de los pies y la talla de zapato de sus hijos. Después, se les dieron a los padres los dispositivos de medición e instrucciones sobre cómo medir los pies de forma adecuada. Los valores de medición se usaron para calcular la talla real del calzado. Luego, estos resultados se compararon con los valores de acierto o error de los padres

## **Acerca de BlitzResults.com**

BlitzResults es una plataforma educativa de código abierto con un enfoque en la ciencia, asuntos del consumidor y tecnología. Una amplia variedad de herramientas, conversores y listas de verificación ayudan a los usuarios a calcular resultados óptimos. Todas las herramientas se crearon en colaboración con instituciones educativas y cada información gráfica está autorizada bajo Creative Commons y se puede usar sin cargo en el contexto educativo.

## **Contacto**

Tim Lilling

Press@BlitzResults.com

<https://www.BlitzResults.com>

<https://twitter.com/BlitzResultsCom>