



Sabates amb rodetes?

Tot i que cal evitar l'alarmisme entre les famílies, l'efecte mecànic que tenen les sabates amb rodetes als peus dels nens seria similar als efectes que tindria el tacó als peus dels adults. De la mateixa manera que els fisioterapeutes aconsellem a la població no fer un sobreús de les sabates amb tacó, també creiem convenient dosificar l'ús de les sabates amb rodetes en la població infantil i juvenil, i més encara si tenim en compte que estan en plena fase de creixement. Pensem que és important incidir en l'educació, especialment en els pares, atès que ells són els que tenen l'última paraula per decidir si els seus fills han de portar o no aquest tipus de calçat a l'escola.

Els pares fonamentalment han de saber dues coses. En primer lloc, nosaltres entenem que estem parlant més aviat d'una joguina que no pas d'un calçat i, per tant, de la mateixa manera que no porten patins en línia per estar per casa o a l'oficina, també recomanem que els nens no portin aquest calçat a l'escola. En segon lloc, els riscos per a la salut dels infants estan relacionats amb les caigudes i els traumatismes directes (especialment si es fan servir en espais interiors on hi ha mobiliari) i a mitjà i llarg termini serien derivats del mal ús, abús i sobreús d'aquest calçat. Aquests problemes estarien relacionats principalment amb dolors a la zona dels metatarsos, dolors al taló o problemes musculars o tendinosos de la part posterior del panxell pel fet de mantenir aquesta musculatura en posició massa escurçada. Per aquest motiu aconsellem no utilitzar les sabates amb rodetes com a calçat diari per tal d'evitar que els nens les portin moltes hores al dia.

Seria convenient fer-ne un ús lúdic, puntual, relacionat amb activitats d'oci o d'esbarjo a l'exterior, per exemple durant el cap de setmana. Utilitzant el calçat amb rodetes d'aquesta manera, entenem que evitem el risc que a la llarga els infants puguin tenir problemes de salut.

Comissió de Fisioteràpia
Neuromusculosquelètica

Col·legi de Fisioterapeutes de
Catalunya

www.fisioterapeutes.cat

cfc@fisioterapeutes.cat

tech&natural
kyrocream
F'activa

