

Andar descalzo puede hacer más inteligente a tu bebé

No hay duda de que cuando los niños van descalzos son más felices. Lo digo por mi hija. Una de las primeras cositas que ella hacía cuando llegaba a casa era quitarse sus zapatitos. ¡Los odiaba! Y eso desde que era un bebé. Siempre se perdía los patucos y aquellos zapatitos de punto tan bonitos, por la calle cuando se iba en carrito. En casa, siempre íbamos descalzas las dos. ¿A quién no le gusta ir con los pies descalzos por la casa, por la arena de [playa](#), por el césped...?

En qué ayuda al niño el caminar descalzo



Creo que si a muchos bebés y niños les gusta andar descalzos, será por algo. Otra cosa es la preocupación de los padres por si ese hábito propicia los [resfriados](#) o daños a los pies. La costumbre de andar descalzo no es solo cómoda para los niños como también ofrece muchas ventajas a ellos:

- 1- Hace con que ellos conozcan más de cerca de su cuerpo, vean cómo se mueven los deditos de sus pies y cómo huelen. A mí hija, por ejemplo, le encantaba llevar el [pie a la boca](#), tras el baño. Para eso, yo tenía siempre que mantener las uñas bien cortadas para que ella no se hiciese daño.
- 2- Ayuda en la formación del arco de la planta del pie, evitando los [pies planos](#). Caminar descalzo es un buen ejercicio para dar forma a los huesos que forman la planta del pie. De hecho, cuando mi hija empezó a dar sus primeros pasitos, el médico aconsejó que ella caminara descalza, de puntillas,

de talones, para estimular el desarrollo del arco. Aparte de eso, que compráramos un [calzado adecuado](#).

3- Facilita y estimula a los niños a caminar.

4- Ofrece más experiencias sensoriales al niño, especialmente si camina descalzo sobre la arena de la playa, o en césped de un jardín, o en otra distinta superficie. Hay que asegurarse que la zona en la que el niño va a pisar no haya objetos extraños o que puedan hacer daño a los [pies del niño](#).

5- Evita que los niños tengan hongos así como callos y [mal olor en los pies](#). Sudarán menos.

En el caso de que el niño sienta frío o que a los padres se preocupen por su salud, es recomendable que en lugar de ponerle un zapato, lo mejor sería que le pusieran un calcetín con antideslizantes en la planta. Así, además, el niño no se resbalará. También es importante que los pies de los niños estén siempre secos.

El movimiento del bebé a través de los pies descalzos puede mejorar su desarrollo intelectual. Eso es lo que revela un estudio, titulado 'Podología preventiva: **niños descalzos igual a niños más inteligentes**', realizado por Isabel Gentil García, profesora de la Escuela Universitaria de Enfermería, Fisioterapia y Podología de la Universidad Complutense de Madrid. En este estudio, Isabel hace una crítica a la difusión de publicidad de calzado para bebés 'preandantes', así como la excesiva recomendación de algunos pediatras de calzar a los bebés. Para ella, los zapatitos solo son recomendables para abrigar los pies de los bebés.

[Vilma Medina](#), Directora de [Guiainfantil.com](#)

FUENTE: <http://www.guiainfantil.com/blog/bebes/desarrollo/andar-descalzo-puede-hacer-mas-inteligente-a-tu-bebe/>