

¿Cómo saber si tu hijo tiene pie planos?

Escrito por Community Manager

Martes 25 de Noviembre de 2014 15:44 - Última actualización Domingo 01 de Marzo de 2015 20:56

Puede que los zapatos le queden apretados a tu hijo o puede que sus constantes quejas tengan otra razón: **tiene pies planos**.

En los niños menores a 5 años es casi imposible detectar el síndrome de pies planos, ya que antes de esa edad los pies todavía están en pleno desarrollo. Sin embargo, es la etapa ideal para estimular la formación del arco en sus pies

Presta atención a algunos de los siguientes síntomas:

- **Tu hijo se cansa con facilidad al caminar.**
- **Le duelen los pies constantemente.**
- **Tiene dolor en las piernas.**
- **Después de caminar tu hijo siente dolor en el arco y en los talones de los pies.**

Una prueba muy fácil que puedes hacer para **saber si tu hijo tiene pies planos**, es hacerlo caminar por la arena de la playa. Si notas que las huellas que deja en su andar por la arena ocupan toda la planta de sus pies, puedes tener la casi certeza de que tu hijo tiene pies planos.

Si sospechas que tu hijo tiene pies planos, tendrías que llevarlo con el ortopedista. Por lo general la **consulta con un ortopedista** consiste en la realización de varias pruebas en los pies. De confirmar el diagnóstico, es posible que le indique a tu hijo el uso de un calzado especial. ¡Tranquila!, tu hijo no saldrá caminado con unos anti estéticos.

Consejos para sobrellevar los pies planos de tu pequeño:

Sin dejar de lado las instrucciones médicas, puedes aliviar el dolor de pies de tu hijo con algunos remedios caseros.

¿Cómo saber si tu hijo tiene pie planos?

Escrito por Community Manager

Martes 25 de Noviembre de 2014 15:44 - Última actualización Domingo 01 de Marzo de 2015 20:56

- Si los pies están inflamados, puedes aplicar un poco de hielo. En las noches antes de dormir puedes ayudarle a tu hijo a realizar ejercicios de estiramiento para que mueva los pies, de arriba hacia abajo, de esta manera sus músculos se destensarán.
- Otro remedio natural son los masajes. Por lo menos una vez a la semana debes de darle un masaje a los pies de tu hijo, de esta manera le ayudarás a aliviar la tensión causada por el pie plano.

Para más visita nuestro blog, donde encontrarás toda la información necesaria que te ayudará en la maravillosa tarea de ser Madre!!: <http://bloghitbabyone.com/>

