

Chaussé pour marcher

♦ **Premiers pas** Le pédiatre Giovanni Rossetti souhaite que les bébés portent des chaussures dès qu'ils sont capables de marcher tout seuls.

Les bébés aiment rester pieds nus, mais tôt ou tard, ils doivent apprendre à porter des chaussures. Le meilleur moment pour commencer à en mettre, c'est quand ils sont capables de marcher tout seuls. En général, cela veut dire entre 9 et 18 mois. Mais comment choisir les premières chaussures? Pour le pédiatre FMH Giovanni Rossetti, «la chaussure de l'enfant doit être légère, de la bonne longueur, avoir une languette souple qui laisse circuler l'air et une semelle élastique pour que le pied puisse se plier pendant la marche. Le talon ne doit pas dépasser 5 mm de hauteur et la pointe doit être arrondie pour laisser de l'espace aux doigts de pieds. Les coutures doivent être saillantes pour éviter le frottement, et la chaussure doit être équipée d'un système permettant de régler la largeur au niveau du cou-de-pied (lacets ou velcro). Pour finir, la chaussure doit être antidérapante.»

Les doutes pour les parents sont nombreux: faut-il privilégier une chaussure dure ou souple, classique ou sportive, en fibres naturelles ou synthétiques? Un casse-tête légitime, mais d'un point de vue

médical, la chaussure doit faire transpirer le pied et être élastique, flexible et résistante.

Les pieds poussent vite

Il est essentiel de s'assurer de la bonne pointure en mesurant le pied de l'enfant tous les trois mois de 1 à 3 ans, tous les quatre mois jusqu'à 5 ans, et ensuite tous les six

mois. Au cours des premières années de vie, les pieds grandissent vite. Après 5 ans, la croissance est d'environ 1 cm par an, ce qui correspond à une à deux pointures. Mais après 14 ans, le pied ne grandit plus, et il est donc possible de garder les chaussures plus longtemps. Grâce à ces bons conseils, vous pouvez maintenant

vous rendre au magasin en quête d'une première paire de chaussures. Et afin de ne pas vous tromper, emmenez votre enfant! «Pour éviter de choisir un modèle inadapté, vous pouvez reproduire sur un carton le contour du pied du bébé, le découper, puis enfilez le carton dans la chaussure choisie et ajouter 1,5 cm, afin de ménager un espace suffisant», précise le pédiatre.

Pendant la croissance de l'enfant, l'échange de chaussures et de vêtements est normal. «Il est faux d'affirmer que porter les chaussures du grand frère, du copain ou d'un autre enfant risque de déformer le pied ou d'empêcher de marcher correctement. La chaussure ne modifie en rien la forme du pied, donc si elle est en bon état, on peut la réutiliser sans aucun souci», conclut Giovanni Rossetti.

Carmela Maccia



Une pointe arrondie assure de l'espace aux doigts de pied des enfants.

Fr.
84.90

Glenny

Bien au chaud pour les premiers pas de bébé en hiver avec ce modèle Glenny de Chicco (gris). Pointures 19 à 23. Dans les Coop City de Genève Fusterie, Lausanne Au Centre et Sion.



Fr.
84.90

Giro

Des chaussures tout en souplesse avec le modèle Giro de Chicco. Pointures 19 à 23. En bleu et en brun clair dans les Coop City de Genève Fusterie, Lausanne Au Centre et Sion.

