

9 - 12 MESI

Piedi liberi, calze e prime scarpe

Dott.ssa Roberta Rossa Sergente

Farmacista - Antica Farmacia Viana



“Devo comprare scarpe strutturate appena si mette in piedi?” Il piede del bambino riceve informazioni dal contatto con il suolo e partecipa all’equilibrio. In casa, su una superficie sicura e con temperatura adeguata, stare scalzi o con calze antiscivolo permette libertà di movimento. Le scarpe servono soprattutto a proteggere all’esterno, non a insegnare a camminare.

Cosa è importante sapere

Le prime calzature dovrebbero essere leggere, flessibili, della misura corretta e abbastanza ampie davanti da lasciare spazio alle dita. Il tallone deve rimanere stabile senza compressione. La crescita può rendere rapidamente piccola una scarpa. Appoggi e andatura iniziali sono spesso variabili; plantari o scarpe correttive richiedono una reale indicazione professionale.

Cosa puoi fare oggi

Lascia il piede libero durante il gioco in casa e usa calze antiscivolo quando il pavimento lo richiede. Per l’esterno prova la scarpa con il bambino in piedi, controlla spazio, arrossamenti e segni di sfregamento. Ricontrolla periodicamente la misura e alterna momenti con e senza calzature.

Cosa evitare

Non scegliere una scarpa rigida pensando che sostenga meglio il piede e non acquistare misure molto grandi “per farle durare”. Evita calze strette, cuciture irritanti e modelli usati già deformati da un altro piede. Non utilizzare plantari o rialzi senza prescrizione.

Quando chiedere aiuto

Parla con il pediatra se il bambino ha dolore, gonfiore, rifiuta improvvisamente di appoggiare un piede, presenta marcata asimmetria o perde abilità. Dopo un trauma, deformità, impossibilità di usare l’arto o dolore intenso richiedono una valutazione rapida.

La scheda da utilizzare

La scheda delle calzature può riportare data di acquisto, misura, controllo dello spazio, arrossamenti e contesti d’uso. Una breve nota sull’andatura aiuta a descrivere cambiamenti reali al pediatra senza interpretazioni premature.

A chi rivolgersi nel Biellese

Nel Biellese il primo riferimento è il pediatra di libera scelta. In base al bisogno si può ricorrere ai servizi dell’ASL BI, ai consultori territoriali, alla Pediatria o al Pronto Soccorso dell’Ospedale degli Infermi di Ponderano. Per un’urgenza sanitaria bisogna chiamare il 112. Prima di recarsi in una sede è opportuno verificare sul sito dell’ASL BI orari, modalità di accesso e recapiti aggiornati.

Come può aiutarti la Farmacia Viana

La Farmacia Viana può aiutare a riconoscere segni di sfregamento o irritazione e orientare al pediatra o allo specialista quando necessario. Non consiglia dispositivi correttivi in assenza di prescrizione.

Fonti e data di revisione

[CDC - Developmental milestones](#); [UNICEF Parenting - Child development](#); [ASL BI - portale istituzionale](#).

Ultima revisione: 18 settembre 2026. Prossima revisione: settembre 2027 o prima, se cambiano linee guida o servizi territoriali.

Nota: il contenuto ha finalità informative e non sostituisce la valutazione del pediatra, del medico, dell'ostetrica o di altro professionista sanitario.