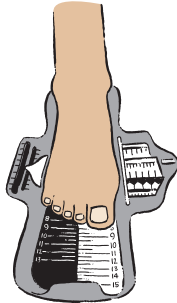


Cómo Escoger el Zapato Correcto

Cuando compre zapatos, lleve esta hoja de sugerencias. Tómese su tiempo para seleccionar cuidadosamente los zapatos. Usted está buscando un zapato que le proteja sus pies, los mantenga secos y le sirva de apoyo a medida que camina.



- Pida que le midan el pie para asegurarse de que selecciona el tamaño y el ancho correctos.



- Seleccione un zapato con conexiones flexibles, como cordones o velcro. Evite las sandalias.



- Pruébese los zapatos con medias y camine con ellos en la tienda.
- Preste atención a la comodidad. Ninguna parte del zapato debe lastimarle sus pies.



- El interior debería ser suave y no tener costuras.
- Busque una plantilla acolchada que evite el roce o fricción.
- El área del tobillo debe ser suave y de apoyo.



- La caja de los dedos debe ser lo suficientemente amplia para que usted pueda mover sus dedos.
- El pie no debe resbalarse dentro del zapato cuando camina.

