

## ¡Llevar a su bebé cargado es natural y beneficioso!

**Pero es importante respetar algunas reglas para colocar al bebé:**

- Piernas en ranita, levantadas, con las rodillas más altas que las nalgas y ligeramente separadas para el correcto desarrollo de la cadera.
- Espalda curvada para proteger la columna vertebral.
- Vientre pegado al de la persona que lo lleva y sujeción máxima del portabebé, para obtener la mayor superficie de contacto bebé-portador y conseguir el mejor sostén para ambos cuerpos.



**Posición correcta**



**Posición incorrecta**

Ilustraciones: [www.misselka.com](http://www.misselka.com)

Si deseas saber más sobre el tema, aprender a usar un portabebé, consultar sobre sus posiciones, modelos, etc.

¡¡¡Contacta con nosotros!!!  
<http://www.redcanguero.org>  
[redcanguero@gmail.com](mailto:redcanguero@gmail.com)



Somos una agrupación de mamás y papás de toda España que llevan a sus bebés con distintos portabebés y queremos compartir el placer de tener pegados a nuestros pequeños.



No estamos a favor de un portabebé en particular o el uso de una marca u otra. Creemos que cada familia tiene que encontrar su opción según sus necesidades y gustos. Nuestro único fin es ayudar a los padres a esta elección.

Este texto está protegido con una licencia *Creative Commons*. Puedes difundir el texto siempre y cuando cites la fuente y sea para un uso no comercial.

<http://es.creativecommons.org>

Toda la información proporcionada se ofrece solamente con fines informativos y de discusión general. No pretende ser profesional, médica, técnica o experta y no podemos garantizar la exactitud de la información proporcionada. La información contenida en este folleto puede no ser correcta, pese a los esfuerzos realizados para llevar a cabo su exactitud y realización. Es su responsabilidad verificar independientemente cualquier información u opinión contenida en estos sitios y consultar con su médico, pediatra o profesional competente la exactitud y aplicabilidad de cualquier información de este documento.



## Llevar a los bebés cargados hacia fuera... ¿Por qué y cómo evitarlo?



## Biológicamente, los humanos son primates portados

Los bebés y los niños llevados en brazos por sus personas de confianza presentan generalmente un mejor desarrollo psicomotor que los niños que no lo son ("mejor" no quiere decir "más rápido").

### ¡Aúpa, bueno para ambos!

Llevar a su hijo en portabebé significa atender sus necesidades principales: comunicarse con él constantemente, transmitirle amor, protección afectiva, calor y contacto corporal estrecho, favoreciendo con ello el apego y el desarrollo del vínculo madre-bebé.

### Ir a la última moda no es garantía de confort óptimo

Cada año aparecen nuevas mochilas portabebés, más modernas, prácticas y confortables que las demás, según los fabricantes.

Pero en ese tipo de portabebés delanteros, así como en los fulares, un bebé cargado de cara al mundo parece más un gatito colgado por la piel del cuello, un objeto que colgamos en el perchero una vez llegados a casa o una tortuga boca arriba que se agita sin parar,

que un bebé humano sereno en contacto con la persona que lo lleva.

Sin embargo, es perfectamente posible abrir al bebé al mundo exterior procurándole a la vez un contacto tranquilizador y constructivo con quien lo lleva.



## ¿Por qué evitar llevar a su bebé cargado cara al mundo?

- Dolores y problemas de estatura: Es imposible asegurar un buen sostén de la columna (que en el mejor de los casos se "comprime" y en el peor se curva indebidamente); es imposible colocar al bebé en posición "ranita" para un desarrollo óptimo de la cadera.
- Sobre-estimulación: Es imposible que el bebé se acurruque en el cuerpo de su portador en caso de necesidad (miedo, cansancio...), sin ninguna posibilidad de retirada, el bebé sufre los estímulos y puede desarrollar un comportamiento hiperactivo.
- Estrés: Sin contacto visual tranquilizador entre el bebé y la persona que le lleva, el bebé sufre tensión al no poder comunicar sus emociones y llora (llantos calificados como inexplicables, cólicos del lactante...).
- Lesiones: A caballo sobre la tela, todo el peso del bebé recae sobre sus genitales, lo que puede causar pinzamientos o entumecimientos de la zona.
- Para quien le lleva: Al inclinarse el bebé automáticamente hacia delante, esta posición ocasiona el arqueamiento de la columna, tensión en los hombros y espalda y sobrecarga del periné en el cuerpo del porteador.



## ¿Cómo evitar llevar a su bebé cara al mundo?

Desde muy temprano (a veces desde los dos meses), la mayoría de los bebés quieren girarse hacia el mundo exterior.

Entonces, ¿cuáles son las alternativas a llevar a los bebés de cara al mundo, que satisfagan la curiosidad del bebé respetando a la vez sus necesidades de confort físico y psicológico?

Un portabebé adaptado al confort físico del bebé (fularportabebé, bandolera de anillas o portabebé de tipo asiático o Mei-tai) permite llevar desde bien temprano al bebé sobre la cadera o en la espalda.

### Para saber más

**Porter bébé**, de Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau, Ed. Jouvence

**Peau à peau, technique et pratique du portage**, d'Ingrid Van Den Peereboom, Ed. Jouvence

**Ein Baby will getragen sein**, d'Evelin Kirkilionis (ISBN 3466344085)

**Hüftdysplasie: Sinnvolle Hilfen Für Babyhüften**, d'Ewald Fettweis (ISBN 383043202x)

[www.afpb.fr](http://www.afpb.fr)

[www.bebenaturel.info](http://www.bebenaturel.info)

[www.porte-bonheur.fr](http://www.porte-bonheur.fr)

[www.portersonenfant.fr](http://www.portersonenfant.fr)

[www.stillen-und-tragen.de](http://www.stillen-und-tragen.de)



De un texto de **Antje Mattig**, traducido por **Red Canguro**.

**Fuentes:** Expérience des porteurs; Dr. Evelim Kirkilionis: Tragen in Fahrtrichtung (AFS Stillzeit, edition 03/2004), Vom Tragen in Fahrtrichtung (Deutsche Hebammenzeitschrift 04/2004).