

Porteo y Uso del Portabebé

El porteo es una excelente forma de brindar la **seguridad** y los **estímulos** que enriquecen el desarrollo de tu guagua, ya que **todos sus sentidos se activan** cuando la cargas en brazos.

Las guaguas que son porteadas:

- Lloran menos ya que se sienten acompañadas y contenidas.
- Suelen tener menos cólicos ya que el contacto físico y el movimiento ayudan a prevenirlos.
- Pueden dormir e incluso mamar cómodamente en el portabebé.

También le **das confianza**, porque se siente acompañada, fortaleciendo una **base emocional segura y estable** que la beneficia en su independencia posterior.

Asimismo, los portabebés son muy útiles cuando necesitas salir con tu guagua y utilizar transporte público, subir escaleras o simplemente necesitas hacer cosas en la casa.

Dentro del ajuar que entrega Chile Crece Contigo se incluye un práctico portabebé tipo Mei Tai.



Seguridad en el uso de portabebé:

Lee atentamente las instrucciones sobre el uso correcto, peso y la edad apropiada. Tú eres responsable de la seguridad de tu hijo(a) mientras está en el portabebé.

- El portabebé tipo Mei Tai puede usarse desde el mes de vida de tu guagua.
- Asegúrate de que tu guagua pueda respirar en todo momento, no dejes que el mentón le toque el pecho. La nariz debe estar siempre despejada.

- **Llevar a tu guagua debe ser cómodo.** Si te duele la espalda es posible que no lo estés usando correctamente, puede estar demasiado suelto, apretado, o torcido.
- **No saltes**, corras o hagas cualquier otra actividad que someta a tu guagua a movimientos bruscos de temblor o de rebote.
- **No uses el portabebé cuando viajen en automóvil o mientras conduces una bicicleta**, para ello existen sillas especiales.
- **Protege a tu guagua de los efectos de la radiación solar.** Recuerda siempre aplicar un protector solar recomendado para su edad.



Postura correcta de tu guagua:

- La guagua siempre debe estar como una "ranita", tanto si la llevas adelante, al costado o cadera, o en la espalda.
- Rodillas dobladas en 90° (en línea con su potito).
- Espalda curvada, en forma de C.
- Sostén: hasta la cabeza para el recién nacido y primeros meses. Si tu guagua ya se sienta sola puedes dejar sus brazos fuera y que quede el portabebé hasta sus axilas.



Posturas del Mei Tai

- **Adelante:** Esta posición se recomienda para los primeros meses y para evitar/calmar cólicos.
- **Cadera:** Le permite mirar lo que pasa a su alrededor y refugiarse en tu pecho si el estímulo es excesivo.
- **Espalda:** Ideal para cuando haces labores de la casa que requieren tus manos libres. Es posible usarla desde los primeros meses, pero se recomienda su uso una vez que tu guagua ya comience a sentarse y controles con seguridad las otras posturas del portabebé.

¿Cómo se usa?

1. Ajusta el tamaño del portabebé y amárralo a tu cintura, con el diseño estampado hacia fuera. La banda acolchada corresponde a la parte inferior.



2. Carga a tu guagua, cúbrala con el portabebé y pasa ambas bandas superiores por cada uno de tus hombros.

3. Cruza las bandas en tu espalda, tráelas al frente y pásalas sobre las piernas de tu guagua, cruzándolas bajo sus nalgas.



4. Pasa ambas bandas por debajo de las piernas de tu guagua y amarra atrás, con un nudo firme.

Puedes ver demostraciones en video en www.crececontigo.cl

Importante:

- Usa un portabebé que permita que tu guagua pueda ir en postura de "ranita".
- No uses ningún tipo de portabebé con tu guagua mirando hacia el frente.
- Las guaguas necesitan ver el rostro del papá o la mamá para orientarse y calmarse.



Encuentra más materiales e información sobre estimulación, crianza respetuosa y desarrollo infantil en:



www.crececontigo.cl



Twitter@CreceContigo



Facebook/chrececontigo



Youtube/Chile Crece Contigo

Chile Crece Contigo es parte del Sistema de Promoción y Protección Social que coordina el Ministerio de Desarrollo Social. Una iniciativa del Estado de Chile que promueve la equidad desde el comienzo de la vida.