

*Iniziare la vita "in groppa" significa che
nessun essere umano deve cominciare la vita
tutto da solo e tutto da sotto.
Proverbio dello Zimbabwe*



*Istruzioni per usare
il marsupio regolabile*



Sito fasce: www.amritafasciaportabebe.com

Sito accompagnamento alla maternità:

www.amrita.altervista.org

Su Facebook: Amrita Fascia Portabebé
e Amrita nutrire la vita!

Mail: sostegnomamme@gmail.com

Tel: 333-7787392

**Per imparare altre legature visita il canale di YouTube:
Amrita – fascia portabebé**

Nicoletta Bressan

Drm. in Psicopedagogia, Educatrice Perinatale,

Consulente Trageschule, Insegnante di Massaggio Infantile AIMI

Regolazione del pannello del Marsupio Regolabile

Regolare il supporto **prima** di indossarlo.

Regolazione in **altezza**: tendere in modo uguale le cinghie che si trovano nella parte alta del pannello. Una piccola regolazione può essere ancora effettuata anche quando il bimbo si trova nel marsupio.

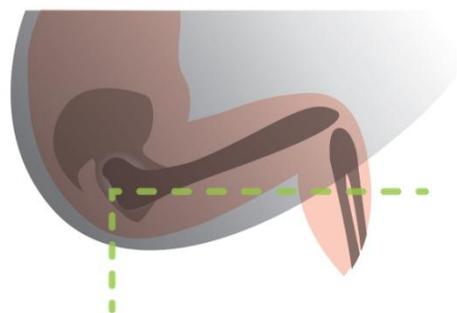
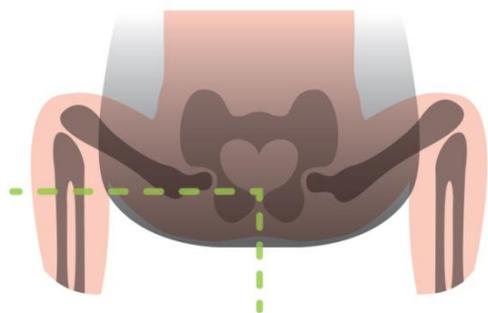


Regolazione in **larghezza**:

Far scorrere il laccio nella direzione in cui è cucito al portabebé per distribuire al meglio la stoffa; es: appoggiare la mano sinistra sul corpo del marsupio e, con la mano destra, far scorrere il laccio nella guida cucita, tirandolo attraverso il fermacordone, fare poi lo stesso con il laccio sinistro.

Regolare secondo necessità, seguendo la crescita del bambino, garantendo sempre la posizione a M delle gambine del bimbo (la stoffa dovrà sempre sostenere tutta la coscia, arrivando a coprire fino a un dito prima dell'incavo del ginocchio).

Indossare poi il marsupio come consuetudine (vedi istruzioni).



PANCIA CONTRO PANCIA

Portare il marsupio all'altezza dell'ombelico e agganciare RISVOLTATO. (L'allaccio della fascia in vita sarà DRITTO, invece che risvoltato, solo quando il bambino occuperà tutto il pannello in altezza)

Far sedere il bimbo riempiendo bene il pannello, soprattutto nella parte inferiore, facendolo accomodare in posizione fisiologica (gambine a M).

MODALITA' SPALLACCI INCROCIATI (non serve il laccetto)

Sostenere il bambino con una mano (in alto, vicino al collo) e usare l'altra mano per portare lo spallaccio sulla spalla. Cambiare la mano che sostiene il bimbo e usare la mano libera per prendere da dietro e dal fianco lo spallaccio e poi per agganciare il moschettone. Ripetere con l'altro spallaccio.

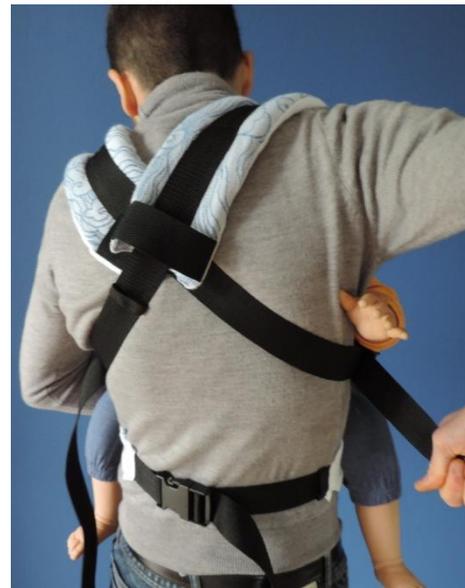
MODALITA' SPALLACCI DRITTO (serve il laccetto)

Agganciare gli spallacci dritti prima di far sedere il bambino. Sostenere il bambino con una mano (in alto, vicino al collo) e usare l'altra mano per portare lo spallaccio sulla spalla. Cambiare la mano che sostiene il bimbo e usare la mano libera per portare il secondo spallaccio sulla spalla. Agganciare il laccetto dietro la schiena.

Tendere le cinghie secondo necessità.



SPALLACCI INCROCIATI



SPALLACCI DRITTI CON LACCETTO



SULLA SCHIENA

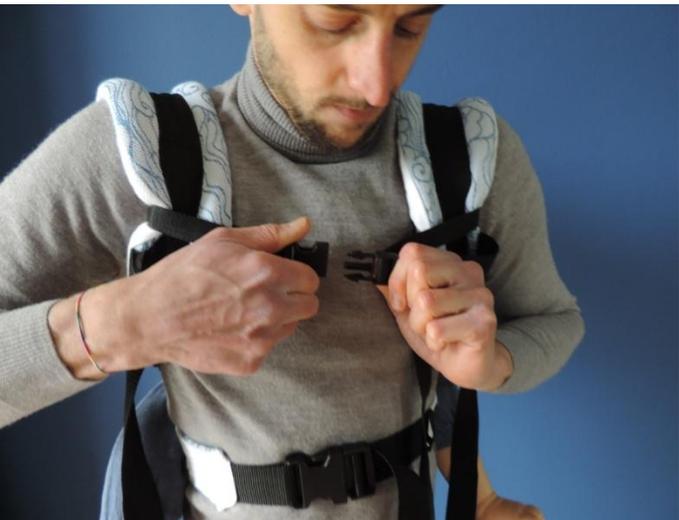
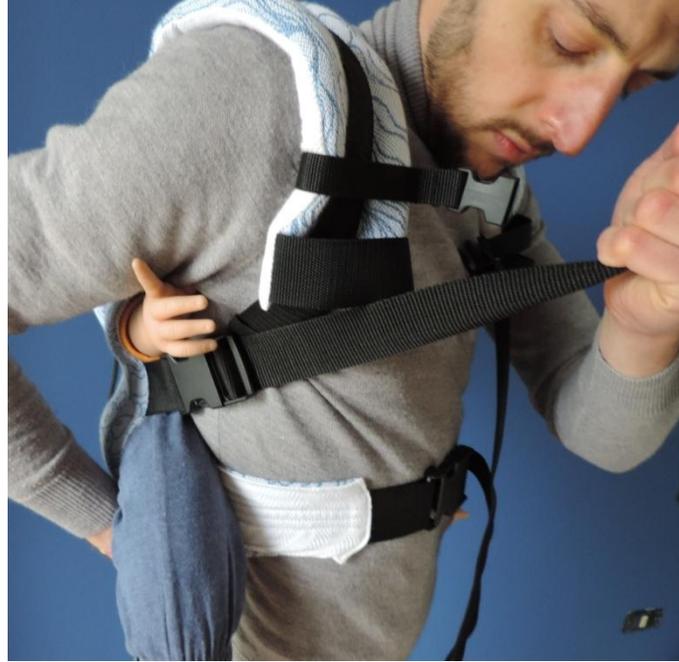
Portare il marsupio all'altezza dell'ombelico e agganciare RISVOLTATO. Far sedere il bimbo sul pannello posizionato sul proprio fianco, riempiendo bene il pannello, soprattutto nella parte inferiore, facendolo accomodare in posizione fisiologica (gambine a M).

CARICAMENTO E AGGANCIO

Posizionare il corpo del marsupio all'altezza della vita agganciato sul fianco. Far sedere il bambino a cavalcioni della stoffa, sul fianco. Sostenendo con una mano il peso del bambino, recuperare prima lo spallaccio dietro (facendolo passare dietro la tua schiena) e poi il lembo davanti. Far scorrere il bambino sul corpo, eventualmente saltellando, fino a portarlo sulla propria schiena, aiutandosi con gli spallacci saldamente tenuti in tensione. Far passare un lembo sopra alla spalla e agganciare; ripetere la stessa operazione con l'altro lembo. Tendi bene le cinghie e infine aggancia il laccetto sul torace. Se vuoi portare il bimbo molto alto, in modo che guardi sopra la tua testa, aggancia la cinghia, invece che in vita, sul torace.







Variante con cinghia agganciata sul torace invece che in vita

ADATTAMENTI

Uso reggicollo



Per sostenere il collo e accorciare il pannello superiore (bimbo leggermente piccolo per il marsupio)



Uso reggitesta



BENEFICI DEL PORTARE

I bimbi piangono di meno e dormono di più

perché sono contenuti e protetti; vicino al cuore della mamma o del papà ritrovano il suono antico di quando erano nel grembo e ne vengono rassicurati; può aiutare a ridurre anche il tipico pianto serale e le coliche, poiché distende e rilassa profondamente i neonati, aiutandoli ad affrontare più gradualmente la nuova esperienza di essere al mondo

Favorisce l'allattamento e aiuta in caso di difficoltà nella sua gestione

perché il contatto continuo fa produrre nella mamma e nel bebé l'ossitocina, ormone del relax e del benessere, importantissimo nella produzione e nella secrezione del latte materno

È un supporto valido quando i bambini richiedono la presenza continua della mamma con pianti insistenti

il bambino portato in fascia sente la presenza continua della mamma, che ha comunque le mani libere per poter svolgere le indispensabili incombenze quotidiane

Aiuta nel caso di bambini nati prematuri e di interruzione precoce del legame mamma-bambino

è dimostrato che i prematuri portati in fascia aumentano di peso più velocemente e le loro funzioni vitali si stabilizzano più rapidamente (in particolare l'uso della fascia con i bimbi prematuri viene chiamata marsupioterapia o kangaroo therapy); il riavvicinamento di mamma e bambino tramite il contatto permette loro di riprendere più efficacemente le fila di un legame precocemente interrotto dal distacco o dall'ospedalizzazione

Promuove lo sviluppo motorio del bebé

il piccolo nella fascia non è passivo ma il suo corpo si muove insieme a quello della mamma, percepisce i cambiamenti e recependo impulsi diretti ai muscoli e ai sensi dell'equilibrio; il piccolo sperimenta il mondo in cui vive la mamma: dalla fascia vede i colori e gli ambienti che la mamma vede, sente gli stessi odori e ode gli stessi i suoni; le posizioni del bambino portato variano col variare della sua età e del suo peso, essendo sempre quelle fisiologiche rispetto alla sua crescita

È un ambiente ideale per tutti i bambini

non solo per quelli più difficili da gestire, o con problemi, perché anche i bimbi sani e sempre sorridenti traggono gli stessi benefici dall'essere portati: perché privare loro di un'esperienza colma di tenerezza e piena di stimoli positivi?

PRATICITÀ DEL PORTARE

Mani libere per svolgere le attività quotidiane

Minimo ingombro per spostarsi in città e in viaggio senza il passeggino (che pesa e occupa spazio), anche se piove

Allattamento discreto anche in pubblico

Sostegno per la schiena, soprattutto con la fascia lunga, perché il peso viene distribuito equamente, evitando di far assumere posizioni asimmetriche che solitamente fanno dolere schiena e braccia per il sostegno del peso del bambino

Anche per i papà, per nonne, zie, insomma per tutti quelli che si prendono cura dei bambini, perché usufruiscono degli stessi benefici e della praticità sopra detta

SICUREZZA

Il marsupio è costituito da un corpo cucito con cucitura multiple sovrapposte, in modo da sostenere il peso del bambino e l'usura nel tempo. Ogni cucitura è, comunque, una fenditura del tessuto, perciò quando il supporto viene usato con un bimbo pesante e da lungo tempo, è necessario fare periodicamente un controllo dello stato delle cuciture, per verificarne la tenuta. I ganci usati sono garantiti per essere usati nel tempo supportando pesi fino ai 50 kg. Per garantire la sicurezza nei supporti portabebé, esistono alcuni accorgimenti da seguire che riguardano la posizione e il supporto a lui fornito, le vie aeree e il comfort di chi porta e di chi è portato.

Posizione e supporto

Il marsupio deve supportare adeguatamente il bebé rispettando la sua fisiologia e le sue competenze. Le gambine devono essere in posizione a M e, se il bimbo non è ancora capace di sostenere collo e/o tronco, il marsupio non fornisce un adeguato contenimento.

La stoffa del marsupio deve essere mantenuta sempre in tensione e la pancia e il torace del bimbo devono stare a stretto contatto con il corpo di chi porta: questo evita che il piccolo possa sprofondare o infossarsi nel supporto rischiando di soffocare; inoltre aiuta il genitore a sostenere meglio il peso evitando di decentrarsi molto dal proprio baricentro.

Il bimbo deve essere sempre in vista (se è sulla schiena di chi porta, è possibile usare uno specchietto per controllare) e abbastanza vicino per essere baciato: dipende ovviamente da quanto tempo ha il piccolo, ma per chi porta il gesto di baciarlo sulla testa o sulla fronte dev'essere agevole (in generale, più il bambino è piccolo, più è portato in alto).

Vie aeree

Le vie aeree del bambino devono essere sempre libere. È necessario assicurarsene controllando la sua posizione, verificando cioè che la testa non sia reclinata sul torace e il mento sia lontano dal petto (deve esserci sempre uno spazio di almeno un dito sotto il mento del bimbo). Bisogna sempre evitare che vi sia della stoffa sopra al viso del bambino. Evitate quindi ogni legatura che copra la testa del bimbo (soprattutto quando portate sulla schiena e non lo avete sott'occhio continuamente), anche se pensate che questo possa aiutare a supportare il collo: se la testa non è sostenuta, è possibile, eventualmente, variare la posizione o ritendere la stoffa.

Comfort di chi porta e di chi è portato

Il portabebé deve essere sempre confortevole per chi porta, oltre che per il bambino. Se non ci si sente comodi o sicuri con un portabebé o con una particolare legatura è sempre buona prassi chiedere il consiglio di un esperto che possa accompagnare nel percorso del portare. Datevi comunque il tempo di prendere la mano con le legature e con il portare: più voi vi sentirete comodi e sicuri più lo sarà il vostro piccolo

LAVAGGIO

Leggere le indicazioni riportate sull'etichetta cucita al supporto, diverse per ogni portabebé.

