

El portanadons, ergonòmic: molt millor!

El portanadons es coneix com un sistema de transport del nadó que li assegura el contacte constant amb el portador. Ben col·locat, és molt útil i aporta beneficis per a ambdues parts: a la mare i a l'infant.



Andrea Climent
Infermera pediàtrica
EAP Sardenya, Centre Universitari
@eapsardenya

Últimament, va a l'alça la tendència a criar els nadons en un espai on apareix el culte a consentir-los i el rebuig als mètodes que deixen plorar els nadons durant hores. Segurament, és gràcies a aquelles mares que s'han sentit jutjades per "acostumar el nadó als braços" i que han lluitat per avançar en algunes pràctiques de criança respectuosa, com ara, el portament.

La paraula "transport" porta a pensar que aquesta n'és la utilitat bàsica, però, en aquest cas, hi ha altres sistemes que permeten aquesta mateixa funció, com ara el cotxet. Llavors, què és el que diferencia el portament?

La primera i gran diferència és que consisteix en el fet d'estar pell amb pell, satisfent una necessitat bàsica del nadó: el contacte amb el seu cuidador. No és que els bebès d'ara s'hagin tornat exquisits i necessitin contacte constant, és, simplement, supervivència.

Instint de supervivència

Aquelles mares que agafaven els nadons en braços també van arribar a la conclusió que si se'ls penjaven i podien tenir les mans lliures, segurament l'èxit de supervivència augmentava, de manera que no és una bogeria que el primer portanadons datí de fa més de 2,2 milions d'anys.

Lògicament, al segle XXI, no s'ha d'estar pendent dels mateixos perills, però l'instint de supervivència del nadó davant l'arribada a un món completament desconegut és el mateix, de manera que ser a prop del progenitor és la millor opció.

L'humà dependent que és més a prop de la mare té més probabilitats de sobreviure



Concepte d'aferrament

No va ser casualitat que la petita mona d'estudi de John Bowlby preferís passar temps amb la mare de pelfa que no pas amb la metàl·lica, tot i que aquesta tingués el menjar per poder subsistir. Perquè els mamífers necessiten aquesta escalfor, seguretat i confiança que proporciona el contacte, que, justament, és el concepte que apareix a la definició del portament.

Quan els nadons estan pell amb pell amb els cuida-



dors, les constants vitals s'estabilitzen i els nivells d'estrès baixen, la qual

cosa permet mantenir-se en un estat d'alerta tranquil·la, tan necessari per al desenvolupament del sistema nerviós central i l'aprenentatge.

Seguint el mateix fil, seria de lògica pensar que, a les famílies, també els interessa tenir el petit a prop per poder atendre les seves necessitats d'una manera més ràpida i eficaç, i, ja de passada, atribuir-se la qualitat de bons cuidadors (que també va bé apujar-se una mica l'autoestima de tant en tant).

L'origen del portament constata que no és una moda, sinó un "return to basics", encara que sigui un bàsic de fa milions d'anys



Es pot col·locar el nadó de qualsevol manera?

Doncs no tot és vàlid i cal saber quina és la seva postura ergonòmica per tal d'intentar que aquesta no es modifiqui ni es forci quan el col·loquem al portanadons.

- Consisteix a tenir, bàsicament, l'esquena en forma de "C" i les cames, en relació amb el maluc, en forma de "W".
- Es tracta de no crear un doble mentó, la cara del nadó visible i recolza-

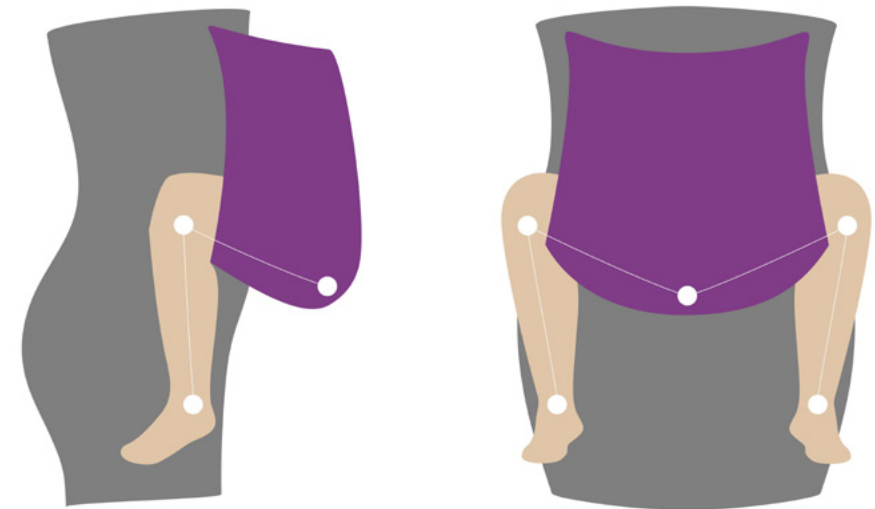
ment cervical, sobretot per als més petits.

La teoria no és complicada i, actualment, existeixen al mercat marques que compleixen amb els requisits i que venen uns bons sistemes.

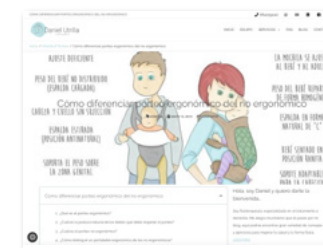
El problema apareix quan hi ha marques que no compleixen amb aquests criteris i, tot i així, continuen comercialitzant els seus productes NO ergonòmics, que poden suposar risc de displàsia de maluc

o risc d'asfíxia, entre d'altres.

És per això que s'hauria de proporcionar a les famílies informació basada a donar-los les eines i el coneixement per poder discernir entre els sistemes ergonòmics i aquells que no ho són. Empoderar-los per tal que, quan vagin a la botiga, no els vinguin tan sols el sistema que té més publicitat, sinó que siguin capaços de distingir quin és el més adequat per al seu bebè.



Enllaços d'interès



<https://fisiodanielutrilla.com>
Secció -> Porteo



<https://www.fisiobym.com>
Secció -> Porteo ergonómico