

> Règles de sécurité

Règles de sécurité

Quelle que soit la technique de portage choisie, il faut respecter les dispositions suivantes :

- Bébé est maintenu en position verticale (hors tétées ou biberon).
- Nez et bouche de bébé sont bien dégagés.
- Bébé est porté haut, sa tête est à la base du cou du porteur.
- Bébé est face au porteur (la poitrine en contact avec l'adulte).
- La tête de bébé est dans l'axe de sa colonne.
- Bébé est en position accroupie (genoux à la hauteur du nombril), le dos arrondi.
- La tête de bébé est libre et protégée (bonnet, chapeau).
- La tête de bébé est soutenue grâce au réglage de l'écharpe.
- Mains et pieds de bébé sont libres et protégés (froid, chaud...).
- Les épaisseurs d'écharpe comptent comme d'autant de vêtements.
- L'écharpe est réservée pour un usage à pied (des dispositifs adaptés sont obligatoires pour la voiture, le vélo, le sport...).
- Le porteur est en état de vigilance et il est attentif à son bébé (ne pas fumer, pas d'alcool ou d'excès de fatigue).
- Le porteur est attentif à la respiration, la température, la coloration et le tonus de bébé.
- Le porteur est conscient de la présence de son bébé dans ses activités quotidiennes (encadrement de porte, etc.).

Règles de portage

Pour votre bébé, veillez :

- à son agrippement, en fonction de ses compétences ;
- au soutien de son dos grâce à la tension de l'écharpe ;
- à l'arrondi de sa colonne vertébrale, du coccyx aux cervicales ;
- à la suspension dans la poche de tissu pour la non-transmission des chocs ;
- à sa position accroupie, genoux à hauteur de son nombril pour assurer la positions d'enroulement, la bascule de son bassin et préserver la maturation de ses hanches.

Pour vous :

- Portage haut.
- Portage serré et centré avec répartition des charges.
- Sans compression d'organe.

CENTRE HOSPITALIER DU PAYS D'AIX
Centre Hospitalier Intercommunal Aix-Pertuis
Avenue des Tamaris 13616 Aix-en-Provence cedex 1
Tel 04 42 33 50 00 - Fax 04 42 33 51 20 - www.ch-aix.fr



Ref. 20.14 - Mars 2021

Porter son bébé

> Pourquoi porter son bébé ?

Les bébés sont portés partout dans le monde depuis la nuit des temps. Ainsi la mère pouvait continuer ses activités domestiques tout en protégeant et nourrissant son bébé.

En fonction des endroits du globe, on porte dans un tissu, à bras ou dans un berceau. Le portage n'est donc pas un effet de mode mais bel et bien le moyen de rester en harmonie avec son bébé tout en respectant les rythmes mutuels.

! Nos bébés sont des êtres portés !

Le petit d'homme est un primate qui a absolument besoin de la présence de l'adulte pour grandir. Il a gardé certains reflexes d'agrippement mais a besoin d'être soutenu par les bras de ses parents.

Le bébé humain est un petit porté passif qui participe activement

Il va trouver des appuis sur le corps de l'adulte, s'accrocher va lui permettre de grandir et tous les bébés sont programmés pour cela.

Le portage du côté bébé :

- Renforce le processus d'attachement
- Offre une contenance enveloppante
- Favorise les interactions
- Accompagne le développement moteur
- Rassure, évite le stress, aide l'enfant à trouver son rythme
- Participe à l'apprentissage (langage, intégration sociale)



Le portage du côté parents :

- Développe des liens d'attachement
- Libère les bras
- Facilite les déplacements

> La hanche simple

1. Effectuer une « volte » en attrapant l'ourlet qui soutient la tête de bébé et tirez-le vers l'extérieur sur votre épaule.
2. Installer l'écharpe sur l'épaule.
3. Faire un double nœud sur la hanche opposée de façon à ce qu'il arrive au pli du coude.
4. Faire glisser le nœud dans le dos.
5. Placer le bébé bien haut sur l'épaule, et le faire « asseoir » sur le tissu en remontant ses genoux, son dos devant être arrondi. Le tissu doit se trouver entièrement sous ses fesses.
6. Remonter l'écharpe jusqu'aux oreilles sans faire de pli dans son dos, tout en le maintenant sous ses fesses.



> Portage Sling (bébé peut être porté de face ou de côté)

- 1.2.3. Passez l'ensemble de l'écharpe dans les deux anneaux. Passez-la ensuite par-dessus le 1^{er} anneau puis dans le second anneau et tirez.
4. Passer l'écharpe en plaçant la boucle bien en haut de l'épaule. Le hamac doit être réglé de façon à se trouver au niveau de votre hanche.
5. Placez bébé en position assise en remontant ses genoux, son dos devant être arrondi. Le tissu doit se trouver entièrement sous ses fesses. Remontez-le jusqu'à ses oreilles sans faire de pli dans son dos, tout en le maintenant sous ses fesses.
- 6.7.8. Ajustez le tissu en tirant pli par pli sur toute la largeur de l'écharpe en commençant par la bordure qui maintient sa tête.

