



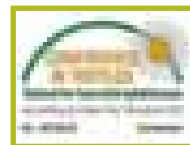
medela 

Istruzioni Fascia Porta-bebè

Dal primo giorno
fino a 18 kg

Massima sicurezza, elevato comfort
e una morbidezza irresistibile.

I nostri accessori trendy sono
100% baby friendly, 100% cotone,
certificati Oeko-Tex® Standard 100.



 **BYKAY** design

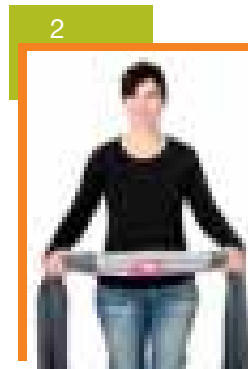
medela 



	Pagina
✓ Tecnica base	4
✓ Posizione fetale	dal 1° giorno 6
✓ Posizione pancia contro pancia, gambe esterne	dal 3° mese 8
✓ Posizione anca	dal 3° mese 10
✓ Posizione sulla schiena (con aiuto)	dal 3° mese 11
✓ Cose da sapere	13
✓ Cosa fare e cosa non fare	16
✓ Istruzioni per la sicurezza	18



Tieni la fascia di fronte a te come mostrato nella foto, con l'etichetta nel mezzo per avere il riferimento del centro.



Raccogli il tessuto e afferra le due estremità.



Incrocialo sulla schiena facendole passare prima sulle spalle e poi di nuovo davanti a te, sul petto.



Inseriscile al di sotto della fascia incrociandole nuovamente.



Carry your love!

6



7



Riportale sulla schiena incrociandole per fare un nodo. Se il tessuto è ancora troppo lungo, riportale davanti a te e fai un nodo.



NON CORRETTO: La foto mostra una fascia porta-bebè con il tessuto mal posizionato sulle spalle. Se le parti di tessuto che poggiano sulle spalle non sono bene posizionate e allargate, il peso del tuo bambino non sarà distribuito in modo ottimale e le spalle e i muscoli della schiena verranno sottoposti ad uno sforzo non necessario.

CORRETTO: Assicurati di annodare il tessuto della fascia in modo ordinato, senza che vi siano pieghe al fine di garantire sicurezza e comfort. Le parti di tessuto che poggiano sulle spalle devono essere ben allargate in modo da assicurare una distribuzione ottimale del peso.

Dal 1°
giorno

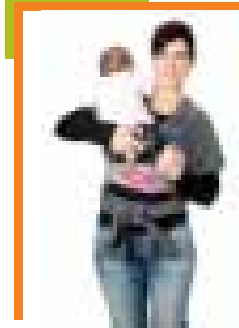
8



9



10



11



12

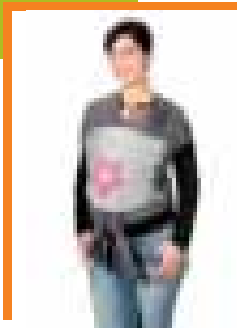


Apri e abbassa la parte del tessuto che hai appoggiata sulle spalle in modo da formare un'amaca. L'amaca può contenere il bambino posizionato con le ginocchia sollevate, in una posizione chiamata fetale.

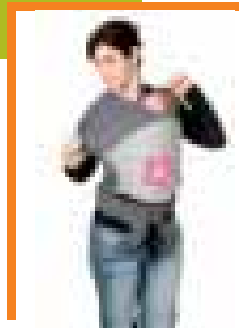
Posiziona il tuo bambino nella posizione fetale contro il tuo petto, mentre con la tua mano sostieni prima il suo sedere e poi tiri i suoi piedini verso l'alto. Sistema al meglio il tuo bambino in modo da posizionarlo esattamente nel centro.

Mentre continui a sostenere il tuo bambino, tira verso l'alto il tessuto, in modo da coprirgli le spalle, la schiena e il collo. Ripeti quest'operazione con il tessuto della fascia appoggiato sull'altra spalla in modo da avvolgerlo completamente.

13



14



15



L'ultimo passaggio consiste nell'aggiustare la parte di tessuto posizionata frontalmente e appoggiata sulla tua pancia. Afferrala e tirala verso l'alto sino ad arrivare a coprire il collo del bambino. Infine allarga il tessuto sulle tue spalle per assicurare una distribuzione ottimale del peso del bambino.

Tirare fuori il bambino dalla fascia è molto facile! Allarga la parte di tessuto posizionata sulla schiena del bambino in modo da liberargli le braccia. Posiziona le tue mani sotto le sue ascelle e tiralo fuori dalla fascia.



Dal 3°
mese

8



9



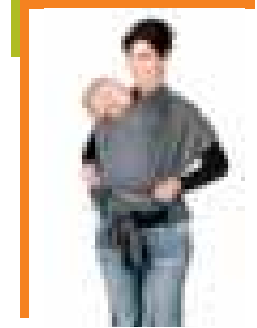
10



11



12



Posiziona il tuo bambino sul punto di incrocio della fascia mettendo una gamba a destra e una a sinistra dell'incrocio, come fosse un'imbracatura.

Allarga il tessuto da un incavo all'altro delle ginocchia per creare una seduta confortevole. Sistema il tessuto in modo da coprire la schiena, le spalle e il collo del bambino.

Posizione pancia contro pancia, gambe esterne

13



14



15



16



Tira delicatamente le gambe del bambino al di sotto dell'incrocio. L'ultimo passaggio consiste nell'aggiustare la parte di tessuto posizionata frontalmente e appoggiata sulla tua pancia. Afferrala e tirala verso l'alto sino ad arrivare a coprire il collo del bambino.

Allarga il tessuto sulle tue spalle per assicurare una distribuzione ottimale del peso del bambino.

Tirare fuori il bambino dalla fascia è molto facile! Allarga la parte di tessuto posizionata sulla schiena del bambino in modo da liberargli le braccia. Posiziona le tue mani sotto le sue ascelle e tiralo fuori dalla fascia.



Dal 3°
mese

Procedere fino al passaggio n° 12 della posizione pancia contro pancia, gambe esterne.

13



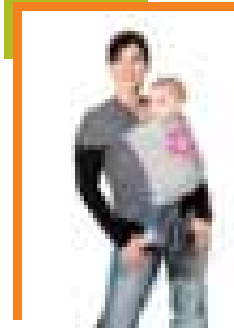
Solleva il tuo bambino con entrambe le mani e spostalo, insieme alla fascia che lo avvolge, sull'anca su cui lo vuoi trasportare. Tira delicatamente le sue gambe al di sotto dell'incrocio.

14



L'ultimo passaggio consiste nell'aggiustare la parte di tessuto posizionata frontalmente e appoggiata sulla tua pancia, afferrala e tirala verso l'alto sino ad arrivare a coprire il collo del bambino.

15



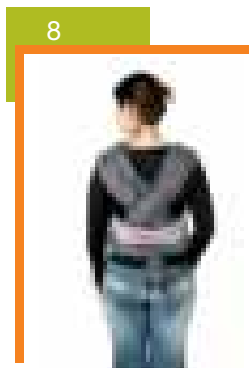
Mantieni le braccia del bambino all'interno della fascia porta-bebè. Non appena i muscoli della schiena saranno sufficientemente sviluppati, dall'età di 6 mesi in poi, potrai portare il tuo bambino con le braccia all'esterno della fascia. La schiena e il collo possono sempre essere supportati dal tessuto della fascia.



Posizione sulla schiena (con aiuto)

Dal 3°
mese

Monta la fascia esattamente al contrario rispetto alla tecnica base.



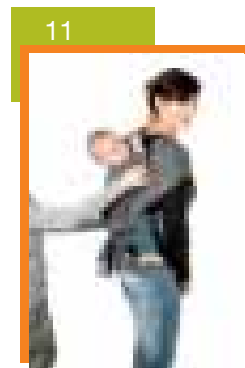
Un'altra persona tiene il bambino e lo posiziona sull'incrocio in modo simile alla posizione pancia contro pancia, con le gambine a destra e a sinistra dell'incrocio, come fosse un'imbracatura. La pancia del tuo bambino è a contatto con la tua schiena.



Allarga il tessuto da un incavo all'altro delle ginocchia del bambino per creare una seduta confortevole.



Sistema il tessuto allargandolo sino a coprire la schiena, le spalle e il collo del bambino.



Tira delicatamente le gambe del bambino al di sotto dell'incrocio. L'ultimo passaggio consiste nell'aggiustare la parte di tessuto posizionata centralmente e appoggiata sulla tua schiena. Afferrala e tirala verso l'alto sino ad arrivare a coprire il collo del bambino.



Allarga il tessuto sulle tue spalle per assicurare una distribuzione ottimale del peso del bambino.



L'ALLATTAMENTO AL SENO CON LA FASCIA PORTA-BEBÈ

Ovunque e su richiesta

Avere il tuo bambino accanto stimola la produzione di latte. Ecco perché il binomio fascia porta-bebè/allattamento al seno rappresenta una soluzione ideale. Dopo un po' di tempo diventerà facile e discreto allattare al seno il tuo bambino mentre lo porti con te e ogni qual volta lo desideri. La fascia porta-bebè ti offrirà una maggiore flessibilità e mobilità durante il periodo dell'allattamento.

Prenditi del tempo per abituarti alla fascia. Allattare, mentre porti il tuo bambino all'interno della fascia, richiede pratica e pazienza.

STORIA

L'utilizzo della fascia porta-bebè per portare i bambini è senz'altro una tecnica antica e comune a diverse culture in tutto il mondo. Per molto tempo la società occidentale è stata un'eccezione ma fortunatamente le cose stanno cambiando. Portare un bambino all'interno della fascia porta-bebè sta diventando una pratica molto comune nelle nostre città. Portare il tuo bambino all'interno della fascia a partire dal primo giorno dopo la nascita, lo aiuterà a scoprire il suo nuovo mondo. Mentre porti con te il tuo bambino lo cullerai dolcemente ad ogni tuo movimento e lui potrà sentire, annusare, sperimentare, riposare, dormire e

sentirsi protetto. La tua vicinanza gli fornirà una forte base emotiva che lo aiuterà in seguito quando inizierà a scoprire il mondo da solo.

Abbraccio della pelle

Durante la gravidanza i bambini sono al caldo e al sicuro, hanno un rifornimento costante di cibo e sentono i movimenti della mamma. Dopo la nascita i neonati provano ancora il bisogno di stare vicino alla mamma e sentire il contatto con la sua pelle. Portando il tuo bambino all'interno della fascia porta-bebè, lo farai sentire al sicuro e tu come genitore potrai rispondere in modo adeguato ai suoi bisogni, per esempio quando ha fame.

Due ricercatori, Barr e Hunziker, dell'University of Montreal Children's Hospital, hanno condotto uno studio sul tema e hanno rilevato che i bambini portati all'interno della fascia porta-bebè sono più rilassati e piangono meno. La fascia può essere di grande aiuto anche per i genitori adottivi o per i genitori che hanno difficoltà a creare un legame naturale con il loro bambino. La fascia rappresenta inoltre un'opportunità per i papà per avere maggiore intimità con i loro bambini. All'interno della fascia il bambino acquisirà familiarità con la voce del papà, il suo odore e i suoi movimenti.

Lo sviluppo sociale ed emotivo

Il bambino che viene portato all'interno di una fascia porta-bebè acquisisce confidenza con gli stimoli che arrivano dal mondo esterno da una posizione di si-

curezza. Ricerche condotte da Evelin Kirkklionis, esperta comportamentale tedesca, dimostrano che i bambini sono in grado di percepire ed interpretare questi stimoli, reagendo di conseguenza. Un buon equilibrio tra senso di protezione e libertà li doterà di sicurezza e fiducia verso il mondo.

Sistema motorio, equilibrio e senso del tatto

Il bambino, all'interno della fascia porta-bebè, si muove in tutte le direzioni in cui ti muovi anche tu. Essendo posizionato correttamente e con il peso bilanciato, diventa cosciente della sua posizione e di ciò che lo circonda, sviluppando il senso dell'equilibrio.

Migliore sviluppo delle anche e della schiena

Portare il tuo bambino in una fascia porta-bebè può stimolare il corretto sviluppo delle anche in quanto il bambino assume la posizione più naturale. Sino all'età di 3 mesi il bambino è portato nella posizione fetale e tiene le gambe sollevate all'interno della fascia. Dopo il 3° mese il bambino può essere portato con le gambe al di fuori della fascia. In questa posizione, a forma di M, la spina dorsale è leggermente incurvata e le ginocchia si trovano più in alto rispetto al sedere.



Crampi e reflusso del bambino

Portare il tuo bambino in una fascia può ridurre i crampi e i problemi di reflusso del bambino. Quando il bam-

bino si trova nella posizione fetale, con le gambe sollevate in alto, il leggero movimento durante il trasporto ne stimola il sistema digestivo, riducendo la possibilità d'insorgenza dei crampi. Anche i bambini che soffrono di reflusso hanno un beneficio nell'essere portati all'interno di una fascia.



Tieni vicino a te il tuo bambino... senza usare le mani

Quando porti il tuo bambino all'interno della fascia puoi continuare a usare le mani senza perdere il contatto con il corpo del bambino. Puoi continuare a gestire la tua routine quotidiana o gestire contemporaneamente i bambini più grandi.

Utilizzabile anche per i bambini più grandi

I bambini possono essere portati nella fascia sino a 18 kg di peso. Puoi variare le posizioni, come presentato in queste istruzioni.

Fasce porta-bebè rispetto ai passeggini

Da un punto di vista pratico: le fasce porta-bebè sono più facili da trasportare, non occupano molto spazio e sono alla portata di tutti. Combinare l'uso della fascia e il passeggino può essere una buona opzione se devi portare con te due bambini (della stessa età o di età diverse): puoi portarne uno nella fascia mentre spingi il passeggino in cui siede l'altro.

Bibliografia:

- Hunziker, U.A., Barr, R.G. (1986). Increased carrying reduces infant crying: a randomized controlled trial.
- Kirkilionis, E. (1995). Wahrnehmen, Erfahren und üben beim Körperkontakt. Praxis der Psychomotoriek.
- Kleintjes, S. and Broekhuijsen, M (2009) Borstvoeding.



COSA FARE E COSA NON FARE

Perché scegliere la fascia porta-bebè?

Se vuoi soddisfare sia le necessità del tuo bambino che le tue... se il tuo bambino è inconsolabile... se non puoi permetterti di acquistare un passeggino o non hai lo spazio per tenerlo... se fai shopping in strade affollate o vai in posti in cui non si può portare un passeggino... se vuoi soltanto avere le mani libere... se le braccia, il collo e le spalle ti fanno male tutte le volte che sollevi il tuo bambino... se vuoi tenere il bambino vicino a te... usa la fascia porta-bebè tutte le volte che desideri! La puoi anche usare come asciugamano o come appoggio per il cambio.

Prima di iniziare:

- Scegli il momento giusto per la tua prima “prova”. Ad esempio, quando il bambino è tranquillo e soddisfatto dopo la poppata o il sonnellino. Non dimenticare: il bambino sente le tue sensazioni. Più tu sei rilassata e paziente, più lo sarà il tuo bambino.
- Inclinati un po' all'indietro mentre metti il bambino nella fascia. La gravità lo aiuterà a sentirsi più sicuro contro il tuo corpo mentre stai legando la fascia.
- Se ti senti un po' insicura la prima volta, puoi seguire il procedimento seduta o in piedi di fianco al letto o al divano. Puoi anche usare uno specchio o chiedere a qualcuno di aiutarti.

- Non vestire troppo il tuo bambino! Oltre a tre strati di tessuto della fascia intorno al suo corpo, non dimenticare che lui sentirà anche il calore del tuo corpo. Fuori casa, durante l'inverno, sarà sufficiente far indossare al tuo bambino una giacca e un cappello. Ti sconsigliamo di chiudere il cappotto sopra la fascia, il calore sarebbe eccessivo, anche in inverno. Se usi la fascia per stare dentro casa, togli al tuo bambino uno strato di vestiti. Alcune volte basterà solo la tutina. Se fa molto caldo, riduci il tempo di utilizzo della fascia porta-bebè. Presta attenzione ai segnali del bambino: viso rosso, collo caldo e sudore... significano troppo caldo!

- È quasi impossibile legare la fascia troppo stretta! Non c'è bisogno di lasciare uno spazio extra quando stai legando la fascia. La fascia può essere legata in modo che aderisca al corpo del bambino. Se la fascia non è legata bene o è allentata vedrai che il tuo bambino scenderà verso il basso e non formerete un'unità insieme. Più stretta viene legata la fascia più il bambino siederà in alto.

- Essere seduto nella fascia e cominciare a muoversi con te lo rilasserà e si abituerà presto al movimento.

- Se i muscoli del collo del tuo bambino non sono sufficientemente sviluppati, hanno bisogno di essere sorretti. Tira verso l'alto le tre estremità del tessuto (dopo avere legato il tessuto avrai due parti su cia-

Cosa fare e cosa non fare

scuna spalla e una parte al centro) fin tanto da avvolgere collo e schiena del bambino. Il tessuto sosterrà il collo del bambino.

- Qualche volta è meglio fare il nodo finale sulla pancia invece che sulla schiena, ad esempio se sei seduta in autobus o in poltrona.
- Mentre stai guidando non indossare mai la fascia con il bambino all'interno.
- Ti sconsigliamo di portare il tuo bambino con il viso rivolto all'esterno. Questa posizione sforza i muscoli della schiena inutilmente. Il bambino portato in questo modo diventa troppo stimolato perché non può appoggiarsi per fare un sonnellino. Raccomandiamo di usare la tecnica pancia contro pancia che aiuta il bambino a rannicchiarsi e a riposarsi quando vuole.
- La fascia consente al bambino di sedersi nella posizione più naturale per lui. Non vi è un limite di tempo per portarlo all'interno della fascia. Fino a che entrambi siete a vostro agio potete continuare ad usarla. Puoi fare quasi tutte le tue attività quotidiane rimanendo al tempo stesso consapevole dello stato di salute del tuo bambino. Non utilizzare la fascia se sei in bicicletta o se stai lavorando con sostanze pericolose.
- Sii paziente! Anche se la prima volta non ti senti a tuo agio indossando la fascia, non arrenderti, continua a fare pratica. Presto riuscirai ad indossarla senza problemi.



Gemelli:

Piega entrambe le parti di tessuto appoggiate sulle spalle in due, come mostrato nella foto, in modo da formare due piccole amache.

All'interno di queste potrai portare i tuoi gemelli sino a che non avranno 3 mesi.

Segui i passaggi 6, 8 9

ISTRUZIONI PER LA SICUREZZA

La fascia porta-bebè ti offre un metodo completo e sicuro per portare il tuo bambino. La certificazione del tessuto Oeko-Tex® Standard 100 certifica che il tessuto è privo di sostanze nocive e metalli pesanti ed è stato fabbricato specificatamente per portare il tuo bambino comodamente e in sicurezza.

Portare il tuo bambino nella fascia ne stimola lo sviluppo fisico ed emotivo. La fascia offre un luogo sicuro dove il bambino può sentire il battito cardiaco della mamma e sentire odori familiari. Portare il bambino nella fascia porta-bebè stimola anche lo sviluppo delle anche e dei muscoli della schiena e del collo. Dal primo giorno sino a quando il bambino avrà tre mesi di vita, potrai portarlo nella posizione fetale, con le gambe sollevate in alto. Dopo tre mesi, quando le anche saranno più sviluppate lo potrai portare con le gambe all'esterno della fascia. Portare il tuo bambino con te all'interno della fascia stimola il rilascio di ossitocina che contribuisce al benessere della mamma e del bambino. Diversi studi dimostrano che le crisi di pianto dovute alle coliche diminuiscono quando il bambino viene portato all'interno della fascia porta-bebè in quanto i crampi e il reflusso sono ridotti. Con la fascia avrai le mani libere, potrai badare agli altri bambini e continuare a seguire la tua routine quotidiana. Potrai inoltre rispondere adeguatamente e rapidamente alle necessità del tuo bambino. La fascia porta-bebè è un ausilio ideale per l'allattamento al seno che offre una grande flessibilità e ti permette di allattare più a lungo.

Sii consapevole della sicurezza del tuo bambino!

Sii sempre consapevole della sicurezza del tuo bambino, non solo quando lo porti nella fascia ma in ogni situazione. Questa è una regola generale. Quando il tuo bambino è coricato nel suo lettino o seduto a terra che gioca verifica sempre che l'ambiente intorno a lui sia sicuro. Come genitore sei responsabile del tuo bambino 24 ore al giorno. In generale segui le istruzioni di sicu-

rezza attentamente. Verifica sempre che il tuo bambino respiri liberamente e verifica che la fascia sia posizionata correttamente. Se seguirai le seguenti istruzioni di sicurezza la fascia porta-bebè sarà il modo migliore e più sicuro per portare il tuo bambino!

Istruzioni di sicurezza:

1. Porta il tuo bambino in posizione simmetrica e verticale. La sua posizione è simmetrica e verticale se riesci a dargli un bacio sulla testa una volta che il bambino è all'interno della fascia.
2. Fai in modo che il tuo bambino non abbia il mento appoggiato sul suo petto. Questa posizione è potenzialmente problematica per i bambini di età inferiore ai quattro mesi e per i prematuri perché non sono forti abbastanza per alzare la testa quando la respirazione è ostruita.
3. La testa del bambino deve sempre trovarsi più in alto rispetto al resto del corpo.
4. Se porti il tuo bambino con le gambe all'esterno della fascia, assicurati che sieda nella posizione ad M: le gambe allargate e le ginocchia più in alto rispetto al sedere.
5. Verifica che il tuo bambino non sia troppo vestito; se ha troppo caldo, puoi togliergli uno strato di vestiti, oppure le calze o il cappello.



6. Porta il tuo bambino nella posizione pancia contro pancia. Ti sconsigliamo di portarlo con la pancia rivolta all'esterno, perché sforza troppo i muscoli della schiena. La posizione pancia contro pancia è la posizione migliore e più comoda per il tuo bambino.
7. Assicurati che la fascia sia stretta a sufficienza per evitare che il bambino assuma posizioni scorrette (ad esempio quel-

Istruzioni per la sicurezza

la con il mento appoggiato al suo petto). Quando annodi il tessuto non c'è ragione di lasciare uno spazio extra per il tuo bambino. Verifica regolarmente che il tessuto sia ben allargato e non faccia pieghe.

8. I bambini portati all'interno della fascia hanno un migliore sviluppo dei muscoli del collo e della schiena. Nonostante ciò, sino a che i muscoli del collo non saranno abbastanza forti, raccomandiamo di sorreggere la testa del bambino con il tessuto della fascia.

10. Presta sempre attenzione quando cucini, stiri o fai attività sportive se al tempo stesso stai portando il tuo bambino all'interno della fascia porta-bebè. Devi sempre essere consapevole dei rischi che le attività che stai svolgendo possono comportare per la sicurezza del tuo bambino. Quando cucini o stiri puoi portare il tuo bambino nella posizione sulla schiena in modo che vi sia una certa distanza tra lui e le fonti di calore. Evita di andare in bicicletta quando porti il tuo bambino all'interno della fascia porta-bebè.

11. Sii sempre consapevole dei possibili pericoli per il tuo bambino.

Contatti: Medela Italia srl - Calderara di Reno (BO)

Tel.051/727688 - e-mail: info@medela.it

Per vedere i video delle istruzioni per l'uso della fascia porta-bebè consulta questo link alla sezione **Medela instruction videos:** <http://www.youtube.com/bykaycarriers>

Istruzioni di lavaggio: Lavaggio a 40° C con tessuti colorati di colori simili. Usa un detergente delicato per i colori scuri e chiari. **NON** utilizzare l'asciugatrice!



Carry your love!





Scopri la gamma di prodotti Medela per l'allattamento al seno.
Visita il nostro sito:

www.medela.it



Medela Italia/999.0091/09.11/B