



Mamuska

NASCITA E RINASCITA

LEGAMI D'AMORE: GUIDA AL BABYWEARING

Cos'è il Babywearing

Il Babywearing è una pratica che consiste nel portare i bambini addosso a sè, utilizzando fasce o altri supporti ideati appositamente per questo scopo. Per quanto possa sembrare una moda passeggera, in realtà il Babywearing è **una pratica molto antica**, appartenente a diverse culture nel mondo, nata originariamente dall'esigenza di spostarsi insieme ai propri bambini.

Ma il Babywearing **non è solo comodità e praticità**. In realtà è molto di più di ciò che sembra. Permette di sperimentare protezione e contenimento, ricreando per il neonato un ambiente simile a quello del grembo materno. Non dimentichiamoci, infatti, che **il bambino ha il bisogno di sentire il contatto** pelle a pelle con la mamma fin dai primi giorni. È un'esigenza biologica, ancestrale, che se soddisfatta, nel tempo lo aiuterà ad **acquisire sicurezza e a diventare indipendente**.

Quella che oggi viviamo è invece una cultura che predilige il "poco contatto". Spesso ci sentiamo dire da chi ci sta intorno che stare troppo a contatto con nostro figlio significa viziarlo. Non è affatto così. Portare il bambino attraverso l'utilizzo di una fascia o un marsupio è una preziosa modalità di accudimento, che può essere praticata **sia dalla mamma che dal papà**. Attraverso il Babywearing un genitore riesce ad ascoltare, a capire e a rispettare meglio le richieste di suo figlio. Il bambino invece riesce a trovare **una risposta immediata ai suoi bisogni** di contatto, calore e nutrimento. Il Babywearing si può attuare fin dalla nascita e non c'è un'età consigliata per concludere il percorso.

Ho deciso di realizzare questo depliant per raccontare alle mamme l'importanza e i benefici che questa pratica ci regala e quali effetti positivi apporta allo sviluppo del bambino, **purchè sia svolta con i giusti criteri e i corretti strumenti**.

I BENEFICI DEL BABYWEARING

I benefici del babywearing sono davvero tanti, non solo per il bambino. Potrete avere le mani libere per svolgere le normali attività quotidiane e mantenere una corretta postura evitando di affaticare schiena, spalle e perineo, rispettando il graduale recupero post partum. Inoltre la stretta vicinanza con il bambino stimola la produzione di ormoni antidepressivi, come l'ossitocina che favorisce, insieme alla prolattina, la produzione di latte materno.



CONTATTO

Aiuta ad assecondare il bisogno primario di vicinanza e protezione del bambino.



ATTACCAMENTO

Migliora la capacità di comprendere i bisogni del bambino rafforzando il legame.



SVILUPPO

NEUROMOTORIO
Migliora equilibrio, tono muscolare e coordinazione del bambino.



SVILUPPO DELLE ANCHE

Aiuta le anche a svilupparsi correttamente e prevenire la displasia.



RIDUZIONE DEL PIANTO

Calore, respiro, battito e odore della madre favoriscono sensazioni di appagamento e quiete.



RIDUZIONE DELLA PLAGIOCEFALIA

Riduce il rischio di appiattimento delle ossa craniche.

PER IL CORRETTO BABYWEARING

Il babywearing può regalare tantissimi benefici a livello fisico e psicologico, sia per il bambino che per la mamma. Ma occorre fare un'attenzione e seguire determinati accorgimenti. Scegliere ed utilizzare correttamente un porta bebè non è così scontato... Ad esempio, non fatevi ingannare dalla parola ergo sulla scritta dei prodotti e ricordate: nessun supporto è ergonomico se non si adatta perfettamente alle caratteristiche fisiche della diade.



SOLO SUPPORTI ERGONOMICI

Fate attenzione, molti prodotti sono dannosi per lo sviluppo fisico.



COME SCEGLIERE UN SUPPORTO

Informatevi sulla sua idoneità e fatevi consigliare da una consulente.



NO AL FRONTE MONDO

La postura del bambino non assume una posizione fisiologica.



NO ALLA POSIZIONE A CULLA

Rende la respirazione più faticosa e aumenta il rischio di displasia alle anche



AZIONI PERICOLOSE

Non utilizzare durante la guida, in acqua e in altre situazioni potenzialmente rischiose.



INTEGRITÀ

Controllate l'integrità del supporto, non utilizzatelo se è danneggiato o scucito.

Presupposti di ergonomia e sicurezza

- ✓ Viso in vista, via aeree libere, mento lontano dal petto.
- ✓ Accovacciamento (posizione a M) e divaricazione non forzata e adeguata allo sviluppo.
Seduta da cavo pobleto a cavo pobleto.
- ✓ Rispetto della naturale curvatura della schiena, schiena e collo ben sostenuti, corpi aderenti. Caviglie libere, piedi paralleli al terreno.
- ✓ Rispetto del baricentro del portatore ("altezza bacio").

altri servizi che offro

INCONTRO INFORMATIVO

Incontro teorico sui benefici del portare con guida all'acquisto consapevole.

CONSULENZA PRIVATA O DI GRUPPO

Incontro teorico/pratico dove poter scegliere il supporto adatto alle proprie esigenze e imparare la legatura.

FASCIOTECA ITINERANTE

Possibilità di provare vari supporti accuratamente selezionati.

NOLEGGIO

Possibilità di prendere a noleggio una fascia e/o un marsupio.

YOGA IN FASCIA

Lezioni individuali (anche a domicilio) o in gruppo

info@mamuska.it 349 74 96 027  @MamuskaPrevenzionePrimaria  @Mamuska_love
WWW.MAMUSKA.IT

Per saperne di più

Se sei interessata a saperne di più sul Babywearing o su gli altri servizi dedicati alle mamme e ai neonati, puoi contattarmi, insieme definiremo il servizio/percorso che fa per te.

Potrai scegliere tra:



**INCONTRI
INDIVIDUALI**



**INCONTRI
DI GRUPPO**

Gli incontri possono essere svolti **a domicilio** o nel mio studio (mi trovi a Perugia, S.M degli Angeli, Spello e Spoleto).

Se hai un'attività o stai organizzando un evento e sei interessata ad **una collaborazione con me**, sarò felice di partecipare!