

## Porter son bébé est naturel et bénéfique !



Mais il est important de respecter quelques règles pour positionner le bébé :

- jambes en grenouille, relevées genoux plus hauts que les fesses, légèrement écartées, pour la maturation de sa hanche
- dos arrondi pour préserver sa colonne
- ventre contre celui du porteur et serrage maximal du porte-bébé afin d'obtenir la plus grande surface de contact bébé-porteur pour un meilleur soutien des deux corps

**D'après un texte de** Antje Mattig

**Adaptation française:** [www.afpb.fr](http://www.afpb.fr)

**Photos:** [stillen-und-tragen.de](http://stillen-und-tragen.de), [babygerecht.de](http://babygerecht.de), collections personnelles

**Sources:** expérience des porteurs, Dr. Evelin Kirkilionis: „Tragen in Fahrtrichtung“ (AFS Stillzeit, édition 03/2004), „Vom Tragen in Fahrtrichtung“ (Deutsche Hebammenzeitschrift 04/2004), [www.rabeneltern.org](http://www.rabeneltern.org)

Ce document peut être copié et diffusé librement pour une utilisation non lucrative exclusivement.

## Pour en savoir plus

### Bibliographie

Porter bébé, de Claude-Suzanne Didierjean-Jouveau, éditions Jouvence

Peau à peau, technique et pratique du portage, d'Ingrid Van Den Peereboom, éditions Jouvence

Ein Baby will getragen sein, d'Evelin Kirkilionis, (ISBN 3466344085)

Hüftdysplasie: Sinnvolle Hilfen für Babyhüften, d'Ewald Fettweis (ISBN 383043202x)

### Internet

[www.afpb.fr](http://www.afpb.fr)

[www.bebenaturel.info](http://www.bebenaturel.info)

[www.porte-bonheur.fr](http://www.porte-bonheur.fr)

[www.portersonenfant.fr](http://www.portersonenfant.fr)

[www.stillen-und-tragen.de](http://www.stillen-und-tragen.de)

Contact local:



## Porter les bébés face au monde...

## Pourquoi et comment éviter ?

## Les humains sont biologiquement des primates portés

Les bébés et les enfants portés par leurs personnes de référence ont généralement un meilleur développement psychomoteur que les enfants non portés (meilleur ne voulant pas dire plus rapide).

### Porter, cela fait du bien !

Porter son enfant c'est combler ses besoins fondamentaux, communiquer avec lui en permanence, lui apporter amour, protection affective, chaleur et contact corporel étroit favorisant la création du lien d'attachement.



### Etre à la pointe de la mode n'est pas une garantie de confort optimum

De nouveaux porte-bébés apparaissent chaque année plus modernes, pratiques et confortables les uns que les autres selon les fabricants. Mais dans ces porte-bébés ventraux, comme dans les écharpes de portage, un bébé porté face au monde ressemble plus à un chaton suspendu par la peau du cou, un objet à accrocher au portemanteau une fois rentré à la maison, une tortue renversée qui s'agite en tous sens, qu'à un bébé humain serein en relation avec son porteur.

Il est cependant tout à fait possible d'ouvrir son enfant vers l'extérieur tout en lui procurant un contact rassurant et constructif.

## Pourquoi éviter de porter un bébé face au monde ?

- **Douleurs et défauts de stature** : impossible d'assurer un bon soutien de la colonne ⇒ au mieux tassée, au pire cambrée ; impossible de placer le bébé en grenouille pour un développement optimal de la hanche.
- **Sur-stimulation** : impossible de se blottir contre le porteur en cas de besoin (peur, fatigue...), aucune possibilité de retrait, le bébé subit les stimulations et peut développer un comportement hyperactif.
- **Stress** : pas de contact visuel rassurant entre le bébé et la personne qui le porte ⇒ tensions chez le bébé qui ne peut communiquer ses émotions, pleurs (qualifiés d'inexpliqués, de coliques ou du soir...).
- **Blessures** : à cheval sur le tissu, tout le poids du bébé repose sur ses parties génitales ⇒ pincements, engorgement...



**Pour le porteur** : le bébé étant automatiquement tiré vers l'avant, cette position occasionne une **cambrure du dos**, des **tensions dans les épaules** et le dos et un **relâchement du périnée**.

## Comment éviter de porter face au monde ?

Très tôt (parfois dès 2 mois), la plupart des bébés demandent à pouvoir se tourner vers le monde extérieur.

Quelles sont alors **les alternatives au portage devant face au monde** pour satisfaire la curiosité de bébé tout en respectant ses besoins de confort physique et psychologique ?

Un dispositif de portage adapté au confort physique du bébé (écharpe porte-bébé, hamac à anneaux ou porte-bébé type chinois) permet de porter très tôt un bébé **sur la hanche ou dans le dos**.

