

Pour un portage physiologique et confortable :

Principes importants

1/ **La bonne hauteur** n'est pas déterminée par la tête du bébé, mais par son assise, qui doit être **au niveau de la taille du porteur** (spontanément, c'est la hauteur à laquelle on porte son bébé dans les bras).

Que ce soit avec un petit



Ou avec un grand (2 ans)



2/ Dans toutes les positions où le bébé est assis (la grande majorité), **les fémurs (cuisses) doivent être dans un plan horizontal**. Attention, les jambes ne ballottent pas dans le vide, sinon aucun intérêt physiologique à ce mode de portage.

Chez ce tout-petit (deux semaines), on note ici les cuisses strictement horizontales



Tout comme chez ce plus grand (1 an), les cuisses sont toujours horizontales.



Le tissu doit être déployé jusqu'aux genoux, pour la même raison .



www.larbreabebes.org

3 /Pour le portage **face au monde** il est toujours préférable d'asseoir le bébé en tailleur dans l'écharpe.

croisé enveloppé face au monde, l'enfant est assis en tailleur dans la poche



On veillera tout particulièrement à bien déployer le tissu jusqu' aux genoux pour la position face au monde, si le bébé refuse d'avoir les jambes rentrées dans l'écharpe)



4/ Dans le croisé enveloppé, les premières semaines, si le bébé n'est pas encore déplié (si ses jambes ne s'écartent pas encore), on le laisse en position fœtale dans l'écharpe : on ne sort pas ses jambes. Ne pas hésitez à porter très haut, les nouveaux-nés tiennent si peu de place qu'il faut vraiment les porter bien haut et bien serré.



www.larbreabebes.org

5/ **Position des jambes du bébé** : on tourne légèrement ses chevilles vers l'extérieur (sans forcer, ça se fait tout seul) pour une bonne assise. En effet, la position des fémurs parallèles au sol implique une bascule du bassin qu'on a peur de faire quand on n'est pas habitué, de crainte de faire mal au bébé, alors que c'est une position physiologique pour lui.

Ici le bébé n'a pas le bassin basculé, ses fémurs sont verticaux, son dos est cambré, la position est incorrecte. De face on verrait que ses jambes sont rapprochées l'une de l'autre



Ici le bébé a les fémurs horizontaux, ce qui a pour conséquence de basculer le bassin en avant, vers le centre de gravité du porteur, et de ramener le dos dans une position physiologique et confortable pour le bébé. De face on verrait que les jambes sont très écartées. Les tibias peuvent être verticaux, mais chez les tout-petits on peut aussi les laisser horizontaux, sans problème.



6/ **Le tissu doit être déplié uniformément** pour une bonne répartition du poids du bébé et pour son confort. **Attention que les pans ne vrillent pas**, sinon c'est l'inconfort assuré !

Correct



Incorrect



7/ **Pour le croisé enveloppé devant : déployer les pans au maxi dans le dos** (plus de surface pour répartir le poids et donc meilleur confort)



8/ **Pour le portage sur la hanche**, avant d'avoir trouvé son propre repère pour faire le noeud, le former au niveau de l'os de la hanche, en tirant sur l'écharpe.



www.larbreabebes.org