

Verificações de conforto

Certifique-se de que:

1. O tecido no pescoço está ajustado sem apertar;
2. O bebê tem as mãos perto da boca: em recém-nascido é importante que o bebê tenha as mãos sempre perto da boca, para poder procurar conforto no reflexo de sucção. Bebês mais crescidos e móveis podem ter as mãos onde quiserem, mas se adormecerem deve colocar uma mão perto da boca.
3. O tecido nas costas do bebê está liso e sem dobras ou sobreposições desconfortáveis;
4. O tecido na zona dos joelhos vai de joelho a joelho;
5. Os joelhos estão acima do rabo, fazendo a bacia da bacia.

Por fim verifique o seu próprio conforto, ajustando o tecido nos ombros e nas costas e subindo, se necessário, o tecido dos braços para os ombros para ter mais amplitude de movimentos.

PRECAUÇÕES DE SEGURANÇA

IMPORTANTE, GUARDE ESTAS INSTRUÇÕES PARA FUTURA REFERÊNCIA

ATENÇÃO!

Nunca transporte o bebê na horizontal, na posição de berço (deitado de lado).

Supervisione constantemente o bebê, assegurando-se de que tem a boca e nariz destapados.

Para bebês de baixo peso, prematuros ou com condições médicas, aconselhe-se sempre com um profissional de saúde antes de usar o iSling.

Assegure-se de que o queixo do bebê nunca fica colado ao peito, para evitar obstrução respiratória.

Para evitar quedas, assegure-se sempre de que o bebê está bem posicionado no iSling.

Não conduza nem ande de carro, não pratique desporto nem atividades perigosas como cozinhar coisas quentes ou estender roupa à janela com o bebê no iSling.

Não se aproxime de fontes de calor, bebidas ou líquidos quentes enquanto estiver a usar o iSling.

O seu movimento e o movimento do bebê podem afetar o seu equilíbrio, por isso adopte medidas de segurança extra ao subir e descer escadas, por exemplo.

Evite dobrar-se e inclinar-se de forma brusca.

Lavável na máquina a frio, sem centrifugação (programa de delicados, sem amaciador). Secagem sempre ao ar.

Inspecione o iSling com regularidade para pesquisar sinais de desgaste.

Mantenha longe do alcance da criança quando não estiver em uso.

ines.duarte@mariacafe.pt 969825246 www.mariacafe.pt

Facebook - @mariacafe

Instagram - @mariacafe_babywear

hashtags: #maoslivrescoloeio #isling #islingmariacafe #easybabywearing #carrywithstyle #babywearingisimple #carinhomaoslivres



O iSling foi criado a pensar nos pais e mães que procuram uma solução segura e simples para praticar babywearing com o seu bebê desde recém-nascido, na posição vertical atualmente recomendada pela OMS. O iSling alia a facilidade de colocação do Pouch Sling (coloca-se a tiracolo duas vezes, cruzado) à ergonomia e conforto do pano elástico, por permitir transportar o bebê nas mesmas posições que o pano. Além disso, é pouco volumoso e por isso fácil de transportar. O iSling é recomendado desde o nascimento (3kgs) até por volta dos 8/10 kgs.

iSling: mãos livres, colo cheio!

ATENÇÃO:

**Não deite fora este folheto, mantenha-o para futura referência.
Leia todas as instruções antes de usar o iSling.**

Como saber se o tamanho do iSling está bom:

Para saber se o tamanho deste iSling é o adequado para si, certifique-se de que:

Ao colocar o bebê, a parte mais baixa do iSling deve passar à altura do seu umbigo/cintura das calças. O bebê fica à altura a que estaria se estivesse ao colo, sem o iSling. Deve conseguir dar um beijo na testa do bebê, sem esforço.

Deve sentir que o bebê está agarrado a si, e não pendurado. Não deverá sentir necessidade de segurar o bebê. É normal e desejável que, nas primeiras utilizações, sinta o iSling apertado. A elasticidade dá de si com os primeiros usos, adaptando-se ao seu corpo e ao do bebê com a utilização.

No caso de sentir que o bebê está pendurado, que tem necessidade de o segurar/apoiar, ou que ele fica posicionado abaixo da cintura das calças, o ideal é contactar-nos para combinar a troca ou ajuste do iSling.

Como colocar o iSling:

Cruzado (desde o nascimento)

O seu iSling é constituído por 2 peças: uma faixa independente de tecido (faixa horizontal) e um conjunto de duas faixas diagonais, entrelaçadas uma na outra.

Comece por vestir a faixa horizontal pela cabeça e braços, como se fosse vestir um top cai-cai. Deixe-a com o tecido junto na cintura ou mais abaixo, na anca.

Pegue nas faixas diagonais juntas como se fosse só uma. Coloque-o pela cabeça com as costuras para trás, como se fosse uma echarpe. Passe um braço por dentro de cada argola, cruzando-as, de forma a que fiquem cruzadas à frente e atrás. Se ficarem torcidas atrás, troque de braços. Ajuste a posição de maneira a cruzar a meio das costas e a meio do peito e endireite o pano para eliminar sobreposições. Está pronto para colocar o bebé.

A tiracolo (bebés com mais de 9 meses):

Pegue no iSling, juntando as duas argolas como se fosse só uma. Coloque-a tiracolo, passando a cabeça e um dos braços (o dominante de preferência, mas pode trocar) pelas duas argolas juntas. Endireite o tecido, sobrepondo as argolas, de forma a que o cruzamento fique nas costas. Está pronto para colocar o bebé.

Posições indicadas

Posição peito-com-peito

1. Recém-nascido (do nascimento até aos 3/4 meses, ou até que o bebé afaste naturalmente as perninhas)

Coloque o iSling

Faça descer do ombro para a cintura a argola que passa por cima na zona do peito. Pegue no bebé na vertical e posicione-o na sua frente, encostado no lado que não tem pano, numa posição neutra para o bebé e sem forçar qualquer articulação. Passe a mão do lado onde o pano passa no ombro entre o pano e o seu corpo e leve essa faixa diagonal para a parte de trás dos joelhos do bebé, posicionando-o à altura e na posição em que ele vai ficar no fim, com os joelhos acima do rabo. Segurando sempre no rabo, puxe uma das pontas do tecido da faixa apenas o suficiente para passar do pescoço até à anca, mantendo a outra ponta nos joelhos. Mantenha o excesso de tecido atrás dos joelhos do bebé, de forma a bascular a bacia e suportar o peso do bebé.

Passe a outra faixa diagonal, a que está para baixo, para lá das pernas do bebé, posicionando-a atrás dos joelhos, e subindo-a novamente para o seu ombro. Repita o processo de abrir o tecido até ao pescoço e anca do bebé, como fez com a primeira faixa. Confirme que o bebé tem as vias respiratórias livres e desimpedidas, se necessário pode dobrar a faixa que passa à frente da cara do bebé, de forma a afastá-la do nariz e boca (mas apoiando sempre no ombro).

Por fim, puxe a faixa horizontal para fora das perninhas do bebé e abra-a, desde a parte de trás dos joelhos até ao pescoço. Alise-a nas costas também. Os joelhos do bebé devem ficar sempre acima do rabo, mas não afastados um do outro, numa posição neutra.

2. A partir dos 2 meses ou bebés que já se mexem muito e saem da posição.

Repita os passos da posição anterior, mas em vez de passar as faixas por trás dos joelhos, passe-as entre as pernas, abrindo de joelho a joelho, com uma perna para cada lado (em bebés pequeninos, sem forçar o afastamento). Se o bebé estiver acordado, já se conseguir sentar e for ativo, pode pôr os braços para fora do pano (normalmente a partir dos 6/8 meses).

Se o bebé adormecer, aconchegue-o com o pano até ao pescoço ou até à cabeça, apoiando-a com o tecido. Passe a faixa horizontal por trás das perninhas do bebé e abra-a, puxando-a até ao pescoço ou costas do bebé, envolvendo-o e ajustando também por baixo do rabo. Esta faixa proporciona apoio adicional.

As pernas do bebé devem ficar afastadas, formando um M com o rabo. Ou seja, os joelhos devem ficar acima do rabo com o tecido do iSling aberto até à parte de trás dos joelhos, de joelho a joelho. As pernas não ficam penduradas, e o bebé fica bem sentado.



3. Posição a tiracolo - a partir dos 9 meses

Pegue no bebé com a barriga apoiada no seu ombro livre. Coloque os pés do bebé entre o seu corpo e as duas argolas do iSling. Abra o pano e sente o bebé lá dentro, com as duas argolas sobrepostas. Afaste as pernas do bebé e puxe o tecido até à parte de trás dos joelhos, ajustando também nas costas. Pode andar com o bebé à frente, junto à sua barriga ou na anca como for mais conveniente na altura.

Amamentar no iSling

É possível amamentar o bebé no iSling. Dependendo da sua estatura e ergonomia, é possível amamentar na vertical, com o bebé numa das posições explicadas acima.

Pode também, partindo da primeira posição (as duas pernas entre o seu corpo e o iSling), juntar as duas pernas e orientá-las para um dos lados do seu corpo, enquanto inclina o tronco do bebé para o outro lado, fazendo uma diagonal. Se o bebé já estiver na segunda posição (iSling cruzado debaixo do rabo), passe uma das pernas ou as duas para a primeira posição e incline o bebé com explicado antes. No fim, volte a colocar o bebé na posição inicial - na vertical.



Verificação de Segurança:

Para se assegurar de que o bebé está em segurança, verifique:

1. Que está a respirar e tem as vias respiratórias livres e desimpedidas. Se o tecido do iSling estiver a tapar a boca e nariz do bebé, faça uma dobra no ombro desse lado para afastar o tecido. Se o bebé estiver com a cara virada para si, verifique se está apoiada numa zona firme ou mole, se estiver numa zona mole vire a cabeça para um dos lados. Os bebés normalmente tendem a preferir andar com a cabeça virada para um dos lados, mas é conveniente ir variando o lado para onde viram a cabeça.

2. Que consegue estar com as mãos livres, sem necessidade de segurar o bebé. Se sentir necessidade de segurar o bebé, entre em contacto connosco para fazer a troca ou ajuste para o tamanho abaixo.