

PROGRAMA

MÓDULO 1.- Fisiología

- El paradigma del cazador-recolector
- Breve historia del porteo
- Bases fisiológicas del apego
- Consecuencias del contacto (para el bebé)
- Consecuencias del contacto (para los demás)
- (Evidencia científica)

MÓDULO 2.- Porteo como solución práctica a la necesidad de contacto

- Porteo fisiológico
 - Para la persona porteadada
 - Para quien portea
 - Para la diada
- El posparto inmediato
- Porteo seguro

MÓDULO 3.- Portear

- El buen portabebés
- El "mal" portabebés
- ¿Hay porteo malo?
- Distintos tipos de portabebés (cómo son, cuándo elegirlos, consideraciones alrededor de la lactancia porteadando con ellos)
 - Fular
 - Elástico
 - Bandolera
 - Mei tai
 - Mochila
 - Meichila
 - Otros
- Niveles de desarrollo del bebé
- Empezar a portear

PROGRAMA

MÓDULO 4.- Portear y lactar

- Sinergias porteo-lactancia
- Amamantar y portear a la vez - con el bebe vertical o tumbado
- Cuándo empezar a amamantar porteadando
- Técnica "universal" para amamantar en el portabebés.
- Amamantar en los distintos portabebés (incluye explicación de uso básico de cada tipo de portabebés, así como material extra para conocer más usos). Vertical en todos y con el bebé tumbado en los que se pueda.
- Dificultades en la lactancia y el porteo en esos casos
 - Frenillo
 - "Luna de miel"
 - Mastitis
- Casos especiales
 - Prematuros
 - Múltiples
 - Cesárea o parto intervenido
 - Necesidades especiales (en el bebé y-o en la madre)