

Porteo: una alternativa de transportar para tus hijos

María Alejandra Delgado Delgado

Danny Yiseth Linares Hernández

Diana Alejandra Mueses López

Wuilmer Alexander Pantoja Caicedo

Estudiantes del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Mg. Diana Graciela Lagos Salas

Docente del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Terapia Ocupacional es una profesión que interviene en siete campos, siendo uno de ellos Terapia Ocupacional en Pediatría, en la cual se aborda e interviene a la población infantil comprendida entre los 0 meses hasta los 17 años; razón por la cual desde Terapia Ocupacional se realiza promoción y prevención en temáticas específicas que aporten en la crianza de los niños, buscando así, crear un puente entre el niño y su familia, para que de esta manera, poco a poco y de la mano con el terapeuta, se vaya encontrando una serie de estrategias, las cuales van a ser de gran ayuda y aporte tanto en el desarrollo del menor como también para la adquisición de destrezas.

Hoy en día se puede observar en nuestro contexto muchas mamás y papás que llevan a sus bebés dentro de un cargador pegados a su cuerpo, pues este no es un acto de vanidad o moda, estos padres son aquellos que se preocupan por la crianza y seguridad de sus hijos; el **porteo**, quizás para muchos sea una palabra desconocida, por lo cual es importante definirla. Hablar de porteo hace referencia a conducir o llevar algo de una parte a otra (Real Academia Española, 2001). Si bien, este acto para muchos puede ser visto de manera positiva, otros pueden tener una postura diferente ante este tema, razón por la cual a lo largo de este escrito se dará a conocer un poco de la historia relacionada al porteo, así como también los diferentes tipos de cargadores que existen hoy en día para realizar esta práctica de crianza y cómo esta aporta en el desarrollo de los menores.

Ahondando un poco más en la historia, se tiene en cuenta que el porteo es una práctica llevada a cabo desde tiempos pasados, es decir:

Cada cultura en el mundo ha tenido su propio portabebés, de alguna forma u otra, a través del tiempo. Dependiendo del clima y el papel de la madre en la familia, el rango de portabebés varía desde pequeñas piezas de tela a la cadera, delante o espalda, hasta canastas o tablas que se llevan detrás. Incluso han existido portabebés en los cuales el adulto sostenía al niño con su cabeza. Para las civilizaciones antiguas tenía sentido llevar al bebé; el mundo estaba lleno de peligros, enfermedades y depredadores, y el uso de portabebés evitaba que sus hijos fueran objeto de infecciones, animales salvajes y plantas venenosas, o estuvieran expuestos al clima (nieve, viento, lluvia) y otros riesgos para su salud. (Chacón, 2018, p. 12)

A lo largo de la historia, en las diferentes culturas que existen o han existido alrededor del mundo, se puede evidenciar algunos ejemplos de cómo los bebés han sido porteados a través de los cargadores. Tanto en representaciones artísticas como en objetos cotidianos, es por ello que cabe resaltar que desde épocas antiguas el porteo siempre ha estado presente (Raguquita, 2014).

Algunos ejemplos de porteo que se puede traer a colación son los siguientes:

En Egipto se han encontrado algunas evidencias a través de pinturas procedentes de la tumba de Menna, ubicada en Sheij Abd el-Qurna en Egipto, en la cual claramente se aprecia una mujer trabajando mientras sostiene a su hijo sobre sus piernas ayudada por unas bandas que parecen tejidas. Como también pinturas en relieves en la cual se observa a la madre en sus tareas cotidianas mientras el bebé está envuelto en una banda tejida sobre ella (Raguquita, 2014).



Figura 1. Pinturas Egipcias.

Fuente: Raguquita, 2014.

Otra evidencia que se tiene acerca del porteo es en la Antigua Grecia, en Roma y en Etruria, a través de esculturas y pinturas en la cuales se evidencia que existió porteo y como las madres o mujeres griegas transportaban a sus hijos (Raguquita, 2014).



Figura 2. Bebés llevados en brazos o fajados en la escultura etrusca y greco-romana de los siglos VI al I a. C.

Fuente: Raguquita, 2014.

Después de haber realizado este recorrido histórico, es pertinente definir que para llevar a cabo o para que sea posible el porteo se debe contar con un cargador, el cual es un sistema que se utiliza para llevar o portear al bebé o niño; pues este sistema de transporte asegura un contacto constante entre el bebé o el niño (porteador) y el adulto o porteador a diferentes lugares, de una manera segura, respetuosa y adquiriendo una postura correcta y adecuada a lo largo de su crecimiento, puesto que para portear no hay límite de edad o peso y en raras ocasiones es desaconsejable; a su vez ofrece múltiples beneficios tanto para él bebé como para la persona que portea, también se los considera facilitadores en la vida cotidiana, estos cargadores o portabebés se los puede encontrar actualmente en diferentes presentaciones, al momento de elegir un cargador o portabebés se debe

tener en cuenta que sea ergonómico; es decir, que respete la fisiología y fisionomía del bebé y del adulto. En el mercado se encuentran muchos cargadores, pero solo algunos de ellos poseen características adecuadas para su uso, López y Salmerón (2014) expresa que los cargadores que más sobresalen y se destacan por su utilidad hoy en día son:

Fular rígido y elástico: Este tipo de cargador se caracteriza por ser una tela o tejido plano, de unos 60-70 cm de ancho y a partir de 2,5 m de largo, el cual puede variar. La medida estándar es 4,7 m a diferencia del fular elástico, el cual es un tejido de punto, de unos 60-75 cm de ancho y de entre 4 y 5 metros de largo. Dentro de estos se puede llevar al bebé desde el nacimiento en posición vertical, delante, a la cadera y a la espalda, una ventaja de este es que es el más versátil, no tienen límite de peso como tal (se tensan a tracción) y permite variedad de posturas y maneras de distribuir el peso en el cuerpo del adulto, así mismo, se puede encontrar una desventaja y es que al ser el más técnico requiere aprender a hacer los nudos y tensar la tela mientras se sostiene al bebé en brazos.



Figura 3. Cargador tipo fular.

Fuente: Crianza Amorosa y Natural, 2015.

Bandolera: Este se caracteriza por ser un tejido plano, de unos 60-70 cm de ancho y de entre 1,5 y 2,5 m de largo, con una pareja de anillas cosidas en un extremo, el cual puede ser usado desde el nacimiento y ubicar el bebé dentro de él de manera vertical, delante, a la cadera y en la espalda, posee una ventaja y es que es muy rápida de colocar una vez que se conoce el manejo de las anillas, como también brinda facilidad para cambiar de posturas

al momento de amamantar, la desventaja que presenta este cargador es que el peso recae en un solo hombro el cual si se prolonga su uso puede llegar a causar molestias.



Figura 4. Cargador tipo bandolera.

Fuente: Crianza Amorosa y Natural, 2015.

Mei-Tai: este es un panel de tejido plano, del que nacen unas tiras cortas en ambos lados de la parte inferior, a modo de cinturón, y otras largas en la parte opuesta a modo de tirantes, es propicio su uso desde que el bebé se sienta solo o está a punto de hacerlo, dentro de este se puede llevar al bebé o niño en posición vertical, delante a la cadera y a la espalda, posee ventajas como ser muy cómodos, sencillos y rápidos de poner, así como de cambiar al bebé de postura delante-cadera-espalda, sin necesidad de bajarle o quitar el mei-tai; una desventaja de este cargador sería que el ancho del panel hace que no se pueda usar el mismo mei-tai para todo el periodo de porteo, ya que es necesario que siempre llegue de rodilla a rodilla y esa distancia varía según el bebé crece.

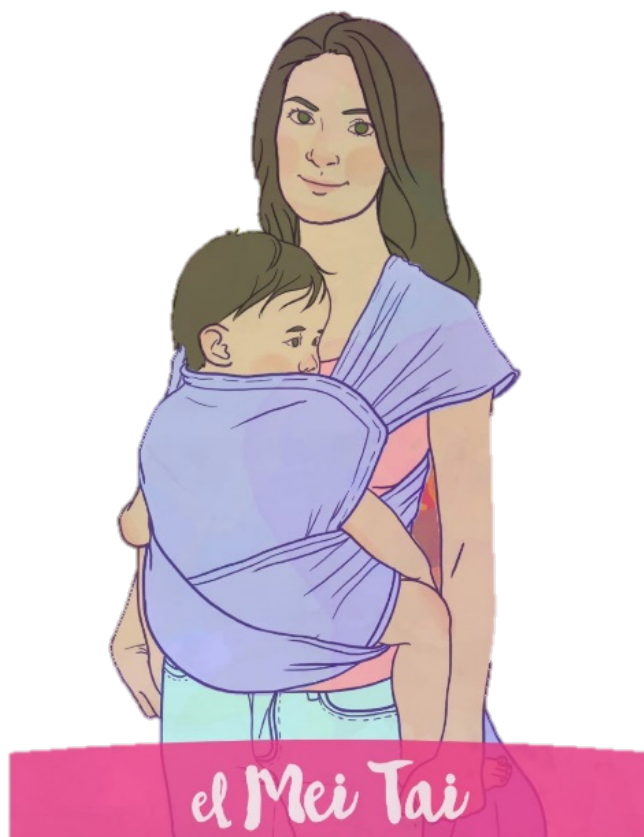


Figura 5. Cargador tipo Mei Tai.

Fuente: Crianza Amorosa y Natural, 2015.

Mochila ergonómica: Este cargador es uno de los más utilizados y de los más vendidos en el mercado, puesto que este es un panel de tejido plano, con cinturón y tirantes conformados y acolchados, con cierre de clic, en él se pueden llevar niños que ya hayan conseguido la posición sedente o que estén a punto de realizarlo, estos pueden ser porteados en posición vertical, delante, a la espalda y en algunas marcas pueden ser porteados a la espalda. La gran ventaja que este posee es que es el más rápido y fácil de poner, este cargador no suele ser adecuado para bebés pequeños, convirtiéndose en una desventaja de este cargador.

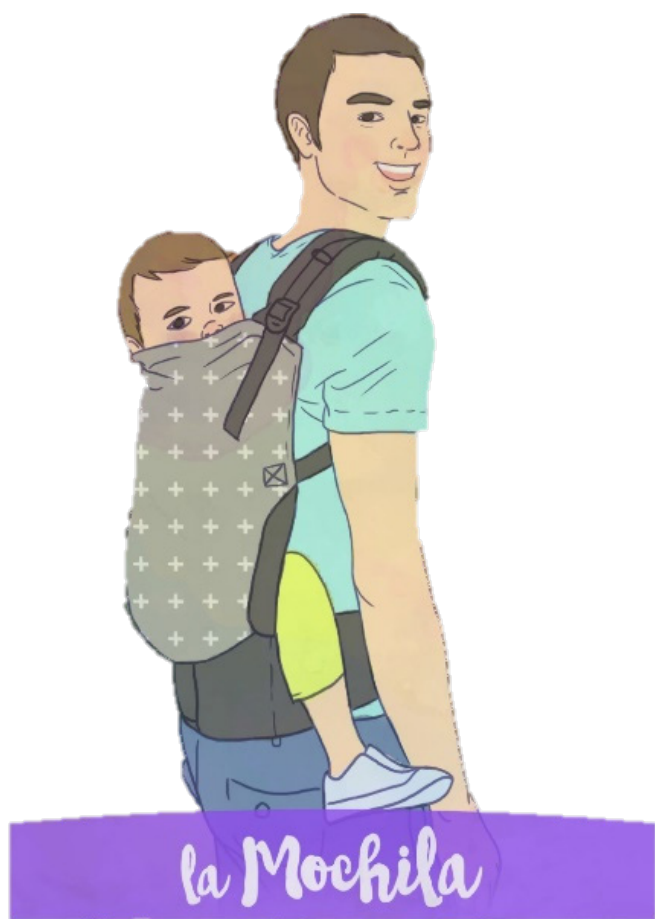


Figura 6. Cargador tipo mochila.

Fuente: Crianza Amorosa y Natural, 2015.

Pouch, tonga, suppori: Este se caracteriza por ser más que un cargador, puesto que se convierte en una ayuda para los brazos permitiendo llevar al bebé a la cadera sentado, respetando la estructura de la espalda del adulto o porteador. El niño puede ser llevado en él en el momento que ya se siente solo con seguridad, ya que la posición ideal para portear en este cargador es la vertical, posee ventajas en cuanto a estética, ya que no abultan y son fáciles y rápidos de poner; presentan una desventaja, puesto que cargan el peso en un solo hombro.

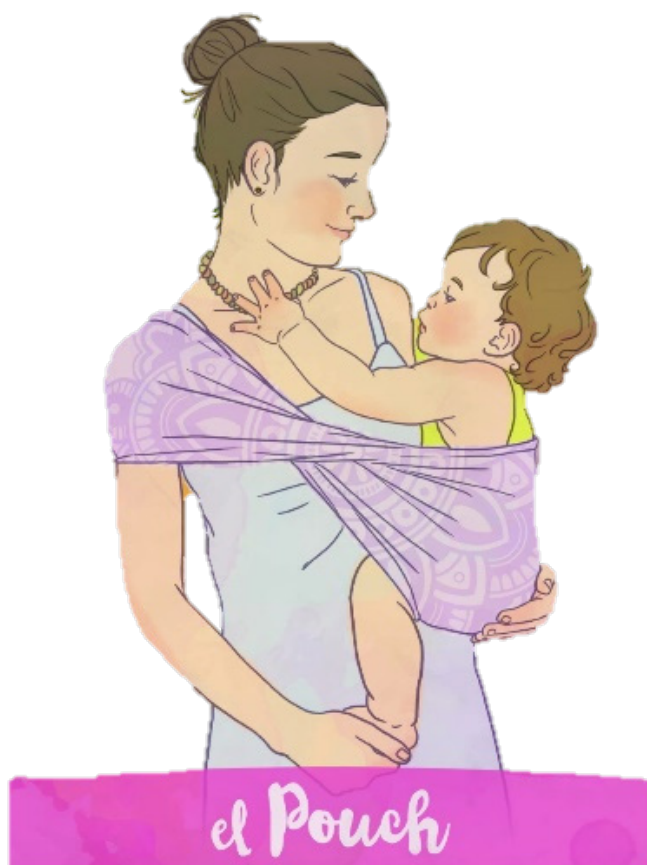


Figura 7. Cargador tipo pouch, tonga suppori.

Fuente: Crianza Amorosa y Natural, 2015.

Cada padre o madre es libre de elegir cualquiera de los cargadores anteriormente vistos, sin embargo, lo que se debe tener en cuenta es que el bebé dentro de ellos debe adoptar una postura adecuada, es decir, las piernas en un posición de 100° de flexión y 45° de abducción, es decir, en la espalda se formara una curva formando una C, sus piernas estarán en M, y sus rodillas se encontraran más altas que la cola, esta postura también se le denomina postura en “ranita”, lo cual ayuda a estimular la formación óptima de la cavidad articular de la cadera (acetábulo) por la posición de la cabeza del hueso fémur. Al posicionar sus rodillas más arriba de su cola hace que el peso recaiga sobre las nalgas y no sobre la columna, la cual aún está en proceso de maduración. Por lo cual estarán a la altura del ombligo de su madre, esto le permite a su madre moverse con mayor libertad sin provocarle daños al bebé (Merlo, 2014).

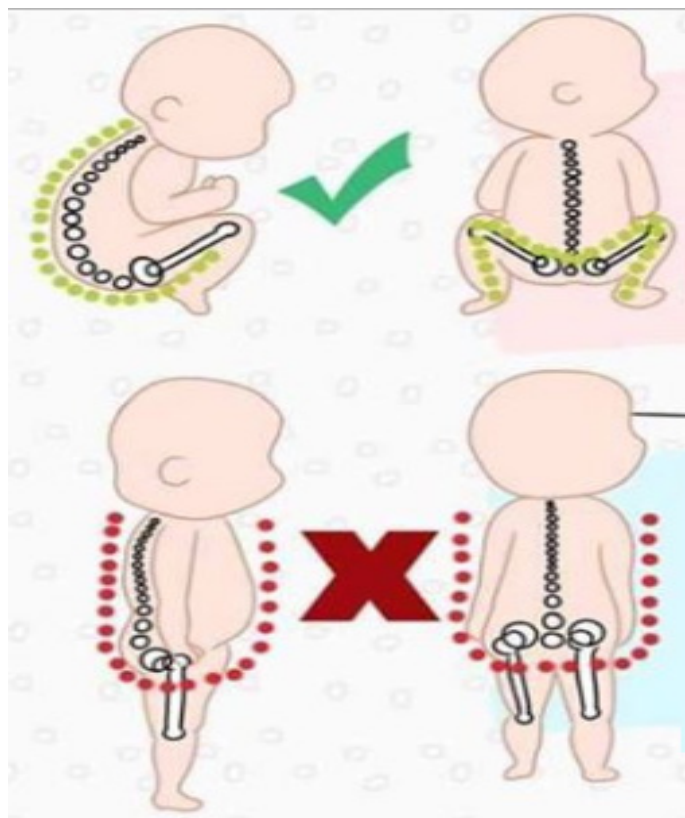


Figura 8. Posición correcta e incorrecta dentro de portabebés.

Fuente: Merlo, 2014.

Además, cabe resaltar que es de gran importancia que los padres se informen acerca de las 3 etapas en las cuales se puede empezar a utilizar cargadores, la cuales, según Chacón (2018), son:

Primera etapa: Esta inicia desde los 0 – 6/9 meses, aquí es importante utilizar un cargador tipo bandolera o pouch, tonga, suppori, ya que el bebé se encuentra en el período de exterogestación, donde el bebé necesita ser cargado la mayor parte del tiempo para regular su temperatura como también para favorecer el proceso de lactancia materna.

Segunda etapa: La cual inicia desde los 6/9 meses – 3 años, en esta etapa el bebé consigue la sedestación por sí mismo y el desplazamiento autónomo, es ahí donde el tiempo del uso del cargador disminuye a las necesidades de movilidad del bebé, dentro de esta etapa el cargador puede ayudar a que el bebé pueda explorar su entorno visualmente dentro una mochila ergonómica o en un Mei Tai.

Tercera etapa: Esta etapa va desde los 3 – 6 años, aproximadamente, en esta última etapa el uso del cargador es ocasional, ya que se usa para momentos puntuales, llegando a ser un aliado en momentos clave, tales como un viaje o unas vacaciones en la montaña.



Figura 9. Etapas del desarrollo de los niños.

Fuente: Filgueira, 2012.

Utilizar cargadores brinda una serie de ventajas, puesto que estos brindan contacto continuo y necesario de una manera cómoda y segura. El porteo imita el espacio y la presión de sostén del útero materno, que ofrece un entorno de protección y seguridad y una excelente ubicación para ver el mundo, igualmente favorece la lactancia materna y estrecha el vínculo de apego, ya que el contacto es imprescindible para la autoorganización física, sensorial y sensomotriz, así como de la formación de la personalidad y de las relaciones sociales del bebé ya que el porteo se convierte en una excelente manera de introducir a otros cuidadores y figuras de apego. Cabe resaltar que la postura que el bebé adopta dentro el cargador facilita la expulsión de gases, el movimiento continuo da masajes sobre el abdomen reduce el índice de cólicos, reflujo y vómitos, otro aspecto importante es que el movimiento que vive un niño dentro de un cargador estimula el desarrollo de las conexiones neuronales y la maduración de su sistema vestibular, es decir, aporta al equilibrio del bebé (Fontecha, 2019). Así como hay ventajas existen unas desventajas, lo cual puede llegar a causar efectos adversos o afectar la integridad del bebé;

además, cuando hay un mal posicionamiento podría haber implicaciones musculoesqueléticas en el bebé, por eso se debe permitir que los músculos de las caderas estén separados y ergonómicamente bien ubicados para no causar una deformidad en las articulaciones. En el mercado existen variedad de portabebés, los cuales son convencionales y otros ergonómicos, se pueden adaptar a las necesidades tanto del portador como del bebé, es importante aclarar que ningún portador es mejor que otro, pero sí se puede encontrar uno determinado para cada etapa, estos cargadores pueden variar el precio según su material y las diferentes formas de uso, proporcionando comodidad y buen posicionamiento al bebé (Pinzon, 2019).

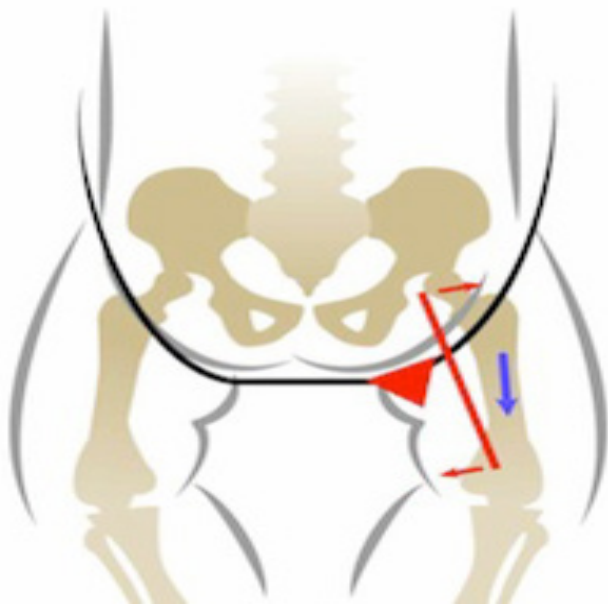


Figura 10. Muslo NO compatible con la articulación de la rodilla. Las fuerzas resultantes en la articulación de la cadera pueden contribuir a la displasia de cadera.

Fuente: Instituto Internacional de Displasia de Cadera, 2018.

Finalmente, se debe considerar que, así como el porteo aporta beneficios, este puede conllevar a efectos adversos, los cuales pueden afectar la integridad de los bebés o niños que hacen uso de cargadores, según Merlo (2014), esto se puede presentar cuando no hay un correcto posicionamiento dentro del cargador, ya que si el bebé se encuentra posicionado en el cargador mirando hacia afuera no tendrá posibilidad apoyar la cabeza en caso de tener sueño, lo cual provoca una tensión en la musculatura de cuello, también se puede presentar que el peso recae sobre su columna y zona genital, que son partes muy sensibles en el niño, por lo cual se pueden presentar laceraciones y escaldaduras en la piel; además, otra alteración de un inadecuado porteo al no ubicar

bien las piernas del bebé puede conllevar a una displasia de cadera, existe un alto riesgo de que se deforme permanentemente la cavidad del acetábulo, provocando displasia o dislocación de cadera, tal como lo afirma el Instituto Internacional de Displasia de Cadera (2018).



Figura 11. Estudiantes de Terapia Ocupacional.

Fuente: Registro fotográfico del evento.

Con el fin de dar a conocer y esclarecer esta temática relacionada con el porteo y uso de cargadores, el día 18 de octubre del 2019, en la plazoleta de la Universidad Mariana, los estudiantes de Terapia Ocupacional de 8.º semestre, que cursan la electiva de Profundización de Neurodesarrollo, mediante la realización de un stand, abordaron temas importantes, basados en la promoción y prevención de temáticas específicas propias de esta profesión, entre las que se encuentran “cargadores y porteo para bebés”, dicho acontecimiento tuvo como objetivo dar a conocer el significado e implicaciones del uso de estos instrumentos, como también los diferentes tipos de cargadores que existen, importancia, ventajas y desventajas que conlleva el uso de estos en los niños y cómo afectan o favorecen el proceso de neurodesarrollo. Para divulgar dicha información a los asistentes se utilizaron materiales y equipos didácticos (plotter, mesas, sillas, cargadores o portabebés), los cuales facilitaron el desarrollo de la presentación del tema a tratar, además, como estrategia de evaluación se tuvo en cuenta otras herramientas (ruleta y caja sensorial) que permitieron la participación de los asistentes en actividades desarrolladas por los estudiantes de Terapia Ocupacional, donde se enfatizó sobre el uso adecuado de los diferentes equipos de porteo que existen para bebés, se contó con la participación de 33 personas asistentes al evento, entre docentes y estudiantes de los diferentes programas de la Universidad Mariana.



Figura 12. Participantes del stand.

Fuente: Registro fotográfico del evento.

Referencias

Chacón, D. (2018). *Porteo ergonómico adaptado en niños con discapacidad motora entre 1 y 24 meses y su uso como herramienta para favorecer el desempeño de la movilidad del adulto en el transporte público* (Tesis de pregrado). Universidad Abierta Interamericana. Recuperado de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC127398.pdf>

Crianza Amorosa y Natural. (2015). Tipos de cargadores ergonómicos [Página web]. Recuperado de <https://www.crianzaamorosaynatural.com/tipos-de-cargadores>

Fligueira, N. (29 de noviembre de 2012). Música y educación integral ¿Qué podemos enseñar a través de la música? [Blog]. *Aprender con música*. Recuperado de <http://aprenderconmusica.blogspot.com/2012/11/musica-y-desarrollo-psicomotriz.html>

Fontecha, D. (2019). Entrevista con pediatra ortopeda Dr Fontecha / Entrevistado por D. Grosso. Recuperado de <http://artroscopiayortopedia.blogspot.com/2014/06/entrevista-con-pediatra-ortopeda-dr.html>

Instituto Internacional de Displasia de Cadera. (2018). Portabebés y otros equipos. Recuperado de <https://hipdysplasia.org/developmental-dysplasia-of-the->

[hip/prevention/baby-carriers-seats-and-other-equipment/](https://hipdysplasia.org/developmental-dysplasia-of-the-hip/prevention/baby-carriers-seats-and-other-equipment/)

López, E. y Salmerón, M. (2014). El porteo ergonómico. *Pediatra integral*, XVIII(10), 774-780.

Merlo, M. (2014). Porteo. *Medicina naturista*, 8(2), 37-40.

Raguquita. (15 de agosto de 2014). El porteo a lo largo de la historia [Blog]. *Mis canguritos*. Recuperado de <https://www.miscanguritos.com/blog/2014/08/15/el-porteo-a-lo-largo-de-la-historia/>

Real Academia Española. (2001). Portear. En *Diccionario de la Lengua Española* (22.ª ed.). Recuperado de <https://dle.rae.es/portear>