

# Zalety noszenia dla dziecka i opiekuna

Lekarze są zgodni co do tego, że dziecko potrzebuje dotyku, aby prawidłowo się rozwijać. Noszenie to jeden ze sposobów, aby zapewnić dziecku ten niezbędny kontakt fizyczny. Inne zalety noszenia to:

**Szczęśliwe dzieci.** Noszone dzieci płaczą mniej! Według badań opublikowanych w magazynie *Pediatrics*, noszenie dzieci przez trzy godziny dziennie zmniejszyło długość dziecięcego płaczu o 43 % w ciągu dnia i aż o 54% wieczorem. (1)

**Zdrowe dzieci.** Wcześnieiki i dzieci specjalnej troski często przychodzą na świat z wrażliwszym układem nerwowym. Dziecko umieszczone w chuście na swojej mamie dostraja się do rytmu jej oddechu, słyszy bicie jej serca, uczestniczy w jej ruchach – chodzeniu, pochylaniu się, sięganiu po przedmioty. Taka stymulacja ułatwia dziecku wyćwiczenie własnych reakcji. Badania wykazują, że wcześniaki, które są dotykane i tulone, przybierają na wadze szybciej i są zdrowsze od tych, które nie mają kontaktu fizycznego z opiekunami. (2)

**Pewni siebie rodzice.** Pewny siebie opiekun to taki, który potrafi prawidłowo odczytać komunikaty niemowlęcia. Dzięki bliskości z dzieckiem w chuście, wnikliwiej obserwujemy jego ruchy, gesty i mimikę. Gdy dziecku udaje się przekazać nam bez płaczu, że jest głodne, znużone czy że ma mokro, jego zaufanie w nasze zdolności opiekuńcze wzrasta. Także my sami czujemy się wtedy pewniej w roli rodziców. Tak wzmacnia się więź między dzieckiem a opiekunem. Jest to wyjątkowo korzystne dla matek zagrożonych lub dotkniętych depresją poporodową. (3) (4)

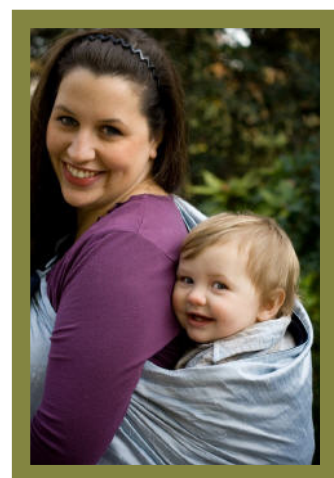


R A D O Ś Ć  
N O S Z E N I A

Międzynarodowy  
Tydzień Noszenia  
12-18 listopada 2008



photo by: rebecca-linn rodgers



# Zalety...

Kochający opiekunowie. Chusty są świetnym narzędziem ułatwiającym nawiązanie więzi z dzieckiem ojcom, dziadkom, rodzicom adopcyjnym i innym opiekunom. Wyobraźmy sobie młodego tatę z noworodkiem w chuście na spacerze. Dziecko przyzwyczaja się do głosu ojca, bicia jego serca, jego ruchów i mimiki – powstaje i umacnia się między nimi silna więź emocjonalna. Przytulanie w chuście to wspaniały sposób na poznanie dziecka i aby dziecko poznało Was!

Wygoda i swoboda. Z dobrą chustą łatwiej zajmować się starszym dzieckiem lub pracami domowymi, jednocześnie zaspokajając potrzebę bliskości noworodka. To pomaga zmniejszyć zazdrość między rodzeństwem.

Chusty sprawdzają się też świetnie przy większych dzieciach. Oszczędzają ręce i wejdz, dokąd nie da się wjechać wózkami: schody, wędrówki w górach, zatłoczone lotnisko. Z dobrą chustą wszystko staje się łatwiejsze!



photo by Kristen Stewart

Patroni  
Międzynarodowego  
Tygodnia Noszenia 2008



Babywearing International Inc.,  
organizacja non profit, promująca  
noszenie jako powszechną praktykę,  
korzystną dla dzieci i opiekunów.  
[www.babywearinginternational.org](http://www.babywearinginternational.org)



The BabyWearer.com, portal  
internetowy, zawierający liczne  
artykuły, recenzje, galerię zdjęć  
oraz fora dyskusyjne traktujące  
o wszystkich aspektach noszenia.  
[thebabywearer.com](http://thebabywearer.com)

## Źródła

- 1 - Hunziker UA, Barr RG. (1986) *Increased carrying reduces infant crying: A randomized controlled trial.* Pediatrics 77:641-648
- 2 - Anderson GC. (1991) *Current knowledge about skin-to-skin (kangaroo) care for pre-term infants.* J. Perinatol. 11(3):216-26.
- 3 - Pelaez-Nogueras M, Field TM, Hossain Z, Pickens J. (1996) *Depressed mothers' touching increases infants' positive affect and attention in still-face interactions.* Child Development 67(4):1780-92.
- 4 - Tessier R, Cristo M, Velez S, Giron M, Ruiz-Palaez JG, Figueroa de Calume Z, Charpak Y and Charpak N. (1998) *Kangaroo mother care and the bonding hypothesis.* Pediatrics 102:e17.

**RADOŚĆ NOSZENIA**  
**12-18 listopada 2008**

[www.babywearingweek.org](http://www.babywearingweek.org)