

# Cómo y cuándo usar un fular con tu bebé



Este curioso término “fular” proviene de la palabra francesa “foulard”, que significa pañuelo o trozo de tela. Básicamente, consiste en un accesorio muy de moda entre las madres modernas, en el que puedes envolver, transportar y abrigar a tu bebé.

Descubre en qué consiste esta interesante técnica de porteo y todos los aspectos que debes considerar al utilizarla.

## Fular portabebé: qué es

Un fular para bebé es un accesorio empleado para envolver a tu bebe sobre el pecho y espalda, proporcionando comodidad, calor y una mayor movilidad en tu caso.

En función a las temperaturas y temporadas del año, puedes optar por un fular para bebé elaborado de una tela adecuada. Por ejemplo, algunos fulares están hechos de telas elásticas y transpirables, que tienden a ser más frescas y ergonómicas. Por otro lado, existen algunas diseñadas a partir de telas más robustas y cálidas para épocas de frío.



# Los beneficios de contar con uno

Entre las ventajas de usarlo es que te permite mantener tus brazos y manos libres, como también realizar tus actividades diarias mientras cargas al bebé sin ningún temor de que pueda hacerse daño.

Uno de los mayores beneficios de emplear un fular lo obtiene tu bebé, ya que en todo momento se sentirá seguro y cálido. De hecho, esto permitirá que tu hijo lllore menos, tenga buenas siestas y que se regulen sus ciclos de sueño.

Además, el bebé que es portado o transportado en fular, tiende a incorporarse rápidamente a la rutina familiar por el hecho de estar a la altura de los padres, desarrollando al máximo sus sentidos, incluido el equilibrio.

## ¿Cómo se utiliza?

Para aplicar una de las técnicas de amarre más populares, puedes seguir los siguientes pasos. Es posible que al principio necesites la ayuda de otra persona:

1. Primero, busca el centro de la tela extendiéndola por delante de tu abdomen y envolviendo al bebé contra tu pecho.
2. Luego cruza cada extremo de la tela por tu espalda y deja que caiga desde la parte frontal de tus hombros.
3. Tensa cada extremo, asegurándote de no presionarlo demasiado.
4. Cruza ambas bandas de la tela por debajo de las piernas de tu bebé, cruzándolas por tu espalda baja.
5. Finalmente, lleva a tu cintura y haz un amarre firme en la parte frontal de tu abdomen.
6. Como referencia de la altura del bebé, debes poder besar su frente sin problemas.
7. Por último, fíjate que sus piernas no queden muy presionadas, para evitar que tenga problemas con su circulación.



## **Cuándo conviene usar un fular portabebé**

Este accesorio es perfecto durante tus rutinas diarias en casa o al salir de compras, es decir, los momentos en los que necesitarás tus manos libres.

Los fulares pueden utilizarse desde recién nacidos hasta los 8 meses a un año. En realidad, mucho dependerá del peso del bebé y la forma en que lo distribuyas. La idea es que tu columna y zona lumbar no sufran por causa del peso prolongado.

## **Cuida tu comodidad y la de tu bebé**

Este sistema de porteo con fular no representa ningún riesgo mientras se tomen en cuenta algunas sugerencias, como por ejemplo, el exceso de peso. Por ello, al comprar el fular verifica el peso máximo recomendado según el tipo de tela.

Por otra parte, se recomienda que este adopte una posición en "M", o posición de rana. Esto significa que debe tener ambas piernas apoyadas, extendidas y semiflexionadas. Además, es importante cuidar que el bebé tenga la boca, nariz y barbilla libres para que circule sin problemas el aire en todo momento.

En definitiva, un fular es una excelente opción para sumar a tu comodidad y la de tu bebé, mientras crean y fortalecen un vínculo inseparable.