



Com transportar nens amb cotxe

Els nostres pares o els nostres avis anaven de vacances amb cotxe sense anar cordats ni lligats en lloc, assegudets al seient del darrere, com a màxim amb una joguina a la mà i endavant les atxes. Ara és diferent. Ara la seguretat s'ha fet obligatòria i tots hi sortim guanyant. I hi ha una sèrie de coses que cal tenir en compte quan transportem menors.

Com ara que cal assegurar-se que el dispositiu de subjecció que usem per ancorar-los estigui homologat. Això és bàsic i per això hi ha professionals i botigues especialitzades: aneu-hi i deixeu-vos assessorar.

Més coses. Segons l'edat que tingui el menor haurà de viatjar a contramarxa (mirant cap enrere). Cal tenir en compte que hi ha dispositius de subjecció que no estan dissenyats per romandre-hi massa temps (poden ser nocius per a la columna vertebral), així que si el nostre és així evitem trajectes molt llargs.

Cal ajustar els cinturons de seguretat al volum del menor per evitar que quedi poc subjecte o amb massa pressió. Cal vetllar perquè el reposacaps estigui a l'altura adequada i usar accessoris per evitar males posicions del cap en cas que el nadó es quedi adormit durant el trajecte.

Cal fer servir miralls interiors que combinats amb el retrovisor permeten controlar els menors (són de fàcil col·locació i permeten conduir sense perdre de vista els menors).

Una altra cosa important en els adults, és mantenir sempre una bona ergonomia quan posem o traiem els menuts del vehicle: no ens ha de generar cap molèstia, cal evitar moviments bruscos i obrir del tot la porta d'accés a l'habitacle per no realitzar gestos forçats innecessaris.

I mentre carreguem el nadó en braços hem de tenir en compte que si l'aixequem des d'un lloc baix és recomanable flexionar els genolls i mantenir el pes (el nadó) el més a prop possible del nostre cos.

Sempre que hi hagi dubtes, cal consultar professionals com ara un fisioterapeuta.

Trieu un destí agradable i gaudiu de l'aventura!

Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya
cfc@fisioterapeutes.cat
www.fisioterapeutes.cat

tech&natural
kyrocream
f'activa



Garantia



OUTBACK
Nature's Pharmacy

www.kyrocream.com