



Nens al cotxe

Els nostres pares, o els nostres avis, anaven de vacances amb cotxe sense anar cordats ni lligats enlloc, asseguts al seient del darrere amb una joguina a la mà, i endavant les atxes. Però ara és diferent. Ara, per sort de tots, la seguretat és obligatòria 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.

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); si el vostre és així, eviteu trajectes massa 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 quedi adormit durant el trajecte.

És recomanable 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, aquesta en els adults, és mantenir sempre una bona ergonomia quan fem 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) al més a prop possible del nostre cos.

Sempre que hi hagi dubtes, cal consultar professionals com ara un fisioterapeuta. Trieu una destinació agradable i gaudiu l'aventura!