

INTRODUCCIÓ AL MASSATGE INFANTIL



PER COMENÇAR...

- Massatge infantil de l'**IAIM-AEMI**
- Vimala McClure
- Tacte nutritiu

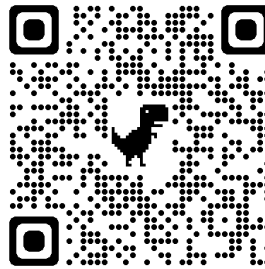


Foto AEMI

BENEFICIS DEL MI

- Estimula la circulació
- Vincle afectiu
- Relaxa
- Hidrata la pell
- Temps
- Comunicació
- Calma còlics
- Desenvolupament psicomotriu i emocional



Foto Daniel Reche
<https://www.pexels.com>



Abans de fer el massatge



Pilar M^a Esteras Casanova

1.- Pediremos **permiso** a nuestro pequeño y observaremos su reacción. Si está dispuesto, le desnudaremos tranquilamente e iniciaremos el masaje.

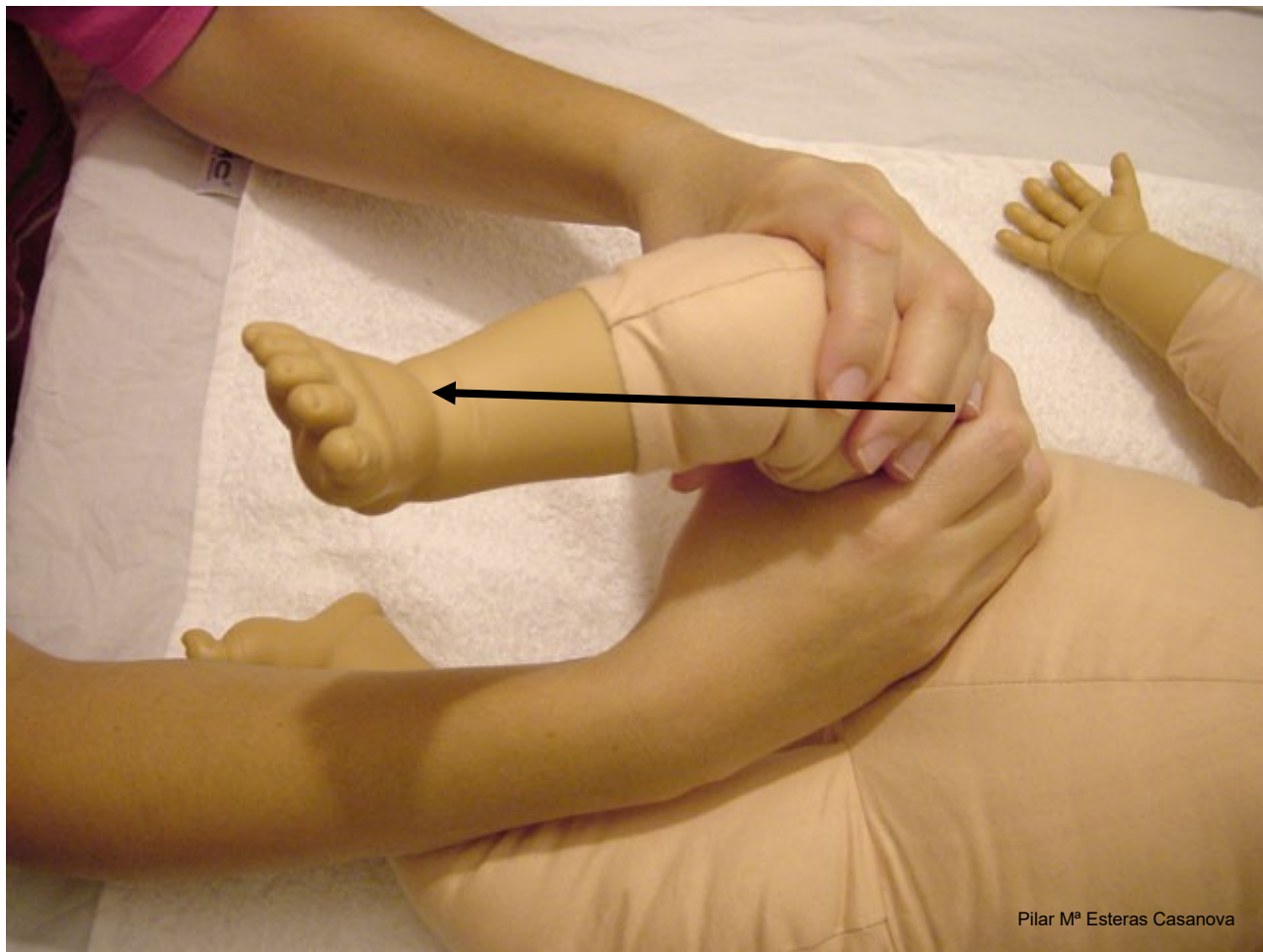


Pilar M^a Esteras Casanova

2.- Nos frotamos las manos con aceite de manera que el bebé las vea.



Massatge peus i cames

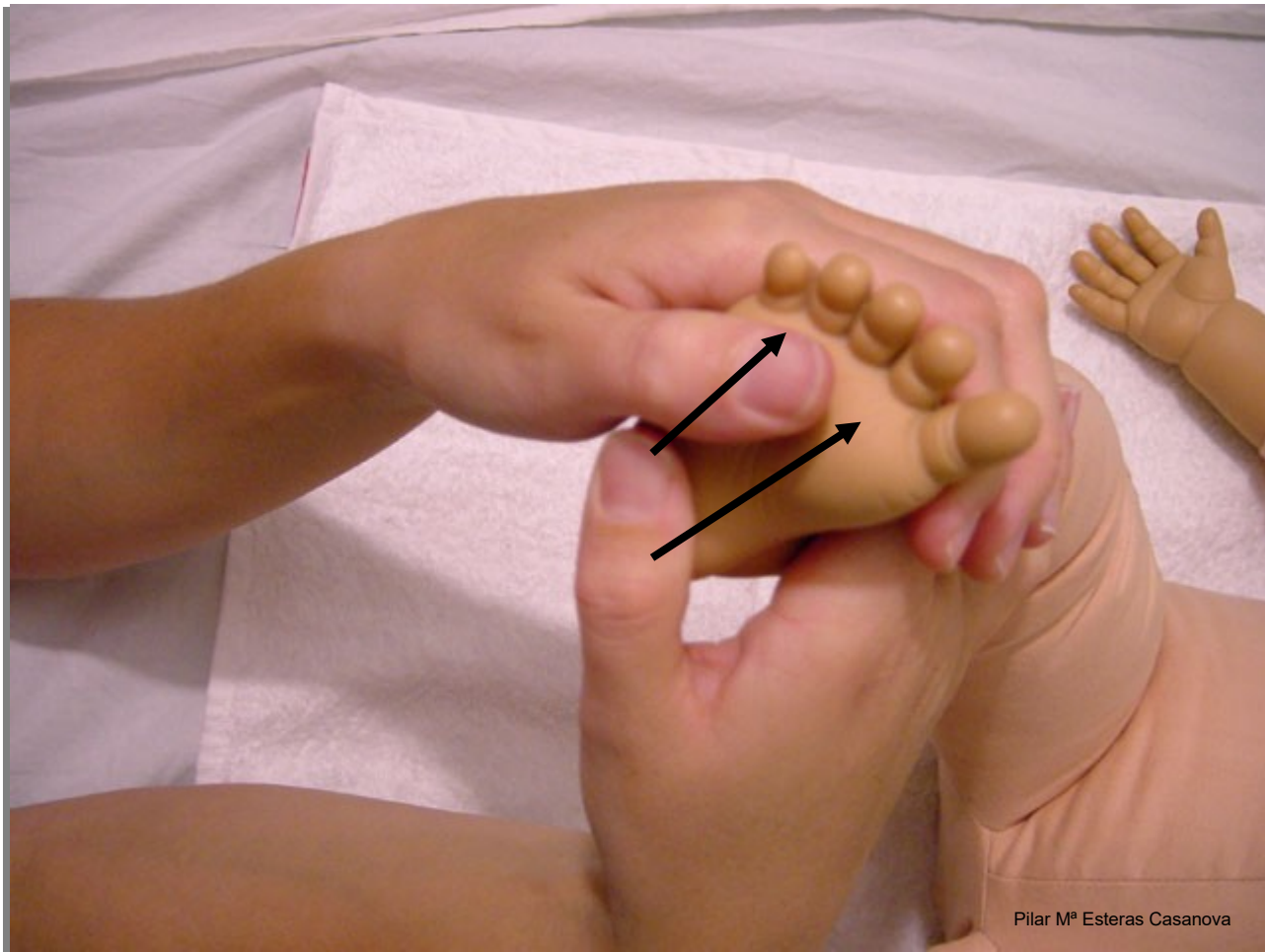


Pilar M^a Esteras Casanova

3.- Vaciado Hindú. Con las manos en forma de C, las deslizamos de la cadera al tobillo.



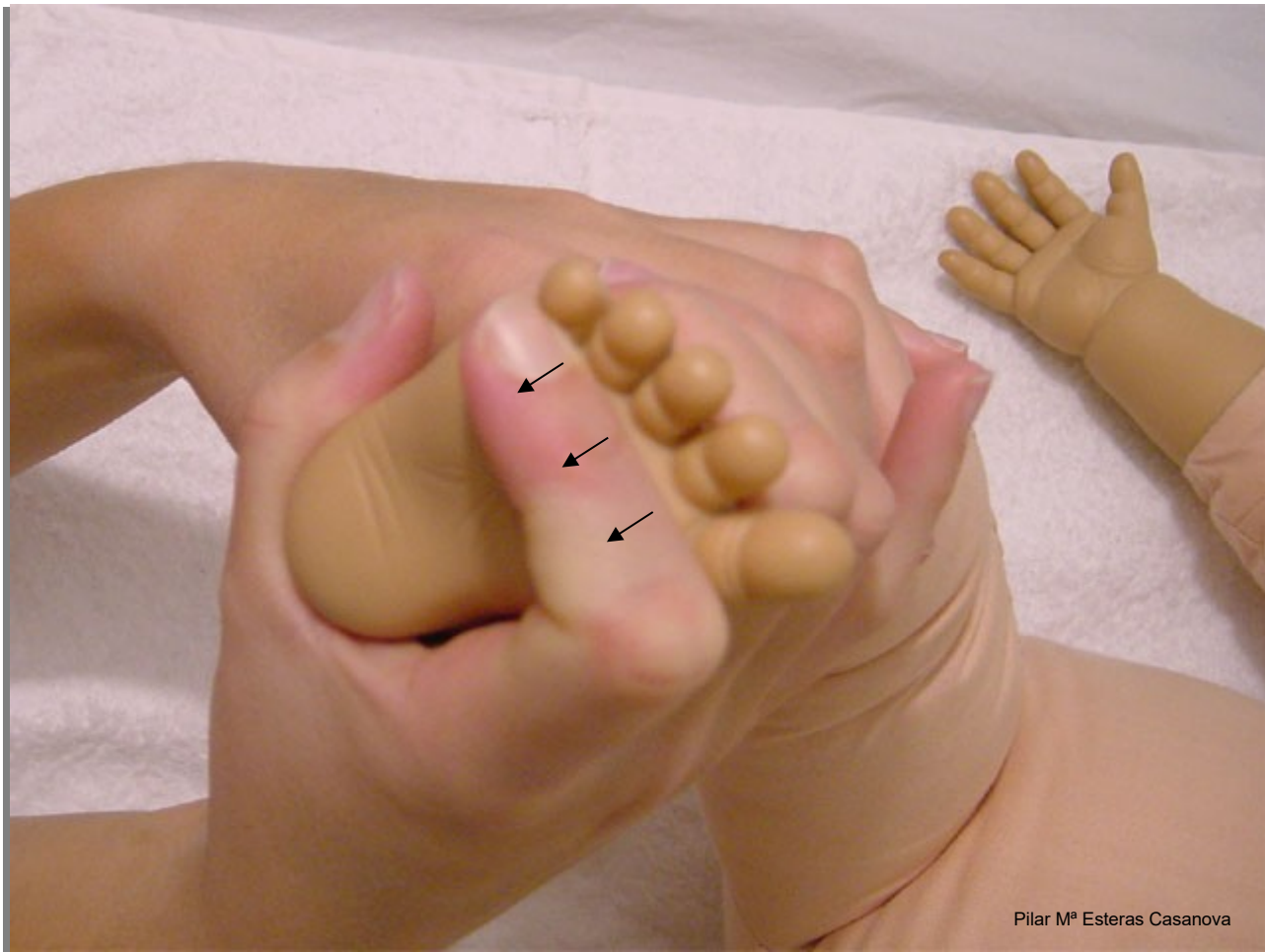
4.- Comprimir y retorcer. Con las manos en forma de C, movimiento transversal de cada mano en un sentido, y desde la cadera al tobillo.



5.- Recorrer con los pulgares planos la planta del pie desde el talón a los dedos.



6.- Masaje de cada dedo del pie, con nuestros dedos índice y pulgar, desde la base a la punta.



Pilar M^a Esteras Casanova

7.- Presión en la base de los dedos hacia el talón, con nuestro índice.

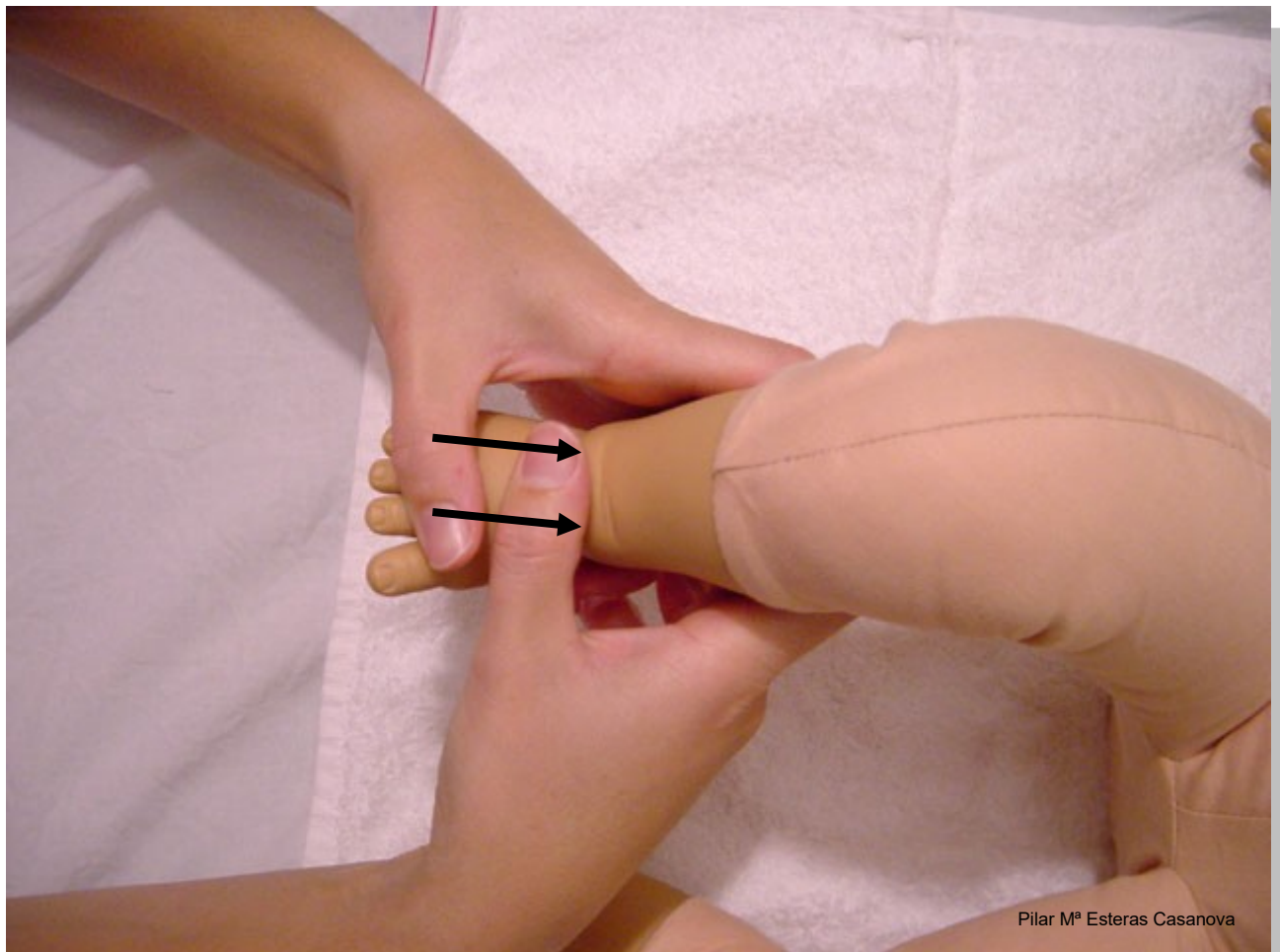


Pilar M^a Esteras Casanova

8.- Presión en la base del talón hacia abajo, con nuestro índice.



9.- Caminar por toda la planta del pie, con nuestros pulgares planos.



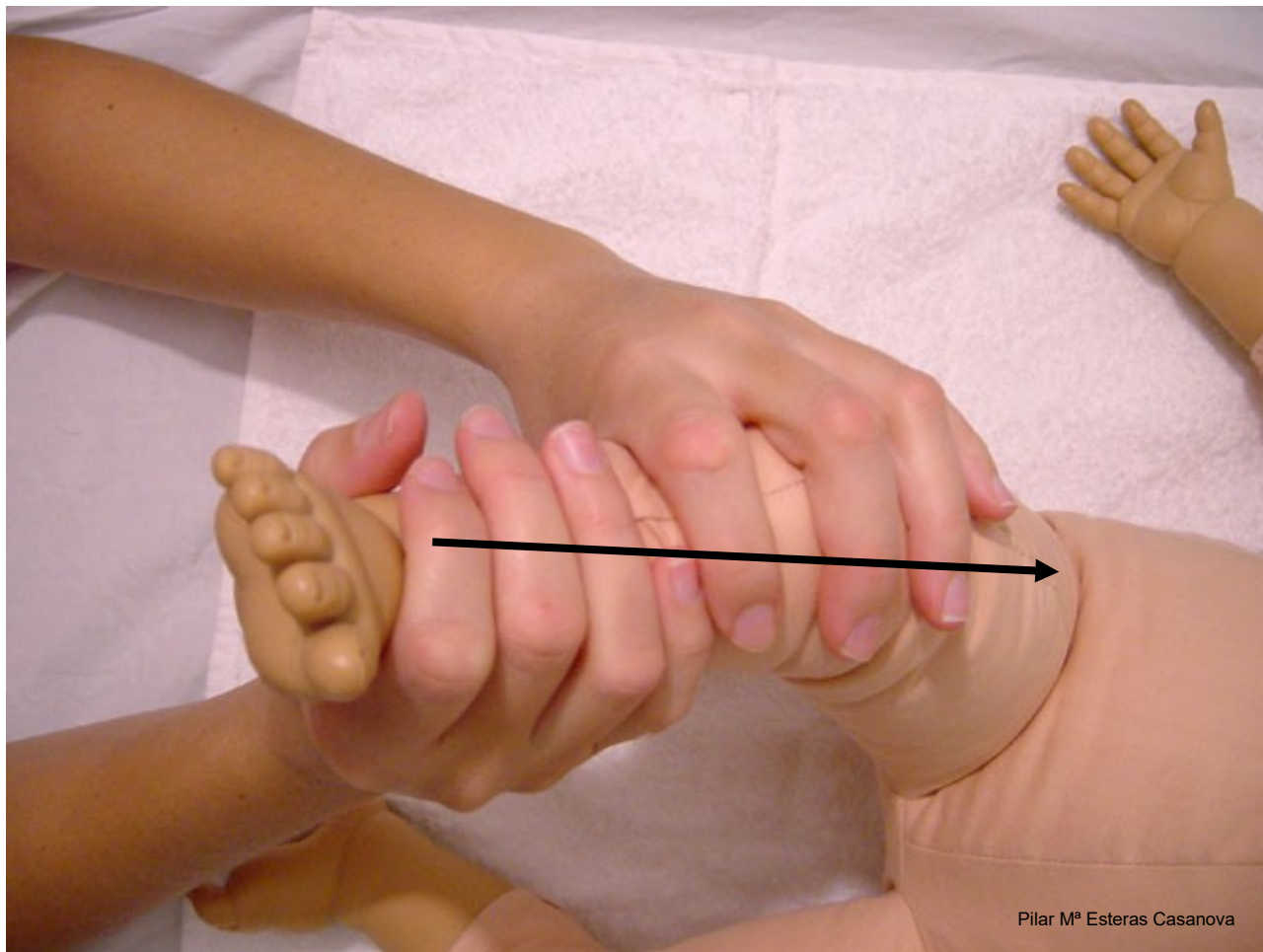
Pilar M^a Esteras Casanova

10.- Deslizar nuestros pulgares por el empeine, desde la base de los dedos hasta el tobillo.



Pilar M^a Esteras Casanova

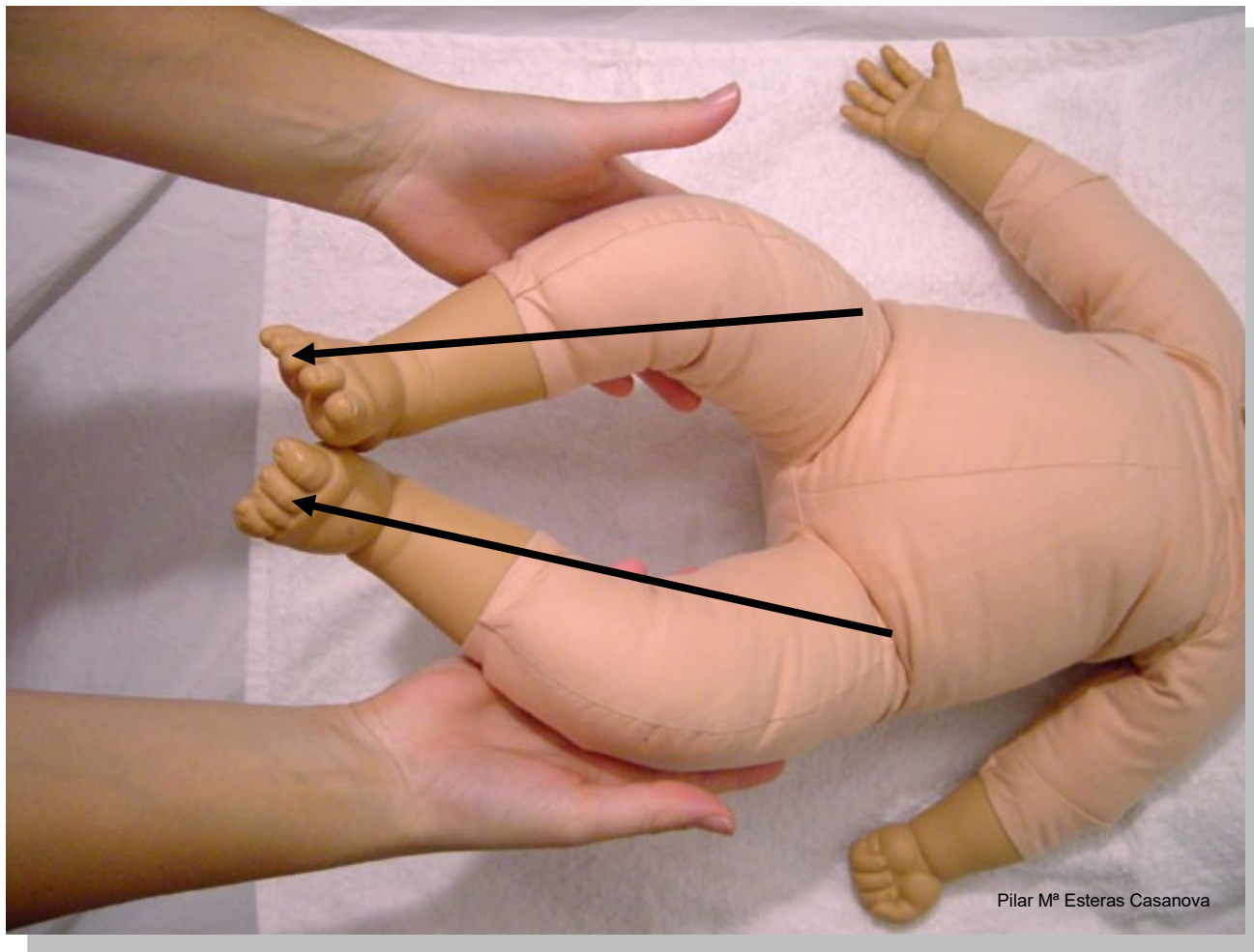
11.- Círculos alrededor del tobillo.



12.- Vaciado Sueco. Con las manos en forma de C, deslizarlas desde el tobillo hasta la cadera.



13.- Rodamientos desde la cadera hasta el tobillo, con las manos planas. A continuación iniciar los movimientos en la otra pierna.



14.- Movimiento integrador, desde las nalgas hasta los pies, en ambas piernas la vez.

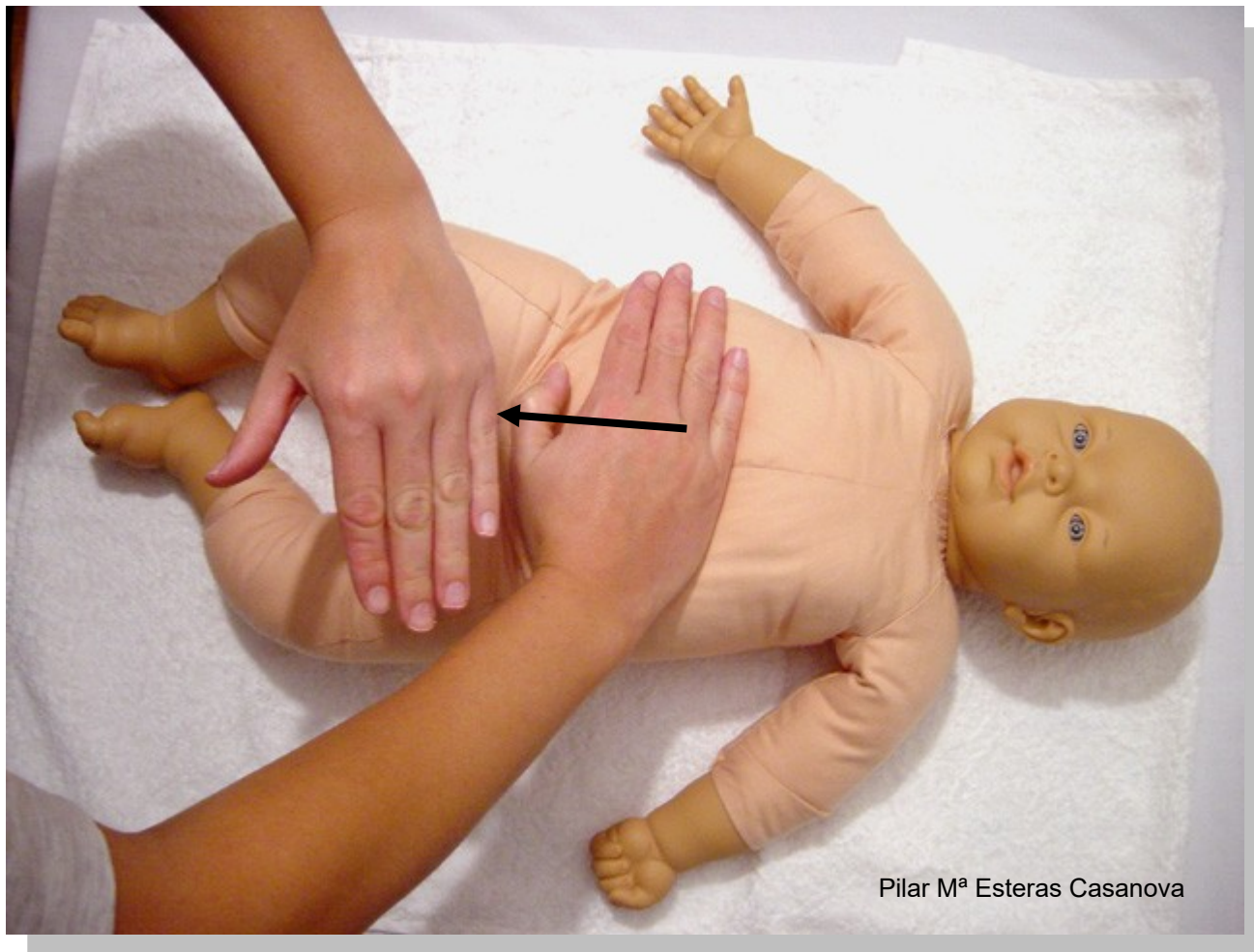


Massatge abdomen (útil pels còlics)



Pilar M^a Esteras Casanova

1.- **Manos que reposan.** Manos quietas sobre el vientre del niño.



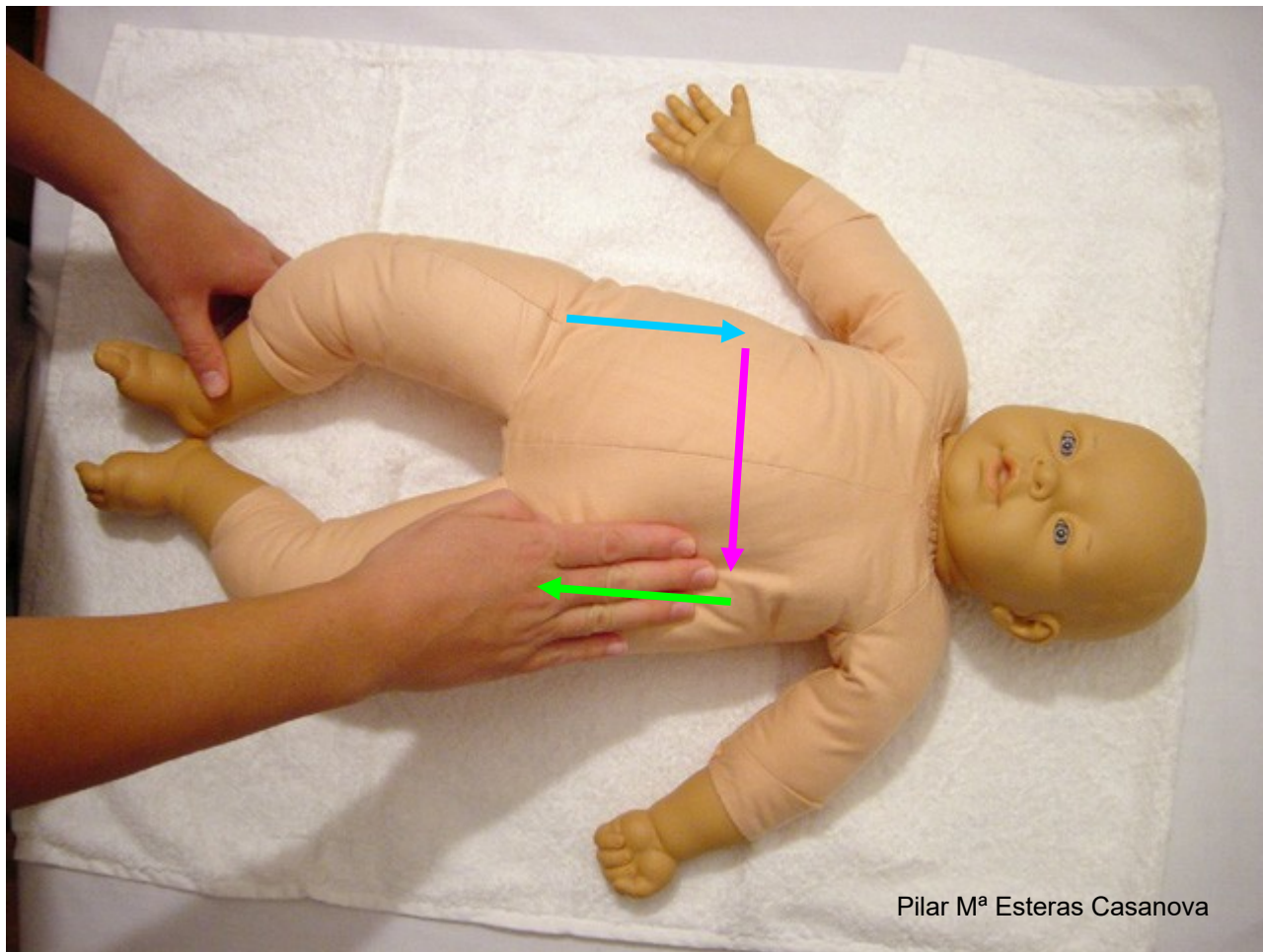
2.- **Noria.** Con las manos planas, una detrás de otra, en sentido descendiente.



3.- Noria con las piernas dobladas. Con una mano

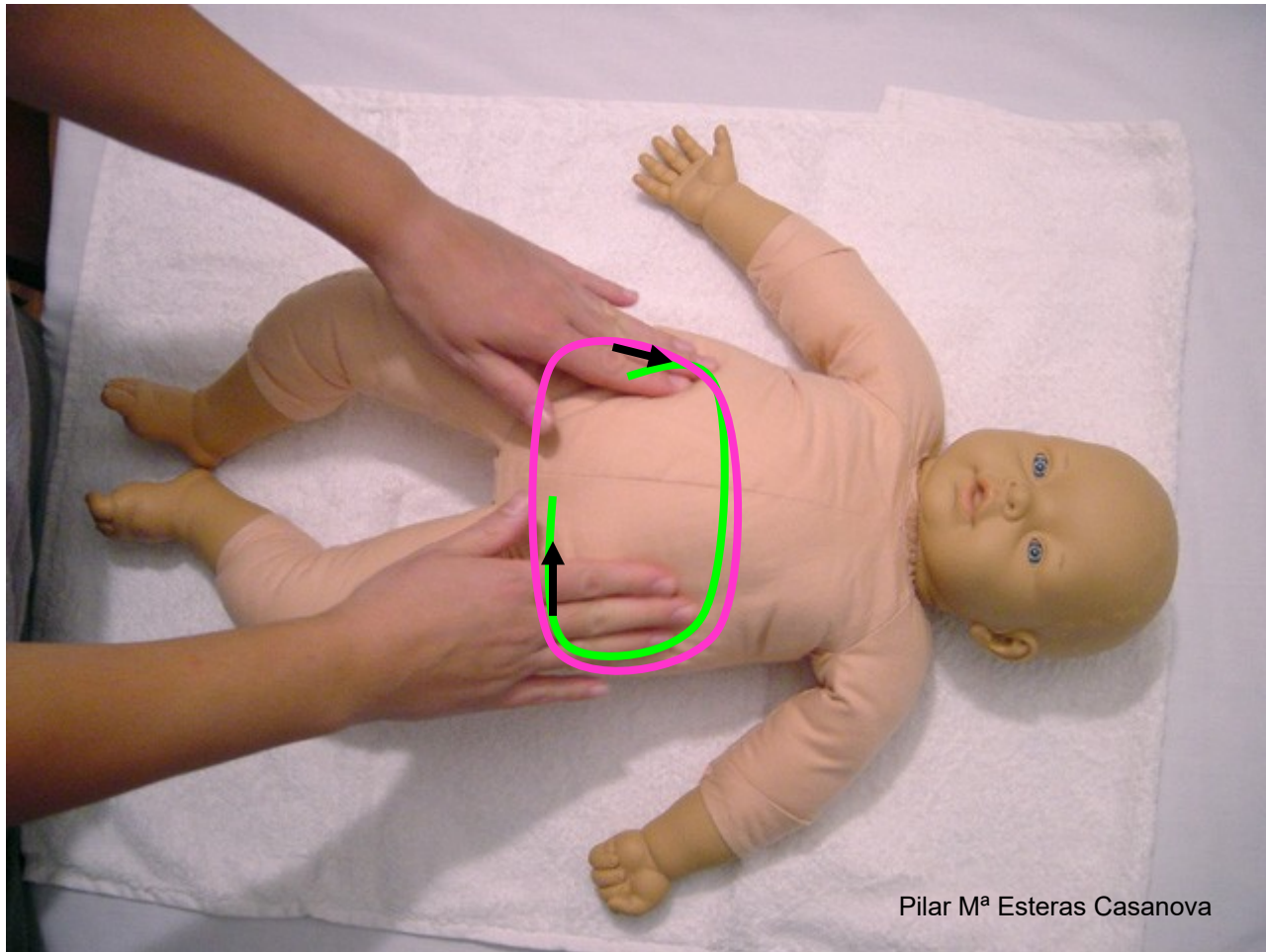


4.- **Pulgares planos.** Desplazamiento hacia los lados desde los lados del ombligo.



Pilar M^a Esteras Casanova

5.- **“U” invertida.** Vaciar el **último tramo del intestino grueso** (izquierda del bebé desde debajo de las costillas hasta la ingle). Después el **transversal** (horizontal por debajo de las costillas, de derecha a izquierda) y el último, como una “L” alrevés. Por último toda la “U” alrevés, empezando por el **primer tramo del intestino grueso** (desde la ingle hasta debajo de las costillas) y continuando con los otros dos.

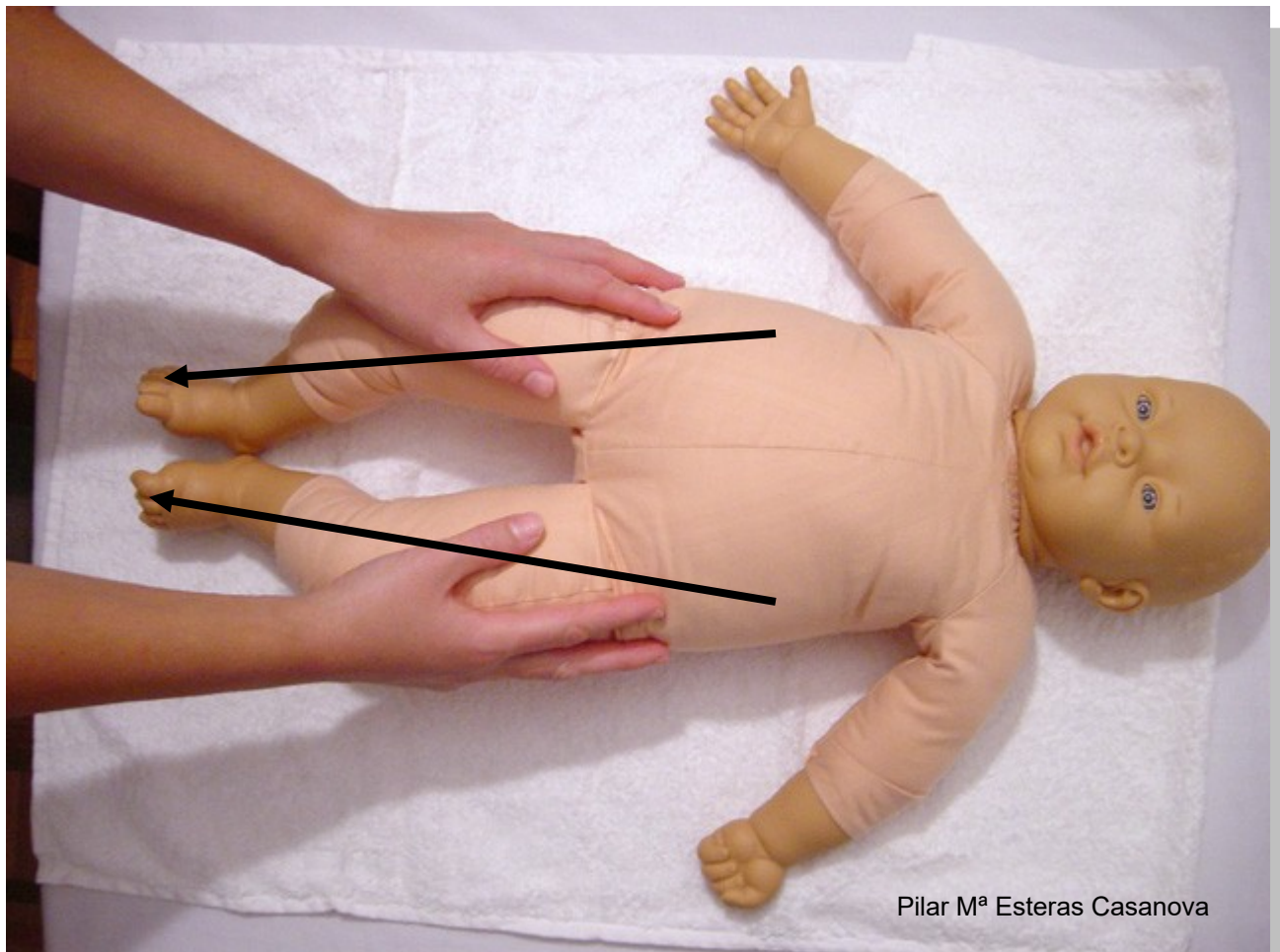


6.- **Sol y Luna.** Con la **mano izquierda** hacer círculos completos en el sentido de las agujas del reloj (sol), y simultáneamente, con media hora de diferencia, la **mano derecha** hace semicírculos desde las 9 hasta las 6 (luna).



Pilar M^a Esteras Casanova

7.- **Caminar** con las yemas de los dedos planos sobre la barriguita, de derecha a izquierda.



Pilar Mª Esteras Casanova

8.- **Movimiento integrador** pasando las manos suavemente desde el abdomen hasta los pies.



Massatge pit, braços i mans

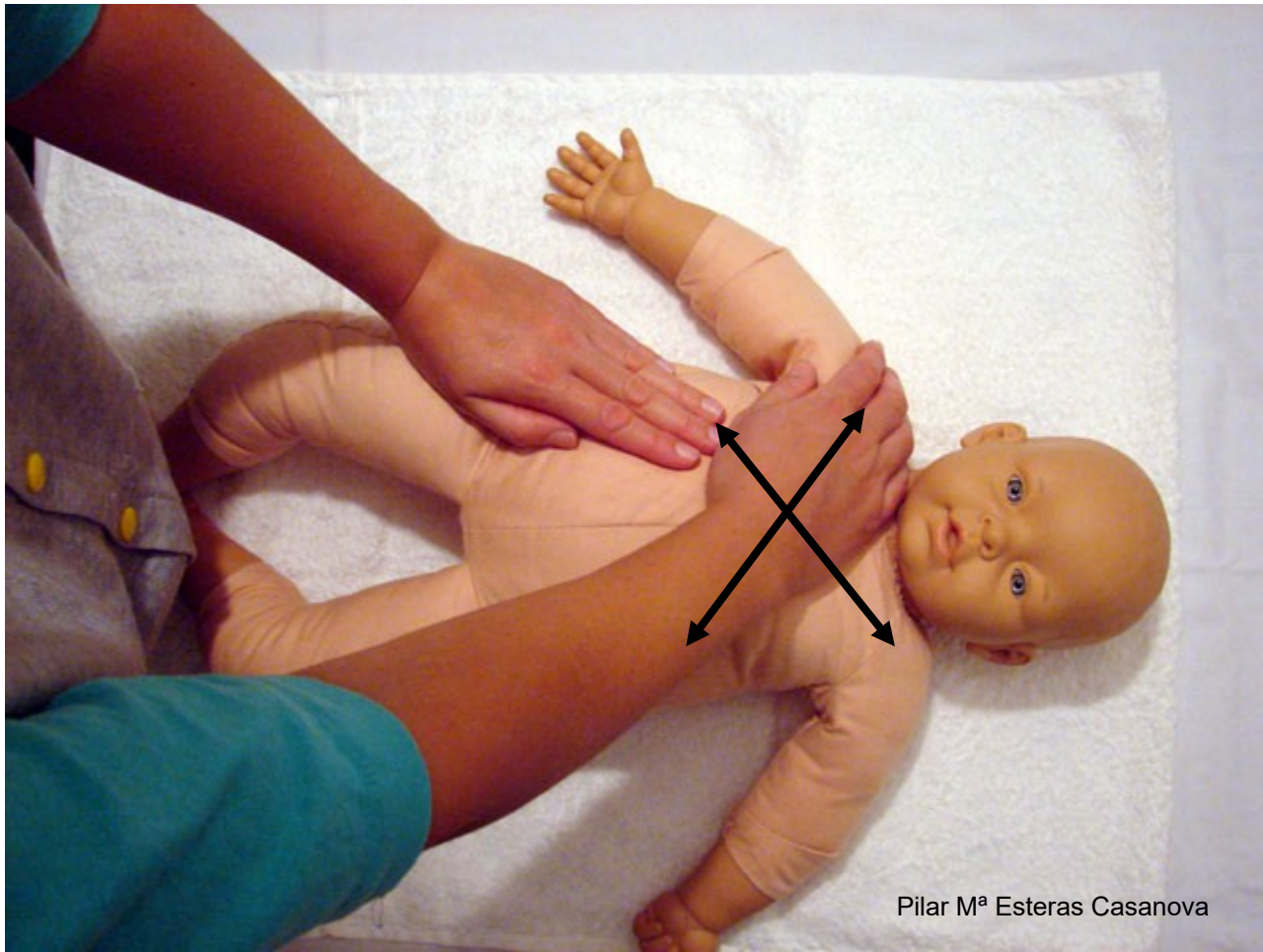


Pilar M^a Esteras Casanova

1.- Manos que reposan sobre el pecho del bebé.



2.-Abrir y corazón. Abrir las manos dibujando un corazón hacia los hombros y juntando en el esternón; subir y volver a abrir.



3.-**Mariposa.** Desplazar alternativamente las manos desde la parte baja de las costillas hasta el hombro opuesto. Mientras que una mano baja, la otra empieza a subir.



4.-**Axilas.** Deslizamiento con los dedos planos desde la parte del brazo al tronco.



5.- **Vaciado Hindú.** Como el de la pierna pero desde el hombro a la mano.



6.-**Torsión.** Igual que el de la pierna, del hombro a la muñeca.

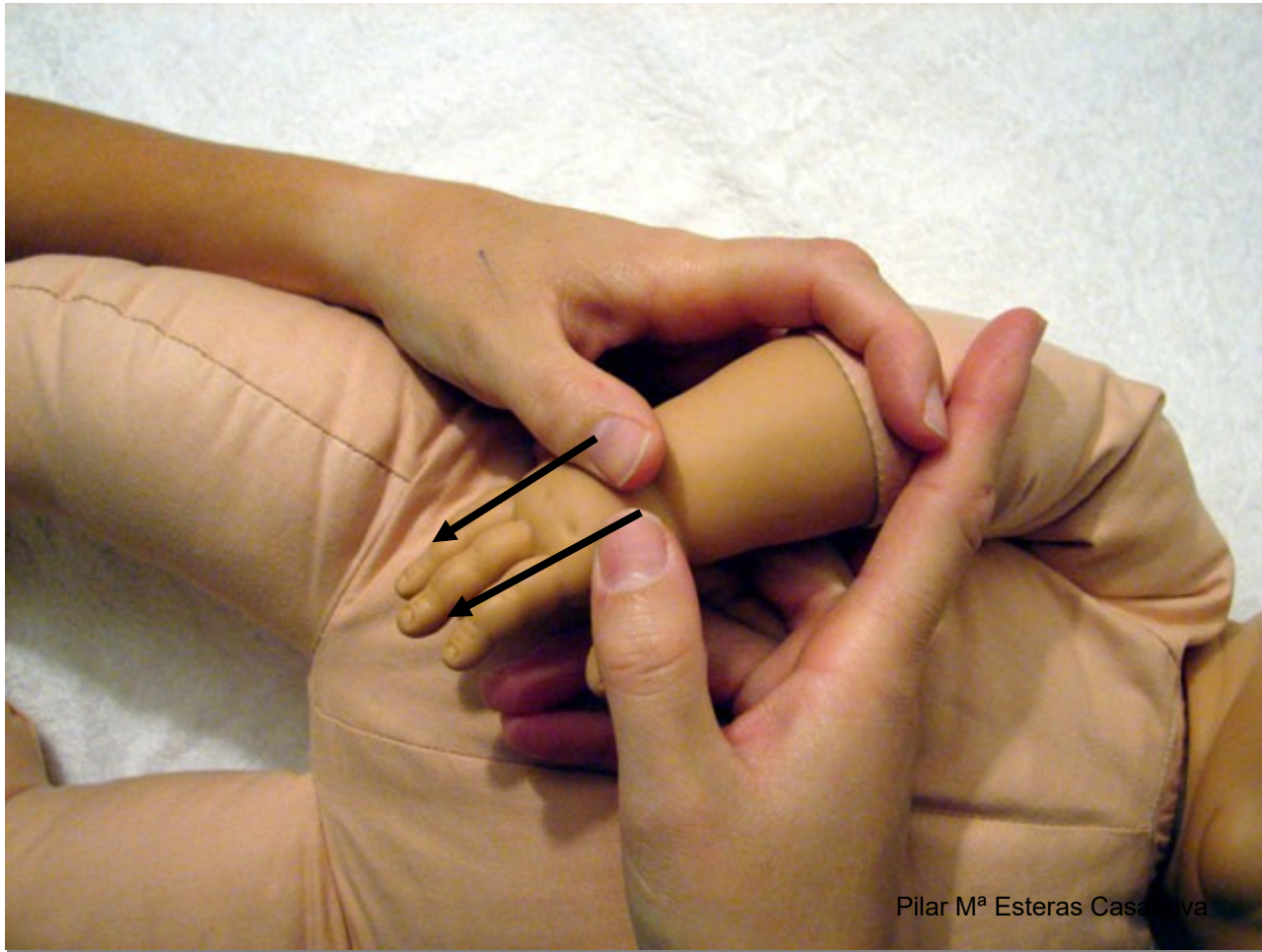


7.-**Desplazar** los pulgares planos por la palma de la mano, desde la muñeca a la base de los dedos..



Pilar M^a Esteras Casanova

8.-**Circulitos** a lo largo de los dedos, de la base a la punta.

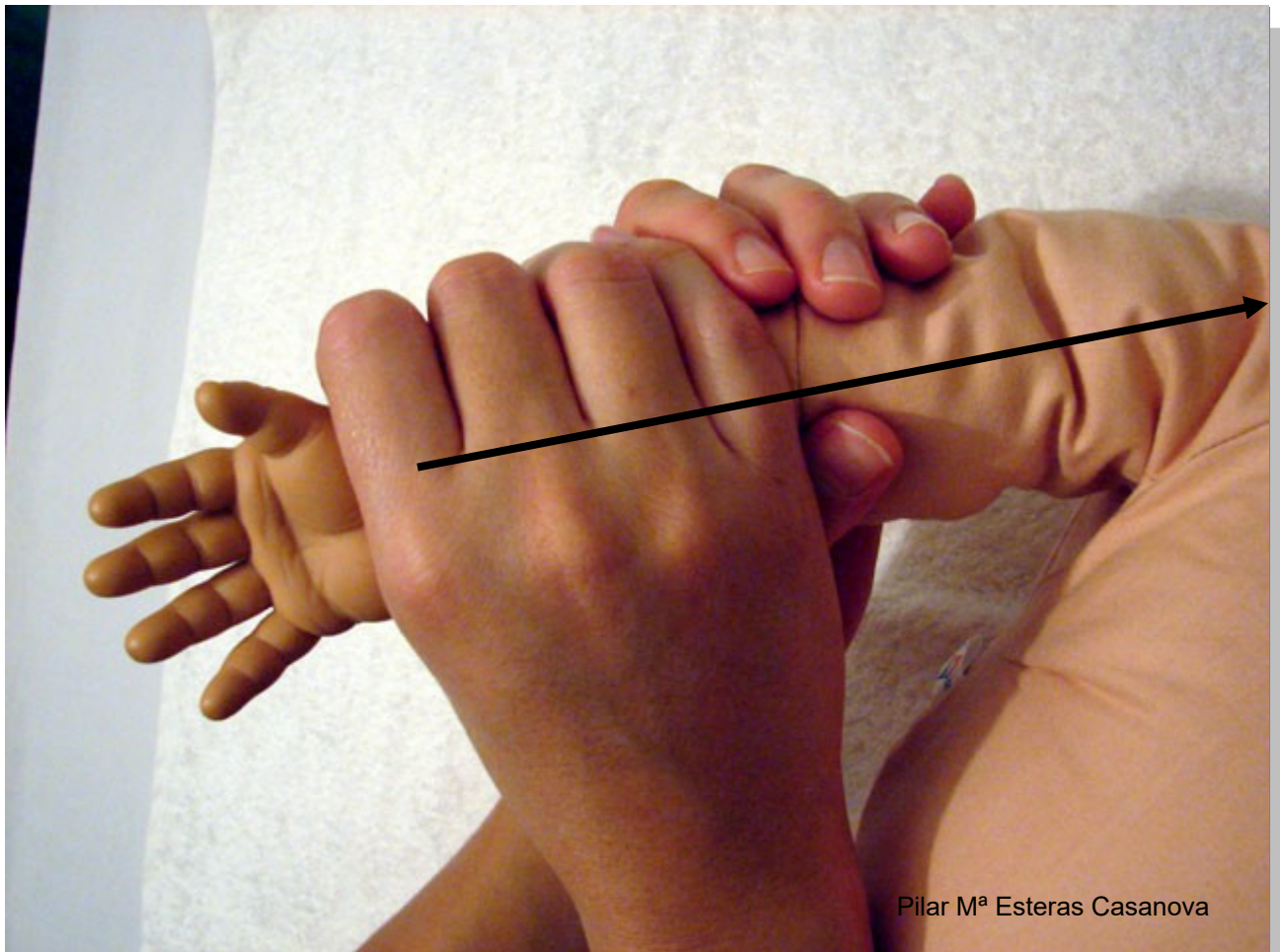


9.-**Deslizamiento** de los pulgares por el dorso de la mano, desde la muñeca a la punta de los dedos.



Pilar M^a Esteras Casanova

10.-**Círculos** en la muñeca.



11.-**Vaciado sueco**, desde la muñeca al hombro.



Pilar M^a Esteras Casanova

13.-**Enrollar**, desde el hombro a la muñeca.



Pilar Mª Esteras Casanova

14.-Movimiento integrador, desde los brazos a los pies.



Massatge cap i esquena



1.- Con los dedos pulgares o la mano deslizar hacia los lados de la **frente**.



Pilar M^a Esteras Casanova

2.- Sobre las **cejas** el mismo movimiento.



3.- Ligera presión y deslizamiento sobre el **tabique nasal**, hacia abajo y bordeando los pómulos.



Pilar M^a Esteras Casanova

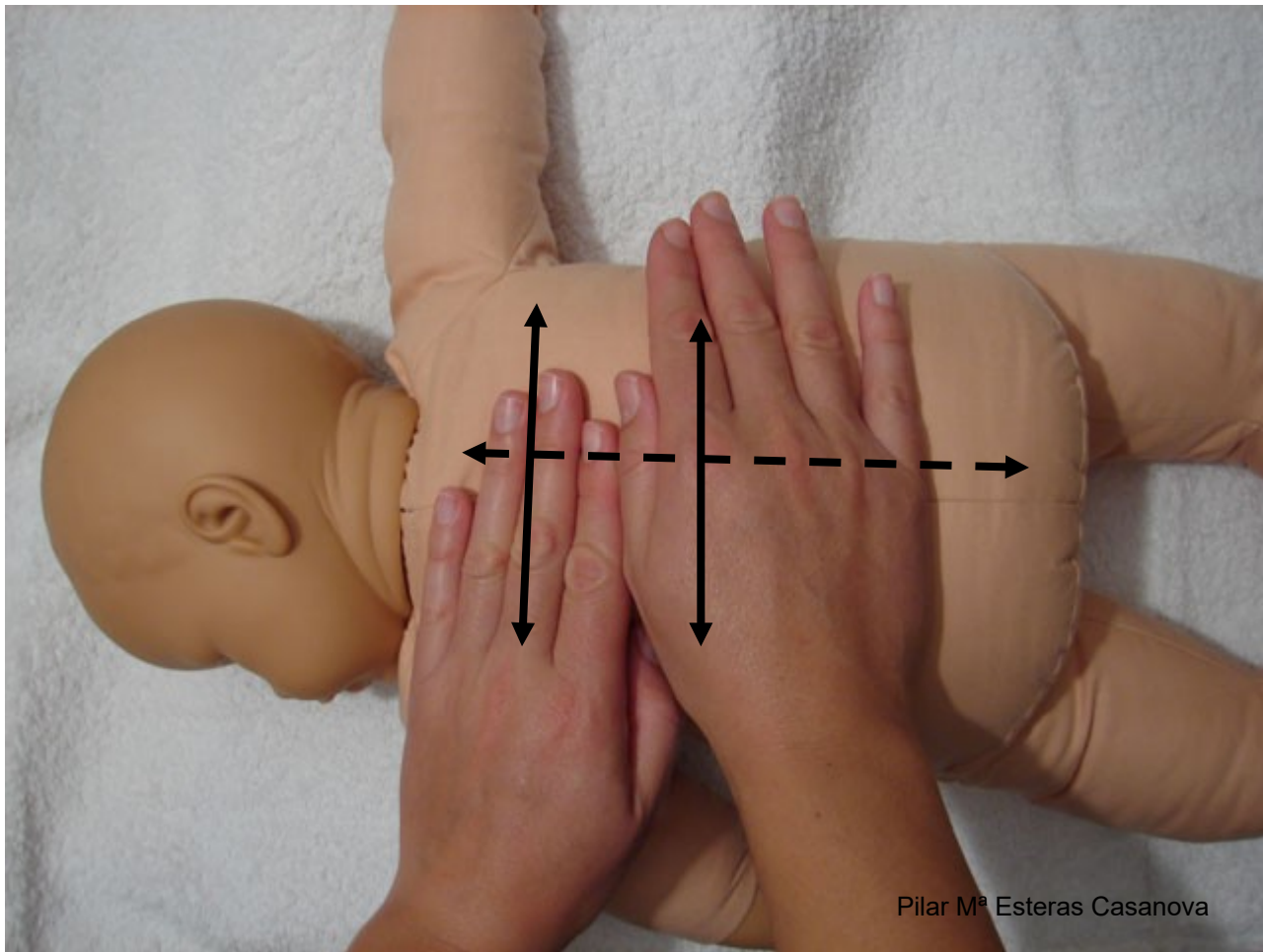
4.-Dibujar una **sonrisa** en el **labio superior** con los dedos pulgares hacia los lados.
Repetir el movimiento en el **labio inferior**.



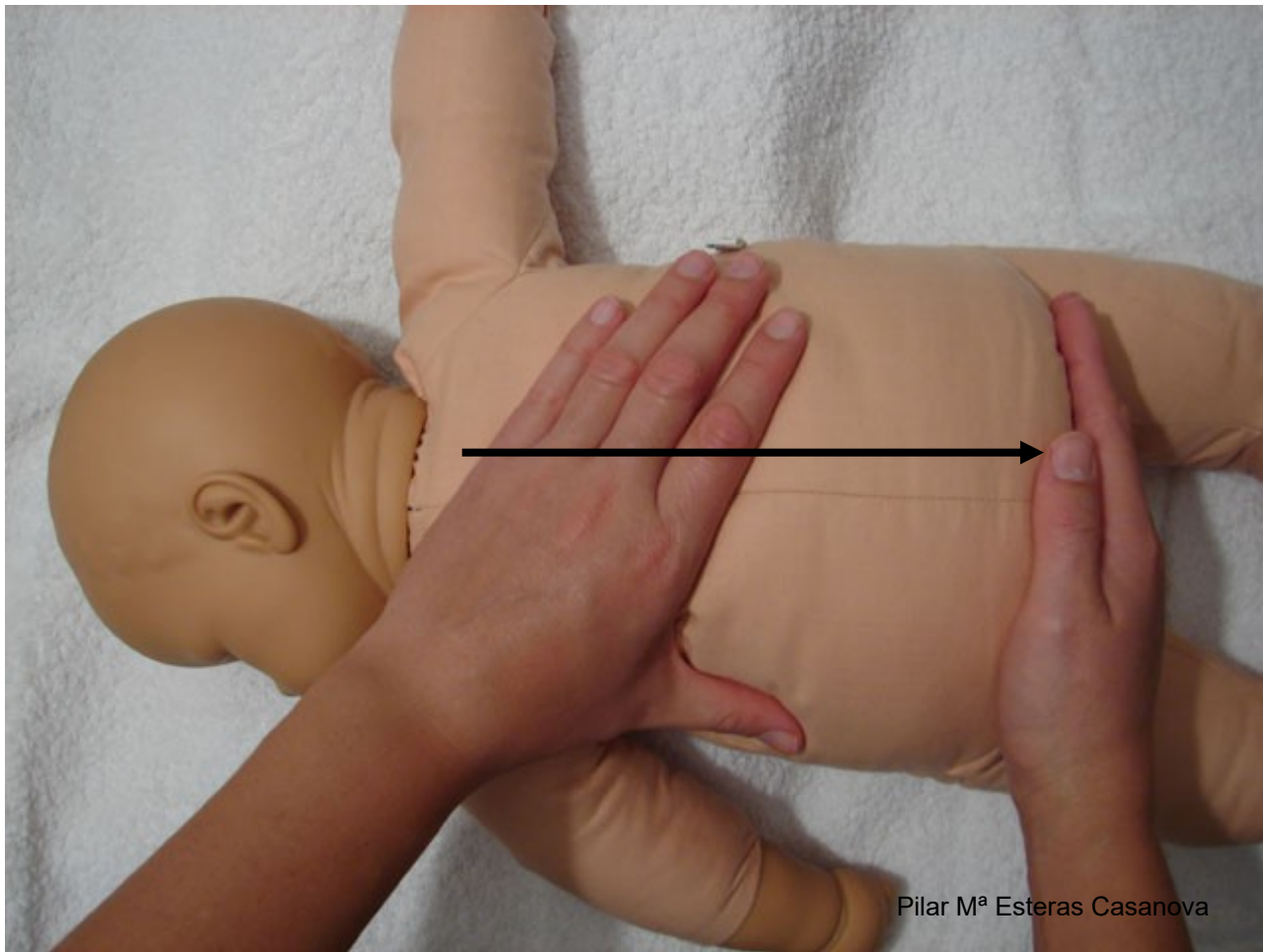
5.- **Círculos simétricos** englobando las mejillas y la unión de las mandíbulas. Cuando lleguemos a las orejas, acariciarlas de arriba abajo y seguir acariciando la mandíbula inferior hasta la barbilla.



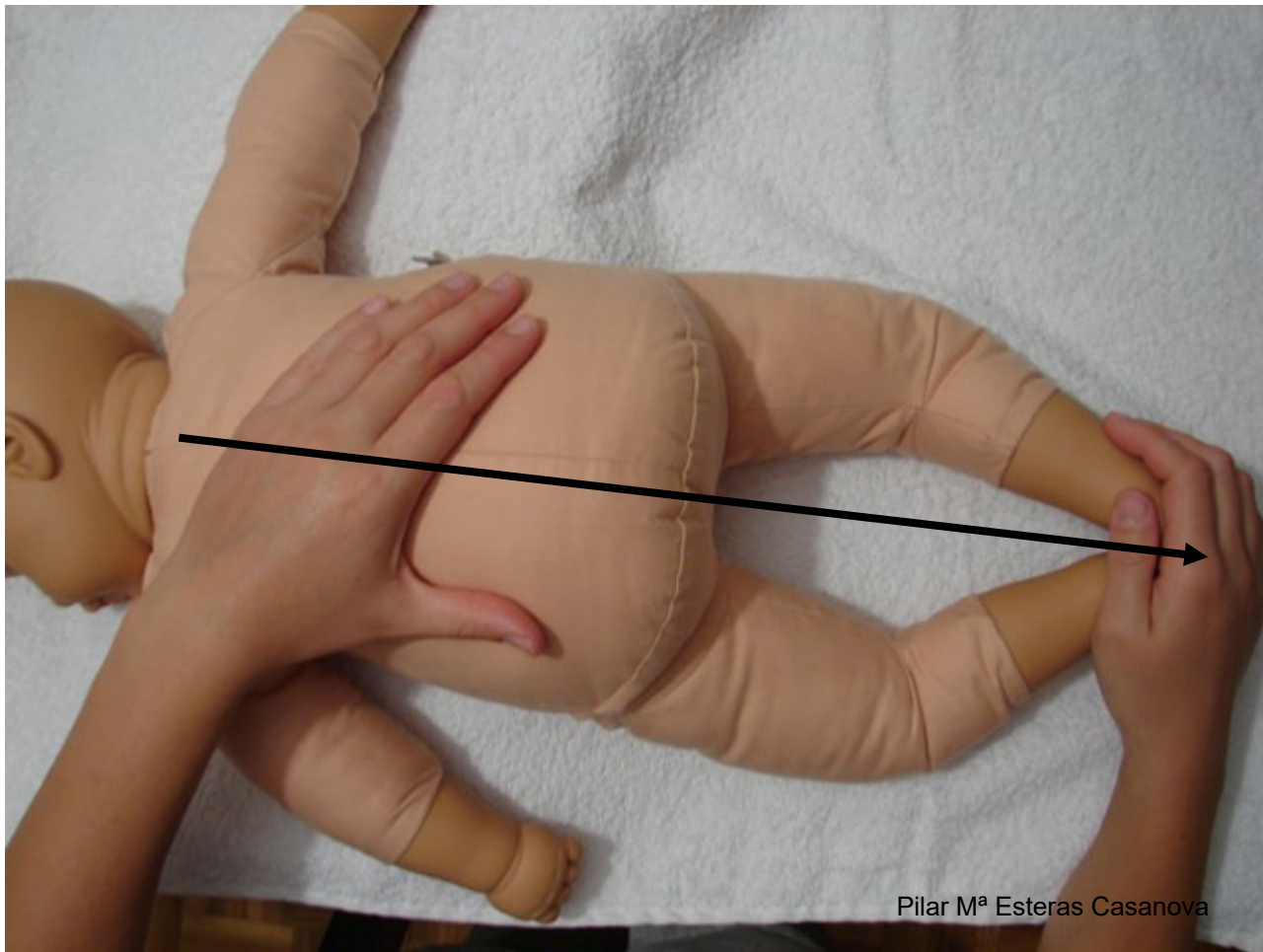
6.- **Orejas.** Círculos en las orejas, de arriba abajo y de abajo a arriba.



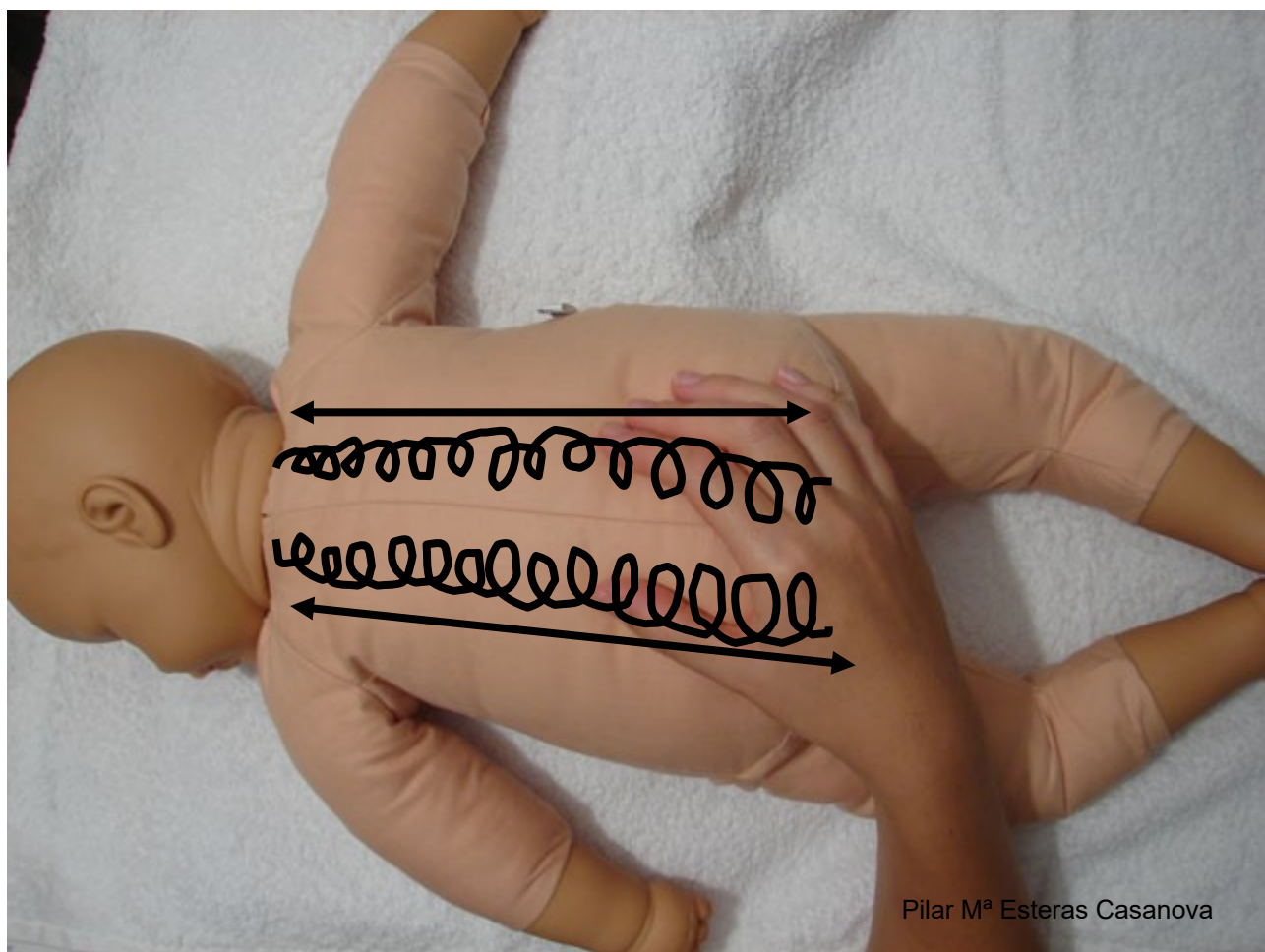
7.- **Vaivén en la espalda**, con las manos transversales a la espalda, mientras una mano sube, la otra baja, y simultáneamente se desplazan ambas desde las cervicales hasta los glúteos y luego en sentido contrario.



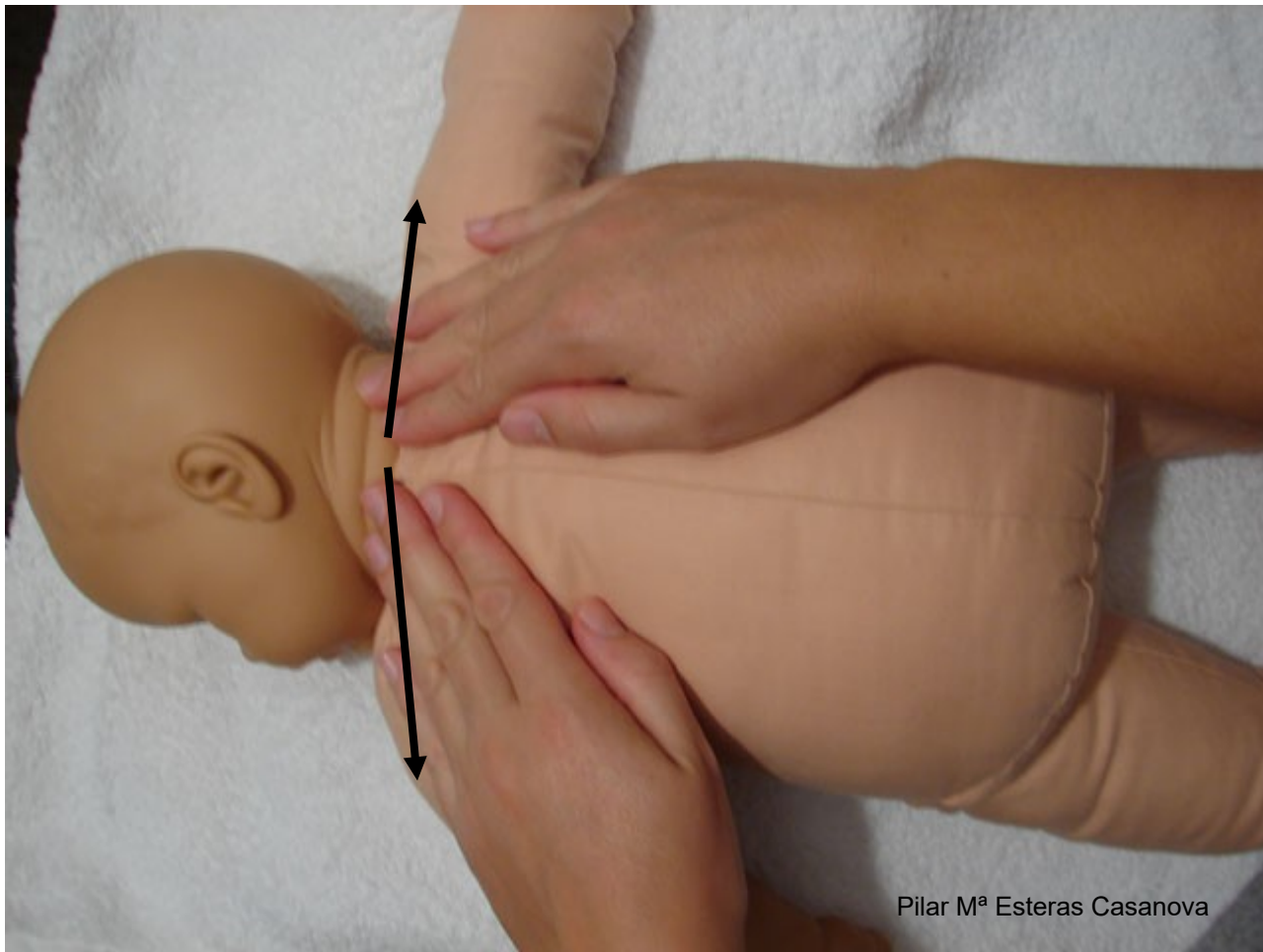
8.- **Vaciado** con una mano desde el cuello hasta el culete, mientras la otra mano sujeta el culete.



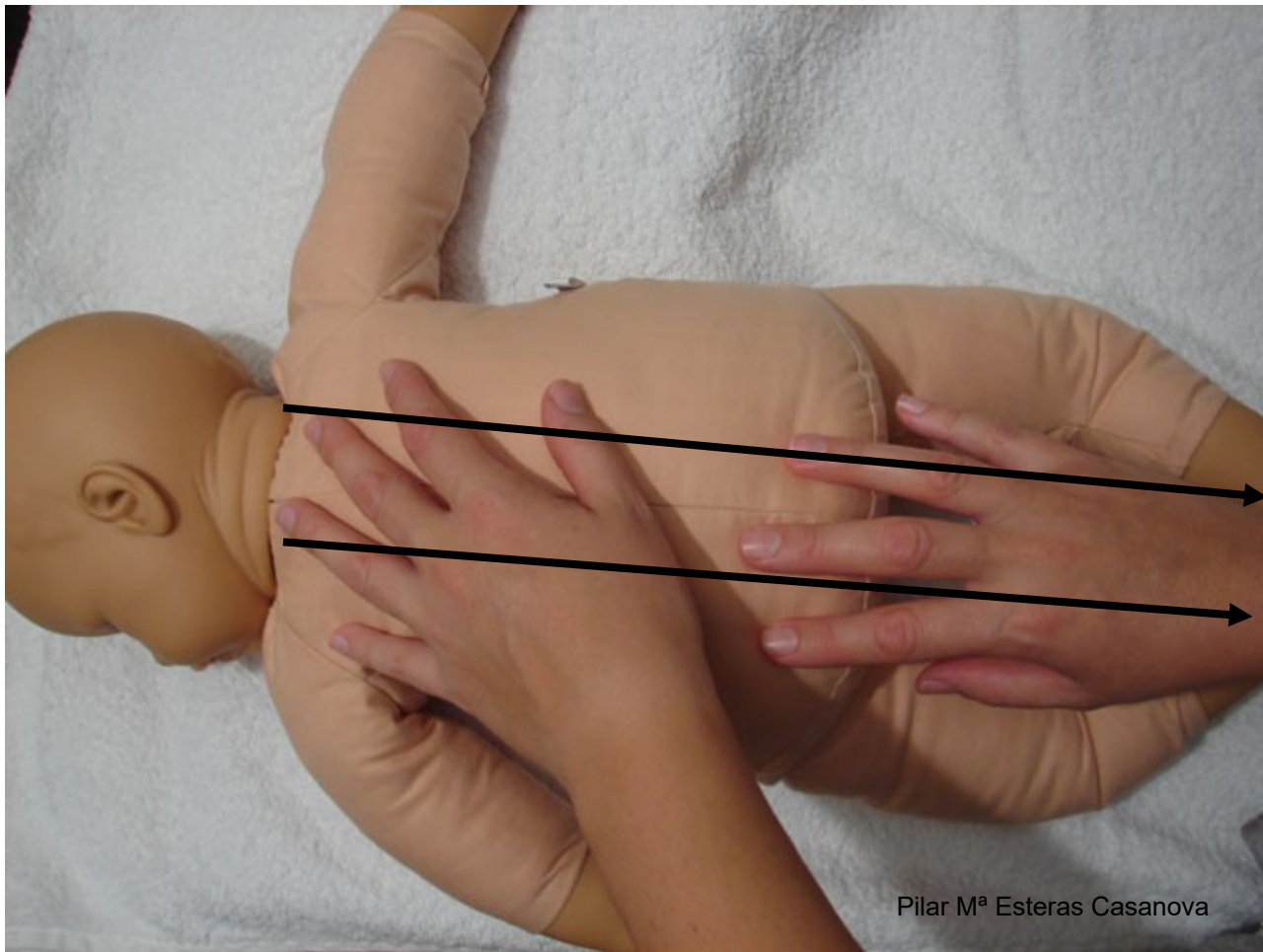
9.- Vaciado hasta los pies



10.- **Círculos con el índice y el pulgar, o amasamientos** (a partir del gateo) de abertura a ambos lados de la columna, en sentido ascendente y descendente.



11.- **Deslizamiento** desde la parte alta del cuello hasta pasados los hombros.



Pilar M^a Esteras Casanova

12.- **Peinado**, con los dedos abiertos, suavemente desde el cuello hasta los glúteos. Después ampliar desde la cabeza hasta los pies, e ir suavizando (**no** enlenteciendo) hasta que desaparezca.

MASSATGE EN NENS GRANS I ADOLESCENTS

- No edat per començar
- Adaptació segons edat
- Pactat implícita o explícitament
- Recíproc
- Temps per xerrar i relaxar-se
- Integrat al joc o activitats
- Mateixos beneficis que en bebès



Foto de Alex Green
<https://www.pexels.com>

MOLTES
GRÀCIES!

