

MASAJE INFANTIL

AINARA LASUEN ELORZ. Educadora de Masaje Infantil.
Miembro de AEMI (Asociación Española de Masaje Infantil).
Junio 2007

1.- INTRODUCCIÓN

La técnica de masaje infantil fue desarrollada por Vimala Schneider, fundadora de la Asociación Internacional de Masaje Infantil. Vimala viajó a la India en 1973 y allí conoció la técnica del masaje infantil para bebés. Trabajó y estudió un tiempo en un orfanato y allí observó cómo las técnicas del masaje se utilizaban para calmar y curar a los niños, así como a los adultos enfermos.

Las madres indias daban masaje a sus bebés y a todos los miembros de su familia; en el orfanato, las mujeres mayores daban masaje a las más jóvenes. Ella misma enfermó de malaria y todas las noches un grupo de mujeres la cuidaba dándole delicados masaje en todo su cuerpo. Schneider experimentó los efectos beneficiosos del masaje y el poder calmante del tacto entre las personas. Observó cómo el tacto y el masaje ayudaban a fortalecer el vínculo afectivo entre las personas y decidió dar a conocer estas técnicas curativas por todo el mundo.

Desde entonces ha dedicado su vida a enseñar las técnicas de masaje ayudando a padres y madres a fortalecer su vínculo afectivo con el bebé.

2.- ANTES DE COMENZAR EL MASAJE. ALGUNAS REFLEXIONES.

2.1 ¿Cuáles son los beneficios del masaje infantil?.

Realizar masaje diario a los bebés desde su nacimiento ayuda a fortalecer los vínculos afectivos entre los padres/madres y sus hijos. Según Vimala Schneider en su artículo "Masaje infantil", 1984 Vimala Schneider y sus colaboradores realizaron un estudio en el que se aplicó masaje regularmente a 20 bebés prematuros hospitalizados. Los investigadores encontraron mejoras en el aumento de peso y actividad en los bebés que habían recibido los masajes comparados con aquellos que no los habían recibido.

La psicóloga Ruth Rice de Dallas dividió 30 bebés prematuros en dos grupos. A las madres de uno de los grupos se les instruyó en las técnicas tradicionales de cuidados del bebé y al otro grupos se les enseñaron las técnicas del masaje. A los 4 meses

los bebés del grupo que había recibido masaje diario tenían mayor desarrollo neurológico y físico (más peso ganado).

Los beneficios del masaje infantil son los siguientes:

- 1.- Estimulan la sensibilidad de la piel. Siendo la sensibilidad la primera función que se desarrolla y el más importante de todos los sistemas sensoriales. En estudios con animales se ha averiguado que las caricias tienen efectos beneficiosos en su desarrollo. Las caricias proporcionan estabilidad al sistema nervioso y más resistencia a las enfermedades. Estudios sobre masaje en bebés prematuros muestran que el masaje estimula el sistema respiratorio, circulatorio, gastrointestinal y activan el sistema neurológico.
- 2.- Ayudan al bebé a relajarse y equilibrarse de nuevo después del estrés del vivir y el relacionarse. Para el bebé todo es nuevo y emocionante, pero esto supone un estrés y una tensión diarios. El masaje infantil no es un masaje fisioterapéutico sino relajante.
- 3.- Fortalecen la interacción entre los padres y el bebé. Todo ser humano necesita vincularse con alguien. Numerosos psicólogos y estudios hablan extensamente de los vínculos y la necesidad de pertenencia tanto de animales como de seres humanos. Entre ellos destacan Konrad Lorenz y sus estudios sobre la vinculación entre los animales y sobre todo John Bowlby, el primero en escribir sobre el apego y desapego en los seres humanos. Los masajes ayudan tanto a los padres como al bebé a fortalecer el vínculo y a sentirse perteneciente. El contacto táctil, la mirada y el sonido de los latidos del corazón son tres señales que el bebé recibe de su madre cuando nace, y que le permiten vincularse con ella.

2.2 ¿Qué hay que tener en cuenta antes de comenzar el masaje?

- a) La edad de comienzo: se recomienda empezar con los recién nacidos, a partir de las 3 semanas de vida.
- b) La importancia del respeto: hay personas que aceptan mejor los masajes y las caricias que otras. Es muy importante estar atentos a las señales de aceptación o rechazo del masaje por parte del bebé porque el masaje consiste en respetar el ritmo del bebé y aceptarlo. Ante el primer signo de rechazo del masaje, lo respetaremos y dejaremos el masaje como está.
- c) El estado de ánimo del adulto: antes de dar masaje es recomendable hacer una pequeña relajación para poder estar más presente con el bebé y más relajado. Lo que comunicamos con el cuerpo es mucho mayor que lo que comunicamos con las palabras, por lo tanto en nuestras manos y en nuestras caricias podemos transmitir tanto tensión como seguridad. El masaje consiste en contener, en transmitir seguridad, vida, energía, por lo tanto primero es el adulto el que debe cuidarse.
- d) Materiales para una sesión de masaje: aceite de almendras dulces, una toalla para apoyar al bebé, mantas, música relajante.