

Introducción

Desde AEMI queremos que tus talleres sean un éxito. Lo que se quiere hacer llegar a los padres es la esencia del Masaje Infantil:

“Promover el Tacto Nutritivo y la comunicación a través de la formación, la educación y la investigación, para que los padres, madres, los cuidadores y los bebés sean amados, valorados y respetados en todo el mundo.”

Antes de realizar un taller debes tener una serie de objetivos claros:

1. ¿A qué público te diriges?
2. ¿Cómo quiero transmitir la importancia del tacto?
3. ¿Cómo es el espacio?
4. ¿Duración del taller?

Desde AEMI aconsejamos que sea siempre un espacio tranquilo y que la duración del taller sea de aprox. 40-50 min.

PARTE TEÓRICA

TALLER DE MASAJE INFANTIL

Ejemplos de subtítulos:

- *La importancia del tacto en la familia.*
- *Una aproximación al mundo del Tacto Nutritivo.*
- *El Masaje Infantil como potenciador del vínculo afectivo.*

1. PRESENTACIÓN:

- Presentarse siempre como Educadora Certificada de IAIM-AEMI.
- ¿Por qué eres educadora? ¿Cuál es tu motivación?
- ROMPEHIELOS: ¿Alguien conoce el masaje infantil? ¿Alguien ha probado el masaje infantil? Aprovecha estas u otras opciones.

2. HISTORIA DE IAIM Y DE AEMI:

Explicar brevemente la historia de IAIM-AEMI, resaltando especialmente lo siguiente:

- **IAIM:** Programa creado en los años 70 por Vimala McClure que actualmente se imparte en 100 países. Sede IAIM en Suecia.
- **AEMI:** Fundada en el año 1994 por Mercè Simón con sede en Barcelona.
- **MISIÓN:** Promover el Tacto Nutritivo y la comunicación a través de la formación, la educación y la investigación, para que los padres, madres, los cuidadores y los bebés sean amados, valorados y respetados en todo el mundo.
- **Obra Social AEMI:** La Asociación Española de Masaje Infantil establece convenios de colaboración con entidades que trabajan con personas desfavorecidas con el fin de contribuir al bienestar de las familias y sus bebés, independientemente de su estatus social o económico. Es una iniciativa que se lleva a cabo gracias a las donaciones que AEMI ha ido recogiendo para esta causa. (Lo nombramos para al final, hablar de la hucha de donaciones).

3. LA IMPORTANCIA DEL TACTO EN EL BEBÉ.

¿Porque el tacto es tan importante para el ser humano? Todo comienza en el seno materno:

- Es el primer sentido en desarrollarse (6-9 semana de gestación) y último en desaparecer.
- La piel es el mayor órgano sensorial de nuestro cuerpo, los seres humanos tenemos nuestra primera conexión con el mundo exterior.
- Nacemos tremendamente dependientes física y emocionalmente. El método piel con piel proporciona seguridad y apego seguro.
- En el masaje están presentes todos los elementos potenciadores del vínculo afectivo. Es Tacto Nutritivo.
- Hablar del vínculo y del apego.

En la página 18 del Manual del Educador puedes leer también “Unas palabras sobre el tacto” y la página 26 más el capítulo 5, que abarca todo lo relacionado con el vínculo y el apego.

4. BENEFICIOS DEL MASAJE INFANTIL

Para los bebés

- Interacción
- Relajación
- Estimulación
- Alivio

Para los padres

Para toda la familia

Para toda la sociedad

En este apartado os podéis apoyar en el capítulo 4 del manual que trata más de cerca los beneficios para el bebé, la familia y la sociedad.

5. LA RELAJACIÓN, EL MOMENTO DE PEDIR PERMISO y OBSERVAR LA RESPUESTA DEL BEBÉ

Nuestro estado de ánimo se transmite a las personas que nos rodean. Por eso, aunque no se realice el masaje, hay que explicar la importancia de la manera de comunicarse del bebé, a través de señales, y reconocer y respetar estas señales. Esto les permite comenzar a practicar un diálogo respetuoso con su bebé y dejar de hacer el masaje si el bebé muestra señales de rechazo. Los bebés son seres únicos y que tienen su propia manera de expresar las señales de "sí" y "no". Debemos entenderlas y responder apropiadamente observándolas en su conjunto.

6. SITUACIONES ESPECIALES Y CONTRAINDICACIONES

- Cuándo no dar masaje (vacunas, fiebre, malestar, patologías...)
- Piel atópica, irritada...
- Aceites (vegetales de alta calidad): posibles alergias, comprobar en antebrazo.

PARTE PRÁCTICA

Mostramos a las familias otra forma de interactuar con sus hijos sin usar movimientos dirigidos. Aquí os damos una muestra de cómo se puede hacer. Tenemos en cuenta conceptos básicos en el masaje del Programa de IAIM:

- Manos que reposan – respiración con consciencia y búsqueda de la mirada.
- Pedir permiso.
- Gradualidad.

RECORDAR: Sólo un progenitor realiza el masaje

1. Toma de contacto “VinculArte”

Cada mamá/papá se sienta cómodamente junto a su bebé y se le invita a ir explorando cada uno de los elementos vinculares de manera individual, durante un minuto aproximadamente.

- **Tacto** – En silencio y con los ojos cerrados, centrando toda la atención en la información táctil, las mamis/papis redescubren las manos de sus bebés a través del tacto (las uñitas, las arruguitas, suavidad, forma...).
- **Mirada** – Sin hablar, ni tocar, centrándose únicamente en la búsqueda de la mirada del bebé.
- **Olor** – Con los ojos cerrados, en silencio, sin tocar al bebé, invitamos a los padres a oler a su bebé su pelo, su mano, su pie...).
- **Voz/ Oído** – Con los ojos cerrados, sin tocar al bebé, invitamos a los padres a usar la voz y la escucha activa. Aquí es muy bonito invitarles a que digan el nombre de su bebé de diferentes maneras o cantarles.
- **Sonrisa** – trabajar la reciprocidad de la sonrisa a través de las neuronas espejo. Sólo mirada y sonrisa. Sin tocar al bebé, ni hablarle, observar cómo responde a nuestra sonrisa.

- **Llanto** – Si durante la dinámica alguno de los bebés comienza a llorar podremos hablar de la importancia de acompañar al bebé en su llanto, no dejarle sólo. Hablar del llanto como forma de expresión del bebé y la necesidad de ser escuchado, atendido. Responder de forma sensible a sus necesidades.

Carolina Rodríguez, creadora de la dinámica, os ofrece una breve presentación de esta en un video: VinculArte (pedir enlace a oficina o al Circulito de Ferias, Jornadas y Congresos).

2. El programa de Masaje Infantil:

Desarrollado por Vimala McClure está influenciado por el antiguo masaje de la India, el masaje moderno Sueco y técnicas de yoga y reflexología. A partir de éstos desarrolló una mezcla de energía saliente y entrante de disminución de tensión y estimulación.

Los tipos de movimientos se caracterizan fundamentalmente por tres factores: **dirección, presión y velocidad.**

A la hora de hablar de las técnicas de Masaje Infantil, haremos más hincapié en lo que les aporta a las familias y los bebés, lo que obtenemos con estos tipos de toques o la manera de acercarnos al cuerpo del bebé. Damos más importancia a los beneficios. Los movimientos los podemos dividir en 2 grupos: relajantes/sedantes y estimulantes/energizantes

Relajantes o sedantes:

Los movimientos deben aplicarse siempre desde el centro del cuerpo del bebé hacia el exterior: del corazón hacia fuera, de la cadera hacia el tobillo, del hombro a la muñeca. La presión que se debe aplicar es firme, profunda, evidentemente sin dañar al bebé (lo que denominamos amable firmeza). Lo realizaremos siempre de forma lenta y rítmicamente.

Los movimientos pueden ser:

- **Arrastre:** se hace generalmente con la palma y el canto de la mano, deslizándola siempre en un mismo sentido.
- **Vaciado:** el vaciado relajante se denomina hindú. Mientras sujetamos con una mano, con el borde interno de la otra realizamos un vaciado en las extremidades.
- **Rodamiento:** realizando un movimiento de vaivén en las extremidades con las palmas de ambas manos.
- **Vibración:** sujetando con suavidad se realizan movimientos vibratorios para relajar la musculatura.
- **Peinado:** similar al Arrastre pero realizado con las yemas de los dedos, colocándolos como un rastrillo.

Estimulantes o energizantes:

Los movimientos se aplican desde fuera del cuerpo hacia dentro: en dirección al corazón, del tobillo hacia la cadera, desde la muñeca hacia el hombro. Estos serán menos intensos en cuanto a presión, sin olvidar que no son caricias o cosquillas. Esta vez los movimientos serán más rápidos, aunque igualmente con ritmo.

Los movimientos pueden ser:

- **Vaciado:** cuando nos referimos a un vaciado estimulante nos referimos a la técnica sueca, es decir, los movimientos se realizan de la misma forma, pero en sentido contrario (de fuera hacia dentro), aplicando menos presión, y con mayor velocidad.
- **Arrastre:** la misma técnica, aplicando los mismos tres principios del masaje estimulante: de fuera a adentro, menor presión y mayor velocidad.
- **Amasamiento:** aunque también es una técnica relajante, provoca una estimulación de los sistemas orgánicos donde se aplica, mejorando y regulando su funcionamiento, a la vez que relaja y alivia molestias de estos.

El total de movimientos incluidos en el protocolo es de 58, incluyendo estiramientos y una secuencia específica para cólicos.

3. Poniendo en práctica la dinámica de VinculArte:

En esta parte podéis poner en práctica la dinámica anterior a través de canciones que os propongan las familias. A través de la canción o el cuento permitimos que entren en escena todos los elementos vinculares con los que se ha trabajado por separado. Aquí una pequeña muestra de canciones de regazo:

- Tengo una hormiguita.
- Este fue a por leña.
- Casco un huevo.
- Sube, sube la arañita.
- Mi carita redondita.

DESPUÉS DE LA PRÁCTICA:

1. ESTRUCTURA BÁSICA DE LOS CURSOS DE MASAJE INFANTIL PARA FAMILIAS:

- Explicar en qué consisten los cursos de Masaje Infantil. Dejando especialmente claro que el curso consta de 5 sesiones, de 60-90 minutos, una vez a la semana.
- Distinguir entre cursos para bebés de hasta 1 año del de Masaje y Juegos (de 1 a 6 años).
- Los movimientos de Masaje incluyen: Piernas y Pies, Abdomen, Pecho, Brazos y Manos, Cara y Espalda.
- Recordar que tenemos un sorteo y una hucha de Obra Social. (Sólo en las Ferias en las que AEMI participa).

2. ¿PREGUNTAS? (recoger y atender las preguntas que puedan surgir).

“Masaje Infantil, porque la piel es el primer lenguaje”