A.I.M.I

Il Massaggio Infantile

..... per vivere un'esperienza di profondo contatto con il nostro bambino.

Il massaggio del bambino non è una tecnica,
è un modo di stare con il proprio bambino.

Il massaggio del bambino è un'antica tradizione presente nella cultura di molti paesi.
Recentemente è stata riscoperta e si sta espandendo anche nel mondo occidentale anche in seguito al fatto che l'evidenza clinica e le recenti ricerche hanno confermato l'effetto positivo del massaggio sullo sviluppo e sulla maturazione del bambino a diversi livelli.

Origini

Vimala McClure, americana del Colorado, è la persona che ha operato per la diffusione del massaggio infantile in occidente.
Dopo un'esperienza di lavoro in un orfanotrofio in India, durante la quale ha condiviso le tradizioni locali e appreso le modalità di massaggio del bambino tradizionale indiano, decide di studiare ed approfondire i benefici di tale pratica.

Origini

Siamo nel 1976, Vimala attende il suo primo bambino. Alla nascita perfeziona, attraverso la sua personale esperienza, la sequenza dei massaggi e ne verifica in prima persona i benefici sia per i bambini che per i genitori.

Il passaggio successivo è quello di comunicare ad altri genitori la propria esperienza.

Inizia, così, ad insegnare il massaggio a piccoli gruppi di genitori e bambini e scrive il suo primo libro "*Infant Massage: a Handboock for Loving Parents*", tradotto in molte lingue e pubblicato dal 2000 anche in Italia, dall'editore Bonomi, con il titolo "**Massaggio al bambino Messaggio d'amore**".

Studi, approfondimenti e l'esperienza personale hanno condotto Vimala a elaborare il massaggio così come viene insegnato ancora oggi ai genitori, integrando in un'unica armonica sequenza diversi massaggi, aventi origine differente, a motivo dei benefici che questi apportano ai bambini.

Per capire più a fondo il significato del massaggio del bambino occorre dedicare particolare attenzione alla pelle, alla sua straordinaria capacità di memorizzare gli stimoli e di trasmettere al cervello sensazioni piacevoli e/o sgradevoli.

Leboyer ha affermato (1976) che “per il bambino l’essere cullato, carezzato, tenuto in braccio rappresenta nutrimento indispensabile come le vitamine, le proteine i sali minerali”.

La pelle è un sistema di comunicazione gigantesco, il contatto, il calore delle mani possono regalare sensazioni piacevoli che rimangono nella memoria, esistono infatti fibre nervose speciali che trasmettono al cervello segnali di benessere.

Il tatto si sviluppa nell'embrione prima dell'ottava settimana di gestazione. Sebbene il bambino sia più piccolo di 1 cm, la sensibilità della sua pelle è molto sviluppata.

E' con le mani che si inizia a parlare al bambino, toccarlo costituisce il primo linguaggio.

Si scopre di colpo quanto sia importante il contatto.

BENEFICI: per il bambino

I benefici del massaggio possono essere considerati sotto diverse prospettive.

Si possono suddividere in :

- INTERAZIONE
- STIMOLAZIONE
- SOLLIEVO
- RILASSAMENTO

INTERAZIONE

Il capitolo dei benefici che a noi dell'AIMI sta più a cuore e' quello dell'interazione e attaccamento.

Infatti noi non insegniamo a massaggiare i bambini, ma insegniamo ai genitori a massaggiare i propri figli.

Attraverso il massaggio infatti si facilita il processo del **bonding** (attaccamento): si pone come momento di nutrimento affettivo e di sostegno nell'arte di essere genitori.

INTERAZIONE

Il bonding è un processo presente in natura e si stabilisce quando due particelle diverse si avvicinano e si attraggono, determinando una relazione dinamica e riducendo entità separate in uno stato di unità.

INTERAZIONE

Nel caso della relazione genitori/bambino la creazione del legame è una questione di interazione reciproca in cui ogni partner ha un ruolo nel facilitare la relazione, è una danza durante la quale i partner si seguono, si guidano, si sostengono, si ascoltano e si assecondano creando la loro danza. E come nella danza c'è contatto, ritmo, calore, intesa di sguardi e di

INTERAZIONE

Il massaggio infantile permette il rinforzo della comunicazione verbale e non verbale

La prima forma di comunicazione che il bambino riceve ed il primo linguaggio del suo sviluppo avvengono attraverso **la pelle**.

Comunicare attraverso il **contatto visivo**: gli occhi del neonato sono fatti per mettere a fuoco dai 17 ai 30 cm , che è esattamente la distanza che c'è tra il viso della mamma e del bambino tenuto in braccio; inoltre è attratto dai contrasti e mette a fuoco cose rotonde e scure (come il capezzolo della mamma e gli occhi).

Mettersi in ascolto dei segnali del bambino

STIMOLAZIONE

Principalmente viene stimolato il tatto come organo di senso

Vengono inoltre stimolati i sistemi:

- **respiratorio**, favorendo l'assunzione di O^2 e l'eliminazione di CO^2.
- **cardiocircolatorio** , favorendo la perfusione periferica
- **gastro-intestinale**: il massaggio in senso orario aiuta la peristalsi e l'evacuazione di aria e feci, ma un buon contatto favorisce anche una migliore digestione e assimilazione del cibo che incrementa la crescita.

STIMOLAZIONE

- **immunitario**: la stimolazione cutanea nella prima infanzia esercita un'influenza benefica sul sistema immunitario con importanti conseguenze sulla resistenza alle infezioni e alle malattie.
- **linfatico** favorendo il ritorno linfatico e quindi una migliore nutrizione delle cellule e una più veloce eliminazione delle tossine.
- **neuro-ormonale**: il contatto abbassa i livelli dell'ormone dello stress (corticotropina ACTH) nel sangue. Lo stress è una componente naturale della vita del bambino, con il massaggio non si annulla lo stress ma si forniscono al bambino gli strumenti per gestirlo.

STIMOLAZIONE

Viene poi il capitolo della stimolazione sensoriale.

Il contatto visivo: durante il massaggio il bambino osserva il volto, nota le espressioni, se tenuto nella posizione a *culla* col capo allineato con il resto del corpo riceve stimolazioni simmetriche e ciò naturalmente acuisce la capacità visiva e la messa a fuoco, accelerando la mielinizzazione del nervo ottico e quindi la funzionalità visiva

STIMOLAZIONE

Pensiamo all'udito: durante il massaggio la madre (o il padre) parla al bambino con una voce che conosce (o riconosce) e comincia a *misurare le distanze*. Parlare al bambino diventa anche un rinforzo del linguaggio. Il bambino, quando la madre parla, per imitazione produce dei suoni e la madre (o il padre) li rinforza creando così un primo dialogo verbale.

Inoltre l'odorato: la vicinanza e lo stretto contatto fanno si che la madre e il bambino si riconoscano, soprattutto nei primi mesi. Infatti si consiglia di usare un olio non profumato.

STIMOLAZIONE

Il massaggio di tutto il corpo permette una precoce e completa percezione e conoscenza dello schema corporeo a livello cerebrale.

STIMOLAZIONE

In ultimo non è da trascurare **lo stimolo alla relazione e al gioco**: nei primi mesi il bambino non usa oggetti per giocare, i primi elementi di gioco sono il viso della madre (padre), la bocca soprattutto, i capelli, le sue manine, più tardi i piedini. La madre gioca con il corpo del suo bambino (*formichina formichina*) col viso (*questo è l'occhio bello, questo è suo fratello*), le manine (*pollice dice non c'è di pane, indice dice come faremo?…*), con i piedi (*piedino bel piedino…*) e inventa filastrocche per lui.

SOLLIEVO

- Gas e coliche intestinali
- Stitichezza
- Fastidi della dentizione
- Raffreddore (liberare il nasino)

Un importante momento di sollievo si ha quando attraverso il massaggio il bambino può dar sfogo ad una tensione emotiva, magari con un bel pianto o una energica attività motoria per poi sprofondare in un bel sonno ristoratore.

RILASSAMENTO

- Regolazione degli stati comportamentali
- Situazioni di calma
- Capacità di autoconsolazione
- Normalizzazione del tono muscolare
- Regolazione ritmo sonno-veglia

Il bambino è un essere aperto e quindi anche vulnerabile che attraverso il tocco amorevole impara a lasciarsi andare: dobbiamo avere per lui il massimo rispetto e chiedergli il ***permesso*** di essere massaggiato.

Durante il massaggio c'è un grande scambio di amore e calore umano e si nutre il bambino di sensazioni positive che sono la premessa di un comportamento positivo, di autostima che lascia il bambino libero di esprimere le proprie emozioni

GRAZIE!