

# IL MASSAGGIO DEL BAMBINO



## COS'È IL MASSAGGIO SECONDO L'A.I.M.I. (Associazione Italiana Massaggio Infantile)

**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.

L'evidenza clinica e recenti ricerche hanno, inoltre, confermato l'effetto positivo del massaggio sullo sviluppo e sulla maturazione del bambino a diversi livelli. Il massaggio del bambino è semplice, ogni genitore può apprenderlo facilmente, è flessibile e si può adattare alle esigenze di ogni bambino fin da piccolo e durante le diverse fasi della sua crescita.

*Con il massaggio possiamo accompagnare, proteggere e stimolare la crescita e la salute del nostro bambino, è un mezzo privilegiato per comunicare ed essere in contatto con lui.*

Vimala McClure, americana del Colorado, ha operato per la diffusione del massaggio infantile in occidente. Le origine della sequenza sono: il massaggio tradizionale indiano, la sequenza di massaggio svedese, lo yoga ed elementi della riflessologia plantare.

Il massaggio aiuta la trasmissione di calore e amore necessari per vivere quanto il nutrimento.

## BENEFICI DEL MASSAGGIO

Il massaggio porta benefici al bambino, ai genitori, alla famiglia.

### BENEFICI PER IL BAMBINO

- **STIMOLAZIONE:** integrazione sensoriale, percezione del proprio corpo, sistemi corporei (circolatorio, digerente, ormonale, immunitario, linfatico, nervoso, respiratorio, vestibolare, propriocettivo), capacità cognitive e sviluppo del linguaggio.
- **INTERAZIONE:** contatto precoce con entrambi i genitori, bonding e attaccamento, amore ed empatia, contatto, tocco che nutre, nascita di fiducia ed autostima.
- **SOLLIEVO** da coliche gassose, fastidi da dentizione, ipersensibilità al tocco.
- **RILASSAMENTO:** miglioramento ritmo sonno/ veglia, maggiore capacità di autoconsolazione ed autoregolazione, riduzione degli ormoni dello stress ed aumento ormoni di rilassamento.

### BENEFICI PER I GENITORI

- Bonding e attaccamento
- Migliore capacità di osservare e comprendere i segnali del bambino
- Tempo dedicato al bambino
- Coinvolgimento precoce di entrambi i genitori
- Riduzione degli ormoni dello stress e quindi maggiore rilassamento e qualità del sonno
- Stimolazione della lattazione e riduzione della depressione post-parto

### BENEFICI PER LA FAMIGLIA

- Coinvolgimento dei fratelli nella cura del neonato
- Riduzione della gelosia e dei conflitti tra fratelli
- Momenti di tranquillità e benessere
- Cultura del rispetto verso l'altro e del "tocco buono"



## I CORSI DI MASSAGGIO

L'insegnamento del massaggio avviene in piccoli gruppi di genitori e bambini (0-12 mesi). Il corso, condotto da un'insegnante A.I.M.I. (Associazione Italiana Massaggio Infantile), consiste in 5 incontri monosettimanali della durata di un'ora e mezzo circa.

Durante gli incontri, attraverso momenti teorici, pratici e discussioni, si affrontano temi quali:

- la teoria e la pratica del massaggio
- il rilassamento del bambino
- legame madre-padre-bambino
- la comunicazione non-verbale (sorriso, contatto attraverso lo sguardo e la pelle...)
- come variare il massaggio durante la crescita del bambino
- il trattamento, attraverso il massaggio del bambino, di manifestazioni molto frequenti nella primissima infanzia quali stipsi, meteorismo, coliche addominali, il pianto
- il massaggio e il bambino prematuro, ospedalizzato, disabile, in adozione, in affidamento

**IMPORTANTE!!** Il massaggio è un tempo di benessere per bambini e genitori quindi i tempi sono dettati dai bambini, dalle loro esigenze e dalla loro disponibilità a lasciarsi massaggiare. I genitori possono allattare, cambiare il pannolino, alzarsi e camminare ... fare cioè tutto ciò che li fa stare bene insieme. Il pianto sia dei genitori che dei bambini è bene accetto!!

### FASI DEGLI INCONTRI DI MASSAGGIO

1. Accoglienza dei genitori con i loro bambini
2. Rompighiaccio e rilassamento dei genitori
3. Richiesta del permesso
4. Sequenza di massaggi
5. Discussione di argomenti proposti dai genitori o dall'insegnante
6. Eventuale ripetizione di alcuni massaggi
7. Saluti

### COSE DA PORTARE

Tutto ciò che serve per cambiare il proprio bambino e per dargli da mangiare.  
Un asciugamano o telino.

### PER ULTERIORI INFORMAZIONI

ASSOCIAZIONE INTERNAZIONALE MASSAGGIO INFANTILE - [www.iaim.net](http://www.iaim.net)  
ASSOCIAZIONE ITALIANA MASSAGGIO INFANTILE - [www.aimionline.it](http://www.aimionline.it)  
"Massaggio al bambino, messaggio d'amore", Vimala McClure. Bonomi Editore

Dott.ssa Alessia Vanzo - E-mail [alessia.vanzo@aimionline.it](mailto:alessia.vanzo@aimionline.it), [lalessiavanzo@libero.it](mailto:lalessiavanzo@libero.it), Cell 3485448675

***"Il massaggio dei neonati è un'arte antica e profonda,  
Semplice ma difficile,  
Difficile perché semplice,  
Come tutto ciò che è profondo"***  
**F. Leboyer**