

## MASAJE INFANTIL

Silvina Kamisky

*Las caricias, los contactos piel a piel, los masajes, todo ello alimenta al niño. Es un alimento tan necesario como los minerales, vitaminas y proteínas.*

Frederick Leboyer

El contacto cutáneo desde el primer día de vida es un elemento muy importante para conseguir un buen clima de amor.

Los padres de hoy se enfrentan con la responsabilidad de preparar a sus hijos para que lleguen a triunfar en el mundo del futuro, un mundo de presiones y de incertidumbre. Es posible que el mejor regalo que un padre pueda hacer a su hijo es proporcionarle un clima de amor, estímulo y calidez. Un ambiente de este tipo aumentará la confianza del niño en sí mismo y producirá alegría, sin necesidad de innecesarias tensiones corporales. El contacto que produce el masaje infantil llega a tener un gran valor, no solo en el desarrollo de una personalidad positiva, sino en la práctica temprana del control del estrés en los niños. También el padre y la madre obtendrán paz y provecho del masaje infantil.

Todas las madres del planeta acunan, acarician y dan masajes a sus hijos cada día. Todas las madres saben que sus hijos deben ser mimados, acariciados, abrazados o acunados. El arte del masaje infantil forma parte de aquellas tradiciones que se transmiten de padres a hijos a lo largo de la historia.

### Ventajas de la estimulación cutánea

Las ventajas del masaje infantil tienen tanto para los niños como para los padres un alcance mucho más amplio. Para los niños, el masaje es mucho más que una experiencia agradable y sensual, o un tipo de terapia física. Es una forma de mantener la salud y el bienestar.

El masaje ayuda a los padres a sentirse útiles y recibir una respuesta positiva de parte de sus pequeños.

La sensibilidad de la piel es una de las funciones más importantes del cuerpo y una de las que se desarrolla en un estadio más temprano. La estimulación cutánea es esencial para un correcto desarrollo orgánico y psicológico.

La estimulación sensorial natural del masaje acelera la mielinización del cerebro y sistema nervioso. La vaina de la mielina es una cubierta de grasa alrededor de cada nervio, protege y acelera la transmisión de los impulsos desde el cerebro al resto del cuerpo.

El estrés puede comenzar a influir en un niño aun antes de nacer. Las hormonas del estrés, presentes en el torrente sanguíneo de la madre, a través de la placenta afectan directamente al pequeño. Nuestros niños nacidos en un mundo tecnológico deben aprender a convivir con el estrés para llegar a sobrevivir y prosperar.

El estrés de enfrentarse a situaciones desconocidas y transformarlas en algo familiar y predecible es esencial en el desarrollo del cerebro infantil.

Pero el estrés sin su opuesto, la relajación, el estrés puede producir sobreestimulación, agotamiento y shock.

Cuando el estrés se va acumulando, sin la acción benéfica del relax, el cuerpo comienza a bloquear las entradas sensoriales y el proceso de aprendizaje queda totalmente detenido.

Lo antedicho se relaciona con el masaje infantil porque el masaje es una de las experiencias de relajación efectiva que pueden ofrecerle al niño. Pueden enseñar a sus hijos cómo relajar sus cuerpos antes una situación de estrés.

El aprender esta técnica durante las primeras etapas de la vida permite incorporarla al sistema natural, algo similar a los anticuerpos que protegen al cuerpo de las enfermedades.

Un masaje diario eleva el umbral de estimulación. Los bebés tienen dificultades a la hora de manejar la estimulación, van desarrollando una tolerancia gradual. Los niños con un alto grado de exigencias comienzan a saber regular sus respuestas frente a experiencias agotadoras, reduciendo así el nivel de tensión desarrollado durante el día. Los niños que padecen cólicos pueden relajar sus cuerpos para que la tensión no sea un elemento adicional de perturbación. Un masaje regular proporciona a los bebés un programa temprano de prevención contra el estrés que puede ser muy útil para los años venideros.

Aquellas personas que han contado con una infancia segura, cálida, que han sido escuchadas, que han tenido un buen contacto visual con sus padres y que han sido queridas, tienden a tener relaciones más saludables con los demás.

La práctica del masaje infantil crea vínculos de confianza y amor, es una buena lección de ternura, cariño, apertura y respeto: todo un bagaje positivo que su hijo llevará consigo a la vida adulta.