



Nata nel 2006, sostiene il servizio Nidi Famiglia Happy Children, organizza incontri per le famiglie del territorio per creare una rete di solidarietà e collaborazione.
Sede: San Donato Milanese.



L'A.I.M.I., nata nel 1989, è un'associazione non lucrativa che opera sul territorio nazionale con lo scopo di diffondere la pratica del massaggio del bambino per i benefici che esso apporta nello sviluppo armonico dell'essere umano. Il suo obiettivo è incoraggiare il contatto ed i rapporti umani durante il periodo della crescita del bambino, promuovere ricerche e corsi di preparazione e di istruzione in modo che genitori, operatori della prima infanzia, bambini, siano amati valorizzati e rispettati dalla comunità mondiale. www.aimionline.it

*Il massaggio dei neonati
è un'arte antica e profonda.
Semplice ma difficile
difficile perchè semplice
come tutto ciò che è profondo.
Frédérick Leboyer*



Associazione Italiana
Massaggio Infantile



MASSAGGIO AL NEONATO

*per bambini 0-12 mesi e mamma/papà
4 incontri da 1 ora e mezza*



*Per informazioni e prenotazioni:
Elisa 388.5668846*

COS'È IL MASSAGGIO INFANTILE?

È un'antica tradizione presente nella cultura di molti paesi che recentemente è stata riscoperta e si sta espandendo anche nel mondo occidentale. L'evidenza clinica e recenti ricerche hanno confermato l'effetto positivo del massaggio sullo sviluppo e sulla maturazione del bambino a diversi livelli. Il massaggio è semplice, ogni genitore può apprenderlo facilmente, flessibile, e lo può adattare alle esigenze del 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.

LE ORIGINI

Vimala Schneider McClure, americana del Colorado, ha operato per la diffusione del massaggio infantile in occidente. Dopo aver lavorato in un orfanotrofio in India, durante la quale ha appreso le modalità di massaggio del bambino tradizionale indiano, decide di studiare ed approfondire i benefici di tale pratica. Alla nascita del suo primo figlio, nel 1976, perfeziona la sequenza dei massaggi e ne verifica in prima persona i benefici per i bambini e 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 Handbook for Loving Parents", pubblicato in Italia col titolo "Massaggio al bambino, Messaggio d'amore". Studi, approfondimenti e l'esperienza personale hanno condotto Vimala ad elaborare il massaggio come viene insegnato ancora oggi, integrando in un'unica armonica sequenza diversi massaggi, di origine differente, a motivo dei benefici che questi apportano ai bambini. Le origini della sequenza sono il massaggio tradizionale indiano, il massaggio svedese di Henric Ling del XIX secolo, lo yoga ed la riflessologia plantare. Numerose ricerche e studi scientifici nel corso degli anni hanno confermato i benefici che la pratica del massaggio offre ai bambini, ai genitori e alla loro relazione.



- neurologico, aiuto nel recuperare la psiche ferita, migliora la relazione, migliora la capacità di riconoscimento dei bisogni.
- **Per il genitore:** nutre e sostiene nell'arte di essere genitori
- il massaggio aiuta a costruire il legame di **attaccamento**, è rassicurante perché offre uno strumento per stare con il bambino; nelle situazioni particolari il massaggio aiuta superare la paura del contatto e a vedere il bambino come individuo, che necessita del rapporto e del contatto con i genitori oltre che della tecnologia dell'ospedale.

E' chiaro quindi che i benefici del massaggio non sono rivolti al bambino ma anche ai genitori e alla loro relazione.



BENEFICI DEL MASSAGGIO

Molti studi hanno verificato e testimoniato i benefici del massaggio infantile sia a livello fisiologico che psicologico. In particolare la D.ssa Tiffany M. Field, coordinatrice e ricercatrice presso l'unico centro mondiale che studia scientificamente la pelle come organo di senso, Il Miami Touch Research Institute, ha svolto più di cinquanta ricerche a riguardo che rivelano quanto il contatto sia importante per i neonati e i bambini come il nutrimento e il sonno e come il contatto e la pressione favoriscano la produzione di endorfine, i naturali soppressori del dolore.

- Favorisce uno stato di **benessere** e il **rilassamento** nel bambino
- Aiuta il bambino a dare **solievo** alle tensioni provocate da situazioni nuove, stress o piccoli malesseri.
- Aiuta a prevenire e alleviare il disagio delle **coliche** gassose
- Regolarizza il **ritmo sonno-veglia**
- Favorisce nel bambino la **conoscenza delle varie parti del corpo**.
- Il massaggio di tutto il corpo permette una precoce e completa percezione e conoscenza dello **schema corporeo** a livello cerebrale.
- **Stimola il tatto** come organo di senso in quanto la pelle stimolata manda, attraverso le vie nervose, afferenze al cervello dove vengono elaborate creando così un rapporto con l'ambiente. Una conseguenza diretta di questa stimolazione è l'accelerazione della mielinizzazione delle fibre nervose, processo che il neonato non ha ancora completato. Lo sviluppo neurologico del bambino è collegato alla qualità delle esperienze sensoriali che il piccolo vive nel suo rapporto con la madre (manipolazione, dialogo, contatto fisico etc).
- **Stimola l'apparato respiratorio:** vengono favoriti l'assunzione e l'utilizzo di O² ed eliminazione di CO².
- **Stimola l'apparato cardiocircolatorio:** favorisce la perfusione periferica. Attraverso l'utilizzo della PO² trans-cutanea si è visto come la presenza di stress possa essere causa di differenze individuali dei livelli di ossigeno. Il massaggio aiuta a mitigare queste fluttuazioni e può essere usato per mantenere il bambino in uno stato di quiete in presenza di avvenimenti stressanti (prelievi etc.).



- **Stimola l'apparato gastro-intestinale:** il massaggio in senso orario aiuta la peristalsi e l'evacuazione di aria e feci, un buon contatto favorisce anche una migliore digestione e assimilazione del cibo che incrementa la crescita.
- **Stimola il sistema immunitario:** la stimolazione cutanea esercita un'influenza benefica sul sistema immunitario con importanti conseguenze sulla resistenza alle infezioni e alle malattie.
- **Stimola il sistema linfatico** favorisce il ritorno linfatico e quindi una migliore nutrizione delle cellule e una più veloce eliminazione delle tossine.
- **Stimola il sistema neuro-ormonale:** il contatto abbassa i livelli di ACTH nel sangue e riduce lo stress, favorisce la produzione di ossitocina e prolattina, essenziali per la sopravvivenza e per rinforzare l'attitudine del prendersi cura nell'adulto.
- **Stimola la vista:** attraverso il diretto contatto visivo con la madre; il bambino osserva il volto (contorni e particolari) e nota le espressioni. Se tenuto nella posizione a culla col capo allineato con il resto del corpo riceve stimolazioni simmetriche e ciò acuisce la capacità visiva e la messa a fuoco, accelerando la mielinizzazione del nervo ottico e quindi la funzionalità visiva (la funzione crea l'organo).
- **Stimola l'udito:** sempre nella posizione a culla simmetrica la madre/padre parla al bambino con una voce adatta ad alta frequenza che conosce istintivamente. Il bambino riceve simmetricamente lo stimolo uditivo e comincia a misurare le distanze. Il bambino, quando la madre parla, per imitazione produce dei suoni e la madre li rinforza creando così un primo dialogo verbale.
- **Stimola l'odorato:** la vicinanza e lo stretto contatto fanno sì che la madre e il bambino si riconoscano, soprattutto nei primi mesi. Infatti si consiglia di usare un olio non profumato.
- **Stimola la relazione e il gioco:** nei primi mesi il bambino non usa oggetti per giocare, i primi elementi di gioco sono il viso della madre e del padre, la bocca soprattutto, i capelli, le sue manine, più tardi i piedini.



- Il capitolo dei benefici che a noi dell'AIMI sta più a cuore è 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. Il **bonding** è un processo presente in natura e si stabilisce quando due particelle diverse si avvicinano e si attraggono per la diversa polarità. 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 assecondano creando la loro danza. E come nella danza c'è contatto, ritmo, calore, intesa di sguardi e di movimenti. Il processo del bonding è sostenuto da tutta una serie di elementi: contatto visivo, pianto, voce, odorato, tatto, calore, ossitocina e prolattina. Attraverso lo stretto contatto fisico c'è un'augmentata produzione di ormoni materni che aiutano l'utero nelle contrazioni per espellere i residui del parto, aumentano la produzione di latte e aiutano la madre a rilassarsi e a rispondere ai bisogni del bambino in modo adeguato.
- Il massaggio aumenta la **fiducia** nel bambino. Il bambino è vulnerabile e attraverso il tocco amorevole impara a lasciarsi andare: è perciò che dobbiamo avere per lui il massimo rispetto e chiedergli il permesso massaggiarlo. In questo modo lo consideriamo una persona a tutti gli effetti e ci mettiamo in relazione con lui. 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. Infatti durante il massaggio può succedere che il bambino pianga e che l'adulto sia più disponibile ad accettarlo e ciò dà enorme fiducia al bambino (sono buono e accettato anche se piango). Inoltre è importante il coinvolgimento del padre: il bambino saprà distinguere attraverso il tocco diverso le due figure genitoriali che sono diverse ma ugualmente amorevoli. E' inoltre importante per il padre rafforzare il suo ruolo paterno e trovarsi un momento tutto per lui da dedicare al figlio senza interferenze esterne.
- Nel **bambino prematuro** è stato riscontrato: aumento di peso, riduzione del numero di giorni di ricovero ospedaliero, riduzione degli episodi di apnea; miglioramento del recupero dello sviluppo

IL CORSO

CHI LO CONDUCE? I corsi sono condotti da un'insegnante di massaggio al neonato dell'Associazione Italiana Massaggio Infantile.

A CHI E' RIVOLTO? Ai bambini da 0 a 1 anno, meglio se 0-8 mesi che vengono massaggiati dai loro genitori, uno o entrambi.



QUANDO E QUANTO DURA? Il corso si sviluppa in 4 incontri a cadenza settimanale della durata di circa un'ora e mezza. I genitori imparano l'intera sequenza dei massaggi, ripetendola più volte.

DOVE? L'incontro si svolge in una sala tranquilla e riscaldata per permettere ai bambini di rimanere svestiti per ricevere il massaggio. Il massaggio si svolge a terra, su un letto di materassini e i genitori possono sedersi su cuscini morbidi.

COME? L'insegnante insegna alla mamma/papà a massaggiare le zone del corpo del proprio bambino utilizzando un olio vegetale spremuto a freddo senza tracce di solventi né profumazioni che potrebbero recare disturbo al piccolo, al dolce suono di una ninna nanna. Gli incontri si sviluppano con la seguente modalità: 10 minuti di preparazione e rilassamento, 40 minuti circa di massaggio, 10-15 minuti di discussione tra i genitori e domande. L'insegnante non massaggia i bambini, massaggia una bambola adatta. Se si preferisce si può spogliare il bimbo una parte per volta, dove viene eseguito il massaggio. Se necessario il bambino può rimanere vestito ma in questo caso non potrà essere utilizzato l'olio. Sono disponibili traversine, asciugamani, salviette, pannolini, da bere... non è necessario che portiate niente, solo vestitevi comode (niente gonne!).

SE IL MIO BAMBINO NON VUOLE? Quando il vostro bambino dorme, piange o è in uno stato per cui il massaggio sarebbe inopportuno, potete partecipare ugualmente e iniziare a massaggiare appena il bimbo è disponibile, intanto potete osservare e fare eventualmente pratica su una bambola messa a disposizione per l'evenienza.