

TEORÍA Y PRÁCTICA DEL MASAJE INFANTIL

(TEORÍA)



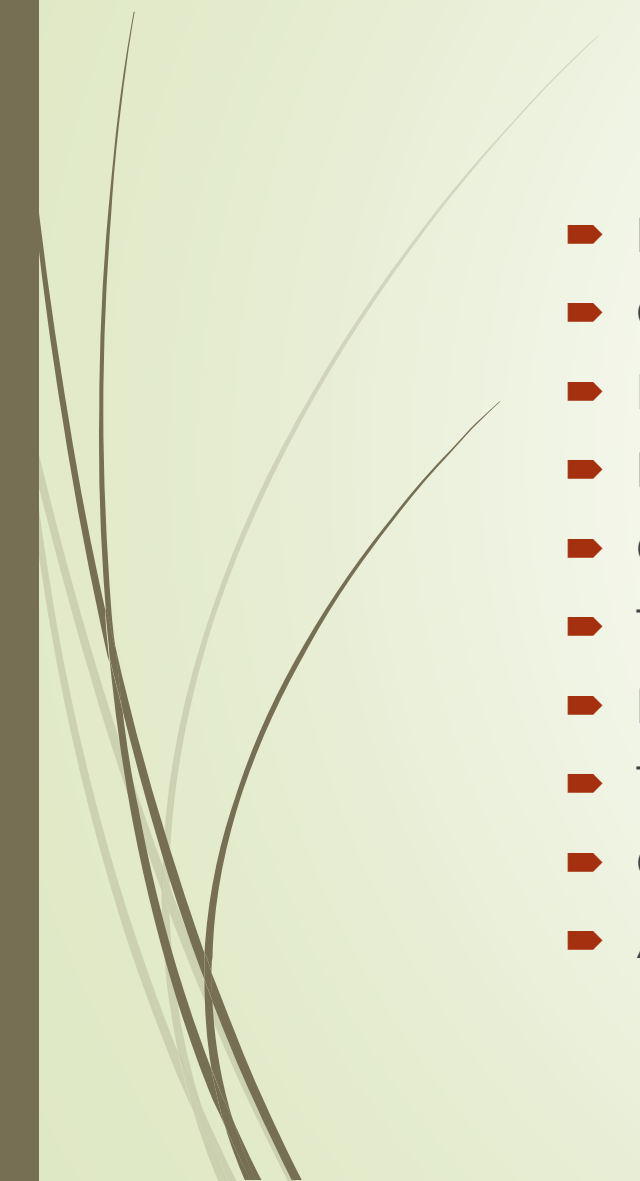
Félix Cañal González
Ldo. en Osteopatía



<https://www.pinterest.es/pin/185492078372549238/>



OBJETIVOS Y CONTENIDO DEL CURSO

- HISTORIA
 - CONCEPTOS FISIOLÓGICOS Y ANATÓMICOS DEL MASAJE
 - BENEFICIOS DEL MASAJE
 - PREPARACIÓN
 - CONTRAINDICACIONES
 - TÉCNICAS Y RUTINA DE MASAJE PARA BEBE
 - ENFERMEDADES Y SÍNTOMAS LEVES
 - TÉCNICAS Y RUTINA DE MASAJE PARA NIÑOS/AS
 - CONSEJOS ERGONÓMICOS PARA EL AULA Y CASA
 - APLICACIÓN EN EL AULA Y EN CASA
- 



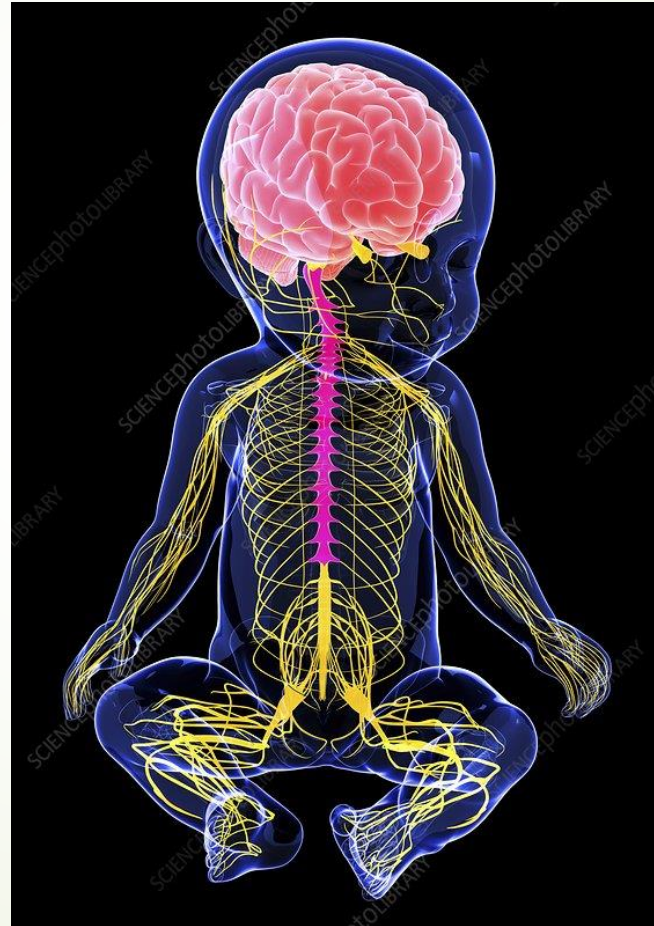
HISTORIA

- No existen registros de cuándo y dónde se originó el masaje infantil.
- Se ha practicado durante siglos en diferentes culturas de todo el mundo.
- Denominado masaje “Shantala” por el Doctor Frederick Leboyer.
- Popularizado en Occidente por Vimala McClure, fundó la IAIM en 1986.
- Actualmente está avalado por estudios científicos y utilizado incluso a nivel hospitalario para mejorar el desarrollo infantil.

CONCEPTOS FISIOLÓGICOS Y ANATOMICOS

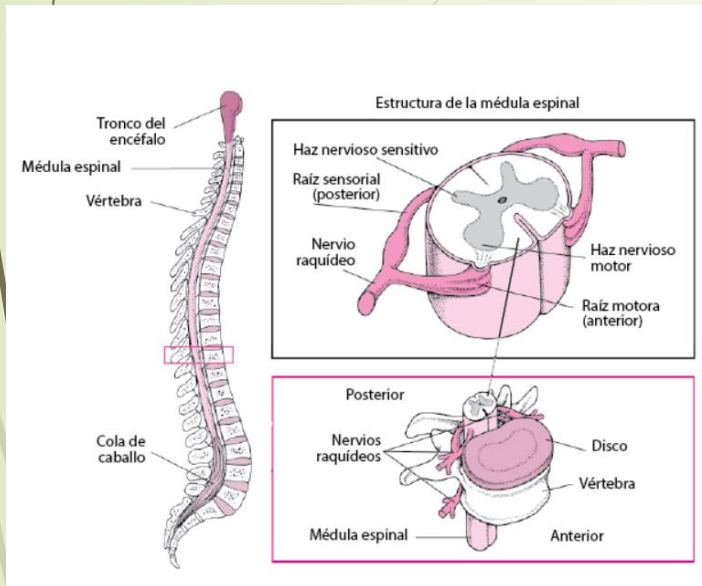


CONCEPTOS FISIOLÓGICOS Y ANATÓMICOS

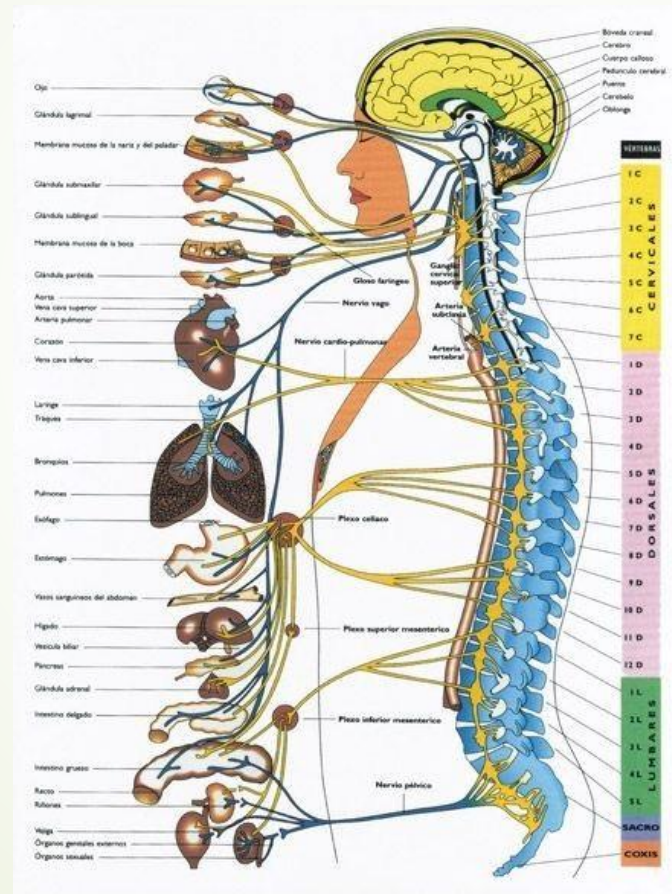


<https://www.sciencephoto.com/media/614768/view/baby-s-nervous-system-artwork>

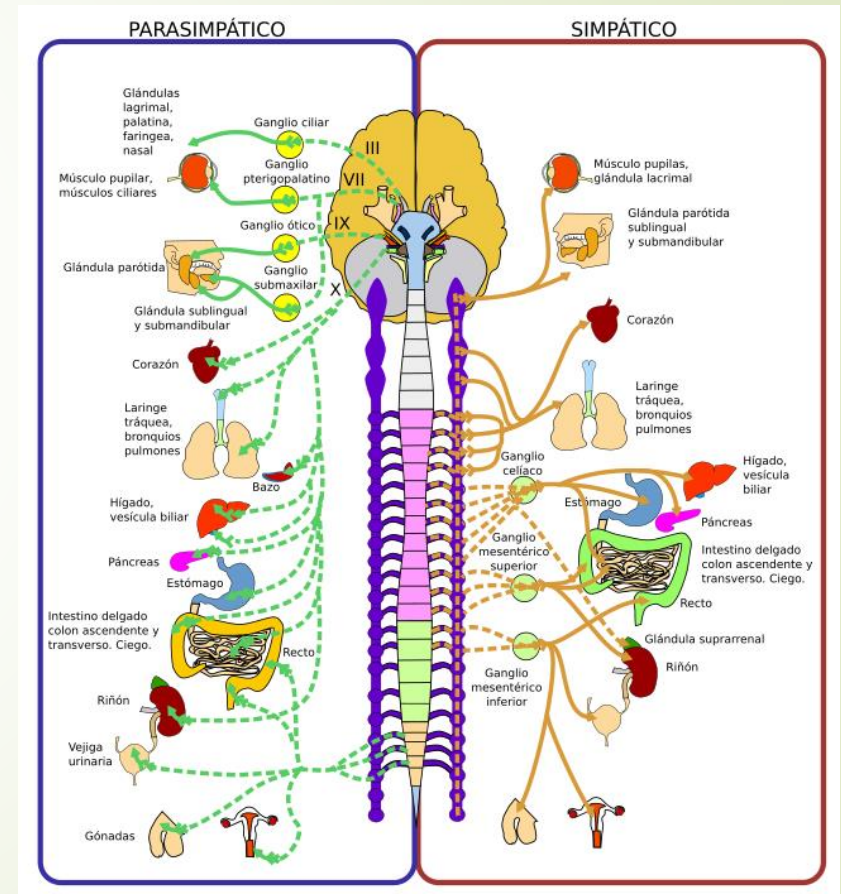
CONCEPTOS FISIOLÓGICOS Y ANATÓMICOS



<https://www.merckmanuals.com/>



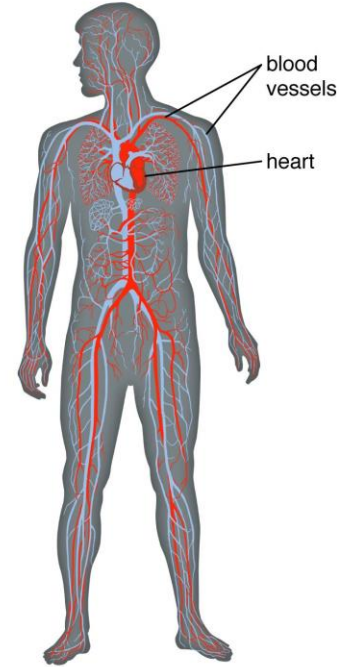
<https://www.centroquiopractico.es/que-son-las-subluciones/>



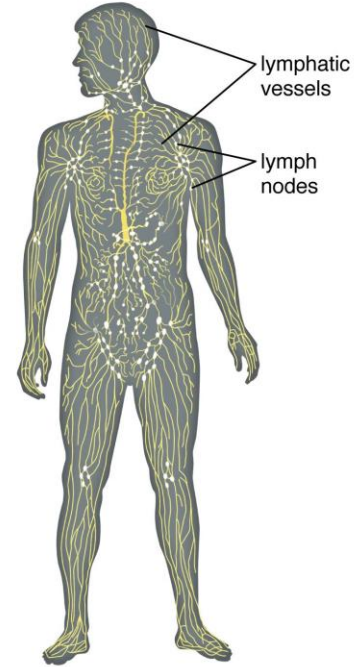
https://mmegias.webs.uvigo.es/2-organos-a/guiada_o_a_01snp.php

CONCEPTOS FISIOLÓGICOS Y ANATÓMICOS

Circulatory system
cardiovascular system

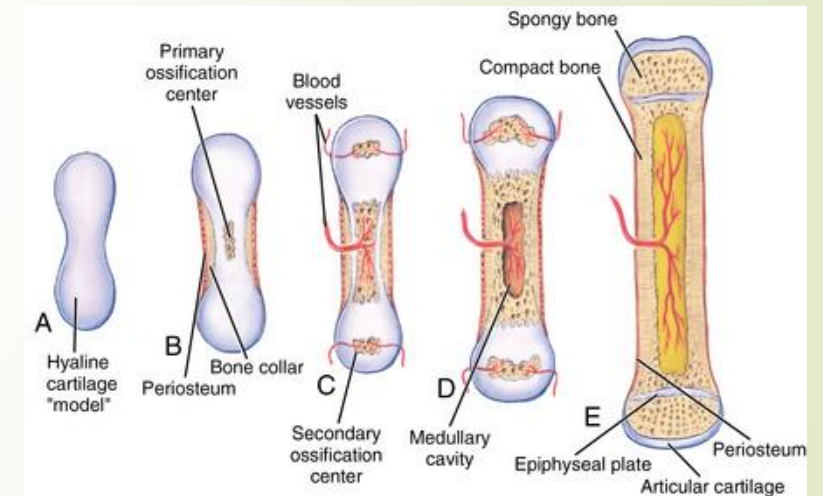
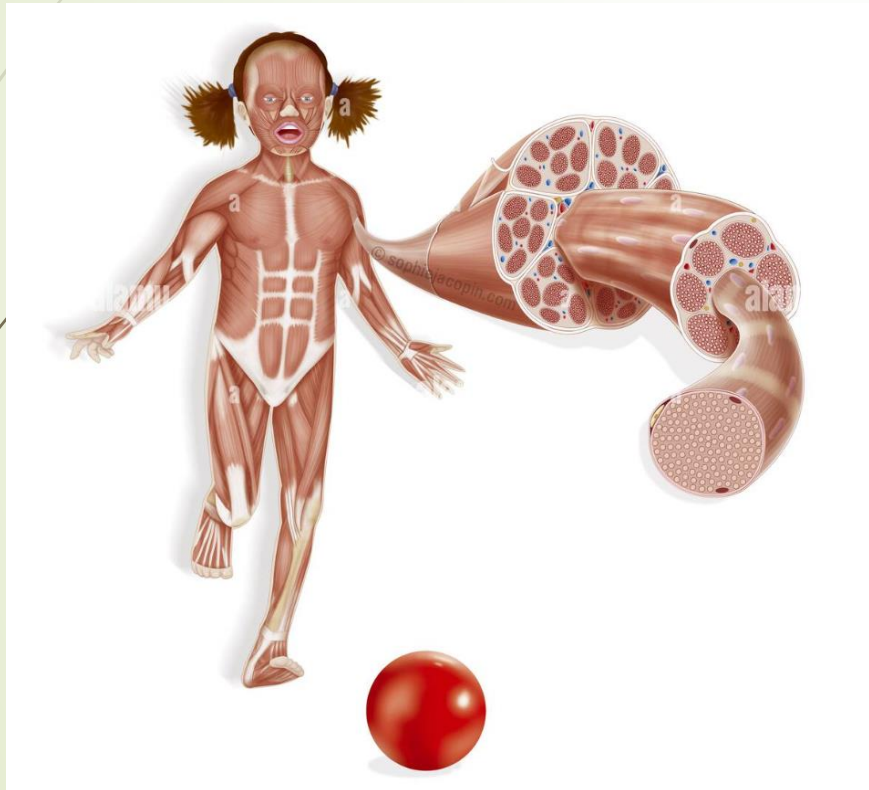


lymphatic system



© Encyclopædia Britannica, Inc.

CONCEPTOS FISIOLÓGICOS Y ANATÓMICOS



<https://www.alamy.es/sistema-muscular-musculo-image466107177.html?imageid=C3A88775-3E39-4906-AE39-0F1BD46A4948&p=163994&pn=1&searchId=b8698c3b7f77eff8364d88c2193044e2&searchtype=0>



BENEFICIOS DEL MASAJE

- Tiffany Field. **Pediatric Massage Therapy Research: A Narrative Review.** Children 2019, 6, 78
- Tiffany Field, PhD,*† Miguel Diego, PhD,* Maria Hernandez-Reif, PhD,‡ John N. I. Dieter, PhD,§ Adarsh M. Kumar, PhD,¶ Saul Schanberg, MD, PhD, Cynthia Kuhn, PhD. **Insulin and Insulin-Like Growth Factor-1 Increased in Preterm Neonates Following Massage Therapy.** Journal of Developmental & Behavioral Pediatric. Vol. 29, No. 6, December 2008
- Lynn Barnett (2005) **Keep in touch: The importance of touch in infant development, Infant Observation:** International Journal of Infant Observation and Its Applications, 8:2, 115-123
- Tiffany Field. **Massage therapy for infants and children. Developmental and behavioural pediatrics.** Vol. 16, No. 2. April 1995.



BENEFICIOS DEL MASAJE

- Cherry Bond. **Positive Touch and massage in the neonatal unit: a British approach.** Semin Neonatol 2002; 7: 477–486
- Tiffany Fielda,b,*, Miguel Diego, Maria Hernandez-Reif. **Preterm infant massage therapy research: A review.** Infant Behavior & Development 33 (2010) 115–124.
- Maria Hernandez-Reif, Miguel Diego, Tiffany Field. **Preterm infants show reduced stress behaviors and activity after 5 days of massage therapy.** Infant Behavior & Development 30 (2007) 557–561
- John N. I. Dieter,1,2 PhD, Tiffany Field,1 PhD, Maria Hernandez-Reif,1 PhD, Eugene K. Emory,2 PhD, and Mercedes Redzepi,1 PsyD. **Stable Preterm Infants Gain More Weight and Sleep Less after Five Days of Massage Therapy.** Journal of Pediatric Psychology.
- Miguel a. Diego, Ma, Phd, Tiffany Field, otr, Ms, Phd, and Maria Hernandez-reif, Ms, Phd. **Vagal activity, gastric motility, and weight gain in massaged preterm neonates.** The Journal of Pediatrics July 2005

BENEFICIOS DEL MASAJE

INCREMENTO DE ACTIVIDAD VAGAL (PARASIMPÁTICO)



AUMENTA LOS NIVELES DE SEROTONINA



DISMINUYE LOS NIVELES DE SUSTANCIA P



DISMINUYEN LOS NIVELES DE CORTISOL



INCREMENTO EN CÉLULAS NATURAL KILLER

BENEFICIOS DEL MASAJE

- ESTIMULACIÓN
- RELAJACIÓN
- INTERACCIÓN





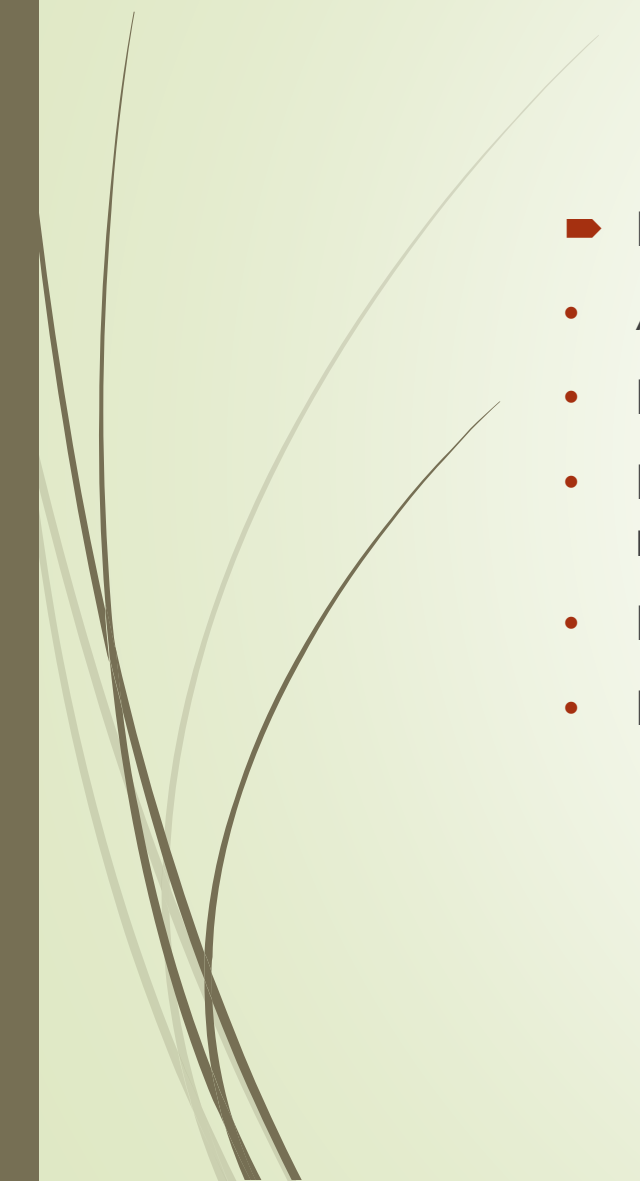
BENEFICIOS DEL MASAJE

➤ ESTIMULACIÓN

- El tacto es el sentido más desarrollado en los primeros días de vida.
- Estímulo inhibitorio no excitante.
- Mejora la oxigenación transcutánea.
- Mejora la mielinización de los nervios periféricos.
- Lawrence Schachner, profesor de Dermatología, afirma que el masaje puede ser positivo en alteraciones de piel tipo eccemas.



BENEFICIOS DEL MASAJE



► RELAJACIÓN

- Activación del SNA (simpático) y eje de estrés HPA y desactivación.
- La ansiedad y el estrés están cada vez más presentes en nuestras vidas.
- El estrés en pequeñas medidas produce una estimulación positiva pero es necesario moderarlo para que sea productivo.
- El estrés mantenido a largo plazo bloquea el sistema inmune.
- Liberación.



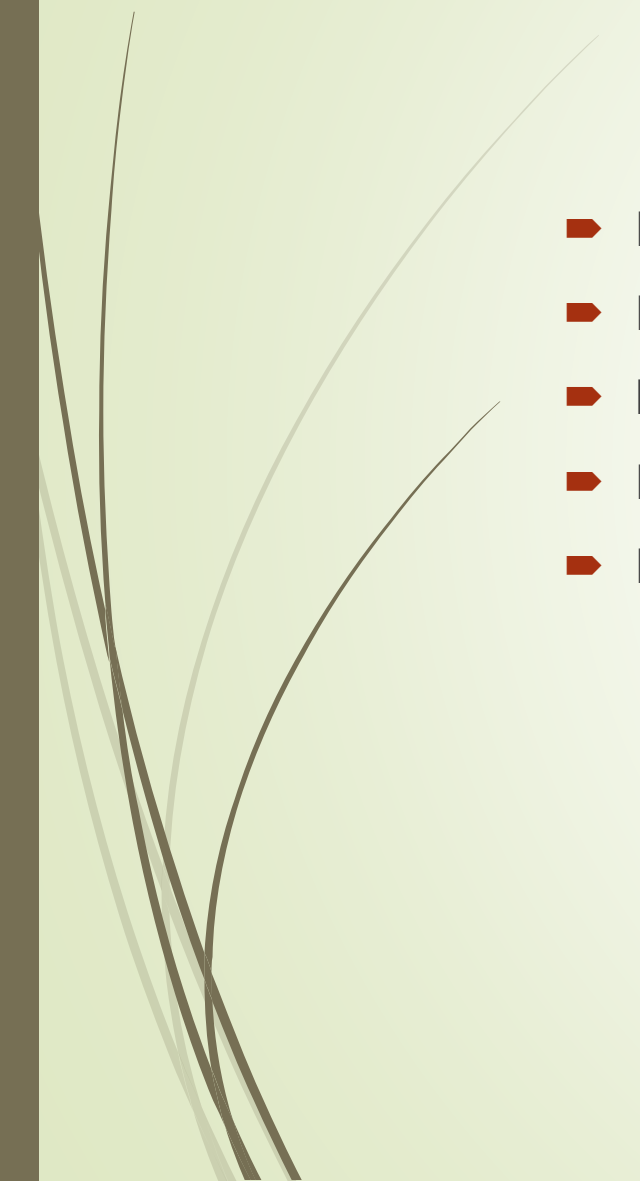
BENEFICIOS DEL MASAJE

➤ INTERACCIÓN

- La importancia de crear un vínculo afectivo (1er año de vida).
- Vinculación ansiosa.
- Crea la capacidad de adaptación a través de la seguridad.
- Muy importante la calidad y no la cantidad del vínculo.
- Nuestra sociedad limita el tiempo de calidad con nuestros hijos.
- Importancia del vínculo paternofilial.



CONTRAINDICACIONES

- 
- Fiebres altas
 - Enfermedades graves
 - Infecciones
 - Fracturas
 - Hemorragias

PREPARACIÓN PARA EL MASAJE

- Cuándo y dónde.
- Temperatura idónea.
- Postura cómoda.
- Higiene, ropa limpia, pañal y toalla.
- Aceite o crema.



<https://www.freepik.es/fotos/masaje-infantil>

RUTINA DE MASAJE PARA BEBÉS

- Decúbito supino (Boca arriba)
- Decúbito prono (Boca abajo)
- Cabeza y cuello
- En brazos
- Sedestación
- Sobre las rodillas





RUTINA DE MASAJE PARA BEBÉS

➤ MASAJE SHANTALA (VÍDEOS)

- <https://www.youtube.com/watch?v=AFnPxgs2zns>
- <https://www.youtube.com/watch?v=iBtChsKpldE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=pWJrLcxLj9Q>

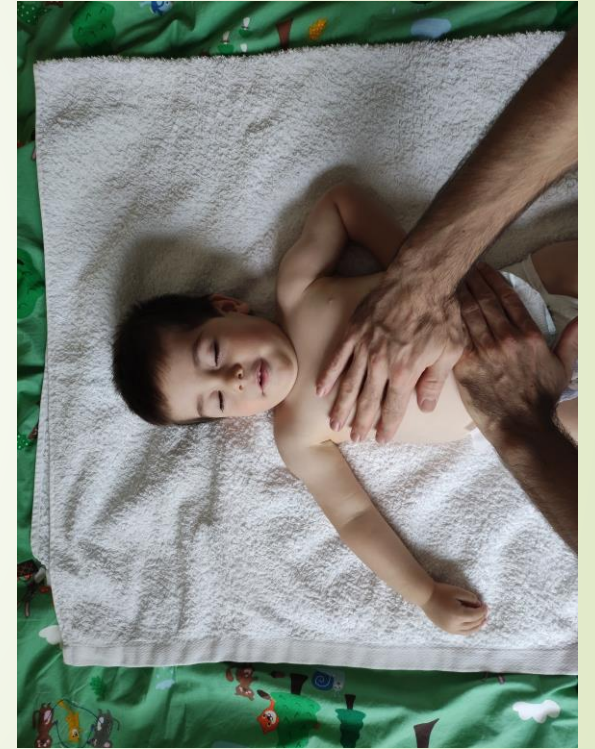
DECÚBITO SUPINO



PECHO



BRAZOS



ABDOMEN

DECÚBITO SUPINO



PIERNAS



PIES

DECÚBITO PRONO

- ESPALDA
- HOMBROS Y BRAZOS



DECÚBITO PRONO



PIERNAS Y GLUTEOS



PIES

CABEZA Y CUELLO



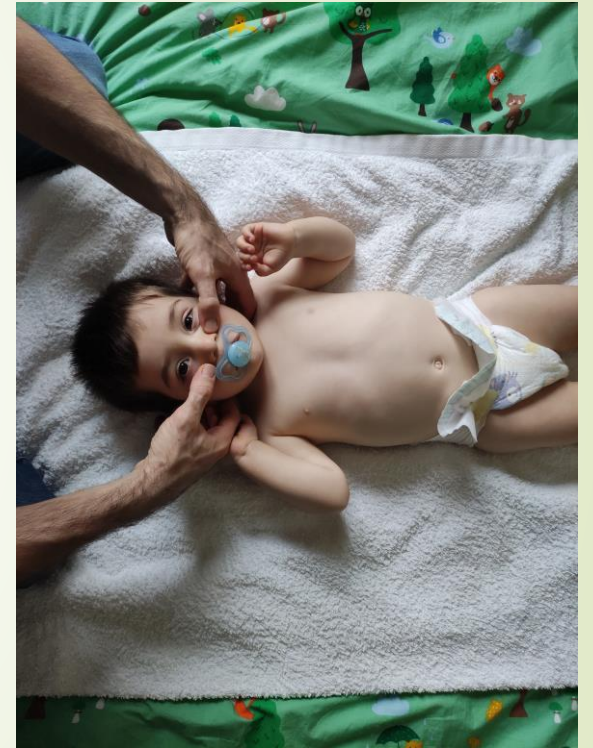
CABEZA Y CUELLO



CUELLO (C.CERVICAL)



CRANEO



CARA

EN BRAZOS



SEDESTACIÓN



SOBRE LAS RODILLAS



ENFERMEDADES Y SÍNTOMAS LEVES

(QUE SE PUEDEN ALIVIAR CON EL MASAJE)

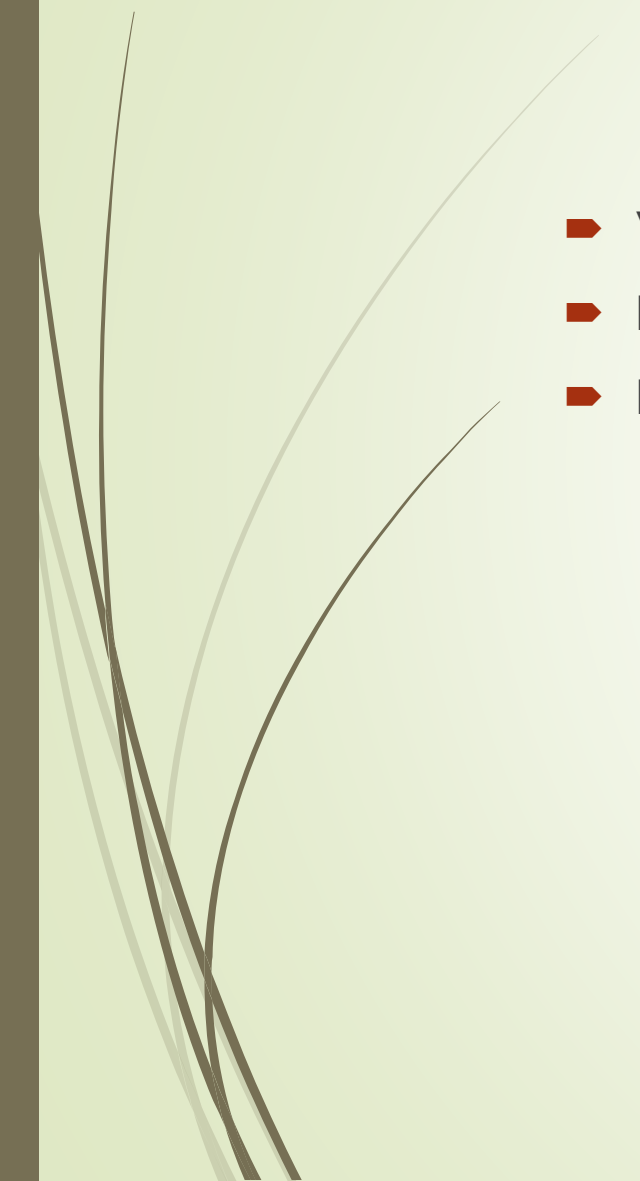
- Cólicos del lactante o gases.
- Estreñimiento
- Llanto inconsolable
- Inquietud, irritabilidad, mal dormir.
- Pecho congestionado, bronquiolitis, asma.
- Congestión nasal
- Dentición



<https://www.freepik.es/fotos/masaje-infantil>



Bibliografía



- Vimala Schneider. Masaje infantil. Guía práctica para el padre y la madre.
- Helen Carr. Enjoy baby massage.
- Dr Alan Heath & Nicki Bainbridge. Baby Massage.

TEORÍA Y PRÁCTICA DEL MASAJE INFANTIL

(PRÁCTICA)

Félix Cañal González
Ldo. en Osteopatía



RESUMEN 1er DÍA

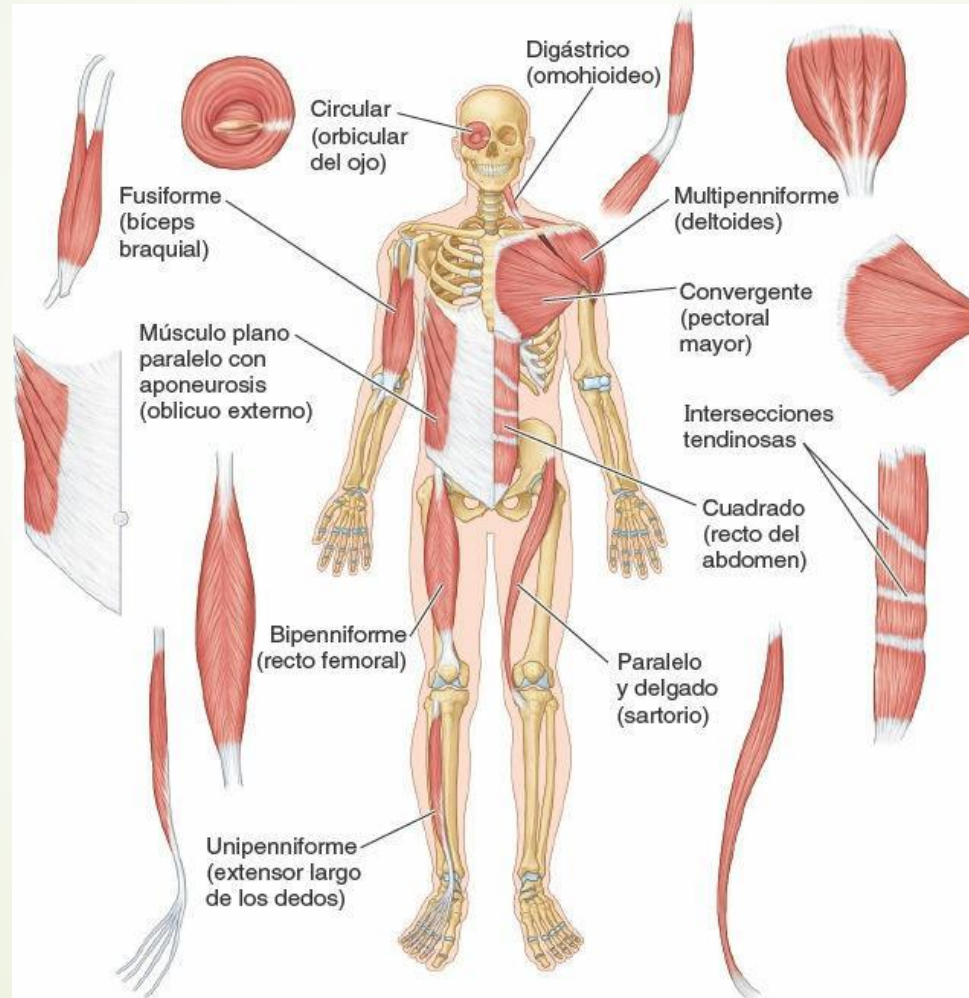
- La principal finalidad de un masaje infantil es el contacto para crear un vínculo.
- La siguiente y no menos importante es la de relajar y calmar ejes de estrés del niño.
- La última es la estimulación, integrada en las dos anteriores.
- Preparación para el masaje
- Contraindicaciones
- Condiciones en las que podemos ayudar con el masaje



ESTRATEGIAS PARA OPTIMIZAR LAS FUNCIONES CORPORALES

- El niño copia de su entorno, no tiene la capacidad de razonamiento de un adulto. Por lo tanto, se enseña con el ejemplo:
- Alimentación.
- Descanso.
- Ejercicio.
- Demostrar aprecio y evitar gritos o discusiones.
- Limitar el exceso de uso de tecnología.
- Masaje.
- Rutina.

TIPOS DE MUSCULOS SEGÚN SU FORMA

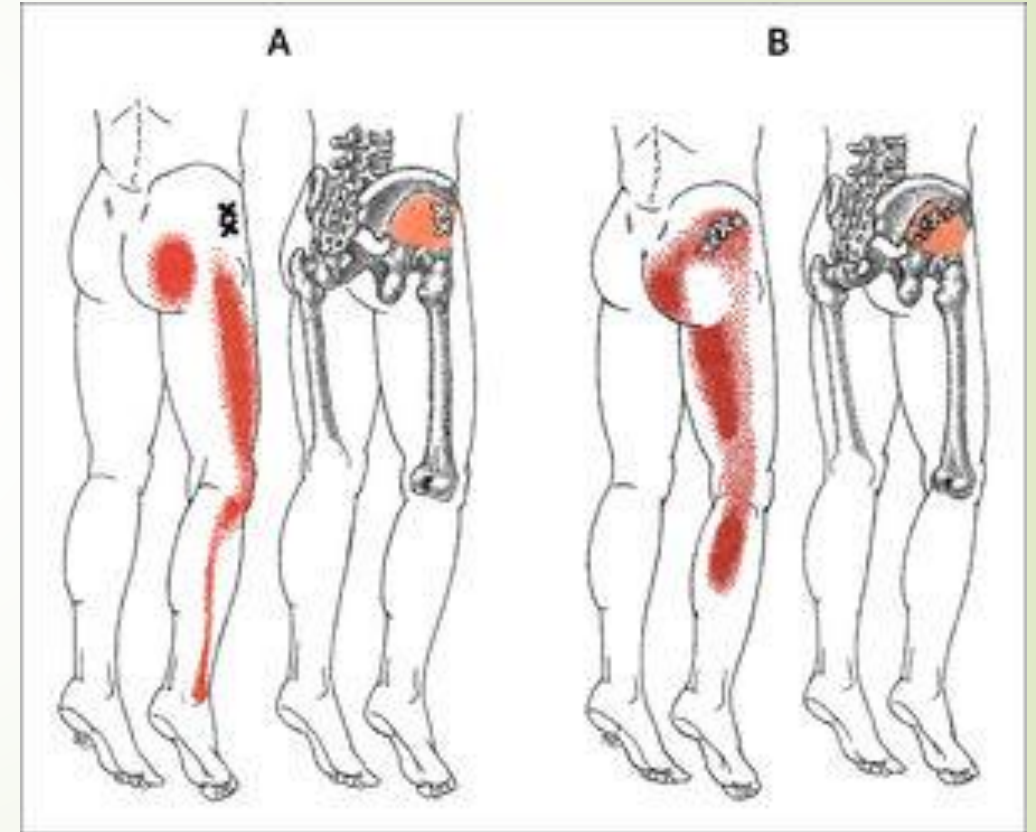
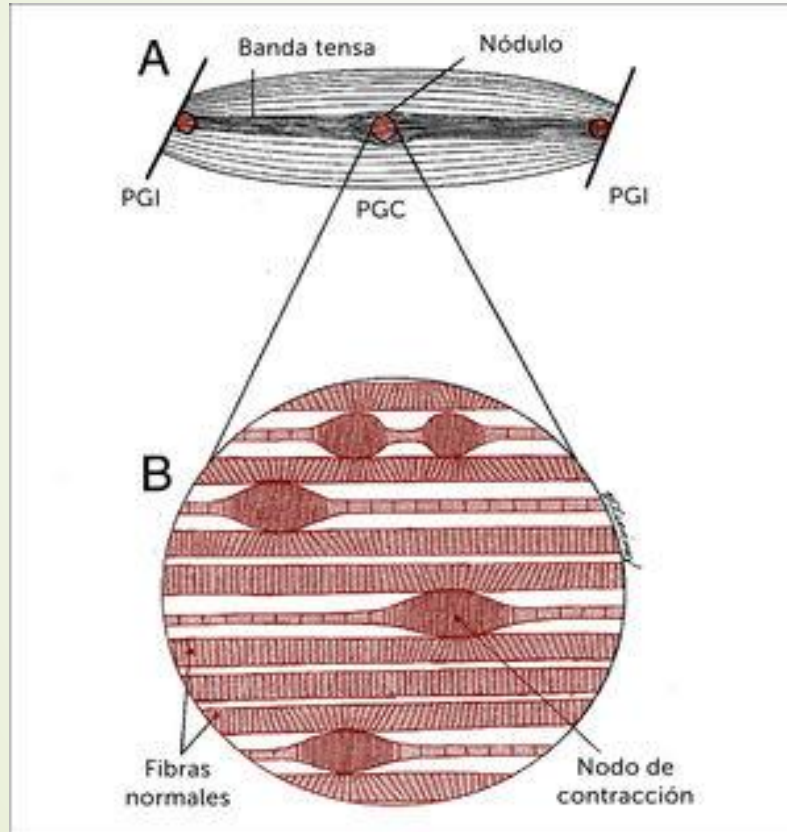




TIPOS DE MASAJE (TÉCNICAS)

- PINZADO RODADO
 - COMPRESIÓN (PUNTOS GATILLO)
 - FRICCIONES SUPERFICIALES O PROFUNDAS
 - AMASAMIENTO
-
- PARA EL MASAJE INFANTIL UTILIZAREMOS COMPRESIÓN Y FRICCIONES ÚNICAMENTE Y SIN EJERCER DEMASIADA PRESIÓN PORQUE LA FINALIDAD NO ES LA DE TRATAR UN DOLOR.

PUNTOS GATILLO





PUNTOS GATILLO

- Definición: Un punto altamente irritable de dolor exquisito en un nódulo o una banda tensa palpable de un músculo (Travell & Simons, 1993)
- Su tamaño varía desde el de una lenteja hasta el de un bulto grande. Se pueden encontrar aislados o dentro de una banda miofascial.
- En la palpación resultan dolorosos y además pueden referir dolor a otras partes del cuerpo.
- Técnicas de tratamiento: Punción seca, inyecciones de fármacos, masaje, técnicas de Energía Muscular y estiramiento con frío.

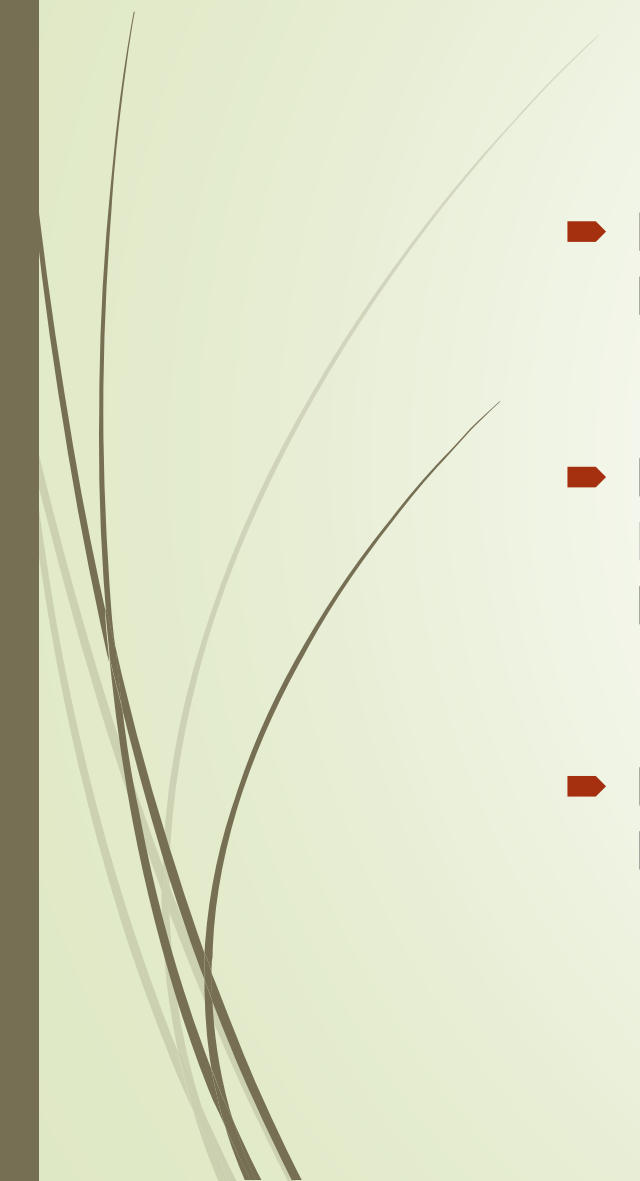


LIBERACIÓN MIOFASCIAL DE PUNTOS GATILLO

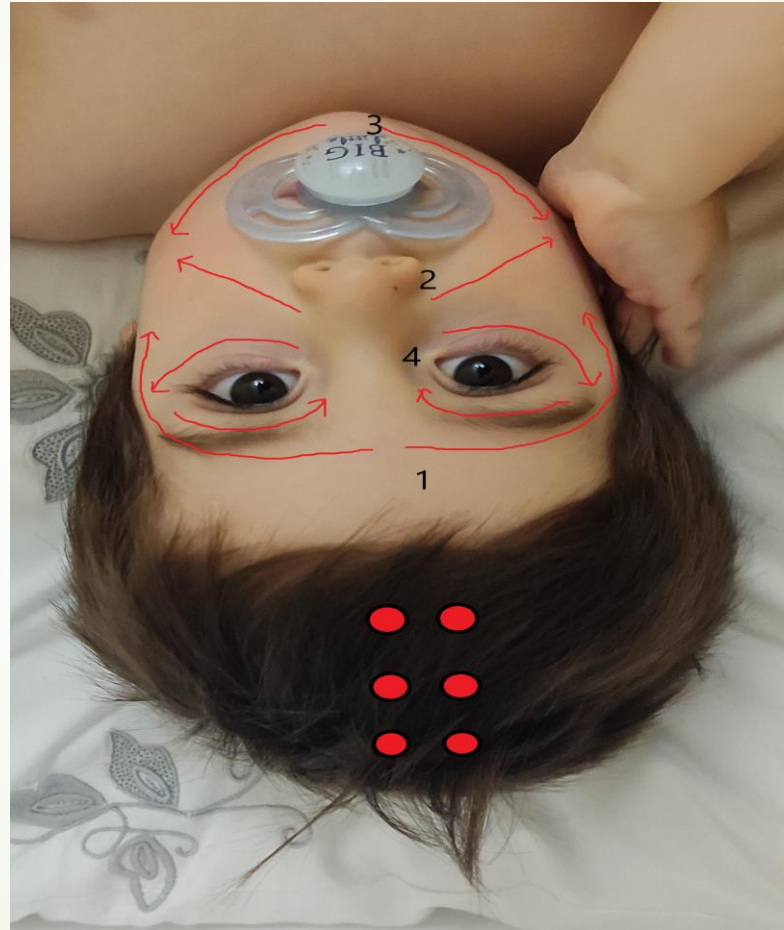
- Mediante:
 - Inhibición-compresión isquémica: Se localiza el punto gatillo y se presiona hasta que se note una pequeña molestia. Se mantiene la presión hasta que el dolor desaparezca.
 - Fricción profunda o roce profundo: Se localiza la banda miofascial a relajar y presionamos manteniendo la presión al mismo tiempo que deslizamos el dedo a lo largo de la banda.



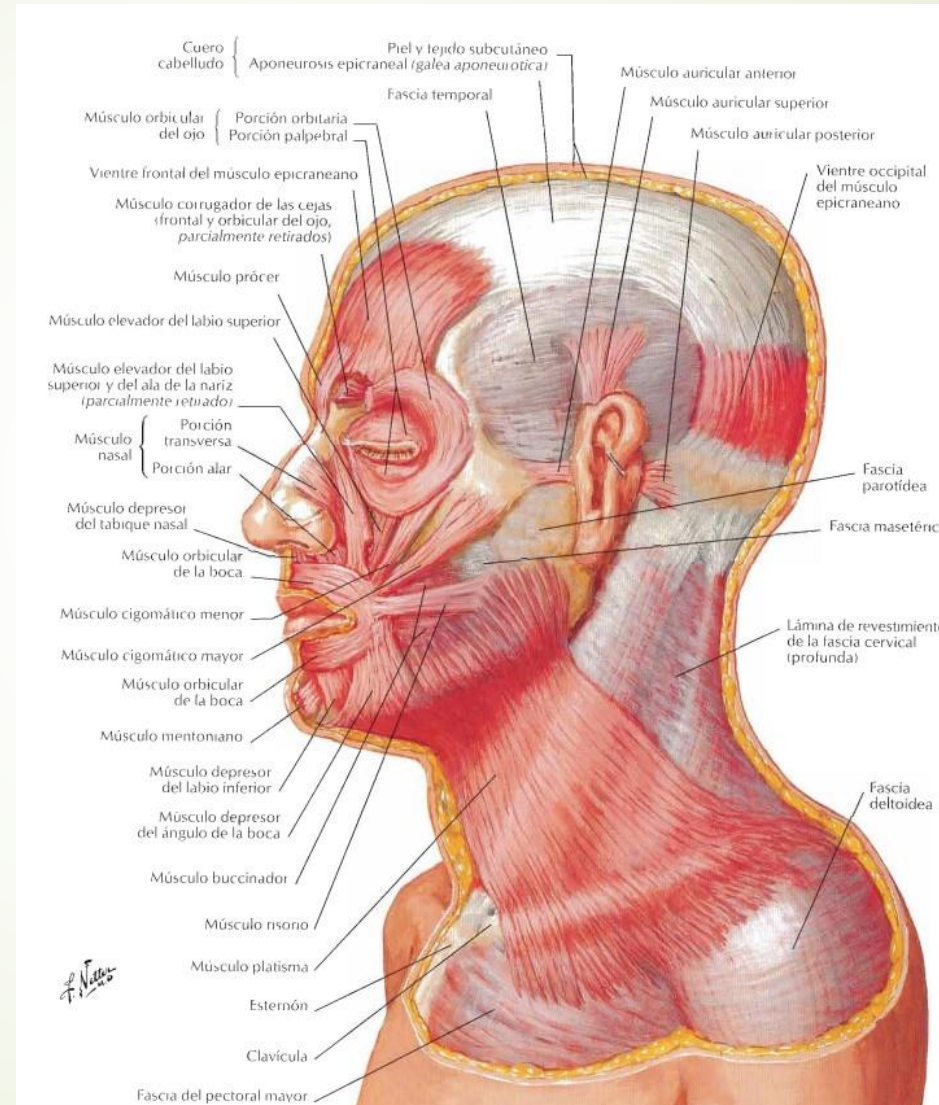
ZONAS DE APLICACIÓN DEL MASAJE EN EL INFANTE

- EN LAS DIAPOSITIVAS A CONTINUACIÓN SE INDICAN LAS ZONAS EN LAS QUE SE PUEDE MASAJEAR A UN INFANTE.
 - LOS PUNTOS ROJOS ● SEÑALIZAN PUNTOS EN LOS QUE SE PUEDE REALIZAR UNA COMPRESIÓN SUAVE (EN EL CASO DEL NIÑO NO SON PUNTOS GATILLO PORQUE NO ESTAMOS TRATANDO EL DOLOR).
 - LAS FLECHAS ROJAS —————➤ SEÑALIZAN LAS ZONAS DONDE SE PUEDEN REALIZAR FRICCIONES SUAVES.
- 

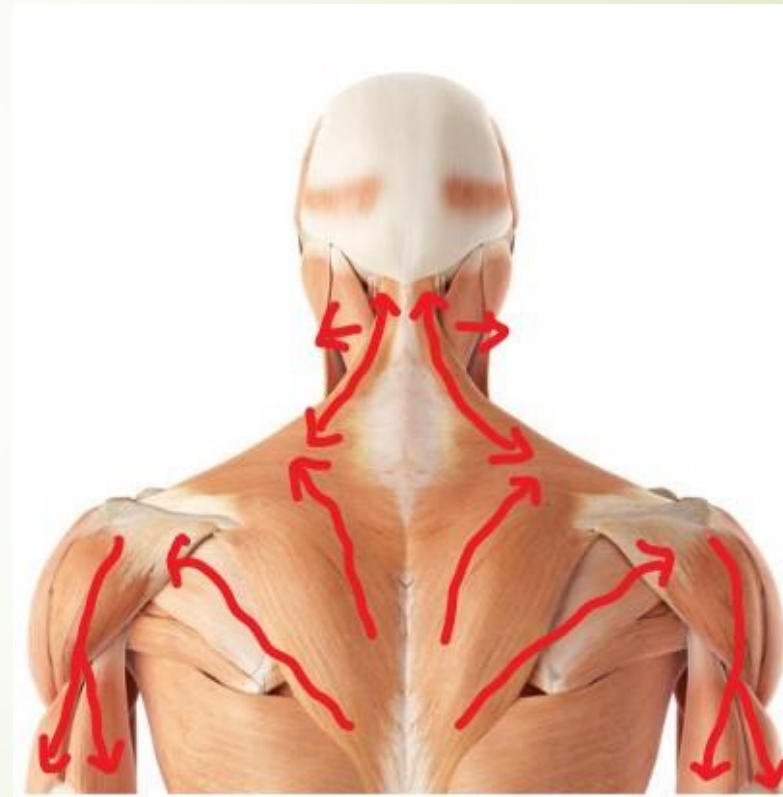
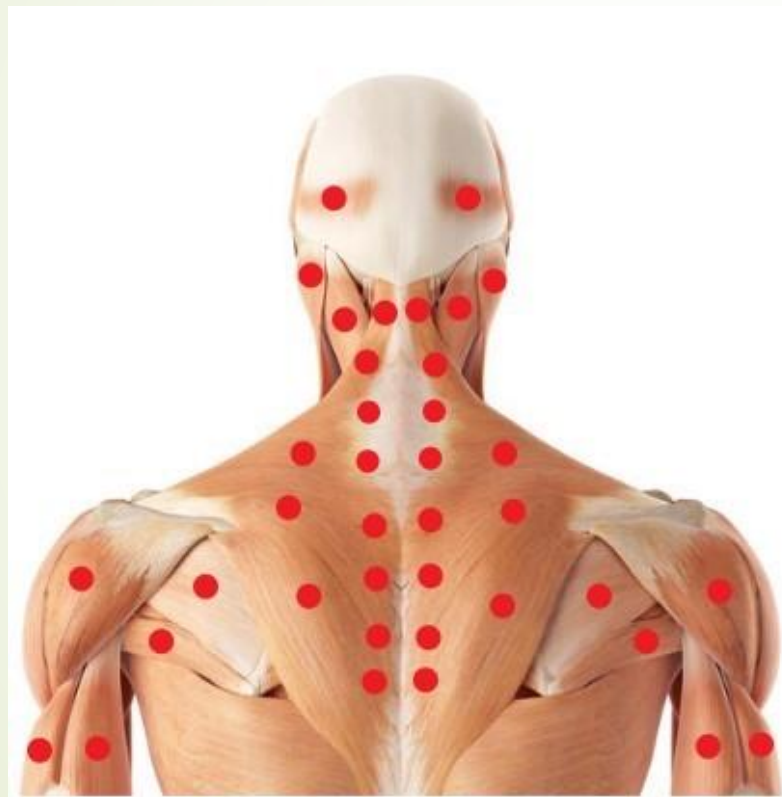
CABEZA Y CARA



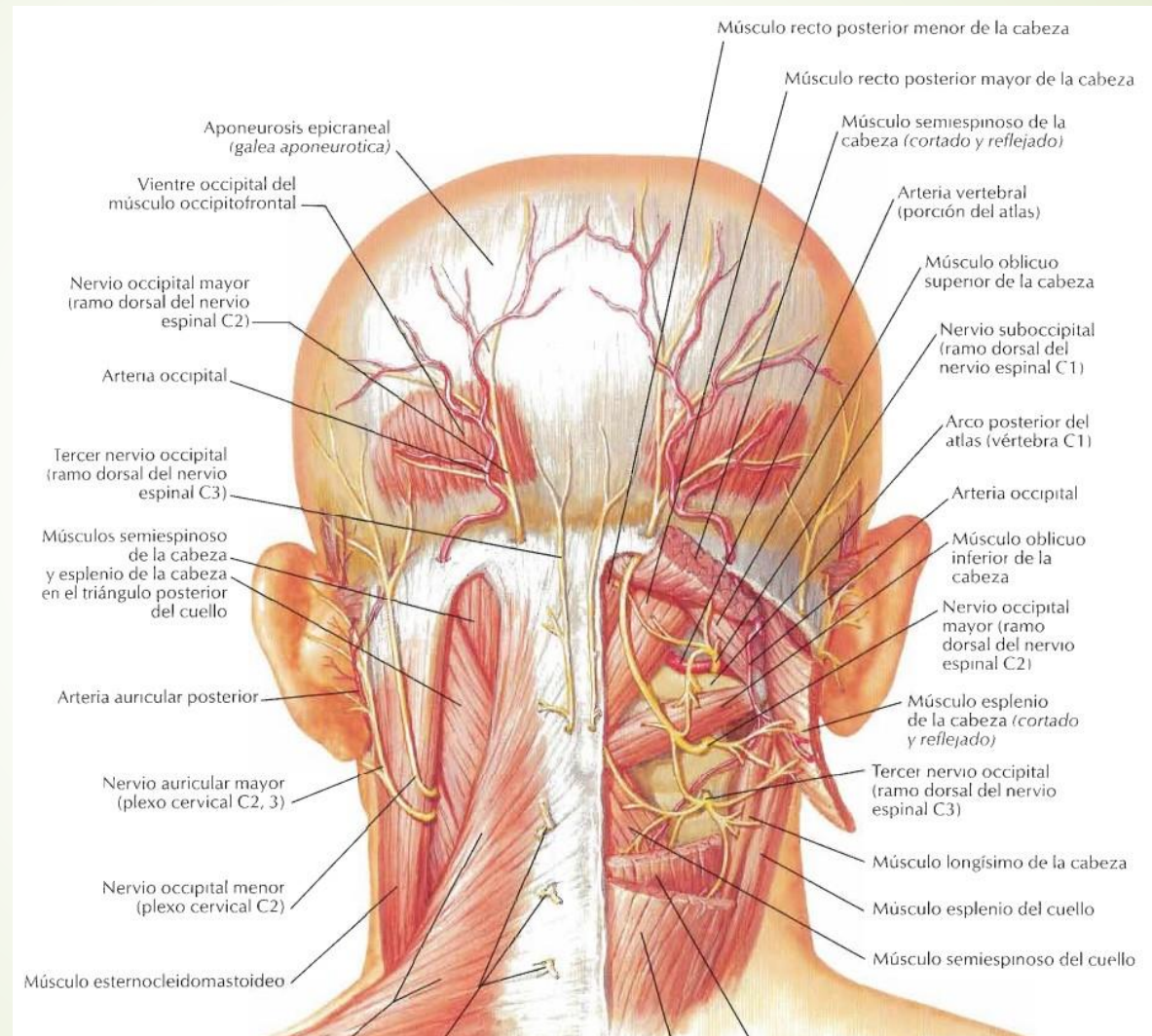
CABEZA Y CARA



CUELLO Y HOMBROS



CUELLO Y HOMBROS

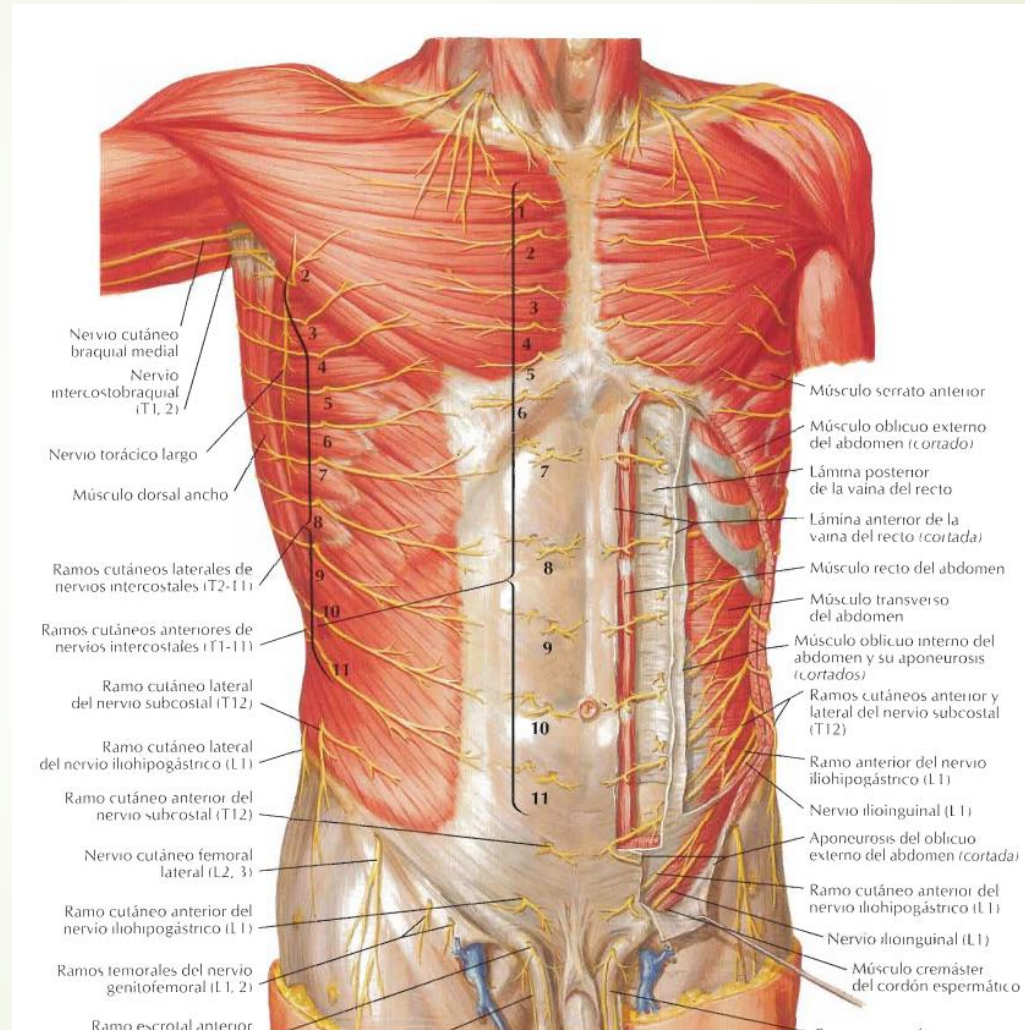


Frank H. Netter. Atlas de Anatomía. 4ª edición.

TORSO



TORSO

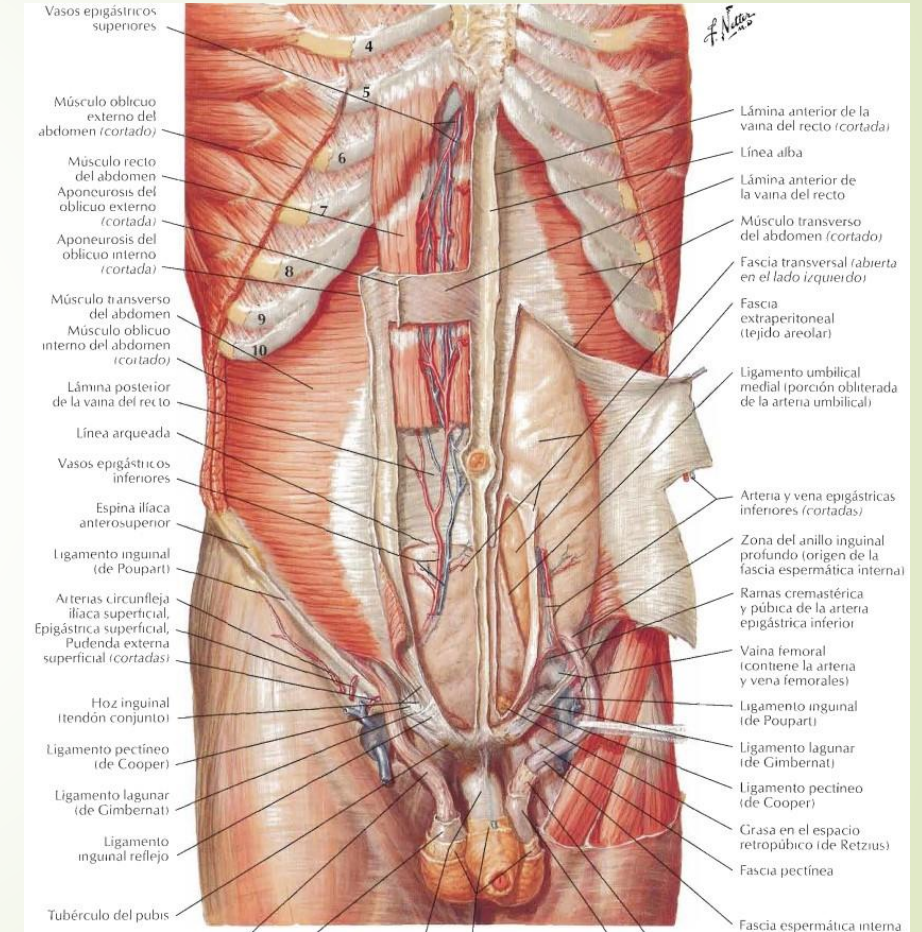
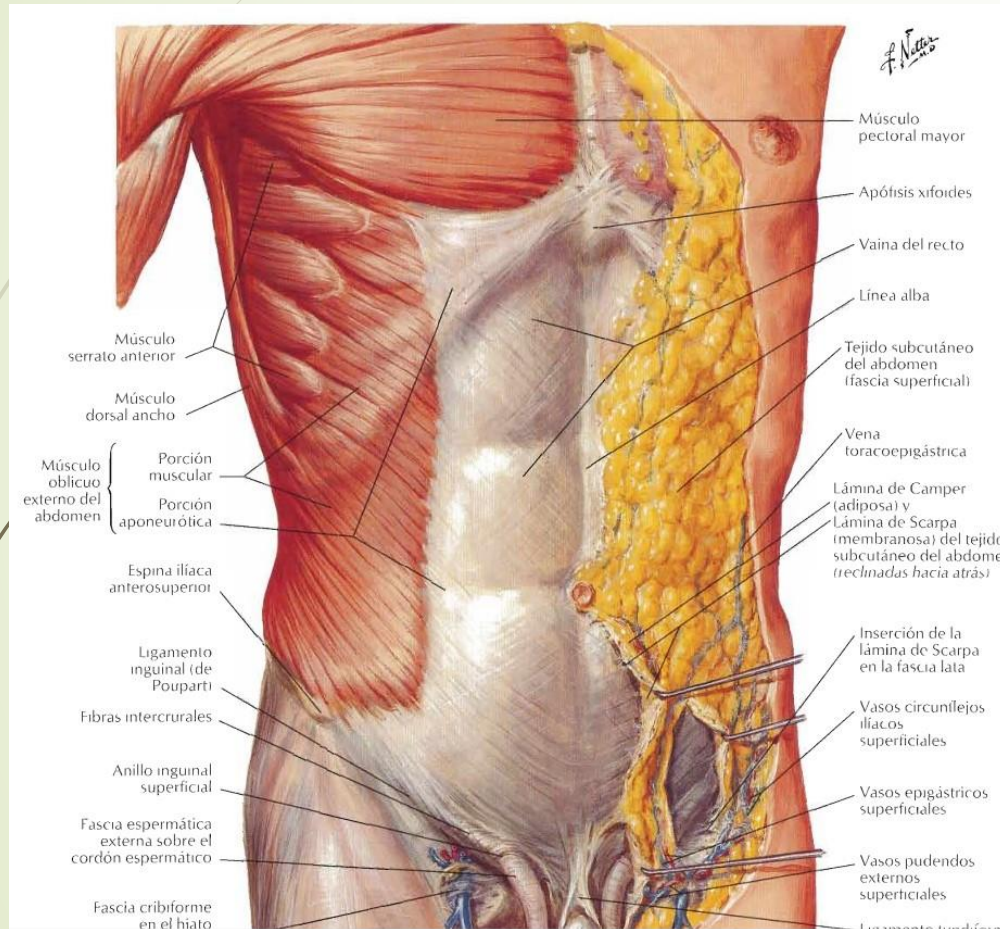


Frank H. Netter. Atlas de Anatomía. 4ª edición.

ABDOMEN



ABDOMEN

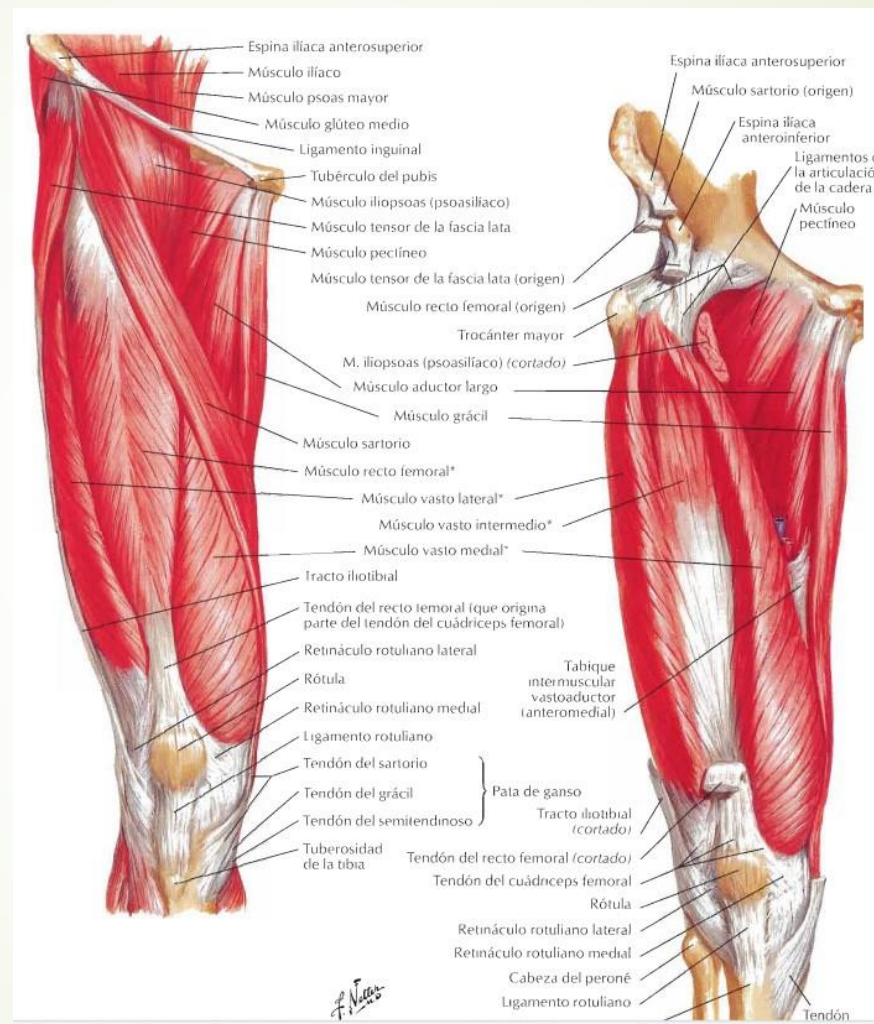


Frank H. Netter. Atlas de Anatomía. 4ª edición.

MUSLOS ANTERIOR



MUSLOS ANTERIOR

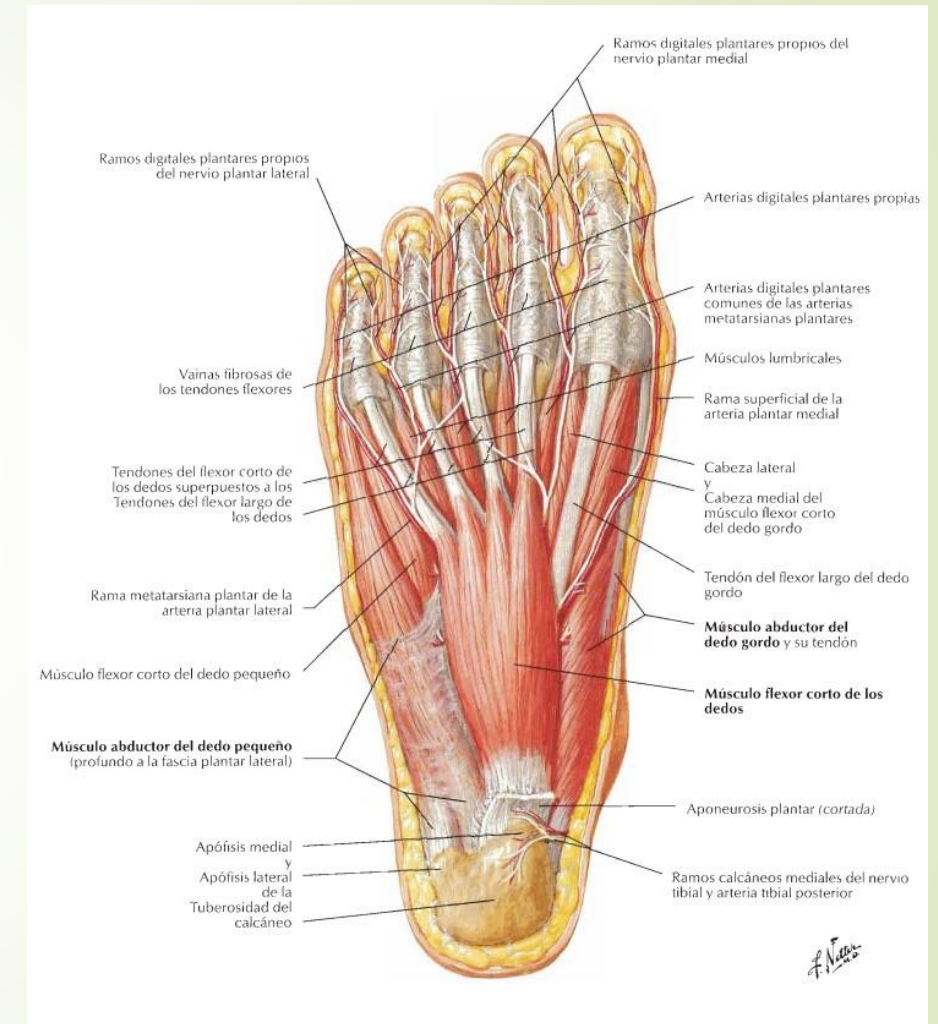
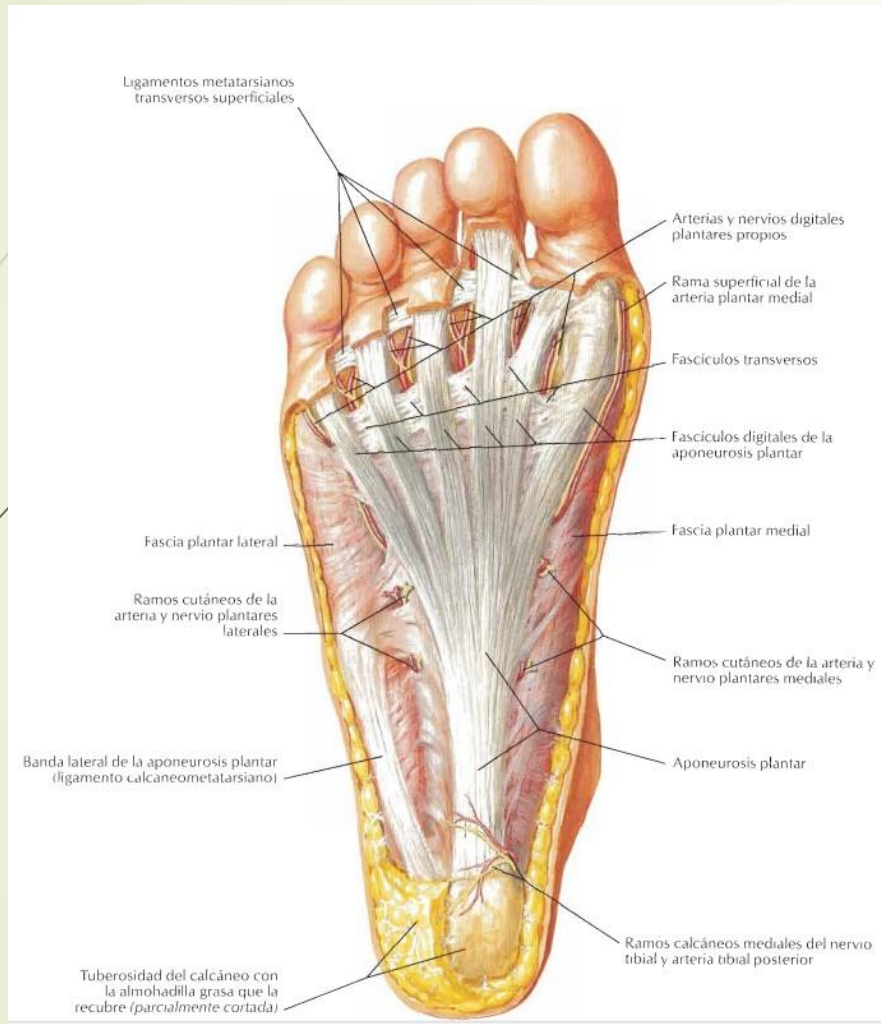


Frank H. Netter. Atlas de Anatomía. 4ª edición.

PIES



PIES

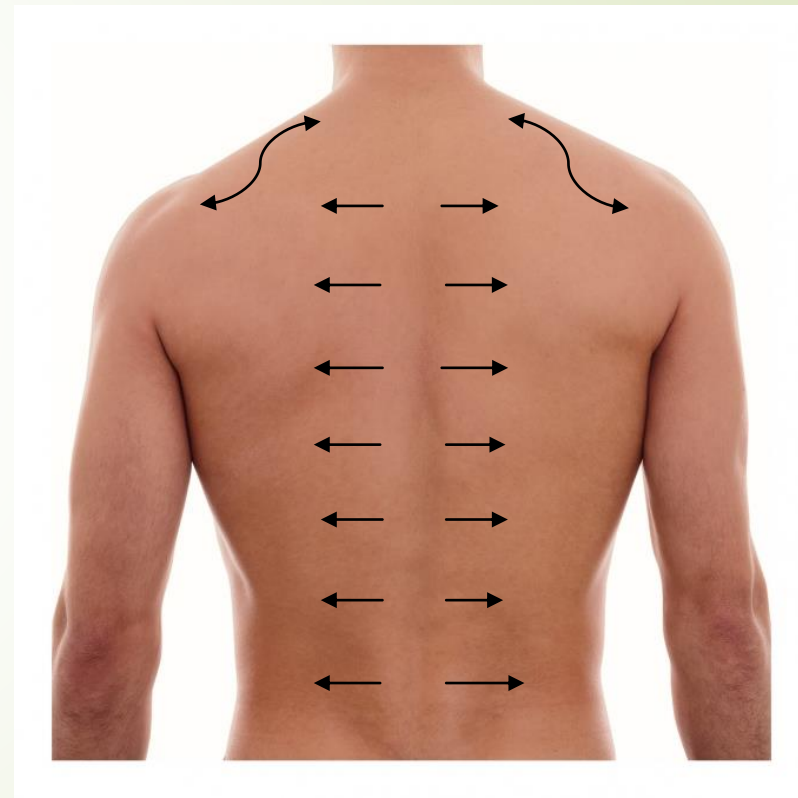
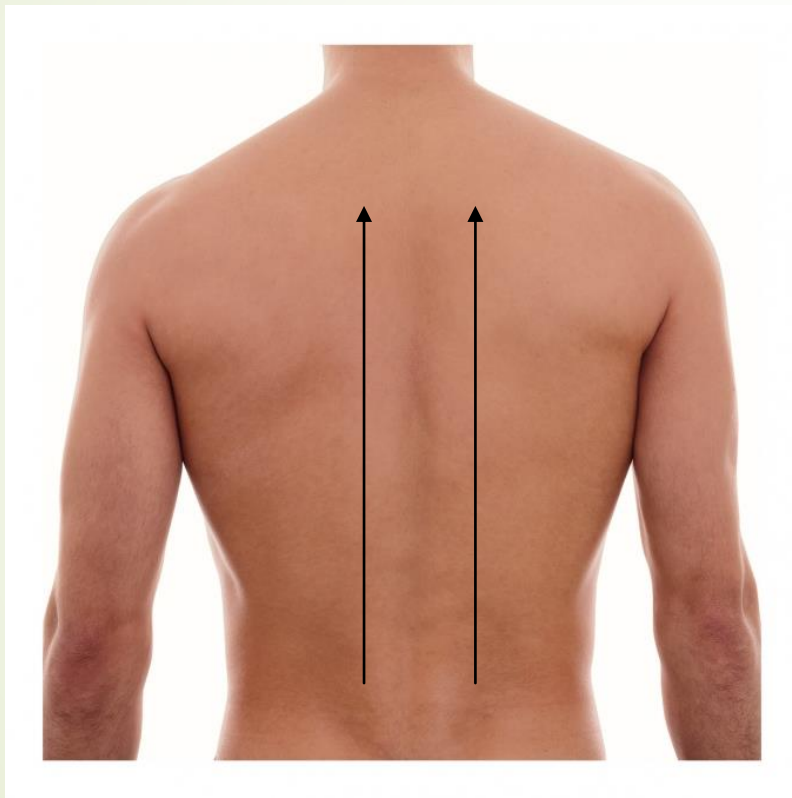


Frank H. Netter. Atlas de Anatomía. 4ª edición.

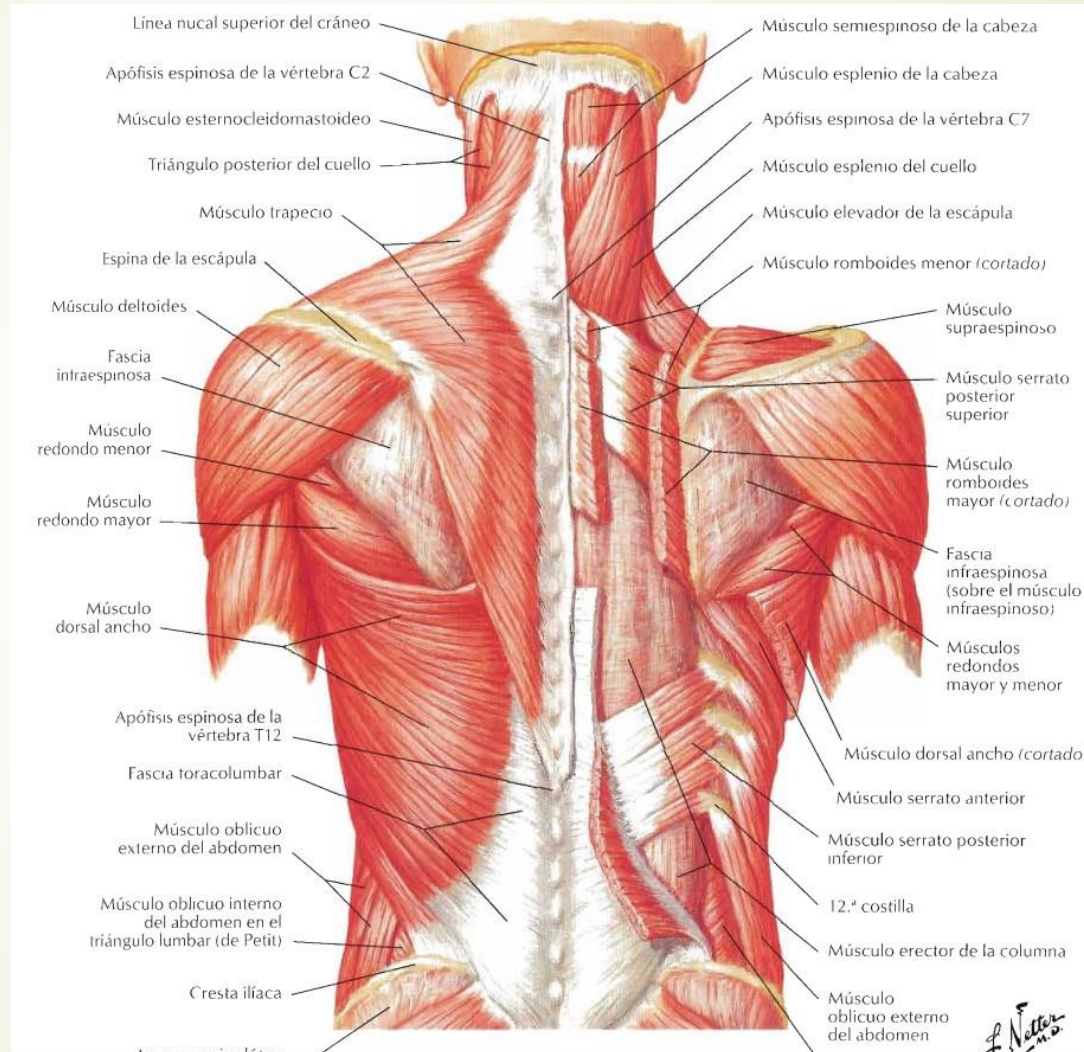
OSCILACINES EN PRONO



ESPALDA



ESPALDA

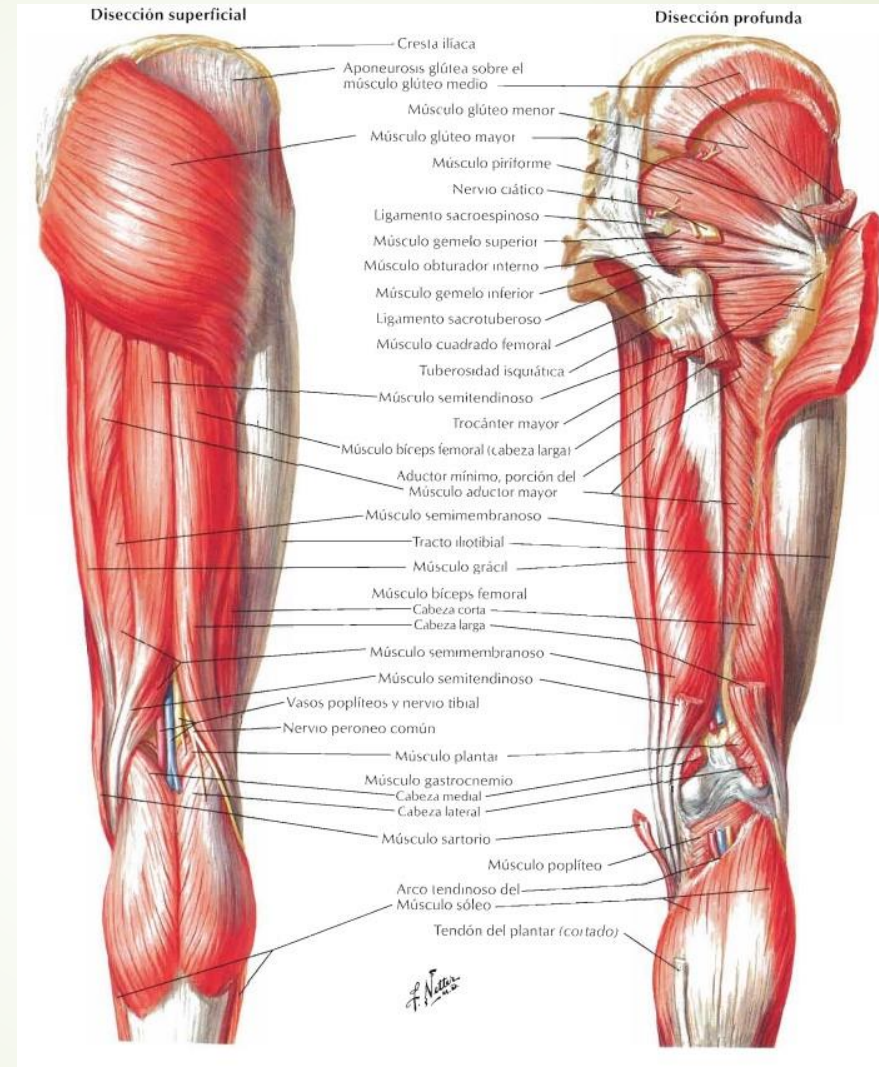


Frank H. Netter. Atlas de Anatomía. 4ª edición.

PIERNAS EN PRONO



PIERNAS EN PRONO



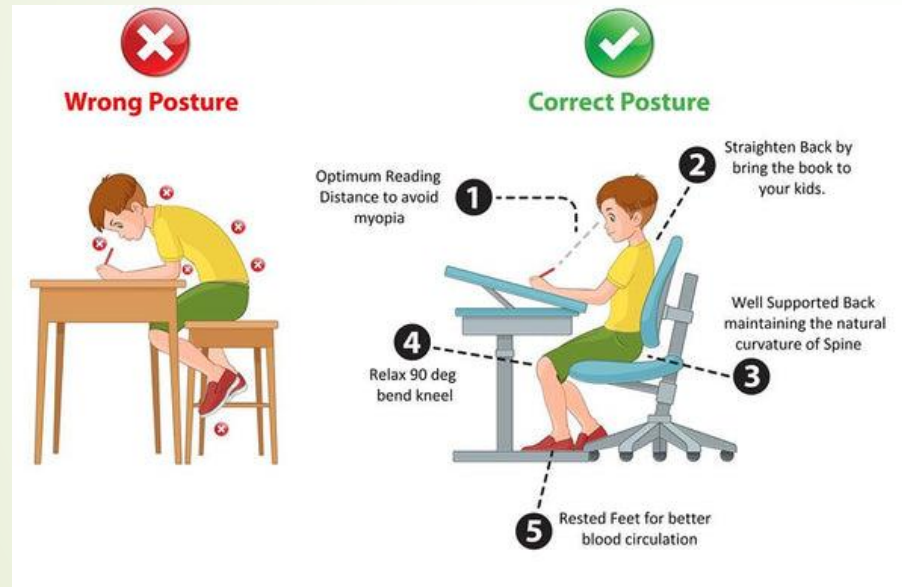
ERGONOMÍA

- Cada 10 minutos tomar un descanso de 10-20 segundos para mover los brazos.
- Cada 30-60 minutos tomar un descanso de 2-5 minutos para estirar o caminar.
- Hacer de pie toda actividad que no requiera estar sentado.

<https://uhs.umich.edu//computerergonomics#move>



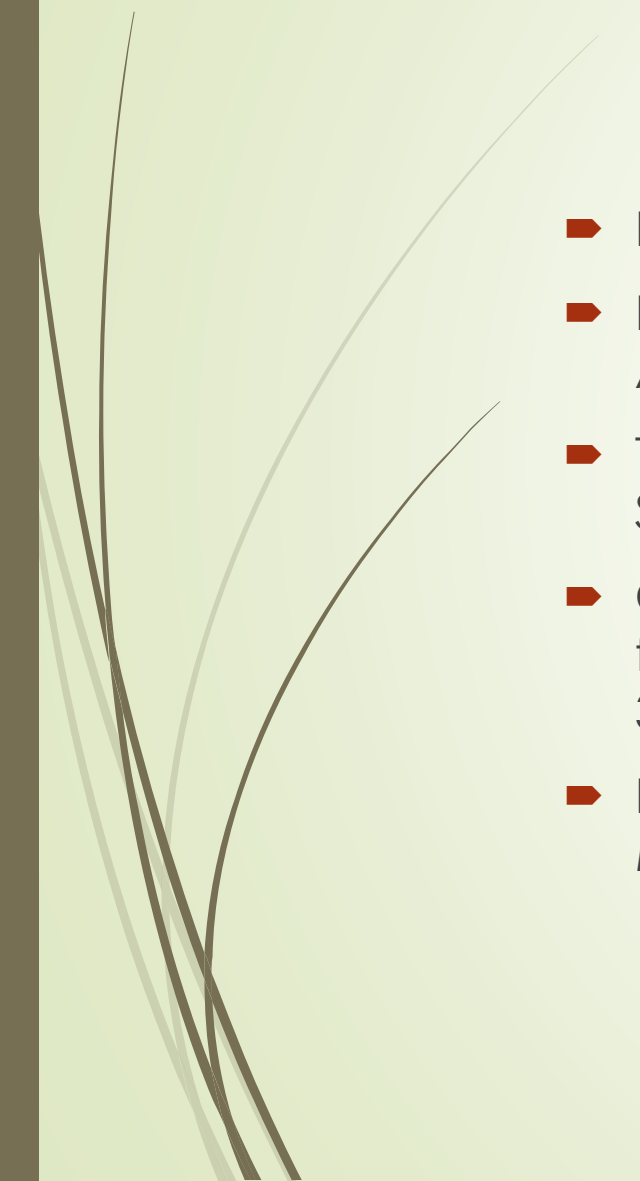
ERGONOMÍA



- 1. Distancia óptima de lectura para evitar miopía.
- 2. Acercar el libro al niño para mantener la espalda erguida.
- 3. Espalda bien apoyada manteniendo las curvaturas de la columna.
- 4. Rodillas relajadas con un ángulo de 90 grados.
- 5. pies apoyados para una mejor circulación de la sangre.



BIBLIOGRAFÍA



- Frank H. Netter. Atlas de Anatomía. 4ª edición. Elsevier Masson.
- Ergonomic Basics for Kids at Home and at School.
Andrew Flanagan, AE, BHK Melissa Statham, CCPE, MHK
- Travel y Simons. Dolor y disfunción miofascial. Volumen I y volumen II.
Segunda edición.
- Cecilia Cortés-Monroya , Soledad Sozaa. Una mirada desde la medicina física y rehabilitación al dolor miofascial. [REV. MED. CLIN. CONDES - 2019; 30(6) 428-435]
- Dr. José Mª Gil Vicent y Dr. Jordi Sagrera Ferrándiz. GBMOIM. TÉCNICAS DEL MASAJE



TEORÍA Y PRÁCTICA DEL MASAJE INFANTIL

(APLICACIÓN EN EL AULA)

Félix Cañal González
Ldo. en Osteopatía

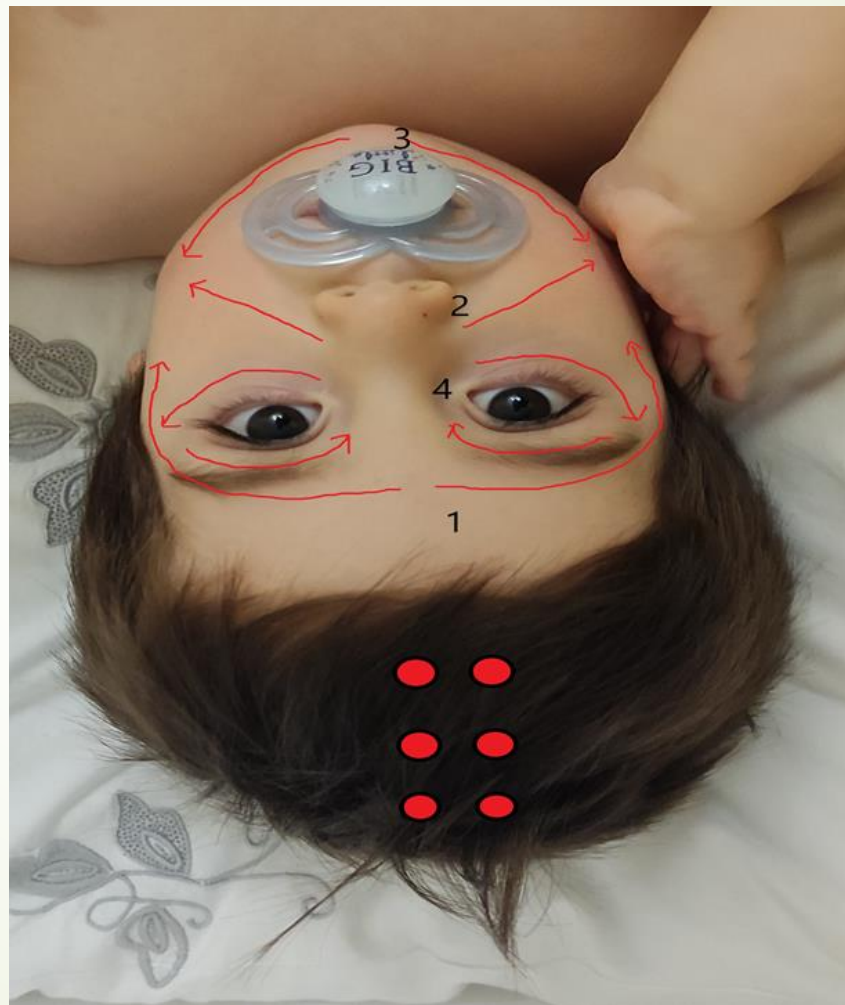
RESUMEN DEL SEGUNDO DÍA

- **Estrategias para optimizar el funcionamiento corporal:**
Alimentación, descanso, ejercicio, demostrar aprecio (hablar, reír, jugar), evitar gritos y discusiones, limitar uso de tecnología, masaje, rutina...
- **Tipos de Músculos**
- **Técnicas de masaje:** Fricción, compresión, pinzado rodado y amasamiento. Oscilaciones.
- **Consejos ergonómicos**

MASAJES EN CABEZA Y CRANEO

- SE TRABAJA EL CONTACTO Y LA RELAJACIÓN.
- TIPO DE MASAJE: FRICCIÓN, COMPRESIÓN.
- DESARROLLO: EL DOCENTE LO ENSEÑA DELANTE DE LOS NIÑOS PRIMERO. A CONTINUACIÓN, LOS NIÑOS SE PONEN POR PAREJAS. UN NIÑO SE TUMBA Y EL OTRO REALIZA EL MASAJE. UNA VEZ ACABADO SE CAMBIAN DE ROL.

MASAJES EN CABEZA Y CRANEO



MASAJES CON RITMO

- SE TRABAJA EL RITMO, LA COORDINACIÓN Y EL CONTACTO.
- TIPO DE MASAJE: FRICCIÓN, OSCILACION Y COMPRESIÓN.
- DESARROLLO: EL DOCENTE LO ENSEÑA DELANTE DE LOS NIÑOS PRIMERO. A CONTINUACIÓN, LOS NIÑOS SE PONEN POR PAREJAS. UN NIÑO SE TUMBA Y EL OTRO REALIZA LA ACTIVIDAD SOBRE SU ESPALDA. UNA VEZ ACABADO SE CAMBIAN DE ROL.
- CANCIONES: EL PAYASO TALLARÍN, EL BURRITO PEPE, LA FORMA DE CAMINAR, UNA HORMIGUITA DE COCEÑA....

ESCRIBIR LAS LETRAS DEL ABECEDARIO

- PARA NIÑOS A PARTIR DE 4 AÑOS
- SE TRABAJA EL CONOCIMIENTO DEL ABECEDARIO, LA PROPIOCEPCIÓN Y EL CONTACTO.
- DESARROLLO: UN NIÑO SE TUMBA BOCA ABAJO Y EL OTRO LE DIBUJA LA LETRA QUE LA PROFESORA DIBUJE EN EL ENCERADO O SEÑALE EN UN POSTER CON LAS LETRAS. EL NIÑO QUE ESTÁ BOCA ABAJO LE TIENE QUE DECIR EN VOZ BAJA AL NIÑO QUE LA ESCRIBE LA LETRA QUE ES.
- SE PUEDE HACER LO MISMO CON FORMAS GEOMÉTRICAS O NÚMEROS.



MASAJE CON PELOTAS O RODILLO

- SE TRABAJA EL CONTACTO Y LA RELAJACIÓN
 - DESARROLLO: LOS NIÑOS SE PONEN POR PAREJAS. UNO SE TUMBA EN DECÚBITO PRONO O SUPINO Y EL OTRO COMIENZA A RODAR UNA PELOTA DESDE LAS PIERNAS HASTA LOS HOMBROS HACIENDO CIRCULOS. EL QUE ESTÁ TUMBADO SE DA MEDIA VUELTA Y SE HACE LO MISMO. UNA VEZ FINALIZADO EN SUPINO Y EN PRONO (3-5 MINUTOS POR CADA LADO ES SUFICIENTE) SE INTERCAMBIAN LOS ROLES.
- 

HISTORIA CON MASAJE

EL ARBOL

- LOS ÁRBOLES EMPIEZAN A CRECER EN LA PRIMAVERA. PRIMERO LAS RAICES SE ALARGAN PARA PODER RECOGER EL AGUA Y COMIDA DE LA TIERRA (SE DAN MASAJES DE FRICCIÓN EN LAS PIERNAS HACIA LOS PIES).
- GRACIAS AL SOL EL ARBOL EMPIEZA A ENTRAR EN CALOR (SE HACE UN MASAJE CON LAS LLEMAS DE LOS DEDOS EN LA CABEZA).
- EN PRIMAVERA TAMBIÉN LLUEVE MUCHO Y EL ARBOL NECESITA AGUA PARA CRECER. (SE HACE EL EFECTO DE LA LLUVIA EN LA CABEZA).
- EL CALOR Y EL AGUA HACE QUE LAS RAMAS CREZCAN (SE DAN FRICCIONES EN LOS BRAZOS HACIA LAS MANOS)
- LAS HOJAS EMPIEZAN A BROTAR Y A NACER (SE DAN MASAJES EN LAS MANOS HACIA LOS DEDOS)
- DE REPENTE LAS FLORES EMPIEZAN A BROTAR Y COMIENZAN A VENIR LAS ABEJAS (MOVIMIENTOS CIRCULARES CON EL DEDO POR TRONCO Y BRAZOS)
- SALEN LAS FRUTAS Y ENTONCES EMPIEZAN A SUBIR LAS HORMIGUITAS POR EL TRONCO PARA COMER LAS DULCES FRUTAS. TAMBIÉN SE ACERCAN LOS PÁJAROS A COMER FRUTA Y SUBEN LOS GUSANOS.
- SE ACERCA EL OTOÑO Y CON ÉL LA LLUVIA Y EL VIENTO (MASAJES CON LAS LLEMAS DE LOS DEDOS EN CABEZA Y BRAZOS.
- SE EMPIEZAN A CAER LAS FRUTAS AL SUELO. (MASAJES CON COMPRESIÓN Y GOLPES EN PIERNAS)
- LA SAVIA EMPIEZA A BAJAS HACIA LA RAIZ PARA NO CONGELARSE. (SE DAN FRICCIONES EN LAS PIERNAS HACIA LOS PIES)
- CON EL INVIERNO LLEGA LA NIEVE. (MASAJE CON EFECTO DE NIEVE EN LA CABEZA Y TORSO)
- DESPUES DEL INVIERNO LLEGA LA PRIMAVERA OTRA VEZ

<https://www.actividadeseducainfantil.com/2016/09/juegos-de-masajes-entre-ninos-as.html>



HISTORIA CON MASAJE

- LOS NIÑOS SE SIENTAN EN FILA UNO DETRÁS DE OTRO HACIENDO UN CÍRCULO CERRADO.
 - LA PROFESORA/EDUCADOR VA DANDO INSTRUCCIONES A LOS NIÑOS DE ANIMALES, FIGURAS O ACCIONES PARA REALIZAR EN LA ESPALDA O CABEZA QUE LOS NIÑOS TIENEN DELANTE.
 - A MITAD DEL EJERCICIO SE PUEDEN GIRAR 180° PARA CAMBIAR.
 - TAMBIÉN LES PODEMOS DEJAR IMPROVISAR PARA QUE TRABAJEN LA IMAGINACIÓN.
- 