

► **ACTIVITATS:** Els beneficis del massatge infantil

Una tesi defensa la introducció del massatge a les escoles

Maria Femenias Andreu ha elaborat una proposta didàctica integrada en el projecte curricular

La tesi doctoral de Maria Femenias Andreu, defensada a la Universitat de les Illes Balears, defensa la introducció del massatge infantil a les escoles de 0 a 3 anys per millorar l'atenció als més petits. Per això, proposa l'elaboració d'un programa formatiu per a professionals de l'educació infantil i una proposta didàctica per integrar el massatge infantil en aquesta etapa educativa.

Cada vegada són més nombrosos els estudis que demostren els beneficis del massatge infantil i les bondats de l'estimulació tàctil en diferents aspectes del desenvolupament dels infants. Diferents especialistes han destacat que, des d'un punt de vista fisiològic –però sense ser considerat terapèutic–, el massatge millora el funcionament de pràcticament tots els sistemes corporals (nerviós, endocrí, immunològic, respiratori, circulatori, gastrointestinal i muscular).

A més, també aporta plaer sensorial, reforça el vincle afectiu i té una impor-



El massatge millora la qualitat afectiva i emocional dels infants. Foto: UIB

tant funció alliberadora de les tensions corporals i emocionals.

La tesi doctoral de Femenias, titulada *El masaje infantil aplicado a la escuela: nuevas estrategias para la mejora de la calidad afectiva y emocional en atención temprana*, que ha estat dirigida per Joan Jordi Muntaner Guasp, parteix d'un plantejament teòric general que considera el massatge infantil en l'atenció

primerenca com una estratègia clau per a la millora de la qualitat afectiva i emocional dels infants a les escoles infantils, allunyades avui del concepte de 'guarderia' i convertides en vertaderes 'escoles de la infantesa' que han de tenir en compte en lloc destacat l'atenció afectiva i emocional que els infants necessiten en la primera etapa de la vida.

TESIS DE LA UNIVERSITAT ■ ATENCIÓN A LA PRIMERA INFANCIA



Femenias ha utilizado varias imágenes para explicar las técnicas de masaje. FOTO: M.F.A.



Pies, manos, cara, estómago... todo recibe su atención. FOTO: M.F.A.

Los bebés también se estresan

Una tesis defiende introducir el masaje en las 'escoletes' tras probar sus beneficios en el desarrollo de los críos

MAR FERRAGUT. Palma.

Tengo que pagar la hipoteca, llevar a Juanito a clase de trombón, comprar los cereales que le gustan a Alicia, entregar el informe a tiempo en el trabajo y acordarme de que el jueves es el día de 'los niños vienen disfrazados de fruta al colegio' y tengo que acabar de coser unas pepitas al traje de sandía de Laura. A ver quien es el padre que no se estresa. Lo que no se sabe tanto es que los bebés también tienen estrés. Una luz nueva, un color, y ahora un adulto que viene y me hace caras raras, y tengo hambre y nadie viene, y me duele la barriga y no puedo dormir, y mis papás, ¿dónde están?... Los bebés también se estresan.

Y para combatir ese estrés, lo más recomendable es comunicarse con él a través de la piel porque es a través del tacto como mejor les llega la información y como mejor la procesan. "porque la piel es el primer lenguaje". Ése el lema de la Asociación Española de Masaje Infantil, entidad que lleva desde 1994 divulgando los beneficios del masaje a los más pequeños, tanto en su salud como en su estado emocional. Esta práctica fue observada por primera vez en la India en 1976 y desde el 97 ya es una realidad cada vez más demandada en nuestras islas.

"Están sometidos cada día a muchísimos estímulos y además su cuerpo crece muy rápido y eso le causa tensión física y también

emocional", explica María Femenias. Ella es una de las educadoras que actualmente se dedica a formar en la práctica del masaje infantil en Balears y además es la autora de una tesis que defiende su implantación en las *escoletes* de las islas.

Y lo defiende apoyándose en sus demostrados beneficios. Por un lado, el masaje, el contacto piel a piel, refuerza los vínculos afectivos con la criatura, algo que es bueno tanto para el adulto que da el masaje como para el niño que lo recibe. Por otro lado, los movimientos circulares realizados de tal o cual manera o según qué caricias tienen una serie de beneficios sobre la salud del crío. No es terapéutico, pero sí que sirve para prevenir determinadas enfermedades o aliviar el sufrimiento del bebé causado por éstas. El caso más claro por ejemplo

es el del cólico por lactancia, un mal que afecta hasta el 30% de los recién nacidos. También funciona muy bien contra el estreñimiento y ayuda a la descongestión nasal y de pecho.

En Balears esta práctica se da sobre todo en los llamados espacios familiares, lugares de encuentros de los padres con niños de hasta tres años que aún no van a la guardería. En este caso, son los progenitores quienes dan el masaje, pero estos talleres empiezan a ser cada vez más frecuentes en las *escoletes* donde son los educadores quienes los dan. Y ésa es

la novedad que Femenias quiere impulsar: que los maestros se formen para ello e incorporen el masaje como un área curricular más.

En las *escoletes* donde ya se imparte la acogida es muy buena. A principio de curso, se reúne a los padres para explicarles en qué consiste y se pide una autorización. Femenias asegura que la idea gusta a todos los padres, que "les cautiva", que nadie se muestra reacio y que incluso algunos acaban engrosando las listas de alumnos en los cursos de formación de masaje.

Cada año se celebra en Balears un curso de formación de este tipo y cada vez despiertan más interés. La mayoría de aspirantes vienen del ámbito educativo pero también hay padres, fisioterapeutas, psicólogos, psicoterapeutas, trabajadores sociales, enfermeras, comadronas... Hoy ya hay entre 35 y 40 personas tituladas o a punto de estarlo.

La idea de esta investigadora parte de una base defendida desde la conselleria de Educación: dejar atrás el concepto de 'guardería-aparcaniños' y crear auténticos centros de atención a la infancia, que velen por su desarrollo y se preocupen por "la atención afectiva y emocional" que los niños necesitan. Y es ahí donde jugará un papel capital el masaje infantil. Para el niño, separarse de sus padres al entrar en la *escoleta* es también un motivo de estrés (basta recordar las míticas imágenes

de críos llorando a las puertas de los centros). El masaje contribuye a que ese cambio sea más fácil para el niño. Además, recuerda Femenias, esos años son claves para construir las bases de la seguridad afectiva y emocional que necesitarán en el futuro.

En la página de la Sociedad Española de Masaje Infantil se mencionan varios grupos de atención, además de la población general, sobre los que el masaje tiene una serie de ventajas añadidas: desde los bebés prematuros hasta niños con conductas agresivas o críos en familias en riesgo (con problemas de adicciones, un nivel social muy bajo...). Una rutina de masaje diario no sólo ayuda a todos estos niños, también es un tiempo de desahogo para los padres.

"Al final te lo piden ellos", explica Femenias, que actualmente trabaja en una *escoleta*. "vienen y te dicen: Me duele la cabeza, ¿me das un masaje?". La autora de la tesis cree que a la larga estos críos quizás se tomen su salud de una forma diferente a la imperante hoy en la sociedad occidental y probablemente se ahorrarán enfermedades psicosomáticas y consumo innecesario de medicamentos. También contribuirá a luchar contra otra característica de nuestros tiempos: la excesiva individualidad. "No tenemos que tener tanto miedo a tocarnos, guardarnos demasiado la distancia", dice Femenias, quien recuerda que "la piel es el primer lenguaje".

El interés por formarse en masaje infantil crece cada año y llama la atención de psicólogos, enfermeras, fisioterapeutas...