

MASAJE INFANTIL



1



MANOSQUE REPOSAN

Indica que iniciamos el masaje en esta zona

Manos sobre el vientre del bebé, quietas, con calidez, sin poner peso

3



ABRIR UN LIBRO

Desplace los pulgares desde ambos lados del ombligo hacia afuera



2



OLEADAS

Adaptando las manos al vientre del bebé, deslízcelas desde el ombligo hacia la parte baja del vientre, primero una mano y después la otra, en forma de oleadas o de molino de agua

4



SOL Y LUNA

Con la mano izquierda dé vueltas en el sentido de las agujas del reloj (es el Sol)

Cuando la mano izquierda llega abajo, la mano derecha dibuja una luna, de las 8 a las 6 horas

5



“I LOVE YOU”

Se dibuja una “U” invertida con la punta de los dedos

Empieza por el último tramo, después una “L” invertida y finalmente la “U” invertida de forma completa

7



RODILLAS SOBRE EL VIENTRE

Doble las rodillas del bebé suavemente hacia el vientre (sin juntarlas si aún no gatea)

Mantenga esta posición durante 5 segundos



6



CAMINAR POR LA BARRIGA

Presione
con la punta
de los dedos de
derecha
a izquierda
de la barriga
del bebé

8



BICICLETA

Doble las rodillas del
bebé suavemente
hacia el vientre,
primero una pierna y
después la otra

Mantenga esta
posición durante
5 segundos

9



VACIADO HINDÚ

Con una mano agarre el tobillo y con la otra, el muslo

Haga friegas hacia el tobillo, una vez por la parte interna de la pierna y la otra vez por la externa

11



CAMINAR

Con los pulgares por la planta del pie, hasta llegar a la raíz de los dedos



10



PULGAR TRAS PULGAR

Deslice los pulgares por la planta del pie del bebé trazando medias lunas desde el talón hasta la base de los dedos

12



CÍRCULOS

Haga movimientos en forma de círculo en cada dedo del pie del bebé, y termine con un pellizquito suave

13



MEDIAS LUNAS

Haga movimientos en forma de media luna en la parte de encima del pie, desde la base de los dedos hacia los tobillos

15



VACIADO SUECO

Deslice las manos desde el tobillo hasta el muslo, primero una mano por la parte interna de la pierna y después la otra mano por la parte externa



14



CÍRCULOS

Pase los dedos
alrededor
de los tobillos
del bebé

16



RODAMIENTOS

Haga movimientos
de rodamiento
con ambas manos
a la vez
desde el muslo hasta
el pie

17



CORAZÓN

Dibuje un corazón abriendo las manos hacia los costados del pecho y volviendo a juntarlas en el centro

Súbalas y vuelva a hacer el movimiento

19



VACIADO HINDÚ

Como el vaciado hindú de la pierna, pero del hombro a la muñeca



18



MARIPOSA

Dibuje las alas de una mariposa cruzando el pecho, alternando las manos

20



ESTIRAR DE UN HILO

Abra la mano del bebé con los pulgares, haga un rodamiento en cada dedo y prolongue el movimiento en el aire, como si estirase suavemente de un hilo imaginario

21



CARICIAS

En el dorso de la mano

CÍRCULOS

Alrededor de la muñeca con los pulgares o los índices

VACIADO SUECO

Desde la muñeca hasta el hombro

RODAMIENTOS

Desde el hombro hasta la mano (igual que en las piernas)

23



VAIVÉN

Con ambas manos desde el cuello hasta las nalgas, y volver

BARRIDO

Una mano se desliza por la espalda hacia abajo, primero hasta las nalgas y después hasta los pies. Mientras, la otra mano se mantiene fija en las nalgas

CÍRCULOS EN CADA LADO DE LA ESPALDA

Al llegar a las nalgas haga un amasamiento suave



22



ABRIR UN LIBRO

Sobre la frente
con los pulgares o toda
la mano hacia los lados

Sobre las cejas
del centro a los lados

Por los lados de la nariz
y siguiendo los pómulos

Hacer sonreír a los labios,
tanto el superior
como el inferior

RELAJACIÓN DE LA MANDÍBULA

Pequeños círculos desde las
mejillas hacia las orejas,
siguiendo por la parte
superior externa
de las orejas y
bajando por detrás
hacia el mentón

24



PEINADO

Con todos los dedos
de la mano abiertos,
como si fuese un peine,
deslícelos por la
espalda hasta las nalgas

Prolongue el movimiento
hasta los pies

Hágalo cada vez
más despacio,
hasta terminar
como si pasase
una pluma de un
tirón desde la cabeza
hasta los pies