

# MASSATGE INFANTIL



1



## MANS QUE REPOSEN

Indica que iniciam el massatge en aquesta zona

Mans damunt el ventre del nadó, quietes, amb calidesa, sense posar-hi pes

3



## OBRIR UN LLIBRE

Desplaçau els polzes des dels dos costats del llombrígol cap a fora



2



## ONADES

Adaptant les mans al ventre del nadó, feis-les lliscar des del llombrígol cap a la part baixa del ventre, primer una mà i després l'altra, en forma d'onades o de molí d'aigua

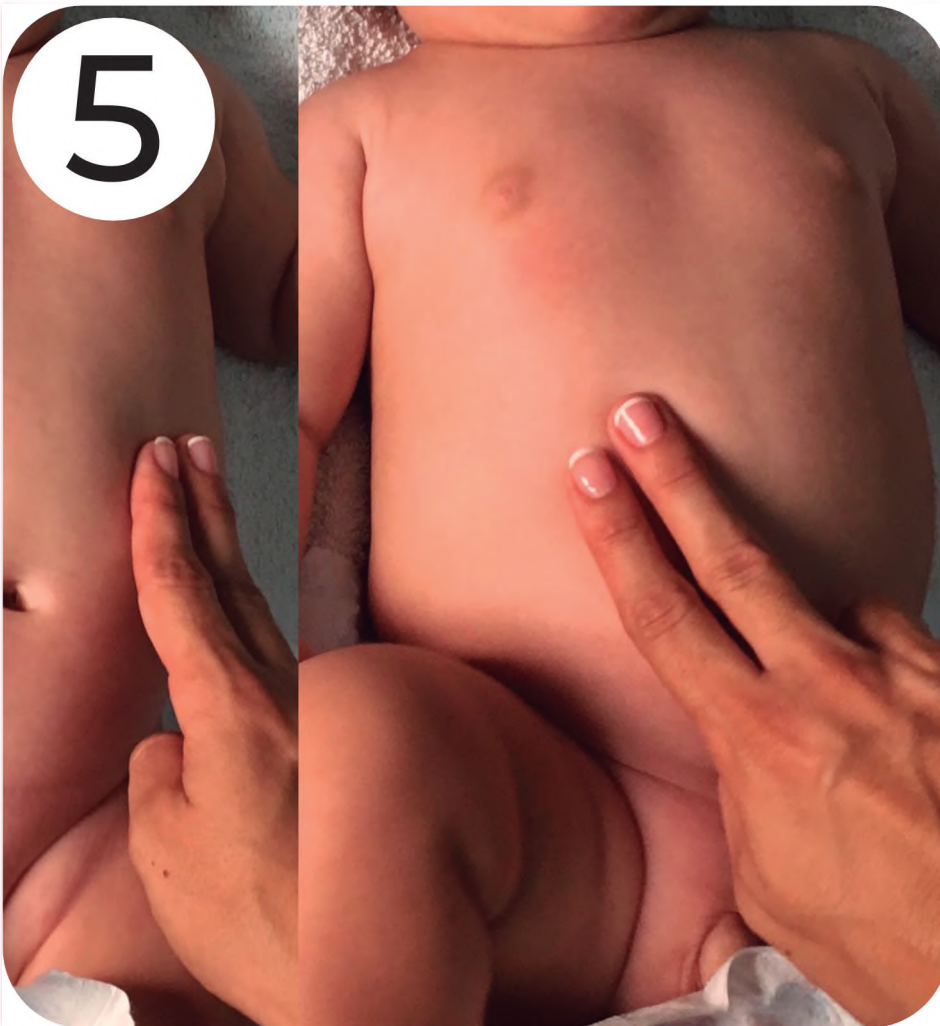
4



## SOL I LLUNA

Amb la mà esquerra feis voltes en el sentit de les busques del rellotge (és el Sol)

Quan la mà esquerra arriba a baix, la mà dreta dibuixa una lluna, de les 8 a les 6 hores



## “I LOVE YOU”

Es dibuixa una “U” invertida amb la punta dels dits

Comença pel darrer tram “I”, després una “L” invertida i finalment la “U” invertida de forma completa



## GENOLLS DAMUNT EL VENTRE

Doblegau els genolls del nadó suaument cap al ventre (sense ajuntar-los si encara no gateja)

Manteniu aquesta posició durant 5 segons

6

## CAMINAR PER LA PANXA

Pressionau  
amb la punta  
dels dits  
de dreta a esquerra  
de la panxa del nadó

8

## BICICLETA

Doblegau els genolls  
del nadó suaument  
cap al ventre, primer  
una cama  
i després l'altra

Manteniu aquesta  
posició durant  
5 segons

9



## BUIDATGE HINDÚ

Amb una mà agafau el turmell i amb l'altra, la cuixa

Feis fregaments cap al turmell, una vegada per la part interna de la cama i l'altra per l'externa

11



## CAMINAR

Amb els polzes per la planta del peu, fins a arribar a l'arrel dels dits



10



## POLZE RERE POLZE

Feis lliscar els polzes per la planta del peu del nadó traçant mitges llunes des del taló fins a la base dels dits

12



## CERCLES

Feis moviments en forma de cercle a cada un dels dits del peu del nadó, i acabau amb una pessigadeta suau

13



## MITGES LLUNES

Feis moviments en forma de mitja lluna a la part de damunt del peu, des de la base dels dits cap als turmells

15



## BUIDATGE SUEC

Feis lliscar les mans des del turmell fins a la cuixa, primer una mà per la part interna de la cama i després l'altra mà per la part externa



14



## CERCLES

Passau els dits tot al voltant dels turmells del nadó

16



## RODAMENTS

Feis moviments de rodament amb totes dues mans a la vegada des de la cuixa fins al peu

17



## COR

Dibuixau un cor obrint les mans cap als costats del pit i tornant a ajuntar-les al centre

Pujau-les i tornau a fer el moviment

19



## BUIDATGE HINDÚ

Com el buidatge hindú de la cama, però de l'espatla al canell de la mà



18



## PAPALLONA

Dibuixau les ales  
d'una papallona  
creuant el pit,  
alternant les mans

20



## ESTIRAR UN FIL

Obriu la mà del nadó  
amb els polzes,  
feis un rodament  
a cada dit  
i prolongau  
el moviment a l'aire,  
com si estiràssiu  
suaument  
un fil imaginari

21



## CARÍCIES

Al dors de la mà

## CERCLES

Al voltant del canell amb els dos polzes o els dos índexs

## BUIDATGE SUEC

Des del canell a l'espatla

## RODAMENTS

Des de l'espatla fins a la mà (igual que es fa a les cames)

23



## VAIVÉ

Amb les dues mans des del coll fins a les natges, i tornar

## ESCOMBRADA

Una mà llisca per l'esquena cap avall, primer fins a les natges i després fins als peus. Mentrestant, l'altra mà es manté fixa a les natges

## CERCLES A BANDA I BANDA DE L'ESQUENA

En arribar a les natges heu de fer-hi un masegament suau



22



## OBRIR UN LLIBRE

**Damunt el front**  
amb els polzes o amb tota  
la mà cap als costats

**Sobre les celles**  
del centre als costats

**Pels costats del nas**  
i continuant pels pòmuls

**Fer somriure els llavis,**  
tant el superior  
com l'inferior

## RELAXACIÓ DE LA MANDÍBULA

Petits cercles des de  
les galtes cap a les orelles,  
continuant per la part  
superior externa  
de les orelles i  
baixant per darrere  
cap a la barbeta

24



## PENTINAT

Amb tots els dits  
de la mà oberts, com si  
fos una pinta, feis-los  
lliscar per l'esquena  
fins a les natges

Prolongau el moviment  
fins als peus

Ho heu de fer  
cada vegada més  
a poc a poc,  
fins a acabar  
com si passàssiu  
una ploma d'una tirada  
des del cap  
fins als peus