

SALUD TOTAL



**LOLA
FORNER**

EN FORMA

Rugby
Gimnasia
para crecer

NIÑOS

Masaje curativo
La escuela española
a examen
Celos del hermanito

MEDICINA

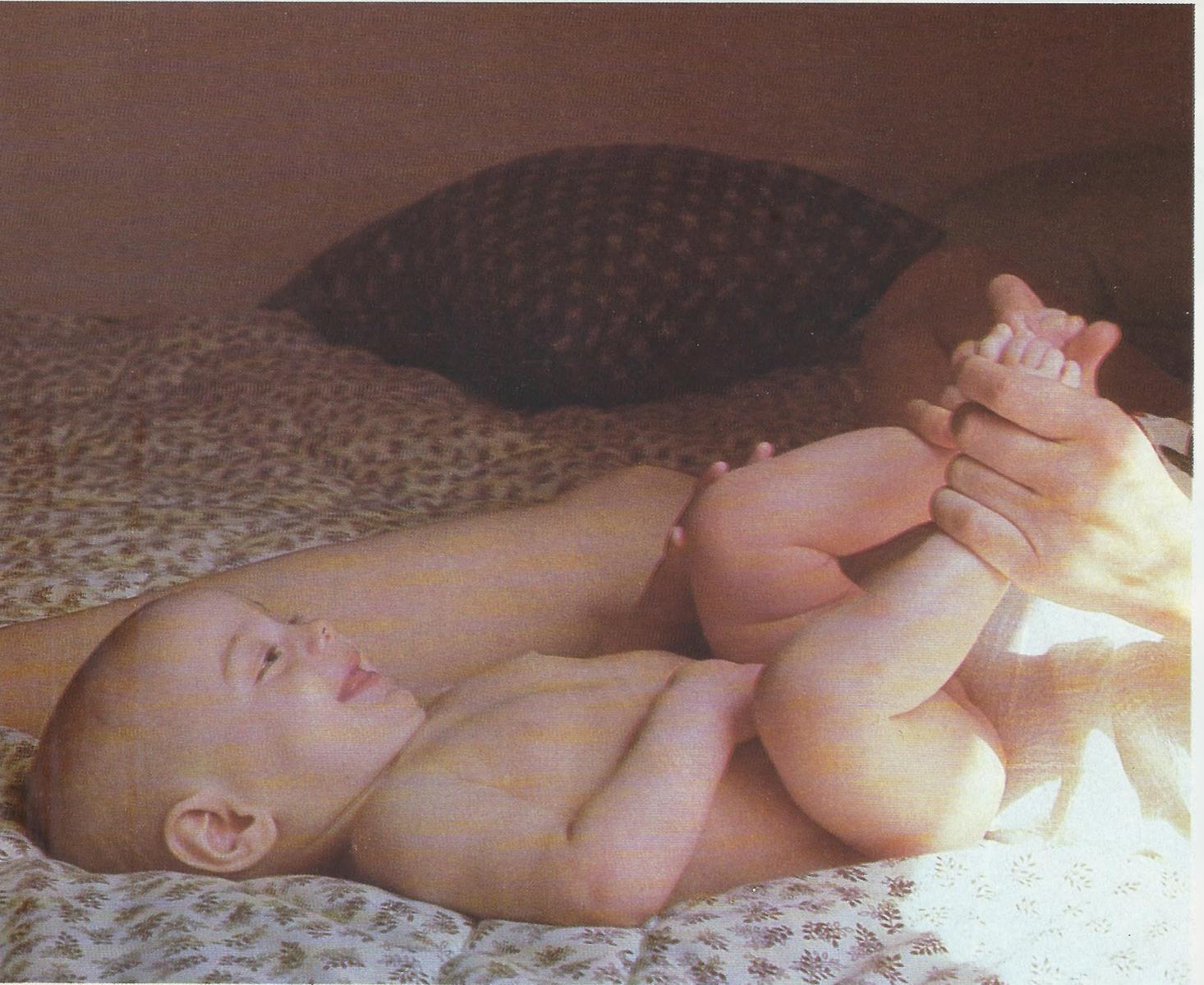
Nueva cirugía
de cataratas
Operaciones que
alargan los huesos

BELLEZA

Cosmética natural
antiarrugas
Todo sobre los lunares

**HIERBAS
QUE CURAN**

**LOS VENENOS
QUE GUARDAS
EN CASA**



EL MASAJE INFANTIL

CARICIAS QUE CURAN

*"El masaje de
bebés es un arte tan
antiguo como
profundo.*

*Simple pero difícil,
difícil porque es
simple.*

*Como todo lo que es
profundo".*

Dr. Frédéric Leboyer

Quizás no exista nada tan arraigado en la esencia misma del hombre como su necesidad de AMOR. Desde que nacemos el amor es el móvil básico y fundamental para el desarrollo del ser humano. Incluso el primer alimento que recibimos de nuestras madres es ya un acto de amor, al entregarnos la esencia misma de su ser con absoluta generosidad.

Existen pruebas contundentes las cuales demuestran que una gran cantidad de las enfermedades de nuestra sociedad son la consecuencia de una falta de amor. Este fenómeno se produce especialmente en la infancia, donde las necesidades de amor por parte de los niños resultan aún mucho más imperiosas. Frente a dichas enfermedades la medicina oficial, denominada "alopática" o "antipática", actúa de forma fría y distante, limitándose a prescribir una serie de sustancias que tratan de paliar el desequilibrio físico de la persona, en este caso del niño. Pero esta medicina no tiene en cuenta que la enfermedad no es solamente un desequilibrio físico, sino también emocional y por lo tanto afectivo.

Desde la más remota antigüedad se viene practicando un tipo de medicina infantil cuya base fundamental es la caricia y el contacto directo de la madre con su infante. Incluso en nuestros días aún perdura esa tendencia terapéutica de "tocar" el lugar del dolor (por ejemplo acariciar la barriguita del bebé cuando siente molestias o el chichón del niño tras un golpe), heredada de los instintos primarios de los mamíferos, quienes por su parte tienden a lamerse las heridas

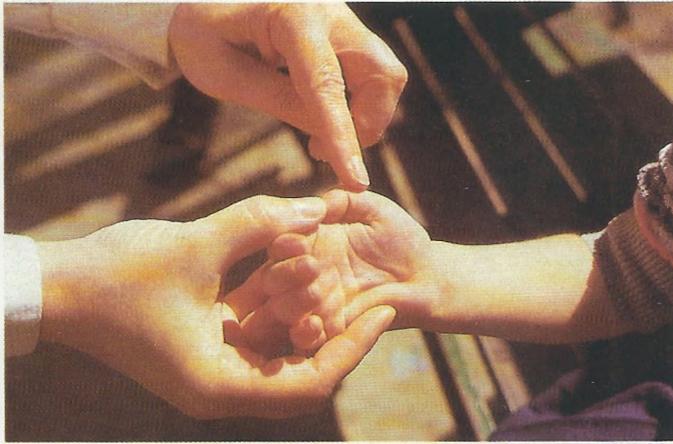


Figura 1

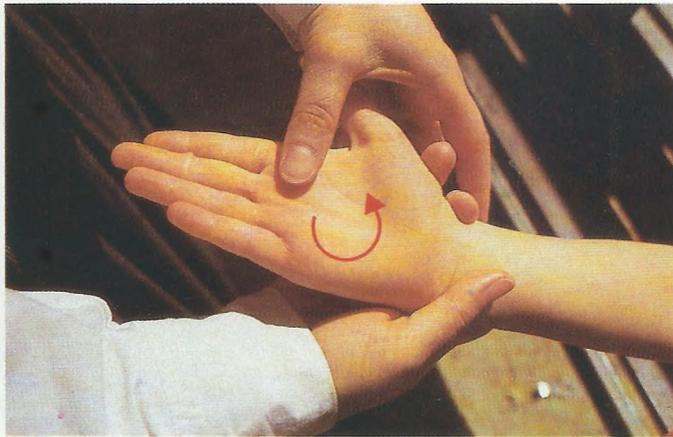


Figura 2



Figura 3



Figura 4

o los lugares dolorosos.

En la antigua China y en el Japón el masaje infantil constituía la base de la medicina popular, por su inminente carácter preventivo. Otros países, como la India, siguen considerando el masaje infantil (y el masaje en general) como uno de los elementos terapéuticos de mayor importancia social. Referente a este aspecto, el lector dispone de un maravilloso libro escrito por el famoso pediatra francés F. Leboyer, titulado "SHANTALA, un arte tradicional de masaje de los niños", publicado por la editorial Hachette.

De cuantas técnicas existen en la actualidad de masaje infantil, vamos a tratar del masaje infantil practicado en la milenaria China y del masaje hindú, por tratarse de los más simples y al mismo tiempo los más eficaces. El masaje chino tiene una base filosófica y médica similar a la de la acupuntura (véase al respecto SALUD TOTAL n° 2 noviembre 1985), sin embargo la simplicidad de su uso lo convierte en una técnica que puede practicar cualquier persona sin necesidad de poseer conocimientos médicos previos. Evidentemente no se trata aquí de escribir un tratado de masaje infantil, sino simplemente de dar algunas indicaciones fundamentales al respecto, por lo que nos centraremos en las enfermedades más corrientes que pueden presentarse y no requieran la visita de un especialista.

CÓMO TRATAR LA DIARREA DEL RECIEN NACIDO:

A) SINTOMAS:

El color de las heces es amarillento o verdoso y

Figura 13

las heces del bebé son líquidas y pegajosas o bien contienen grumos de leche. El bebé orina poco y tiene dolor de vientre.

B) CAUSAS:

La madre no le proporciona una cantidad suficiente de leche al bebé o bien esta leche está demasiado caliente o demasiado fría.

C) TRATAMIENTO:

Tomar una de las manos del bebé y realizar un masaje lineal, desplazando la pulpa del dedo pulgar del bebé de abajo hacia arriba, durante 5 minutos. Después repetir lo mismo en la otra mano (fig. 1).

A continuación realizaremos rotaciones circulares sobre las palmas de las manos del bebé durante 2 min. (como indica la fig. 2) en el sentido contrario a las agujas del reloj.

El paso siguiente consiste en deslizar el dedo pulgar hacia arriba y hacia abajo sobre los pliegues articulares de los dedos del bebé, en la cara palmar de ambas manos, durante 4 minutos en cada mano. (fig. 3)

Después efectuaremos rotaciones en el sentido dextrogiro (el de las agujas del reloj) en el centro de la mano sobre la cara dorsal, como se indica en la figura 4, durante unos 3 minutos.

El siguiente paso consiste en efectuar un masaje lineal, durante otros 3 minutos en cada mano, en el lado radial (el que corresponde al dedo pulgar) del dedo índice, como se indica en la figura 5.

Finalmente efectuaremos una suave presión a unos 2 centímetros por fuera del ombligo, a uno y otro lado, como se indica en la figura 6.



Figura 5

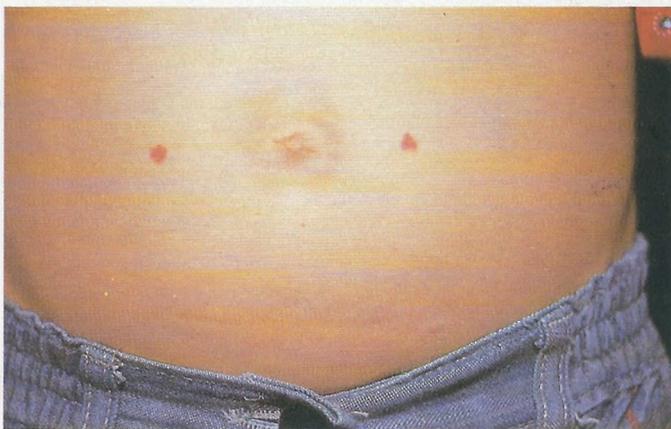


Figura 6

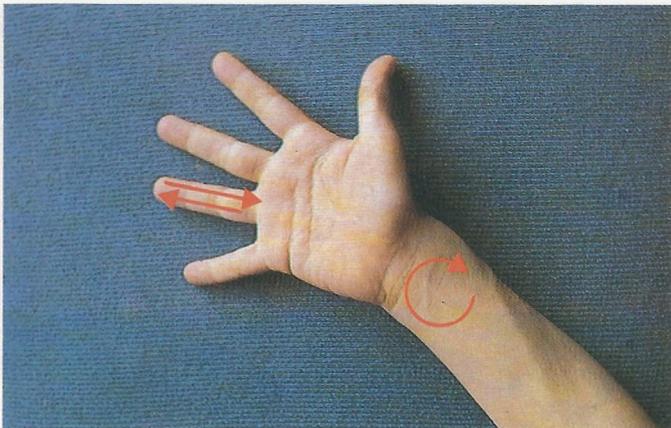


Figura 7

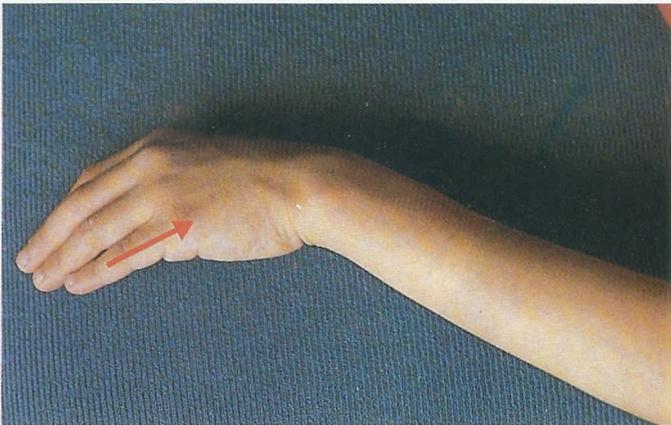
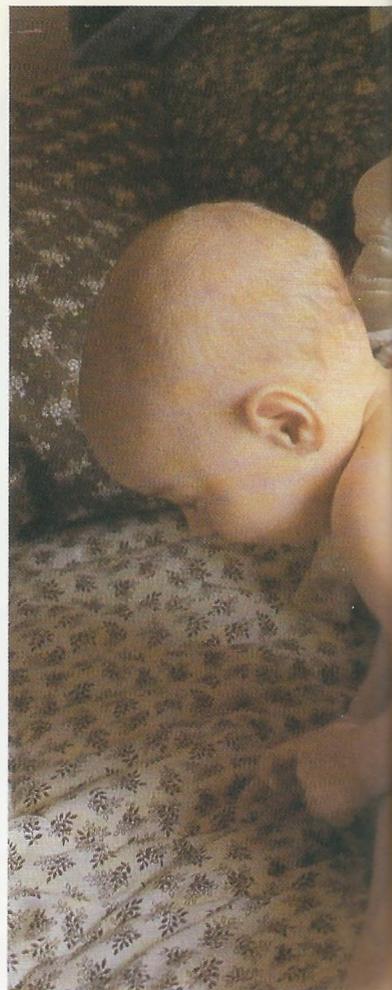


Figura 8



CÓMO TRATAR EL ESTRABISMO

A) SÍNTOMAS:

Los ojos del niño no tienen una posición uniforme respecto al centro de la visión y no pueden fijar un punto con los dos ojos al mismo tiempo.

B) CAUSAS:

Por lo general se trata de una parálisis de uno o más músculos oculares por una lesión de un nervio oculomotor. El origen del estrabismo no está del todo claro y se piensa incluso que se trata de un problema de tipo psicológico.

C) TRATAMIENTO:

Efectuar un masaje rotatorio en el pliegue interno de la muñeca (cara palmar), durante unos 10 minutos en cada mano, como se indica en la figura



ra 7.

Seguidamente realizaremos un masaje lineal sobre la cara cubital de la falange del meñique, es decir la cara interna con las palmas del niño al frente, durante otros 10 minutos en cada mano. Véase la figura 8.

CÓMO TRATAR EL DOLOR DE DIENTES

A) SINTOMAS:

Vamos a distinguir dos tipos de síntomas que acompañan a la dentición infantil, en primer lugar cuando aparece mal aliento, encías inflamadas, dolor de cabeza, estreñimiento y cuerpo caliente.

B) CAUSAS:

Dentición.

C) TRATAMIENTO:

El mismo masaje que se

detalla en la figura 7, durante 3 minutos.

Seguidamente tomaremos la cara dorsal del niño y realizaremos desplazamientos a izquierda y derecha, sobre el pliegue externo de la muñeca, durante otros 3 minutos en cada mano (figura 9).

Luego realizaremos el mismo masaje que se detalló en la figura 8, durante 5 minutos en cada mano.

Ahora efectuaremos los deslizamientos a izquierda y derecha en la base del pulgar, sobre la masa carnosa, durante 5 minutos en cada mano, como indica la figura 10.

El masaje que viene a continuación se realiza a lo largo del antebrazo, por el centro de la cara palmar, desde el centro

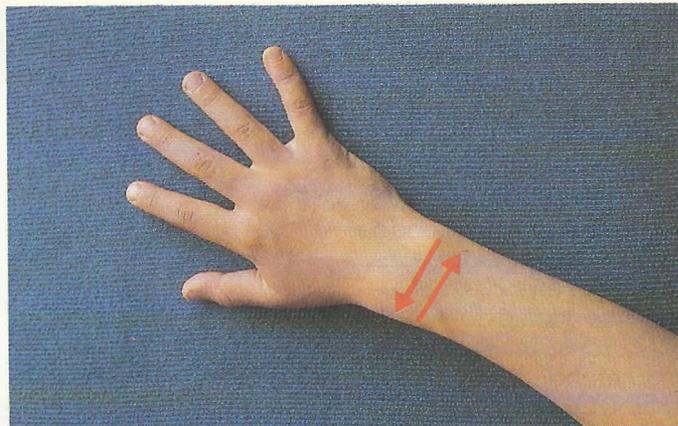


Figura 9

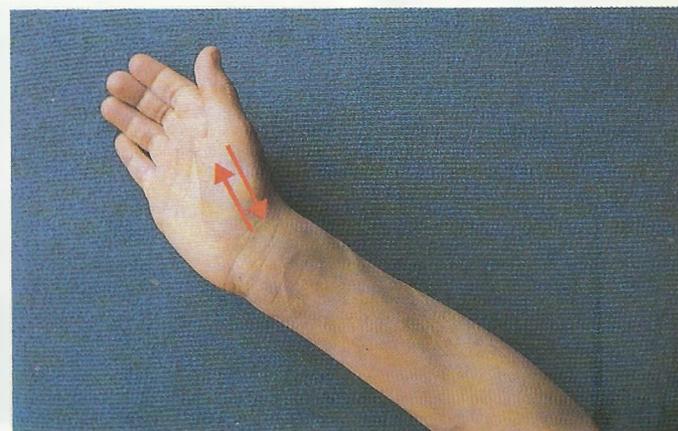


Figura 10

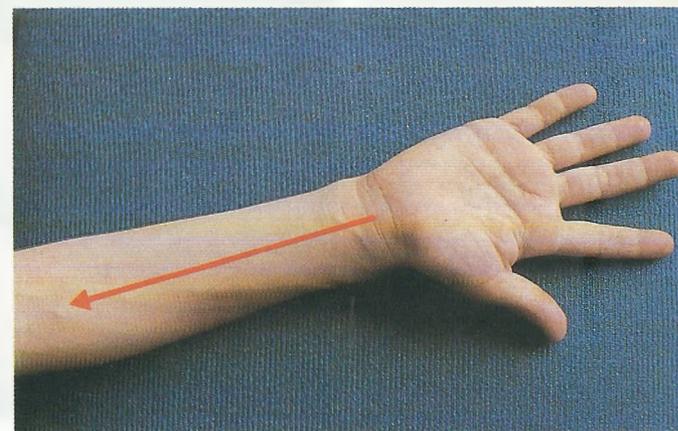


Figura 11



Figura 12

del pliegue de la muñeca hasta el pliegue del codo, durante un minuto en cada brazo, como indica la figura 11.

Finalmente efectuaremos una presión suave sobre un punto situado entre el dedo pulgar e índice de la mano, en el lugar que indica la figura 12, durante un minuto en cada mano.

A) SÍNTOMAS:

Otras veces el niño presenta una lengua brillante y limpia, sin mal aliento y las encías sin hinchazón.

B) CAUSAS:

Dentición.

C) TRATAMIENTO:

Comenzar por el masaje descrito en la figura 8, durante 5 minutos en cada mano.

A continuación efectuaremos rotaciones dextrógiras sobre la cara dorsal de la mano justo debajo del 3^{er} y 4^o nudillo, durante 5 minutos en cada mano, como describe la figura 13.

Finalmente realizaremos el mismo masaje descrito en la figura 12 durante un minuto en cada mano.

CÓMO TRATAR LA AMIGDALITIS

A) SÍNTOMAS:

Cuello enrojecido e hinchado, con molestias al tragar, dificultad respiratoria y espectoraciones, nerviosismo.

B) CAUSAS:

Baja de defensas generales del niño.

C) TRATAMIENTO:

Se inicia el tratamiento con el masaje descrito en la figura 6.

Seguidamente efectuaremos un pinzamiento en la cara posterior del cuello entre la 2^a y 3^a vértebras cervicales, durante un minuto aproximadamente, como se describe

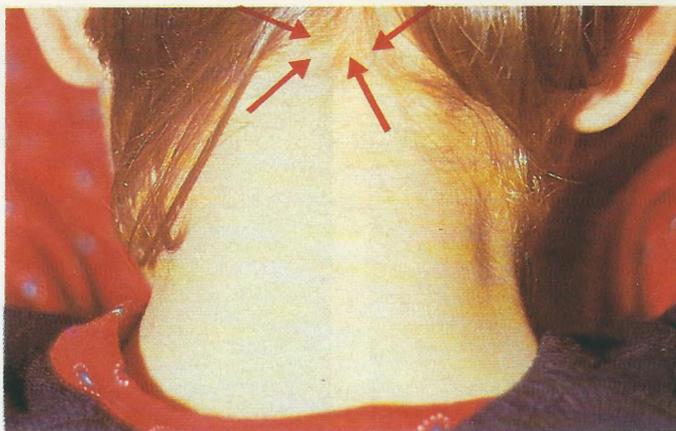


Figura 14

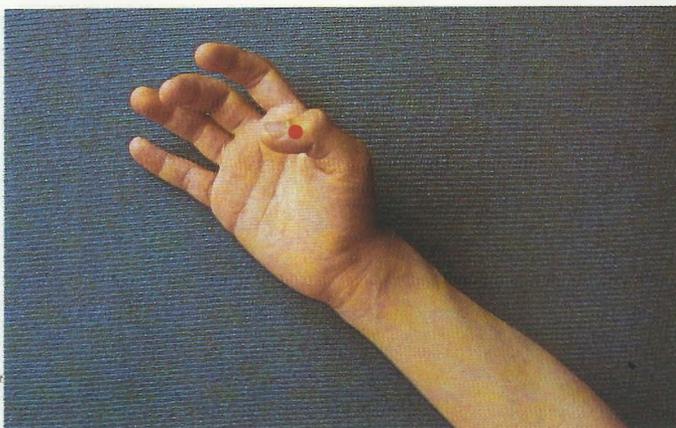


Figura 15



Figura 16

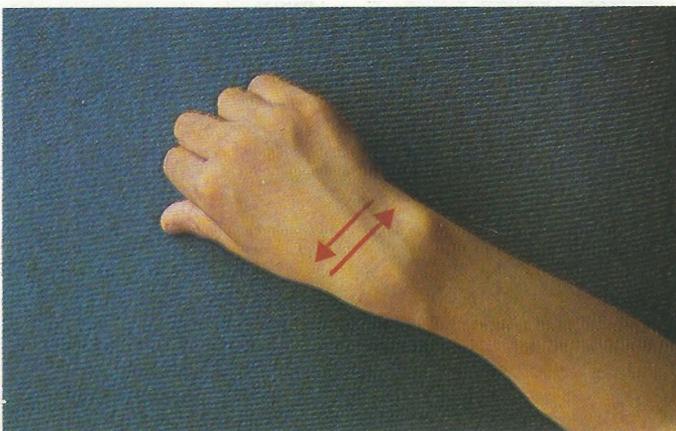


Figura 18

en la figura 14.

Presionar con la uña la zona ungueal externa (radial) del dedo pulgar del niño, como indica la figura 15, en ambas manos al mismo tiempo.

Efectuar un pellizco, como indica la figura 16, en el centro del hoyo posterior de la rodilla.

CÓMO TRATAR EL ESTREÑIMIENTO

A) SÍNTOMAS:

El niño presenta mal aliento y sus labios están secos; tiene el vientre hinchado y las heces son muy duras; orina poca cantidad y la orina es oscura y de olor fuerte.

B) CAUSAS:

Se trata de una alteración muy corriente en nuestra sociedad, generalmente debida al tipo de alimentación que sigue el niño, bien sea porque come en exceso o bien porque no toma alimentos vegetales (sobre todo crudos) o alimentos que contengan fibra.

C) TRATAMIENTO:

El mismo masaje descrito en la figura 3, durante 7 minutos.

Seguidamente se efectuarán desplazamientos hacia arriba y abajo a lo largo de la falange del dedo anular, por la cara palmar, durante 5 minutos en cada mano. Véase al respecto la figura 17.

El paso siguiente consiste en efectuar un masaje lineal a lo largo del brazo por la cara externa del codo hasta la articulación de la muñeca. Figura 17.

El último paso consiste en efectuar un masaje en la cara dorsal de la muñeca sobre el mismo pliegue de extensión, como se detalla en la figura 18.

Juan R. Villaverde