

# Massaggio infantile: messaggio d'amore



di Isabella Traballi

Il massaggio infantile non è una tecnica, ma un modo privilegiato di comunicare con il proprio bambino, è un modo diverso di **donarsi amore!**

Massaggiare il proprio bambino significa **ascoltarlo, proteggerlo, rispettarlo**, cogliere il suo bisogno d'amore, stimolare la crescita e promuovere la salute.

Durante il massaggio il genitore comunica al bimbo i propri sentimenti non solo con il tatto ma anche con lo sguardo e la voce, trasmette un messaggio di amore che è accolto intimamente e profondamente dal piccolo.

I benefici del massaggio sono tantissimi:

- Favorisce il rilassamento e regola il ritmo sonno-veglia
- Stimola, fortifica e regolarizza il sistema circolatorio, respiratorio, muscolare, immunitario e dà sollievo al disagio provocato dalle coliche gassose.
- Rafforza il legame genitore-bambino e facilita il rilassamento di entrambi
- Stimola la conoscenza delle varie parti del corpo

Il massaggio infantile è una tradizione antica presente nelle culture di molti paesi orientali. Nel mondo occidentale viene diffusa da **Vimala Mc Clure** che apprese quest' arte durante un periodo di lavoro in un orfanotrofio in India. Nel 1981 nasce l'International Association Infant Massage Instructors e la pratica del massaggio infantile inizia a diffondersi nel mondo. In Italia è proposto da Benedetta Costa, fisioterapista, che fonda l' **A.I.M.I.** (Associazione Italiana Massaggio Infantile).

Si può praticare sin dal primo mese e si prosegue per tutta la vita e il corso per imparare solitamente consiste in cinque incontri mono settimanali della durata di un'ora circa. Ogni gruppo è formato da cinque mamme e/o papà

con il proprio bambino/a da zero a un anno di vita. Da 12 mesi in poi i bimbi cominciano a gattonare e il corso è svolto singolarmente perché il gruppo sarebbe dispersivo.



Imparare a massaggiare il proprio bambino è un'esperienza meravigliosa!

Per approfondire: **Vimala Mc Clure** "Massaggio al bambino, messaggio d'amore".  
Bonomi Ed.

[A.I.M.I.](#) (Associazione Italiana Massaggio Infantile)

Per info: [Benvitamedica Monza](#)