

El masaje en el aula de 2-3 años

Revisión bibliográfica. TFG Corporal.



CAROLINA NAVIDAD MORALES

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN INFANTIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

UNIVERSIDAD DE GRANADA

10/06/2014

Se presenta el masaje infantil con una nueva visión donde es definido como instrumento de relación y comunicación entre el niño de 2-3 años con su entorno próximo, concretamente con el adulto del aula. Se busca la defensa del recurso del masaje para emplear dentro del aula, utilizando como base las aportaciones de diferentes autores y las experiencias vividas en diferentes países. De estas ideas se concluyen los beneficios que aporta el masaje y la rutina posible a desarrollar dentro de un aula de 2-3 años de manera concreta.

Palabras clave: masaje infantil escuela, afecto, bebés, educación infantil, tacto, estimulación precoz.



• ÍNDICE.

1) Introducción, justificación o estado de la cuestión.	1
2) Objetivos del trabajo.	5
3) Métodos de localización, selección y evaluación de los estados primarios.	6
4) Análisis del tema.	
• ¿Qué es?	7
• ¿Por qué sí al masaje?	8
• El masaje en el aula de 2-3 años	9
• Beneficios	9
• ¿Qué hacer en el aula? La práctica	10
• Más allá del aula	16
5) Conclusión.	17
6) Referencias bibliográficas.	19
7) Anexos.	
• Anexo 1	21
• Anexo 2	22
• Anexo 3	23
• Anexo 4	24
• Anexo 5	25

“El masaje de los niños es un arte tan antiguo como profundo. Simple pero difícil. Difícil de tan simple. Como todo lo que es profundo”
(Leboyer1998 p.29).

1. INTRODUCCIÓN, JUSTIFICACIÓN O ESTADO DE LA CUESTIÓN.

Este trabajo representa un Trabajo Final de Grado de la modalidad de Educación Infantil. En él se pretende realizar una revisión sobre la utilización del masaje en el aula de infantil, más concretamente, en el aula de 2-3 años, por lo que se ha realizado una recogida importante de información y datos en las diferentes publicaciones realizadas en torno a esta temática, las cuales me conducen a una comparativa que me permite concluir en unas ideas exactas, de forma que es posible realizar una discusión y defensa del tema a partir de datos contrastados y fiables.

Con esta investigación pretendo, como dice Femenías (2008):

Aplicar nuevas estrategias afectivas dentro de la escuela infantil para que, sin pretender sustituir a las figuras parentales, se ayude a los niños a compensar su ausencia y se aporte a los profesionales nuevos recursos y conocimientos de relación y vinculación con sus alumnos (p. 12).

La idea anteriormente expuesta puede servir como fundamento de apoyo para el uso del masaje en el aula de infantil en general, es decir en todo el primer y segundo ciclo, aunque tiene mayor sentido emplearla para los primeros años de escolarización puesto que es en ese momento cuando la mayoría de los alumnos sufren esa fuerte separación de los adultos, aunque en función del momento de primera escolarización de cada alumno esta cita cobra sentido en uno u otro momento. Es por ello que la emplee en mi caso, aula de 2-3 años. Además de la separación con el adulto, el masaje como estrategia en el aula ayuda al establecimiento de vínculos entre el docente y los alumnos, conllevando un aumento de la confianza.

He elegido el tema del masaje en el aula porque lo considero de vital importancia para el desarrollo del alumnado, puesto que tiene muy diversos beneficios, los cuales serán expuestos a lo largo del documento. Este trabajo se basa en una estrategia afectiva que no se encuentra desarrollada en amplitud en nuestro país, y por tanto no está integrada en nuestras aulas. Es esta falta de investigación, estudio e interés

por parte de los organismos educativos la que me conduce a la búsqueda y lucha por la defensa de este principio, puesto que basándonos en las experiencias de otros países y amoldando un poco la técnica y el uso del masaje a las necesidades de nuestro país, y en particular a las de cada centro educativo podemos comenzar a obtener muy buenos resultados en todos los campos del desarrollo de los bebés y niños. Es tal mi convencimiento en los amplios beneficios que el masaje aporta, que parto de la idea de Sánchez (2013) para defender el uso del masaje como buen recurso para:

- Conocer a los iguales e interactuar con ellos.
- Fomentar el desarrollo lingüístico.
- Desarrollar aspectos motores.
- Favorecer el desarrollo de las emociones y sentimientos.
- Ampliar la confianza en el adulto y en el grupo de iguales.
- Conocer el propio cuerpo y el medio.

A parte de ser un buen recurso para diferentes aspectos, dispone de muy amplios beneficios para todas las edades, puesto que la piel, receptor principal del masaje, es el más amplio órgano del cuerpo y el encargado de conectarnos con el mundo exterior. Por ello se puede afirmar que representa un poderoso medio para la estimulación del desarrollo fisiológico, psicológico y emocional del sujeto, es decir del sujeto completo. Esta relación de la persona con el mundo exterior la expone de manera muy visual Tonucci en su viñeta “la piel, el límite entre yo y el mundo”.



Con esta viñeta comprendemos la importancia que la educación le concede a

todos los sentidos del cuerpo, excepto al tacto. No se trabaja en profundidad el desarrollo de este sentido del cuerpo, ya que partiendo de que los primeros juguetes que les entregamos a los niños son de plástico, qué más vamos a esperar del desarrollo del sentido principal, ese que ocupa el cuerpo entero. Esta viñeta me sirve para reivindicar por una parte el uso de materiales de diferente procedencia que permitan llegar a ver sin abrir los ojos, simplemente experimentando e imaginando; y por otro lado, en relación al tema que toca, reclamar la importancia de tocar y ser tocado, de utilizar el tacto como punto de conexión con el mundo exterior desde el universo interior de la persona, aprovechándolo como foco de sensaciones. Quiero que mi trabajo sirva para concederle importancia, tanto dentro como fuera de la escuela, a esa fina capa o línea que nos separa de aquello que tantas sensaciones e informaciones recibe y transmite.

En relación al estado de la cuestión, parto de la información expuesta por González (2007), el cual nos informa de que la historia del masaje se remonta a tiempos prehistóricos en que los humanos ya sentían el instinto de acariciar el cuerpo, cuando éste se hallaba aquejado de alguna dolencia. Los primeros documentos, escritos en chino, datan de hace 3.000 años donde se explica que friccionarse con la palma de la mano cada mañana al levantarse protege de los resfriados, mantiene flexibles los órganos y evita dolencias. Es en la dinastía “Ming” (1368-1644) donde se comienza a hablar de masaje infantil, tal como afirma esta última autora.

Adentrándonos en la historia concreta del masaje infantil González, M.L. (2007) nos revela que este tipo de masaje es un arte muy antiguo, aplicado para estimular los sentidos y el afecto de los bebés. Esta tradición solo la mantuvieron aquellas culturas que tenían un mayor contacto con la naturaleza humana; es por ello, que por ejemplo en China se practica el masaje TUINA en los hospitales para tratar vómitos, fiebre, diarrea, etc. Mientras en India se masajea todo el cuerpo del bebé desnudo con aceite vegetal tibio.

El Masaje Infantil desarrollado actualmente en occidente se debe a la experiencia de Leboyer y Shenneider en la India (citados por González, 2007), por lo que conviene hablar del masaje infantil desde el punto de vista ayurvédico, el cual define su idea central:

“En la teoría de las medicinas tradicionales es fundamental el concepto de

Energía Vital, fuerza que activa la vida en todos los seres del Universo y que fluye en el cuerpo a través de los canales” (González, 2007, p. 104). La ayurveda actúa como medicina de enfermedades físicas y mentales, pero es necesario la utilización y relación de la mente y la consciencia; es por ello que utilizan este eje vertebrador para entender el masaje como solución a muchísimos problemas que pueden aparecer en los primeros años de vida. Partiendo de esta idea y usándola como base, Shenneider (citado por González, 2007) realiza una comparación entre las características del masaje en la India y en occidente. (Anexo nº 1)

Como ejemplos concretos y antecedentes del uso del masaje en el aula, puedo destacar diferentes investigaciones realizadas en diversos países las cuales han sido recogidas por Witchalls (2004):

- En el municipio de Apizaco, Tlaxcala, realizaron una investigación teniendo como práctica el masaje, la risa y el juego para la tolerancia de la diversidad. Durante 40 días realizaron 10 minutos diarios de masaje, lo que condujo a aumentar la concentración, la serenidad, el optimismo y la autoestima hasta la digestión de los sujetos del centro educativo de Primaria.
- En la Universidad de Miami se descubrió que el masaje puede estimular el sistema inmunológico. Al utilizar la terapia del masaje en niños recién nacidos prematuros se logró que aumentasen entre un 31 y 49% su peso, al igual que la longitud y circunferencia de la cabeza y de la densidad mineral ósea.
- En Suecia, más del 70 % de las guarderías usan el masaje infantil.
- La primera escuela en adoptar el programa AMIS (Asociación de Masaje Infantil) fue la primaria Garden, en Mitcham, al sur de Londres. "Es una práctica que ejerce un efecto definitivo sobre el bienestar emocional de los chicos y hace que todos presten más atención a los sentimientos del otro" explica Mía Elmsater.
- Carol Trower, pionera en técnicas de masaje en el Reino Unido y vicepresidenta de AMIS, explica que "el masaje vuelve a los chicos más serenos y tolerantes”.

Por lo que hemos visto hasta el momento, el masaje infantil parte de la tradición hindú y de la experiencia sueca, a lo que Prat (2004) añade la reflexología, basada en el desarrollo del masaje de los pies, además habla de la incorporación del yoga.

En España Simón creó la Asociación Española de Masaje Infantil (AEMI) en el año 1993, sección española de la IAIM. En dicha asociación Femenías (2008) expone:

Puede afirmarse que el objetivo central y clave del masaje infantil consiste en contribuir a la protección de la infancia favoreciendo el desarrollo de vínculos afectivos entre padres y/o cuidadores y niños/as mediante la promoción del masaje infantil, como medio para fomentar la comunicación y la nutrición afectiva a través del tacto, confirmando la importancia que tienen los primeros años de la vida del ser humano y su directa repercusión en su salud física, psíquica y emocional en su vida adulta. (p.23)

No es sencillo encontrar investigaciones realizadas sobre la temática del masaje en el aula, sobre todo en los últimos años, ni en nuestro país; los principales artículos que reivindican el uso de esta técnica se encuentran en la revista Aula de Infantil, siendo publicados por María Femenías, Nuria Prats, Montse López, Lourdes Gracia, Maite Carballeda y Esther Rodríguez. Tampoco es sencillo encontrar libros relacionados con este tema, siendo preciso relacionar documentos de educación con documentos de salud y bienestar, ya que no hay muchos autores que se hayan inmerso en la tarea de relacionar ambos campos.

2. OBJETIVOS DEL TRABAJO.

Los objetivos que persigo conseguir al finalizar la revisión bibliográfica sobre la temática del masaje en el aula de 2-3 años:

- Ampliar los conocimientos sobre la utilización del masaje en el aula.
- Remarcar los beneficios de la utilización del masaje en el aula.
- Autoformarme en el ámbito del masaje para ponerlo en práctica en el futuro docente.
- Proponer sesiones de masaje en el aula y formación para los padres.
- Encontrar base teórica para la defensa del tema.
- Reivindicar una mayor investigación acerca del masaje en el periodo de educación infantil.

3. MÉTODO DE LOCALIZACIÓN, SELECCIÓN Y EVALUACIÓN DE LOS ESTADOS PRIMARIOS.

Las palabras clave empleadas en la búsqueda: infant massage, infant tactile stimulation, masaje infantil en la escuela, afecto, emociones, seguridad, comunicación corporal, masaje bebés, relajación, apego, relación temprana, educación infantil, estimulación precoz, acogida, niños, fisioterapia, amor y tacto.

Los criterios seguidos para la elección de las dichas palabras clave han partido del propio tema de investigación; por ello comencé con la expresión de “masaje en el aula de infantil”. Tras localizar todas las investigaciones, artículos y libros referenciados con dicha frase pasé a consultar la bibliografía que estos documentos presentaban. De esta manera la búsqueda de información se ha sucedido en espiral hasta el momento en el que los datos de las bibliografías de diferentes fuentes han comenzado a coincidir.

Por ello puedo decir que las palabras clave empleadas en la búsqueda en gran medida las he tomado de las aportadas por los documentos de investigación, aunque al principio a algunas de ellas no les encontraba verdadera relación con la temática. Al ponerme a buscar me he dado cuenta de que para encontrar contenidos relacionados con el masaje no es necesario poner ese término, sino que la búsqueda ha sido más enriquecedora y variada gracias a leer acerca de sentimientos, emociones, relajación, los sentidos, etc.

En determinados momentos de bloqueo he elegido algunas palabras clave tomando como referencia las que anteriormente ya había empleado. Siguiendo por la misma línea he comenzado a probar con sinónimos y ramas de las palabras, al igual que he aprovechado los parámetros de búsqueda que como similitud ofrecen.

Los motores de búsqueda empleados y las bases de datos consultadas han sido los siguientes:

Motores de búsqueda	Bases de datos
Google académico	Scopus
La biblioteca electrónica de la Universidad de Granada	Eric
	Dialnet
Yahoo	Web of science
Bing	ISOC online
Ask	Digibug
Altavista	

El motor de búsqueda que me ha resultado más productivo para la recopilación de información ha sido google académico puesto que he logrado descargar documentos relativos a investigaciones realizadas sobre el tema e información adecuada para poder hablar acerca de los antecedentes existentes sobre el masaje e ideas interesantes para incluir en la justificación del trabajo.

En relación a las bases de datos, las más empleadas han sido dialnet, digibug y ERIC, puesto que al ponerme a buscar artículos de revistas principalmente, han sido en estas en las que he logrado localizar y descargar los archivos completos en formato digital o, al menos, un resumen de estos.

4. ANÁLISIS DEL TEMA.

A continuación realizo una comparación entre los datos recopilados en las diferentes fuentes, de forma que se establecen las similitudes y diferencias en los apartados de definición del masaje, respuesta afirmativa a dicho recurso, uso del masaje en el aula, los beneficios aportados por cada autor, una sesión concreta de masaje y qué hacer más allá del trabajo en el aula.

- ¿Qué es?

Todos los autores consultados disponen de una definición muy similar acerca de lo que el masaje trata, por ello podemos establecer una clara y directa definición de masaje al nombrar a Prat (2004) que afirma que “el masaje significa tocar con las manos”.

Esta definición podemos unirla a la importancia que tiene el tacto, tal como Frédérick Leboyer (citado por Prat, 2004) afirma en su libro Xantala: "Los niños necesitan leche, sí. Pero todavía necesitan más ser queridos, y recibir caricias. (...) Que los lleven en brazos, los acunen, los acaricien, los cojan, les den friegas, es tan indispensable, o más, para los niños como las vitaminas, las sales minerales y las proteínas".

“El masaje infantil es una antigua tradición inherente a muchas culturas, que actualmente se está redescubriendo” (Simón). Se trata de una tendencia que existe en muchos países desarrollados y a la que en algún momento se le concedió importancia, pero desde el momento en que se centraron en el desarrollo tecnológico se apartó la investigación en este campo. Lloyd De Mause (citado por Simón, s.f.) afirmaba en su Teoría Psicogenética de la historia: “La fuerza central del cambio histórico no es la tecnología ni la economía, sino los cambios psicogénicos de la personalidad resultantes de las interacciones entre padres, madres e hijo/as en sucesivas generaciones”.

- ¿Por qué sí al masaje?

No he encontrado autores que hablen en contra de la utilización del masaje dentro del aula de infantil. En el caso contrario se encuentra Simón (s.f.) que defiende la utilización del masaje en la primera edad desde la perspectiva de la utilización del sentido del tacto, aprovechando la importancia que autores como Leboyer le conceden:

Es a través de las sensaciones que se transforman en emociones, que el niño/a va formando sus impresiones sobre el mundo y de donde surgirán sus recursos para ir desplegándose en la vida, para crecer, para desarrollar su capacidad de aprendizaje y para sus relaciones. De todas estas sensaciones las más importantes, especialmente en los primeros años de vida, son las que se reciben por el sentido del tacto, a través de este gran órgano que es la piel que nos envuelve. (p.37)

La teoría del apego definida por Bowlby y recogida por Ruiz; Pérez; Bravo et Romero (2008) se entiende como “parte de una necesidad humana universal para formar vínculos afectivos estrechos y tiene como núcleo la reciprocidad de las relaciones tempranas, precondition del desarrollo normal probablemente en todos los mamíferos, incluyendo a los humanos” (p.2).

De esta manera, tal y como afirma Porres (citado por Simón, s.f.) “El niño experimenta la falta de contacto como un abandono. Si su necesidad de contacto no se ve satisfecha con una respuesta afectuosa, arrastrará durante su vida la sensación de no ser amado” (p.38). Los vínculos en la especie humana se establecen desde el nacimiento y duran para toda la vida, es por ello donde se remarca la importancia de que “de su establecimiento dependerán la seguridad, la autoestima, la independencia, la libertad, la comprensión y la capacidad de amar y ser amado/a” (Simón, s.f., p. 38).

El masaje en el primer ciclo de Educación Infantil se establece como un primer contacto del infante con una persona diferente a su entorno más próximo y habitual desde el nacimiento, tal como afirma Femenías (2010):

El maestro participa en una etapa fundamental de la vida de los más pequeños, en la que la acogida emocional y el establecimiento de un vínculo afectivo son esenciales por coincidir con la separación parental. El masaje infantil ofrece numerosas garantías para convertirse en un vehículo de vinculación maestro-alumno, en una herramienta de comunicación prioritaria y de estimulación táctil. (p. 42)

Estos argumentos presentados por diferentes autores, que disponen de ideas similares y complementarias establecen lo que podría entenderse como una buena defensa acerca de por qué sí debe incluirse el masaje en el aula.

- ¿El masaje en el aula de 2-3 años?

Concretando en el aula de 2-3 años se puede afirmar que el masaje aporta un clima de seguridad, confianza y afecto al aula, lo que contribuye a la construcción del esquema corporal y de la propia identidad, al mismo tiempo que el niño puede alcanzar una correcta autoimagen con autoestima y confianza en sus posibilidades. (Femenías, 2010). A esta pequeña introducción compuesta por las ideas de Femenías podemos unir el siguiente apartado, compuesto por los beneficios que este recurso supone y que incluye un cúmulo de ideas de diferentes autores, que vuelven a complementarse para conducir a un pensamiento más completo.

- Beneficios:

Los beneficios que presenta el uso del masaje en el aula han sido recogidos por diferentes autores, lo que nos conduce a una recopilación importante. Por su parte Simón (s.f.) establece:

- Puede estimular o relajar ayudando al ciclo de acción/reposo.
- Ayuda al sistema gastrointestinal, solucionando cólicos y gases.
- Liberar tensiones emocionales. (Anexo nº 2)
- Formación de vínculos por medio de la mirada, la voz y el olor.

A estos puntos podemos añadir los beneficios que establece González, (2007):

- Regula el sistema respiratorio y ayuda en casos de mucosidad.
- Ayuda a la circulación sanguínea y linfática.
- Hidrata y tonifica la piel.
- Aumenta la conciencia de las partes del cuerpo, gracias a la aportación visual, táctil y propioceptiva.
- Reduce la hipersensibilidad al tacto.
- Incrementa la cantidad y calidad de la fonovocalización.
- Acelera el proceso de mielinización del cerebro.

Prat (2004), por su parte, añade:

- Previene de la violencia en caso de niños maltratados.
- Facilita la comunicación no verbal.

Estos beneficios conducen y se reflejan en un caso práctico que expone Cases (2002) al apuntar el comentario de uno de sus alumnos: "Yo, ahora, si quiero acercarme a alguien, lo toco; antes, le pegaba" (p.1).

- ¿Qué hacer en el aula? La práctica:

No existe un esquema concreto para desarrollar en el aula, pero las ideas de diferentes autores pueden verse como simultáneas, de manera que lo importante es probar e ir viendo que va mejor en cada situación puesto que cada actuación dependerá

de los niños, de su estado y del día, por tanto, cada día habrá una rutina diferente que se verá condicionada por el ambiente del aula, tal como afirma Prat (2004):

El masaje puede darse siempre que se desee, pero tiene que ir adaptándose a medida que el niño va creciendo, porque el cuerpo cambia y las extremidades también. Al igual que su duración, que al principio será más corta y poco a poco se podrá ir alargando. El masaje es una experiencia nueva para todos y hay que ir integrándolo poco a poco, sin prisas. (p.2)

Esta misma autora en las páginas posteriores de su artículo nos informa sobre los elementos necesarios en el masaje, es decir, aceites, colchonetas, toallas, mantas, cojines, etc. En referencia a los aceites, hay que destacar los de origen vegetal (aceite de almendras dulces, de avellanas, de sésamo, de lavanda, etc.) ya que aportan nutrientes para el organismo, son absorbidos rápidamente por la piel y facilitan los movimientos, no requiriéndose por tanto realizar tanta fuerza o presión, permitiendo realizar movimientos amplios, lentos y rítmicos (Anexo nº 3). Además se requiere que estemos relajados para transmitir nuestra energía al alumno. Se destaca la necesidad de pedirle permiso al bebé, niño o alumno para realizar el masaje, puesto que ante todo hay que respetarlo.

Femenías (2010) presenta como propuesta para incluir en el aula ordinaria el rincón del masaje. Para ello afirma que:

Para la introducción del masaje infantil como rincón sensorial en el aula, es importante disponer de otro educador o educadora. De esta manera, mientras una está presente en el rincón de masaje, la otra respondería a las necesidades que fuesen surgiendo en el resto del grupo: conflictos y situaciones puntuales, controlando los demás rincones de actividad disponibles en el aula. A medida que transcurre el tiempo, la maestra se convierte en organizadora de la actividad porque son los niños quienes realizan el masaje entre ellos; de todos modos, la maestra puede volver a integrarse en el rincón como receptora o realizadora del masaje. (p.43)

Este rincón del aula debe contar con una caja especial en la que se contengan los objetos necesarios para el masaje; los niños deben ser partícipes de la organización para el uso del rincón. Es decir, bajar persianas, poner música relajante, elegir los aceites, etc. Con el tiempo la maestra será una mera organizadora, puesto que los niños querrán ser los encargados de realizar los masajes, pudiendo realizárselos tantos a los compañeros como a la maestra.

Para este rincón Femenías (2008) establece en su tesis doctoral:

Antes de comenzar es importante establecer unas rutinas que aporten confianza, respeto, anticipación y seguridad:

1. Adoptar una postura lo más cómoda posible, relajarnos y realizar algunas inspiraciones profundas.
2. Mostrar al niño que nos disponemos a realizar un masaje, describirle los preparativos y frotar nuestras manos con el aceite de masaje para calentarlas.
3. Despojarnos de los objetos que puedan hacer daño al niño durante el masaje, por ejemplo pulseras, relojes y anillos, entre otros.
4. “Pedir permiso” al comenzar el masaje con frases cariñosas (por ejemplo, “¿puedo darte un masaje?”). Se trata de una forma de decirle al niño que es digno de respeto, dueño de su cuerpo y que hay que pedirle permiso antes de realizar el masaje. (...)
5. Despedirnos al acabar: se trata de establecer una forma personal de dar por finalizado el masaje (por ejemplo, con un beso en la frente o en los pies, una canción determinada o con un gesto compartido). (p. 152)

Además de esta, existen otras posibilidades para introducir el masaje en el aula como son sesiones de psicomotricidad o actividades generales del aula, ambas siendo programadas para una vez a la semana. Estas últimas deben seguir una secuencia progresiva:

1. Introducción progresiva de un ambiente que favorezca la calma y la relajación, creando una atmósfera de sensaciones corporales agradables.
2. Introducción de los movimientos del masaje sobre la ropa, para que los niños se familiaricen gradualmente con el masaje en las diferentes partes del cuerpo.
3. Introducción del masaje sobre la piel y la experimentación con el aceite. (Femenías, 2010, p.44)

Otra alternativa que se maneja es la realización de sesiones de masajes conjuntas con el aula de bebés a final de curso debido a que: “hay una temperatura cálida y agradable; los alumnos «mayores» han madurado, vivenciado y aprendido experiencias relacionadas con el contacto físico y el masaje a lo largo del curso; y los bebés han acumulado también diferentes experiencias de masaje con sus padres y educadores” (Femenías, 2010, p.44).

González (2007) propone otra sesión de masaje abreviado para niños de 24- 36 meses, es otra alternativa posible:

- Círculos alrededor de la cabeza. Con las dos manos.
- Libro abierto en la frente.
- Círculos en la mandíbula.
- Libro abierto en el pecho.
- Rodamientos de brazos. Primero un brazo, después el otro.
- Abrir las manos con los pulgares.
- El sol y la luna en abdomen.
- Rodamientos de piernas.
- Presiones en la planta del pie.
- Vaivén en la espalda.
- Peinado de la espalda (p. 118)

Femenías (2008) hace una propuesta de realización de una sesión de masaje para el aula de 2-3 años, la cual se encuentra detallada en el anexo nº 4.

Por su parte Schneider y Simón (citados por Femenías, 2008, p. 153) realizan el siguiente orden, secuencia y descripción para el masaje: (Anexo nº 5)

1. Pies y piernas: de manera simétrica, se realiza el proceso completo en una pierna y luego se pasa a la otra.
 - Vaciado hindú: movimiento de la cadera al pie, con las dos manos, una detrás de otra, una por el interior y la otra por el exterior de la pierna. Resulta relajante y bueno para la circulación sanguínea
 - Compresión y torsión.
 - Pulgar tras pulgar.
 - Compresión de los dedos del pie.
 - Bajo los dedos del pie.
 - Almohadilla del pie.
 - Presión con los pulgares.
 - Parte superior del pie.
 - Círculos en el tobillo.

- Vaciado sueco: en sentido contrario al vaciado hindú, mejora la circulación hacia el corazón y es tonificante.
 - Rodamientos.
2. Vientre: en el sentido de las agujas del reloj, acabando en la parte inferior izquierda del abdomen.
- Manos que reposan.
 - Noria o rueda hidráulica.
 - Pulgares hacia los lados.
 - Sol y luna.
 - Te quiero o ILU invertido.
 - Caminando.
3. Pecho:
- Manos que reposan.
 - Abrir un libro.
 - Mariposa.
 - Movimiento integrador.
4. Brazos y manos:
- Manos que reposan.
 - Axilas.
 - Vaciado hindú.
 - Compresión y torsión.
 - Abrir mano y compresión de los dedos.
 - Dorso de la mano.
 - Círculos en la muñeca.
 - Vaciado sueco.
 - Rodamientos.
 - Movimiento integrador.
5. Cara:
- Frente, abrir un libro.
 - Sobre las cejas, desplazar pulgares.
 - Senos nasales y músculos de las mejillas.
 - Dibujando sonrisas.
 - Relajación de la mandíbula.
 - Orejas, cuello y barbilla.

6. Espalda:

- Manos que reposan.
- Vaivén.
- Barrido.
- Círculos en la espalda.
- Peinado.

Cada movimiento se realizará 5 o 6 veces, no siendo preciso estar tumbado, basta con tener una posición con la que se sienta cómodo, al igual que no es necesario seguir una rutina sino que puede realizarse el masaje junto con un cuento de manera que se fomente el mayor disfrute posible, al igual que puede realizarse el masaje de manera indirecta, usando pelotas por ejemplo.

Centrándonos en el masaje directo existe la posibilidad de introducción de estas tres modalidades:

- Una primera variación es la introducción del uso de los muñecos: los niños pueden dar el masaje a muñecos, dando paso al juego simbólico, trabajar el esquema corporal hacia fuera además de sobre su propio cuerpo y proyectar sus vivencias con el masaje.
- Una segunda posibilidad consistiría en favorecer el masaje y realizar diferentes juegos de estimulación táctil entre los niños.
- Se propone que los niños realicen el masaje a sus padres (es frecuente que los propios niños se adelanten a esta propuesta, planteándola ellos mismos de forma espontánea). (Femenías, 2008, p.219-220).

A la segunda idea planteada por Femenías podemos relacionar la alternativa propuesta por López; Gracia; Carballeda & Rodríguez (2004) por la cual se permite el establecimiento de una zona del aula “destinada a los amigos y amigas de 3-4 años que desearan o pidieran dar el masaje ellos mismos, apoyados siempre por una de las educadoras de su nivel” (p.8).

Al acabar la sesión de masaje Cases (2002) aconseja que los alumnos lleven a cabo una exposición de lo que han sentido durante el desarrollo de la actividad, en el caso de niños pequeños ofrece la oportunidad de realizar una expresión plástica, de forma que por medio de los colores usados, la presión empleada y la actitud reflejada se

pueda intuir los beneficios y aspectos negativos que hay ocasionado la relajación y el masaje. Esta representación plástica puede realizarse, al igual que el masaje, con o sin música.

Según Prat (2004):

El objetivo de estas sesiones es que el masaje acabe siendo un momento de placer que le deje el recuerdo de una experiencia de intercambio y de relación entre él y sus padres, y al mismo tiempo que el adulto entienda mejor a su hijo a través de este contacto táctil y pueda encontrar la manera más idónea de comunicarse con él y de atender sus demandas y sus necesidades. (p.3)

- Más allá del aula.

Todos los autores están de acuerdo en el hecho de que lo que se realiza en el aula no llega a ser conocimiento si no se refuerza en casa, por tanto, además de realizar actividades y sesiones de masaje en el aula cabe la posibilidad de llevar a cabo cursos y sesiones con los padres y madres de nuestros alumnos, de manera que lo trabajado no se queda únicamente en el aula, sino que se lleva al hogar, fomentando un estado de mayor relajación en él.

La práctica nos muestra que el hecho de poder compartir en grupo con otras madres y otros padres con sus bebés las vivencias que se van teniendo en la sala y el cúmulo de sentimientos y emociones que entran en juego posibilita un gran aprendizaje, lejos de las demostraciones visionadas que nos alejan de la práctica directa. (...) permiten tratar temas relacionados con la teoría y la práctica del masaje, como la relajación mediante el tacto, las técnicas específicas para aliviar cólicos, congestiones, estreñimientos o gases, el bebé y el llanto, el arte de ser madre, la importancia de los vínculos afectivos, el masaje adaptado a las distintas etapas del crecimiento, etc., además de permitir practicar las secuencias de masaje. (Prat, 2004, p. 2)

Estos cursos se pusieron en práctica, como nos informa Femenías (2008): “Los primeros cursos de masaje infantil para padres y madres con sus bebés dentro del contexto escolar se realizaron en la escuela de Educación Infantil “Gianni Rodari” de Palma, desde el año 2000 hasta el 2005” (p.81). Obtuvieron muy buenos resultados y comenzaron a ver a influencia que tuvo para la actitud de los niños, los cuales tenían un ambiente escolar y en el hogar muy similar, que les evita enfrentarse a cambios bruscos.

5. CONCLUSIÓN.

A lo largo de la realización del trabajo he elaborado una amplia comparativa entre las aportaciones de diferentes autores, los cuales me han servido para defender en profundidad el tema y para ampliar mis conocimientos. De los autores trabajados debo destacar que siento mayor afinidad con las ideas planteadas por María Femenías, puesto que veo un trabajo y una investigación más profunda por su parte que por el resto de autores. Trata diferentes ámbitos y define su postura de una manera clara, que me ha permitido incluir sus ideas en casi todos los apartados del trabajo.

No ha sido sencillo encontrar información variada de distintos autores, puesto que este recurso no es trabajado en nuestro país, pero basándome en las experiencias vividas por el mundo y aceptando la utilización de documentos en otros idiomas he logrado hacer un trabajo con bastante base teórica. He tenido que leer muchos documentos y a partir de ahí elegir las aportaciones deseadas para componer mi trabajo, ya que es común encontrar información que explique los beneficios del masaje, su utilización y todo lo relacionado con ello, pero el principal inconveniente es que estos documentos están pensados y principalmente dirigidos a las familias y progenitores.

De los objetivos planteados al comienzo del trabajo no he logrado encontrar información fiable y consistente que me haga poder decir que sé cómo formar a los padres para la utilización del masaje en casa; por ello creo que no sería capaz de dirigir un curso de esta temática en una escuela de padres. Por otro lado me siento realmente satisfecha con la búsqueda y recopilación de información realizada puesto que han respondido en gran medida a mis expectativas y he logrado cubrir los objetivos que al comienzo me había propuesto. El objetivo más importante y por el que más he luchado ha sido por el de autoformarme y enriquecerme de la información suficiente como para verme capacitada a participar en un debate y discusión, llegando al punto de luchar por introducir esta modalidad de actividad en las aulas en las que pueda realizar mi labor profesional.

Soy consciente de que hoy en día no habrá demasiada gente que esté de acuerdo con lo que pretendo introducir, ya que por los casos sucedidos pueden ver el masaje como una oportunidad para la provocación y el fomento del abuso a menores, pero estoy tan convencida de lo beneficioso que es el masaje, que a día de hoy me siento con

las fuerzas suficientes como para poder explicarle a cada padre, madre o persona que venga a recriminarme por qué me he ubicado en esta línea de trabajo. Esta idea es la que me condujo a realizar el trabajo, ser capaz de utilizar las aportaciones de otros, de personajes importantes en la educación, fisioterapia, psicología, etc. Para defender algo que por malas acciones de otros ya no tiene apenas cabida en las aulas.

La principal conclusión que he sacado del trabajo ha sido la cantidad de beneficios que tiene el masaje, más allá de la tonificación de los músculos y de la relajación de las que partía como ideas clave, puesto que además de existir el masaje directo, el más expuesto en este trabajo, está la reflexología en pies y manos, por la cual insistiendo en determinados puntos concretos de la mano o del pie se logra aliviar los dolores de otras partes del cuerpo.

Con este tema pasa como con casi todos, que creemos conocerlo todo y saber lo suficiente como para poder opinar, pero lo cierto es que las palabras masaje infantil incluyen mucho más que la simple definición de “tocar con las manos” (Prat, 2004), lo que queda visto con toda la información recopilada.

Si los adultos vamos muchas veces a que nos den masajes para mejorar dolores psíquicos o psicológicos, ¿por qué pensamos que los niños no lo necesitan? Aunque sean pequeños sienten igual que nosotros y necesitan las mismas cosas, incluso al ser pequeños y estar en un momento de mayor percepción e interiorización de estímulos es probable que resulten más beneficiosos para ellos, ya que absorben mucho más por el tacto y la vivencia directa que por palabras o intuición.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- **En texto:**

Cases, R. (2002). Masaje y relajación. *Aula de innovación educativa*. 109.

Femenías, M. (2008). *El masaje infantil aplicado a la escuela: nuevas estrategias para la mejora de la calidad afectiva y emocional en atención temprana*. (Tesis doctoral). Universidad de las Islas Baleares.

Femenías, M. (2010). El masaje infantil aplicado en la escuela (I): Una atención especial a los aspectos emocionales y afectivos en el ciclo 0-3. *Aula de infantil*. 53, 42-44.

Femenías, M. (2010). El masaje infantil aplicado en la escuela (II): Una atención especial a los aspectos emocionales y afectivos en el ciclo 0-3. *Aula de infantil*. 54, 41-44.

González, M.L. (2007). Masaje infantil. *Medicina naturista*. 1 (2), 102-119.

López, M., Gracia, L., Carballeda, M. & Rodríguez, E. (2004). La magia en nuestras manos. *Aula de infantil*. 22, 8-11.

Prat, N. (2004). El masaje infantil como vía de comunicación. *Aula de infantil*. 17, 15-20.

Ruiz, A.M., Pérez, M^a. C., Bravo, S. & Romero, I. (2008). Programa para favorecer el proceso del apego en niños con trastorno general del desarrollo a través del masaje infantil. *Nure investigación*. 45, 1-8.

Sánchez, I. visitado el 23 de abril de 2014. <http://renacuajoinfantil.blogspot.com.es/2013/01/los-juegos-de-masajes.html>

Simón, M. (s.f.).El masaje infantil: para escuchar, comprender, respetar y amar a los/as niños y niñas. *Primera infancia*.37-38.

Witchalls, C. (2004, 11 de enero). Masajes en el aula, para mejorar el rendimiento. *Clarín*. Descargado de <http://edant.clarin.com/diario/2004/01/11/s-04801.htm>

- **Consultadas:**

Adam, E.; Cela, J.; Codina, M.T.; Darder, P.; Díez, A.; Fuentes, M.; Gómez, J.; Lombart, C.; López, M.; Mallofré, M.; Masegosa, A.; Martí, J.; Ortega, R.; Palou, S.; Roselló, R.; Royo, M.; Sol, N; Talavera, M. & Traveset, M. (2003) *Emociones y Educación. Qué son y cómo intervenir desde la escuela*. Barcelona: Graó.

Blazquez, P. & Domínguez, G. (2004). El nostre esquelet Ignacio. Projecte de treball en un aula de tres anys. *Guix d'infantil*. 22, 19-22.

Diego, M.A.; Field, T. y Hernández-Reif, M. (2005) Vagal activity, gastric motility, and weight gain in massaged preterm neonates. *Journal of Pediatric Psychology*, 147 (1), 50.

García, D. (2010). Yoga educativo. Un trabajo integral en el aula. *Aula de infantil*. 56, 26-27.

Laborde, J. L.; Torres, L. & Ricardo, L. (2009). Evolución y creatividad. *Psicología desde el Caribe*. 23, 46-65.

Martínez, J.C. (2007). Contacto piel a piel: una máxima contribución al moderno paradigma neonatal. *Neoreviews*, 8 (2).

Paniagua, G. y Palacios, J. (2006). *Educación Infantil. Respuesta educativa a la diversidad*. Madrid: Alianza Editorial.

Piñero, E. (2009). Experiencia del masaje infantil en bebés con Síndrome de Down. *Revista Síndrome de Down*. 26, 9.15.

Regidor, R. (2005). *Las capacidades del niño: guía de estimulación temprana de 0-8 años*. Madrid: Ediciones palabra.

Sanz García, L. (2013). *Las emociones en el aula: propuesta didáctica para educación infantil*. (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid, Valladolid.

- Webgrafía consultada:

http://mimame-mucho.blogspot.com.es/2010/04/el-masaje-en-el-primer-ciclo-de_17.html Visitado el 25 de marzo de 2014

<http://www.escuelasinfantiles.kidsco.es/el-masaje-infantil> Visitado 26 de marzo de 2014

<http://www.transformacion-educativa.com/congreso/mesas-redondas-magistrales/01-educacion-paz.html> Visitado 29 de marzo de 2014

<http://consultaparapadres.blogspot.com.es/2013/10/el-masaje-infantilconceptos-y-beneficios.html> Visitado el 10 de abril de 2014

<http://www.enbuenasmanos.com/articulos/muestra.asp?art=20> Visitado el 30 de abril de 2014

<http://www.hospitaldenens.com/es/cursos-de-formacion/masaje-infantil> Visitado el 1 de mayo de 2014

<http://www.babynjoy.es/blog/masajeinfantil/> Visitado el 24 de mayo de 2014

<http://mar-palabrazilencio.blogspot.com.es/2013/07/se-aprende-mas-jugando-que-estudiando.html> Visitado el 25 de mayo de 2014

7. ANEXOS.

Anexo nº 1: González (2007) establece la siguiente comparación:

India	Nuestra sociedad- según Vimala
<ul style="list-style-type: none">- Más meditativo.- Empiezan por el pecho, para ellos es donde reside el alma, el espíritu.- Los movimientos son hacia fuera, para liberar tensiones.	<ul style="list-style-type: none">- Respeto, comunicación.- Escucha.- Acercamiento a las necesidades de los bebés.- Introducir al padre en la díada madre-bebé.- El adulto, al dar masaje, encuentra e identifica carencias de su infancia, por los años en el que acariciar, mimar, coger en brazos, etc. Eran signos de malcriar al bebé.- Las técnicas suecas son hacia dentro, para estimular el retorno venoso.

Comparación del masaje infantil en la sociedad occidental con el practicado en la India. (p. 104).

Anexo nº 2: González (2007, p. 110) realiza la siguiente tabla relacionando los estados de ánimo infantiles y el masaje.

	Sueño profundo	Sueño ligero	Modorra	Alerta tranquila	Alerta activa	Llanto
Movimiento del cuerpo	Casi tranquilo. Alguna sacudida o sobresalto.	Algún movimiento.	Actividad variable. Generalmente tranquilo. Algún sobresalto.	Mucho o poco movimiento.	Más movimiento. Puede inquietarse.	Más movimiento. Cambio de color.
Ojos	Sin movimiento. Cerrados.	Parpadeo (fase Rem)	Se abren y se cierran. Pesados y vidriosos.	Abiertos, brillantes y enfocados.	Abiertos, menos brillantes y enfocados.	Tensos.
Cara	Solo alguna succión a intervalos regulares.	Sonrisa, succión, alguna inquietud.	Algún movimiento.	Expresa atención e interacción.	Menos atención. Puede inquietarse.	Muecas de cansancio. Llanto.
Respiración	Regular.	Irregular.	Irregular.	Regular.	Irregular.	Muy irregular.
Respuesta	Mínima. Reacciona solo a estímulos intensos.	Más respuesta.	Respuesta retardada. Estado variable.	Atenta. Con interacción.	Más sensible a los estímulos internos y externos molestos.	Más respuesta a los estímulos internos y externos molestos.
Masaje	No recomendado. Solo si es sensible al tacto y no tolera en otro estado. Poca interacción.		Pases arrítmicos y energéticos pueden estimular. Lentos y rítmicos pueden inducir al sueño.	Ideal.	Movimientos lentos pueden calmar y relajar el estado.	Modificar o parar el masaje.

Anexo nº 3: AEMI (Asociación Española de Masaje Infantil).

Para el bebé	Propiedades
Cayeput	Contra la tos y el resfriado, antiséptico
Hinojo	Contra la flatulencia
Comino	Contra la flatulencia
Lavanda	Tranquilizante, alivia tensiones, relaja
Mirto	Contra la tos
Manzanilla	Contra los espasmos, alivia los dolores de estómago e intestino
Rosa	Armonizante, tranquilizante, eleva el estado de ánimo
Vainilla	Tranquilizante



Anexo nº 4: Propuesta realizada para el aula de 2-3 años. Femenías (2008). *El masaje infantil aplicado a la escuela: nuevas estrategias para la mejora de la calidad afectiva y emocional en atención temprana*. (Tesis doctoral). Universidad de las Islas Baleares.

ACTIVIDAD	PROPUESTA DE TEMPORALIZACIÓN	JUSTIFICACIÓN
Taller de masaje infantil para padres y niños	Principio de curso, coincidiendo con el período de adaptación o al final del curso	Al principio de curso puede resultar un momento idóneo al coincidir con la separación parental, favoreciendo la confianza de los padres hacia la escuela infantil. Podría plantearse también a final de curso, una vez que los niños han vivenciado y madurado las diferentes propuestas de masaje a lo largo del curso en el aula. Sería una forma de compartir con los padres todo lo que los niños han aprendido y vivenciarlo todos juntos. Puede ser una bonita manera de cerrar el curso.
Intervención puntual a lo largo de la jornada escolar	Durante todo el curso	Los momentos propuestos como intervenciones puntuales durante la jornada escolar deberían aprovecharse siempre para mantener un contacto corporal cálido y cercano, un momento especial y una complicidad con cada uno de los niños.
El rincón del masaje	Durante el tercer trimestre	Aprovechando el buen tiempo y el proceso de maduración y aprendizaje adquirido por los niños durante el curso.
En las sesiones de Psicomotricidad	Desde su inicio	Tanto si se plantea como un espacio sensorio-perceptivo dentro de la sala, como si se recurre a él en los rituales de entrada y salida, puede introducirse desde el inicio de las sesiones de Psicomotricidad.
Como actividad general del aula	Durante todo el curso. Especialmente durante el primer y segundo trimestre	La propuesta del masaje como actividad general del aula puede introducirse desde el inicio del curso y alargarse hasta su finalización. De todas formas, puesto que se propone el rincón del masaje para el tercer trimestre, podría realizarse el masaje como actividad general durante el primer y segundo trimestre, para enlazar, posteriormente, con el rincón del masaje.
Como actividad compartida con el aula de los bebés	A final de curso	Una vez que los niños han vivenciado y madurado las diferentes experiencias y propuestas didácticas del masaje, están en el momento idóneo de compartirlo con los más pequeños. Por su parte, los bebés están adaptados a la escuela, a los educadores, al resto de niños y niñas y han vivenciado también la experiencia del masaje con sus padres y sus educadores.

Tabla 26: Resumen de la propuesta didáctica para el aula de 2 a 3 años.

Anexo nº 5: Femenías (2008). *El masaje infantil aplicado a la escuela: nuevas estrategias para la mejora de la calidad afectiva y emocional en atención temprana.* (Tesis doctoral). Universidad de las Islas Baleares.

1. Pies y piernas:

- Vaciado hindú.



- Compresión y torsión.



- Pulgar tras pulgar.



- Compresión de los dedos del pie.



- Bajo los dedos del pie.



- Almohadilla del pie.



- Presión con los pulgares.



- Parte superior del pie.



- Círculos en el tobillo.



- Vaciado sueco.



- Rodamientos.



2. Vientre:

- Manos que reposan.



- Noria o rueda hidráulica.



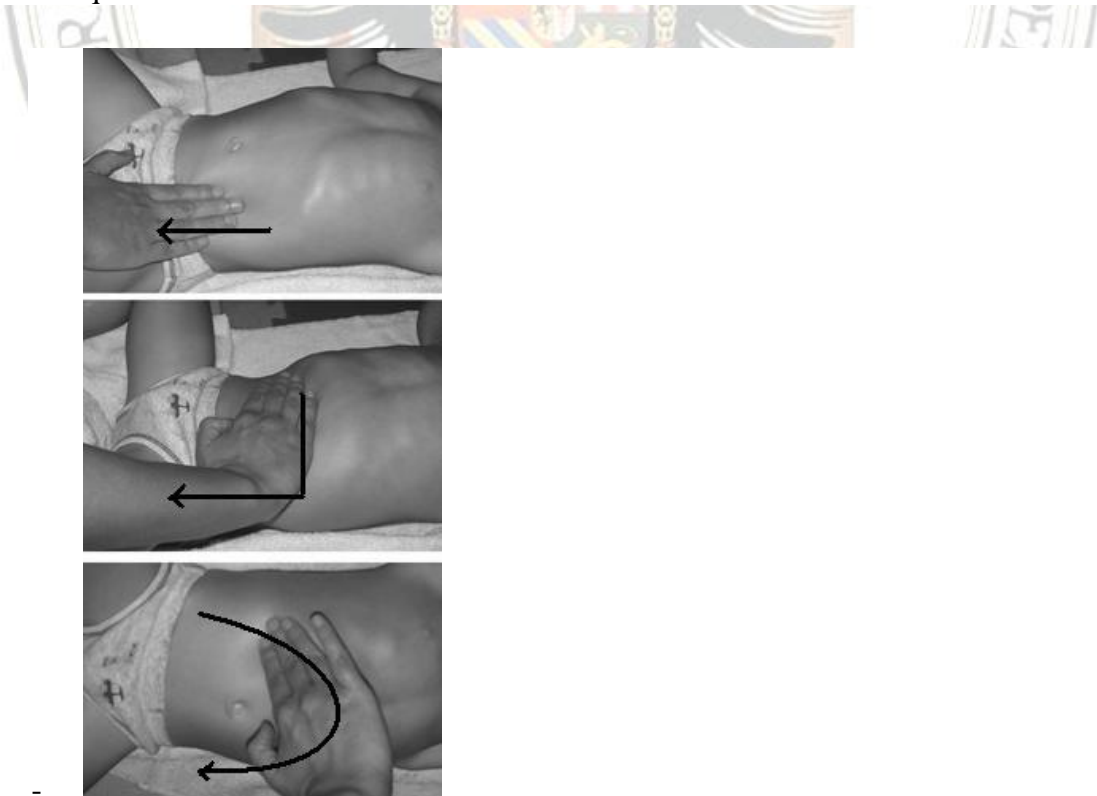
- Pulgares hacia los lados.



- Sol y luna.



- Te quiero o ILU invertido.



Caminando.



3. Pecho:

- Manos que reposan.



- Abrir un libro.



- Mariposa.



- Movimiento integrador.



4. Brazos y manos:

- Manos que reposan.



- Axilas.



- Vaciado hindú.



- Compresión y torsión.



- Abrir mano y compresión de los dedos.



- Dorso de la mano.



- Círculos en la muñeca.



- Vaciado sueco.



- Rodamientos.



- Movimiento integrador.



5. Cara:

- Frente, abrir un libro.



- Sobre las cejas, desplazar pulgares.



- Senos nasales y músculos de las mejillas.



- Dibujando sonrisas.



- Relajación de la mandíbula.



- Orejas, cuello y barbilla.



6. Espalda:

- Manos que reposan.



- Vaivén.



- Barrido.



- Círculos en la espalda.



- Peinado.

