



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA DE  
TECNOLOGÍA MÉDICA ESPECIALIDAD TERAPIA FÍSICA Y  
DEPORTIVA**

**TESIS DE GRADO, PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO  
DE LICENCIADAS EN CIENCIAS DE LA SALUD  
ESPECIALIDAD TERAPIA FÍSICA Y DEPORTIVA**

**TEMA: “EFICACIA DEL MASAJE INFANTIL PARA MEJORAR  
EL ESTILO DE VIDA EN NIÑOS DE 0 A 2 AÑOS QUE  
ACUDEN AL CENTRO INFANTIL “LOS ALEGRIJES” DEL  
PATRONATO DEL HONORABLE CONSEJO PROVINCIAL DE  
CHIMBORAZO EN EL PERÍODO DE SEPTIEMBRE A  
DICIEMBRE DEL 2009”**

**AUTORAS:** JESSICA ELIANA INCA NARANJO

MA. DEL CARMEN JARA BALLADARES

**TUTORA:** LIC. CATALINA MURILLO

**RIOBAMBA – ECUADOR**

**2009 – 2010**

**HOJA DE APROBACIÓN**

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA DE TECNOLOGÍA MÉDICA  
ESPECIALIDAD TERAPIA FÍSICA**

**ACEPTACIÓN DEL TRIBUNAL**

.....

NOMBRE

.....

FIRMA

.....

NOMBRE

.....

FIRMA

.....

NOMBRE

.....

FIRMA

NOTA FINAL.....

## **DERECHOS DE AUTORÍA**

Nosotras, Jessica Eliana Inca Naranjo y Ma. Del Carmen Jara Balladares, somos exponentes de las ideas, doctrinas, resultados y propuestas, expuestas en el presente trabajo de investigación y los derechos de autoría pertenecen a la Universidad Nacional de Chimborazo.

## **AGRADECIMIENTO**

Queremos expresar nuestro agradecimiento a Dios por su infinita bondad; a las distinguidas autoridades y personal del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo por su apertura y generosidad; a las autoridades, docentes y personal administrativo de la UNACH y de manera especial a nuestra estimada tutora, quien con su valiosa orientación, ha hecho posible la culminación del presente trabajo de investigación. A TODOS MIL GRACIAS.

## **DEDICATORIA**

Dedicamos la presente investigación a nuestras familias por su estímulo y comprensión, quienes nos han entregado la motivación necesaria para cumplir con el anhelado sueño de culminar con gran satisfacción nuestros estudios superiores.

## **RESUMEN**

El presente trabajo investigativo, tiene el objetivo de demostrar la utilidad que representa el masaje infantil y sus grandes beneficios en el desarrollo integral de la niñez. Inicialmente se hace referencia al tema propuesto, planteamiento, formulación del problema, objetivos y justificación del problema. En el Marco Teórico se explican los aspectos científicos del masaje: sus orígenes, características, componentes, procedimientos, técnicas, equipamiento, materiales, etc; se detalla la conceptualización del masaje infantil, sus beneficios a nivel nervioso, endócrino, inmunológico, respiratorio, circulatorio, gastrointestinal y muscular; a continuación se detallan los preparativos para una sesión de masaje y sus efectos en los infantes a nivel biológico, fisiológico, mecánico, emocional y sensorial; se expone además en forma gráfica y pormenorizado cada una de las técnicas y manipulaciones que se utilizan en el masaje infantil. Luego de una explicación de terminología básica, se procede a citar la hipótesis de investigación y la operacionalización de variables. En el Marco Metodológico, se explica el tipo y diseño de investigación, la población y muestra, así como las técnicas e instrumentos tanto para la recolección de datos, como para el análisis e interpretación de resultados, los mismos que son presentados a través de cuadros y gráficos de las encuestas aplicadas a la población investigada, que conlleva el procesamiento, análisis y validación de los resultados y la comprobación de hipótesis. Finalmente, se resumen los principales hallazgos extraídos de la investigación, los mismos que se constituyen en las conclusiones, las mismas que ratifican los objetivos propuestos y las recomendaciones del trabajo realizado, como modestos aportes orientados a mejorar el desarrollo de la niñez de Chimborazo.

## SUMMARY

The present work investigative, it has the aim to demonstrate the usefulness that represents the infantile massage and his big benefits in the integral development of the childhood. Initially one refers to the proposed topic, exposition, formulation of the problem, aims and justification of the problem. In the Theoretical Frame the scientific aspects of the massage are explained: his origins, characteristics, components, procedures, technologies, equipment, materials, etc; there is detailed the conceptualization of the infantile massage, his benefits to nervous level, endocrine, immunological, respiratory, circulatory, gastrointestinal and muscular; later the preparations are detailed for a session of massage and his effects in the infants to biological, physiological, mechanical, emotional and sensory level; it is exposed in addition in form graphical and detailed each of the technologies and manipulations that are in use in the infantile massage. After an explanation of basic terminology, one proceeds to mention the hypothesis of investigation and the operacionalization of variables. In the Methodological Frame, is explained the type and design of investigation, the population and sample, as well as the technologies and instruments so much for the compilation of information, since for the analysis and interpretation of results, the same ones that are presented across pictures and graphs of the surveys applied to the investigated population, who carries the processing, analysis and validation of the results and the checking hypothesis. Finally, summarize the principal findings extracted from the investigation, the same ones that are constituted in the conclusions, the same ones that ratify the proposed aims and the recommendations of the realized work, as modest contributions orientated to improving the development of Chimborazo's childhood.

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	3
MARCO REFERENCIAL	3
1. Tema	3
1.1 Planteamiento del Problema	3
1.2 Formulación del Problema	4
1.3 Objetivos de la Investigación	4
1.3.1 Objetivo General	4
1.3.2 Objetivos Específicos	4
1.4 Justificación	5
CAPÍTULO II	7
MARCO TEÓRICO	7
2.1 Posicionamiento Personal	7
2.2 Fundamentación Teórica	7
2.2.1 Patronato del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo	7
2.2.1.1 Visión	7
2.2.1.2 Misión	7
2.2.1.3 Objetivos Estratégicos	8
2.2.2 El Masaje	9
2.2.2.1 Definición de Masaje	9
2.2.2.2 Requisitos Básicos del Masaje	9
2.2.2.2.1 Cuestiones Éticas	9
2.2.2.2.2 Conocimientos de la Anatomía de Superficie	10
2.2.2.2.3 Preparación de las Manos	10
2.2.2.2.4 Lubricantes	12
Polvos	12
Jabón y Agua Caliente	12
Aceites y Cremas	13
2.2.2.2.5 Equipamiento	13

Camilla	13
2.2.2.2.6 Ropa y posición del paciente	14
2.2.2.2.7 Posición del Fisioterapeuta	15
2.2.3 Componentes del Masaje	16
2.2.3.1 Comodidad y Apoyo	16
2.2.3.2 Relajación	17
2.2.3.3 Dirección	18
2.2.3.4 Presión	18
2.2.3.5 Velocidad y Frecuencia	19
2.2.3.6 Duración y Frecuencia del Tratamiento	19
2.2.3.7 Cambios en los Signos y Síntomas	20
2.2.4 Clasificación de las Técnicas del Masaje	20
2.2.4.1 Descripción de las Técnicas	21
2.2.4.2 Efectos del Masaje: Fisiológicos, Psicológicos, Mecánicos	22
Efectos Fisiológicos del Masaje	22
Efectos Psicológicos del Masaje	23
Efectos Mecánicos del Masaje	23
2.2.4.3 Usos y Contraindicaciones del Masaje	24
Usos del Masaje Terapéutico	24
Contraindicaciones Generales del Masaje	24
2.2.5 Masaje Infantil	25
2.2.5.1 Conceptualización del Masaje Infantil	25
2.2.5.2 Beneficios del Masaje Infantil	26
2.2.5.2.1 Beneficios en el niño	26
Sistema nervioso	26
Sistema endócrino	26
Sistema inmunológico	29
Sistema respiratorio, circulatorio y gastrointestinal	29
Sistema muscular	29

	<b>Interacción</b>	30
	Relajación	30
	<b>Estimulación</b>	30
	Alivio	30
2.2.6	Preparativos a una Sesión de Masaje Infantil	31
2.2.6.1	El Ambiente de la Consulta	31
<b>2.2.6.2</b>	<b>Espacio</b>	32
<b>2.2.6.3</b>	<b>Temperatura</b>	33
<b>2.2.6.4</b>	<b>Elementos Necesarios</b>	33
<b>2.2.6.5</b>	<b>Iluminación</b>	34
<b>2.2.6.6</b>	<b>Música, Incienso</b>	34
<b>2.2.6.7</b>	<b>Relajación</b>	34
<b>2.2.6.8</b>	<b>Preparación personal</b>	35
2.2.6.9	Aceites	35
2.2.6.9.1	Aceites relajantes	37
2.2.6.9.2	Aceites estimulantes	37
2.2.6.10	Masajista	37
2.2.6.10.1	Las manos	38
2.2.6.10.2	Quirogimnasia	40
2.2.7	Efectos del Masaje Infantil	43
2.2.7.1	Efectos Biológico y Fisiológico del Masaje Infantil	43
2.2.7.2	Efectos Mecánicos del Masaje Infantil.	44
2.2.7.3	Efectos Emocionales y Sensoriales del Masaje Infantil.	44
2.2.7.4	Indicaciones generales del Masaje infantil	45
2.2.7.5	Precauciones del Masaje Infantil	46
2.2.7.6	Técnicas del Masaje Infantil	47
2.2.8	Secuencia de manipulaciones del Masaje Infantil	48
2.2.8.1	Manipulaciones	49
2.2.8.1.1	Piernas y Pies	49

2.2.8.1.2	Vientre	56
2.2.8.1.3	Pecho	60
2.2.8.1.4	Brazos y Manos	62
2.2.8.1.5	Cara	68
2.2.8.1.6	Espalda	72
2.3	Definición de Términos Básicos	75
2.4	Hipótesis y Variables	80
2.4.1	Variable Independiente	80
2.4.2	Variable Dependiente	80
2.4.3	Operacionalización de Variables	80
CAPÍTULO III		82
MARCO METODOLÓGICO		82
3.1	Método Científico	82
3.2	Tipo de Investigación	82
3.3	Diseño de la Investigación	82
3.4	Tipo de Estudio	83
3.5	Población y Muestra	83
3.5.1	Población	83
3.6	Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	84
3.7	Técnicas para el Análisis e Interpretación de Resultados	84
3.8	Análisis e Interpretación de Resultados	84
3.8.1	Tabulación de Resultados de las Encuestas Aplicadas a las 4 madres Educadoras del Centro Infantil “Los Alegrijes” de Riobamba.	85
3.8.2	Tabulación de Resultados de las Encuestas Aplicadas a los 10 Padres de Familia del Centro infantil “Los Alegrijes” de Riobamba	91
3.8.3	Técnicas de Procesamiento Análisis y Validación de los Resultados.	96
3.9	Comprobación de la Hipótesis	96
CAPÍTULO V		97
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		

4.1	Conclusiones	97
4.2	Recomendaciones	97
	BIBLIOGRAFÍA	98
	ANEXOS	100

## INTRODUCCIÓN

En las tareas de formación y perfeccionamiento de los estudiantes, varias disciplinas contribuyen a elevar nuestro nivel de preparación y con ellas a constituir en factores de mejoramiento profesional.

El masaje es probablemente la herramienta más antigua que el ser humano utilizó para proporcionarse un recurso para enfrentar el dolor. Técnicamente es un método de tratamiento manual aplicado sobre la cubierta corporal y transmitida por la presión mecánica de las manos.

El masaje hoy en día es de gran importancia gracias a la gama de técnicas manuales, siendo su efecto la relajación y disminución del tono muscular para procurar alivio y sensación de bienestar a los pacientes, a través de un contacto no agresivo por parte de la persona que lo aplica.

En un estudio realizado a nivel internacional, el contacto visual, el habla y la estimulación táctil a través del masaje de forma habitual, también favorecen a que padres y bebés acudan menos al pediatra.

Además numerosos estudios de carácter más específico, cuyo objeto de investigación son bebés prematuros han demostrado las grandes ventajas de los masajes diarios, éstos han registrado que dichos bebés aumentan de peso con mayor rapidez, permanecen más tiempo despiertos y en alerta activa, lloran menos y se duermen con mayor facilidad. Por todo ello se reduce también la estancia hospitalaria.

Por otra parte, el masaje durante los primeros meses de vida, ayuda al bebé a madurar el sistema gastrointestinal y, posteriormente, ayuda a regularlo en situaciones de cólicos, gases y estreñimiento, disminuyendo el dolor y las incomodidades que éstos provocan.

El masaje infantil tiene efectos relajantes y tonificantes, ayudando a disminuir las tensiones físicas y emocionales que los niños acumulan a lo largo del día. Es una muy buena herramienta que nos permite tomar conciencia de forma placentera de las dimensiones y el espacio de nuestro cuerpo en relación al espacio externo.

Si este conocimiento ha sido placentero, implica una aceptación buena de uno mismo, factor importantísimo para la seguridad, confianza y autoestima. Esta seguridad es la que nos mantiene en equilibrio emocional y nos permite abrirnos al mundo aceptando a los demás.

Así se cumplen dos de las funciones del terapeuta: educar y promover la salud aconsejando que el masaje esté acompañado a la práctica de ejercicio moderado, para mejorar el bienestar general y conseguir además que el tratamiento perdure.

El trabajo de investigación pretende demostrar que el masaje infantil utilizado en forma técnica puede convertirse en una herramienta útil con los niños del Centro Infantil “Los Alegrijes” del Patronato del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo, y que permita aplicar conocimientos orientados a mejorar en forma integral la vida de los infantes.

# **CAPÍTULO I**

## **MARCO REFERENCIAL**

### **1. TEMA.**

“Eficacia del masaje infantil para mejorar el estilo de vida en niños de 0 a 2 años que acuden al Centro Infantil “Los Alegrijes” del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo, en el período de Septiembre a Diciembre del 2009”

### **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**

El masaje infantil no es una técnica nueva que se haya inventado hace poco. En otras culturas, sobre todo en Asia, es una tradición masajear a los bebés, y es algo que se hace como una atención de primera necesidad al igual que el alimento o el aseo. Vimala Schneider, fundadora de la Asociación Internacional de Masaje Infantil, descubrió esta interesante técnica en un viaje que hizo a la India. Años más tarde utilizó con sus hijos, y quiso compartir sus múltiples beneficios con el resto del mundo.

Actualmente esta práctica se halla generalizándose a nivel mundial, la difusión de esta terapia se ha logrado gracias a un pequeño, pero creciente grupo de investigadores, calificar al masaje como una herramienta poderosa que tienen repercusiones positivas en el desarrollo emocional de un niño. A lo largo de los estudios académicos realizados como estudiantes de la especialidad de Terapia Física y Deportiva en la Universidad Nacional de Chimborazo, se ha podido vincular el conocimiento científico teórico con el práctico, resaltando la importancia del masaje y las innumerables ventajas que conlleva esta actividad.

La vinculación de prácticas pre profesionales, permitieron detectar que al igual que en muchos Centros Infantiles públicos y privados de la localidad, el Centro Infantil “Los Alegrijes” del Patronato del Honorable Consejo Provincial de

Chimborazo, no dispone en primer lugar de atención fisioterapéutica y consecuentemente la ausencia de la práctica del masaje infantil, lo que motiva a realizar la presente investigación, que pretende contribuir en esta importante área del conocimiento científico, tanto para la Universidad como para las Autoridades del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo y su dependencia administrativa del Patronato, pero fundamentalmente, a los niños que acuden al Centro Infantil “Los Alegrijes” en forma permanente para ser tratados en aspectos físicos, emocionales y fisiológicos.

## **1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.**

¿Cuál es la eficacia del masaje infantil para mejorar el estilo de vida en niños de 0 a 2 años que acuden al Centro Infantil “Los Alegrijes” del Patronato del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo, en el período de Septiembre a Diciembre del 2009?

## **1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.**

### **1.3.1 Objetivo General:**

Aplicar el masaje infantil para mejorar el estilo de vida en niños de 0 a 2 años que acuden al Centro Infantil “Los Alegrijes” del Patronato del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo, en el período de Septiembre a Diciembre del 2009.

### **1.3.2 Objetivos Específicos:**

- Determinar las condiciones físicas de los niños en el centro infantil “Los Alegrijes”
- Fomentar el desarrollo psicomotor en los niños.

- Favorecer un mejor estilo de vida de los niños cooperando así en la seguridad y tranquilidad de sus padres y/o cuidadores de los pequeños infantes.
- Demostrar los beneficios obtenidos en los niños mediante la utilización de masajes.

## **1.4 JUSTIFICACIÓN**

En nuestra sociedad, el escaso conocimiento de una verdadera planificación familiar, hace que muchos niños sean parcialmente abandonados a un centro infantil por razones principalmente económicas.

En este sentido el Patronato del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo viene ejecutando diferentes proyectos destinados a desarrollar varias actividades en las áreas de educación y salud pero teniendo déficit en el área de Fisioterapia (Masoterapia).

Los niños no se desarrollan completamente en el nacimiento, necesitan ayuda de todas las formas para sobrevivir; el masaje proporciona mucha de esa ayuda tonificando los sistemas respiratorio, circulatorio y gastrointestinal, además de proporcionar los consejos tan necesarios para la salud emocional en el desarrollo del niño incluyendo elementos principales como contacto con la mirada, contacto piel a piel, sonrisa, sonidos, abrazos, caricias.

La siguiente investigación tiene como finalidad mejorar el estilo de vida en los niños, utilizando las diversas técnicas de masaje para proporcionar relajación y bienestar para el niño.

Los beneficiarios del siguiente trabajo investigativo son los niños atendidos en el Centro Infantil “Los Alegrijes” del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo, Institución que presta servicio a la comunidad sin fines de lucro, donde asisten

infantes de escasos recursos económicos que nunca han recibido atención Fisioterapéutica.

Además con el presente documento se considera contribuir con un modesto aporte investigativo como estudiantes de la especialidad de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional de Chimborazo

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 POSICIONAMIENTO PERSONAL**

El presente trabajo investigativo se basa como teorías de conocimiento científico siendo este el pragmatismo ya que está vinculada la teoría con la práctica elementos básicos para el desarrollo de la ciencia.

#### **2.2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

##### **2.2.1 Patronato del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo**

###### **2.2.1.1 Visión**

El Patronato del Gobierno de la Provincia de Chimborazo, para después de 4 años habrá logrado desarrollar en la sociedad provincial el sentido de corresponsabilidad social, fomentando los principios de participación, equidad, justicia social, interculturalidad, identidad, para lograr que la minga por Chimborazo promueva el desarrollo que, reconociendo las diferencias culturales, construya la sociedad unitaria y solidaria basada en las potencialidades de sus talentos locales.

###### **2.2.1.2 Misión**

- Desarrollar planes de Mejoramiento para el Centro de Cuidado y Desarrollo Infantil CCDI y trabajar en forma coordinada con el Programa de Rescate Infantil (ORÍ).
- Liderar un proceso de participación y responsabilidad social con todos los sectores. Cambiando el sistema tradicional del clientelismo y la

dependencia hacia una institución dinámica, democrática, innovadora y cambiante.

- Crear las condiciones necesarias para mejorar la situación de salud de la población vulnerable.
- Fortalecer las organizaciones populares para que se conviertan en líderes de la propuesta Minga por Chimborazo.
- Gestión Institución para lograr recursos orientados a los proyectos de asistencia social.
- Impulsar la formación de talentos humanos que se incorporen a las propuestas de servicio social, desde el contexto de la educación en todos los niveles.
- Formar equipos de trabajo que actúen de manera coordinada para cumplir los objetivos definidos por el Patronato.
- Disminuir los índices de Desnutrición Crónica y Analfabetismo de mujeres en el área rural y urbano marginal de la Provincia de Chimborazo, con el desarrollo de Proyectos de Salud y Educación.
- Ejecutar y Promover Brigadas Médicas en el sector Rural y urbano marginal.

### **2.2.1.3 Objetivos Estratégicos:**

- Fomentar procesos que faciliten la atención en educación y salud de toda la provincia, particularmente en la zona rural.
- Concretar acciones a favor de atención preferencial a los sectores vulnerables de la sociedad chimboracense.
- Implementar programas de trabajo social, partiendo de las capacidades locales, con metodología participativa, de equidad e interculturalidad que aporten al desarrollo de la sociedad chimboracense.
- Coordinar acciones y propuestas con organismos e instituciones que permitan ampliar coberturas y optimizar recursos.
- Formación y Capacitación de grupos vulnerables

- Campañas de atención médica preventiva y curativa para grupos vulnerables.
- Proyecto de Comunicación y Promoción Social de los Derechos Colectivos
- Generación y Promoción de Políticas Sociales

## **2.2.2 EL MASAJE**

### **2.2.2.1 Definición de Masaje**

Es el uso de una gama de técnicas manuales concebidas para favorecer el alivio de la tensión, ayudar a la relajación, movilizar diversas estructuras, aliviar el dolor y reducir las hinchazones, prevenir deformidades y fomentar la independencia funcional en una persona con un problema de salud específico. (Técnica de Beard, Masaje, 2004)

### **2.2.2.2 Requisitos Básicos del Masaje**

Es primordial conocer los requisitos básicos para lograr una práctica eficaz y profesional del masaje terapéutico. Existen importantes cuestiones éticas que, sin duda, son significativas para la práctica del arte médico, por lo que analizaremos con más detalle estas cuestiones básicas. Entre los requisitos técnicos para la administración de tratamientos de masaje, se incluyen: el tipo de equipamiento que va a utilizarse, los métodos para colocar al paciente y los diversos lubricantes utilizados, por mencionar solo unos pocos.

#### **2.2.2.2.1 Cuestiones Éticas**

Todo fisioterapeuta, en tanto que profesional de la salud, debe presentarse para los tratamientos de masaje igual que lo haría para realizar cualquier otra modalidad de tratamiento.

Si se mantienen los altos niveles de higiene personal y aseo habituales en estos casos, se logrará que el paciente confíe en un tratamiento eficaz y profesional. Dado que el masaje comporta la exposición de la parte del cuerpo que debe tratarse y el tocamiento directo del paciente por parte del fisioterapeuta, es indispensable que éste observe siempre una conducta ética. Hay que evitar en todo momento los tocamientos inapropiados y la exposición innecesaria.

El fisioterapeuta deberá proceder de modo relajado, para poder concentrarse en el tratamiento. Como en todos los tratamientos, constituye un requisito básico proporcionarle una explicación adecuada al paciente. Si se llevan joyas en las muñecas o dedos, existe un riesgo considerable de rascar al paciente; en este sentido, es aconsejable que el fisioterapeuta se quite las joyas para trabajar. Los masajes eficaces pueden suponer un trabajo agotador, por lo que se requiere cuidado y precisión en la realización del trabajo, si quiere reducirse el riesgo de sufrir lesiones en la espalda.

#### **2.2.2.2 Conocimientos de la Anatomía de Superficie**

Para poder aplicar eficazmente técnicas de masaje en tejidos blandos, es preciso tener conocimientos teóricos profundos y experiencia en la aplicación práctica de la anatomía de superficie. Como las manos del fisioterapeuta mueven los tejidos del paciente, es fundamental que esté familiarizado con las estructuras anatómicas correspondientes, sobre todo cuando aplique técnicas ideadas para tener efectos sobre estructuras específicas, como un tendón o una parte de un músculo. Es evidente que, si la técnica se realiza sobre la estructura equivocada, el tratamiento tiene pocas posibilidades de ser eficaz.

#### **2.2.2.3 Preparación de las Manos**

La preparación de las manos es muy importante, tanto para el fisioterapeuta como para el paciente. Las manos deben estar limpias y bien arregladas. Las uñas deben

llevarse razonablemente cortas y con las puntas redondeadas, y no deben dañar al paciente al realizar los movimientos. Las manos ideales para el masaje son carnosas en la palma, cálidas, ágiles y no sudorosas; deben expresar sensibilidad y delicadeza, a la vez que fuerza y firmeza. Aquellos que aprendan las técnicas del masaje por primera vez pueden trabajar la agilidad con diversos ejercicios de manos.

Es evidente que las manos que presenten cortes, llagas abiertas, verrugas u otras lesiones cutáneas no son aptas para realizar masajes. Obviamente, es muy importante que los fisioterapeutas tengan un cuidado excepcional de sus manos, si quieren dar masajes eficaces. El uso de un buen bálsamo o crema de manos ayuda a mantener las manos en buen estado.

Antes y después de cada sesión, debe realizarse un lavado de manos y, en general, éstas deben estar siempre escrupulosamente limpias.

En los tratamientos de masaje, las manos realizan dos tareas: por un lado, mueven la piel, tejidos subcutáneos, músculos y otras estructuras; por el otro, obtienen información sobre el estado sobre otros tejidos.

Existen diversos ejercicios que son de gran ayuda para fortalecer y aumentar la movilidad de las manos y las extremidades superiores, en general, y que deben extrañarse como un buen medio de mantenimiento preventivo para el fisioterapeuta.

Las manos poseen diversas zonas que pueden emplearse para realizar un masaje:

- Toda la superficie palmar de cualquiera de las dos manos, o de ambas.
- El borde cubital de la eminencia hipotenar.
- Una o más puntas de los dedos.
- Una o más yemas de los dedos.

- Yemas de uno o ambos pulgares.

#### **2.2.2.2.4 Lubricantes**

Si las manos del fisioterapeuta son cálidas, suaves y secas, puede que no haga falta usar un lubricante; no obstante, en la mayoría de los casos es preciso utilizar un lubricante que facilite el movimiento de las manos sobre los tejidos corporales. Existen diversas clases de lubricantes:

##### **➤ Polvos**

Tradicionalmente, el tipo más frecuente de lubricante solía ser la tiza de sastre en polvo, o una mezcla de almidón, ácido bórico y tiza. Actualmente, los polvos más indicados para el masaje probablemente sean unos polvos sin fragancia para bebés. Deben evitarse los polvos con fuertes fragancias, ya que a muchas personas les resulta molesto y algunas incluso son alérgicas a ellos.

Los polvos tienen una gran ventaja sobre diversos tipos de aceites y lociones, ya que permiten que el fisioterapeuta manipule tejidos musculares profundos, sin riesgo de que les resbalen las manos por la superficie aceitosa. Los polvos facilitan los movimientos de las manos sobre la superficie cutánea, pero, al aplicar presión, la mano y la piel se mueven juntas sobre las estructuras profundas. Este efecto puede ser mucho más difícil de conseguir cuando el lubricante empleado es un aceite.

##### **➤ Jabón y Agua Caliente**

Puede usarse jabón y agua caliente cuando la piel está sucia, seca o escamosa, cosa que ocurre frecuentemente cuando aquella parte del cuerpo ha permanecido un tiempo enyesada. Estos medios son especialmente útiles para retirar las pieles muertas o secas, donde los tejidos están algo desnutridos.

### ➤ **Aceites y Cremas**

Hay muchos tipos de aceites y cremas que pueden emplearse para el masaje. Estos medios son especialmente útiles para tratar la piel y los tejidos subcutáneos, sobre todo las cicatrices, piel seca y zonas desnutridas. Como aceite natural suele emplearse el aceite de oliva de buena calidad; el aceite infantil también es adecuado.

Como sustituto del aceite, pueden emplearse diversos tipos de cremas (por ejemplo crema con lanolina, con vitamina E o crema limpiadora). Para el uso general, es preferible utilizar crema limpiadora en vez de aceites líquidos, ya que es más fácil de aplicar. La crema debe tener una textura que permita una ligera absorción, pero no tan grasa que después del masaje todavía queda mucha cantidad sobre la piel. La cantidad adecuada depende de la sequedad de la piel del paciente y de las manos del fisioterapeuta. La experiencia le servirá a este último decidir la cantidad correcta en cada caso.

#### **2.2.2.2.5 Equipamiento**

El equipamiento más importante para realizar un tratamiento eficaz de masaje son un par de manos bien entrenadas, dirigidas por una mente inteligente. Sin embargo, también hay otros equipamientos que son importantes en las sesiones de masaje.

### ➤ **Camilla**

Durante el masaje el paciente puede adoptar diversas posturas, pero debe estar siempre bien apoyado, en la mayoría de casos, el paciente está tendido sobre una mesa o superficie de tratamiento adecuada (por ejemplo un plinto, una camilla o una cama).

La camilla de tratamiento ideal que tiene características más flexibles:

- Altura regulable
- Equipada con una cavidad para la cara o la nariz
- Constituida en por lo menos tres secciones: las dos últimas deben ser elevables
- Apoyabrazos regulables
- Con ruedas y un mecanismo de elevación/fijación



**Fuente:** [www.tiendafisioterapia.es](http://www.tiendafisioterapia.es)

#### **2.2.2.2.6 Ropa y Posición del Paciente**

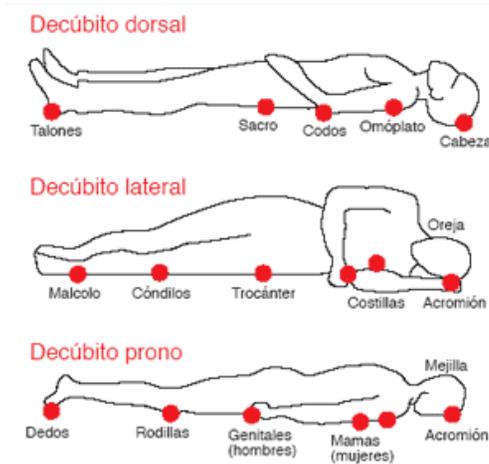
La posición del paciente es de importancia vital, si se quiere que el masaje sea eficaz. Un paciente que esté incómodo no podrá relajarse, lo cual supondrá un obstáculo importante para la eficacia del masaje. Es muy importante respetar en todo momento el pudor del paciente; para ello, éste debe permanecer debidamente tapado.

La postura que tenga que adoptar el paciente para cada masaje concreto variará según la persona y el problema que tenga.

Las posturas más habituales en los tratamientos de masaje son:

- Decúbito supino (de cara al techo)
- Decúbito prono ( de espalda al techo)

- Sentado erguido en un plinto, con las dos piernas apoyadas
- Sentado erguido en un taburete o silla, con una extremidad superior apoyada en una mesita, en el extremo de un plinto o sobre una almohada en el regazo del paciente.
- Sentado erguido en un taburete enfrente de un plinto, con las extremidades superiores y la cabeza apoyadas sobre almohadas.



[www./salud.discalpnet.es](http://www./salud.discalpnet.es)

### 2.2.2.2.7 Posición del Fisioterapeuta

El fisioterapeuta solo puede controlar la relajación de las manos si adopta una postura que le permita controlar la relajación de los brazos y moverlos con libertad.

La flexión de rodillas y tobillos permite al fisioterapeuta inclinarse hacia delante y hacia atrás: así alcanza una zona bastante amplia moviendo relativamente poco las caderas y la columna vertebral. Con el fin de mantener el equilibrio, los dos pies deben estar permanentemente en contacto con el suelo. Este movimiento de balanceo permite realizar largos trazos de masaje de modo rítmico y suave, facilita

una buena relajación de brazos y manos, y evita la fatiga que se origina cuando se dan masajes de pie en posición inclinada y en tensión.

Teniendo en cuenta que el masaje terapéutico se realiza con las manos, la posición de las extremidades superiores es también muy importante. Si quiere reducirse al mínimo la tensión de las articulaciones, es preciso evitar flexionar en exceso las muñecas y realizar hiperextensiones de sus dedos. La buena mecánica corporal constituye un método fundamental para prevenir lesiones en el fisioterapeuta.

### **2.2.3 Componentes del Masaje**

Cada técnica de masaje tiene características que le son exclusivas; no obstante, existen numerosos componentes importantes del masaje que son comunes a todas las técnicas, y que a continuación detallamos cada uno de ellos:

#### **2.2.3.1 Comodidad y Apoyo**

Es obvio que hay que colocar al paciente en una postura cómoda y con un apoyo suficiente, de modo que pueda relajarse manteniendo la postura deseada.

Como soporte, suelen utilizarse almohadas, toallas enrolladas y sábanas o mantas, o ambas, para cubrir al paciente y también para mantenerlo caliente.

Los factores esenciales en una buena técnica para todos los tratamientos de masaje son:

- Colocar al paciente en una postura cómoda y con buen apoyo, para que esté relajado al máximo durante el tratamiento.
- Mantener las manos flexibles, para que puedan adaptarse al contorno de la parte del cuerpo a la que se aplica el masaje.
- Establecer una velocidad adecuada de movimiento

- Mantener un ritmo regular
- Regular la presión en función de la técnica empleada, el tipo de tejidos que se tratan y el objetivo del tratamiento
- Mantener una postura adecuada y una buena mecánica corporal.

### **2.2.3.2 Relajación**

La relajación es un componente importante del masaje, ya que, probablemente, el tratamiento sea más eficaz si el paciente está relajado al máximo, especialmente cuando se aplica técnicas para tratar tejidos musculares. Existen dos tipos de relajación: general y local.

Factores que tienden a inhibir la relajación:

- Dolor o sensación de dolor
- Miedo a los tratamientos desconocidos
- Entornos nuevos o poco familiares
- Ruido excesivo
- Luces brillantes u oscuridad completa
- Habitaciones frías o con corrientes de aire
- Dificultades para respirar
- Miedo a desvestirse
- Soporte físico, ropas o posturas inadecuados
- Factores psicológicos, como el miedo a los hospitales o a los consultorios, así como problemas domésticos o personales
- Los factores importantes que facilitan la relajación son:
  - Entorno tranquilo
  - Iluminación tenue
  - Temperatura moderada
  - Entorno sin corrientes

- Zona de tratamiento limpia y aseada



Fuente: [www.hostel-inn.com](http://www.hostel-inn.com)

### **2.2.3.3 Dirección**

Los trazos del masaje pueden realizarse en muchas direcciones distintas. La dirección elegida en cada caso depende, en buena medida del propósito de cada técnica.

La dirección puede ser: centrípeta (hacia el corazón, en la dirección del flujo venoso y linfático) y centrifuga (alejándose del corazón, en la dirección del flujo arterial), así como otras direcciones anatómicas específicas.

### **2.2.3.4 Presión**

Al igual que ocurre con la dirección de los movimientos del masaje, la presión ejercida en cada trazo varía en función de su propósito específico y del problema físico del paciente.

En ocasiones, la presión es constante para un movimiento, pero para otros puede ser variable. La elección del grado de presión depende mucho de la función de cada técnica.

### **2.2.3.5 Velocidad y Frecuencia**

De nuevo, la velocidad con la que hay que realizar cada movimiento depende de su función particular. En la mayoría de los casos, los movimientos del masaje son relativamente lentos, aunque hay algunos, como la percusión y palmoteo, que son bastante rápidos.

En general, los movimientos que se realizan lentamente tienden a ser más relajantes, mientras que los movimientos rápidos son más estimulantes. Es importante, en todos los casos, efectuar los movimientos a un ritmo adecuado, normalmente lo más regular posible. La continuidad durante la sesión es importante, y se logra manteniendo un ritmo apropiado para cada técnica de masaje en concreto.

### **2.2.3.6 Duración y Frecuencia del Tratamiento**

Un tratamiento de masaje puede realizarse en muchos propósitos distintos. El masaje terapéutico se aplica como parte de una estrategia global de tratamiento. Por ello, hay técnicas específicas que pueden integrarse con otros métodos de tratamiento, como los basados en el ejercicio o los electrofísicos. Los tratamientos modernos apenas utilizan esta modalidad, en cambio, son muy populares en el masaje revitalizante.

En caso necesario, las sesiones de masaje pueden realizarse a diario o, varias veces al día. No obstante, un programa de tratamiento tan apretado podría resultar poco práctico; de hecho, habitualmente se utilizan diversos regímenes de tratamiento. El masaje, como muchas otras técnicas, no debe realizarse de modo prescriptivo. Es importante recordar que cada paciente es distinto y responde de modo diferente al tratamiento. Obviamente, la duración de las sesiones varía en función del tamaño de la zona que hay que tratar y de la patología concreta de cada caso. Aunque puede que el problema esté localizado en una zona pequeña,

no cabe duda de que existirán alteraciones fisiológicas en zonas próximas. Por ello, puede que el tratamiento no se limite a la zona donde esté la dolencia o la enfermedad. La estatura y la edad del paciente también influyen en la duración de las sesiones. Para cualquier velocidad de masaje, el tratamiento en personas de estatura comparativamente menor requiere menos tiempo, ya que se manipula menos cantidad de tejido que en el caso de una persona de mayor estatura.

#### **2.2.3.7 Cambios en los Signos y Síntomas**

Como el estado de los tejidos en tratamiento cambia, puede que sea necesario modificar la duración de las sesiones. Teniendo en cuenta que el masaje es un medio para lograr un fin, la duración de las sesiones puede acortarse gradualmente, a medida que van lográndose los resultados deseados. Si el masaje no ha obtenido los resultados esperados, puede que sea porque el tratamiento era demasiado breve o demasiado largo. El fisioterapeuta tiene que observar atentamente al paciente, para poder darse cuenta de que es necesario un ajuste y adaptar la duración del tratamiento en función de las necesidades.

Por ello, la duración de cualquier tratamiento de masaje debe variar en función de la lesión que quiera tratarse y de las dimensiones de la zona, de la velocidad de los movimientos, la edad del paciente y los cambios observados en los signos y síntomas. Con el fin de obtener el máximo rendimiento de cualquier tratamiento de masaje y evitar tratamientos inadecuados o excesivos, es fundamental que el fisioterapeuta posea sólidos conocimientos científicos sobre el masaje y sus efectos fisiológicos, y que realce los masajes concentrado, utilizando la inteligencia y observando con atención los efectos de sus movimiento.

#### **2.2.4 Clasificación de las Técnicas del Masaje**

Las técnicas de masaje pueden clasificarse de muchos modos. Agruparemos en función de la forma en que se realizan.

### 2.2.4.1 Descripción de las Técnicas

MANIPULACIONES	VARIACIONES
<p><b>Frotación</b></p> <p>El movimiento de frotación se realiza con toda la superficie palmar de una o de ambas manos; éstas se mueven en cualquier dirección sobre la superficie del cuerpo.</p>	<p><b>Superficial</b> <b>Profunda</b></p>
<p><b>Presión</b></p> <p>Las técnicas de presión engloban diversos movimientos de masaje, caracterizados por realizarse aplicando una firme presión a los tejidos. En la mayoría de los casos, el objetivo de estas manipulaciones es movilizar tejidos musculares profundos o piel y tejidos subcutáneos.</p>	<p><b>Amasamiento</b> <b>Levantamiento</b> <b>Escurreo</b> <b>Rodadura de piel</b></p>
<p><b>Percusión</b></p> <p>La técnica del tapotement (del francés tapoter: dar golpecitos) o de la percusión, como también se la conoce, engloba una serie de manipulaciones caracterizadas por consistir, básicamente, en un golpeteo de los tejidos realizado por varias partes de la mano a un ritmo bastante rápido.</p> <p>Las manos suelen trabajar alternadas, y las muñecas se mantienen flexibles, para que los movimientos sean ligeros, ágiles y estimulantes.</p>	<p><b>Rasgueo</b> <b>Palmoteo</b> <b>Golpeteo</b> <b>Percusión con el borde cubital del puño</b></p>

### **Vibración**

La vibración es una técnica realizada con una o ambas manos, que consiste en transmitir a los tejidos un ligero temblor o sacudida, empleando la mano entera o las puntas de los dedos

### **Sacudida**

La sacudida es una técnica realizada con una o ambas manos que consiste en transmitir a los tejidos un movimiento importante de sacudida o temblor rítmico, con la mano o las puntas de los dedos.

### **Fricciones profundas**

Son pequeños movimientos muy localizados y muy **Transversales** penetrantes, realizados en dirección circular o transversal. **Circulares**  
Para efectuar los movimientos, suelen emplearse las puntas de los dedos, aunque también pueden usarse la palma o la yema del pulgar.

## **2.2.4.2 Efectos del Masaje: Fisiológicos, Psicológicos, Mecánicos**

### **➤ Efectos Fisiológicos del Masaje**

- Aumento del flujo sanguíneo y linfático
- Aumento del flujo de nutrientes
- Eliminación de productos de desecho y metabólicos
- Estimulación del proceso de cicatrización
- Resolución del edema crónico y los hematomas

- Aumento de extensibilidad del tejido conjuntivo
- Alivio del dolor
- Aumento del movimiento articular
- Facilitación de la actividad muscular
- Estimulación de funciones del sistema autónomo
- Estimulación de funciones viscerales
- Eliminación de secreciones pulmonares
- Estimulación sexual
- Fomento de la relajación local y general

➤ **Efectos Psicológicos del Masaje**

- Relajación física
- Alivio de la ansiedad y la tensión (estrés)
- Estimulación de la actividad física
- Alivio del dolor
- Sensación general de bienestar
- Estimulación sexual
- Fe general en la imposición de manos

➤ **Efectos Mecánicos del Masaje**

**Movimiento de:**

- Fibras musculares
- Masas musculares
- Tendones
- Tendones en vainas
- Piel y tejido subcutáneo
- Tejido cicatrizal

**Movimiento de:**

- Linfa
- Sangre venosa
- Secreciones pulmonares
- Edema
- Contenido intestinal
- Contenido de hematomas

- Adherencias

### **2.2.4.3 Usos y Contraindicaciones del Masaje**

#### **➤ Usos del Masaje Terapéutico**

Los efectos mecánicos, fisiológicos y psicológicos del masaje, dan lugar a los efectos terapéuticos; a su vez, los efectos terapéuticos son la base de los usos terapéuticos (también denominados indicaciones terapéuticas).

- Facilitar la relajación general o local
- Aliviar el dolor
- Tratar problemas específicos:
  - Tejido cicatrizal (superficial o profundo)
  - Lesiones de músculos, tendones, ligamentos o articulaciones
  - Hematomas (superficiales o profundos)
  - Estreñimiento crónico
  - Facilitación del movimiento
  - Prevención de deformidades

#### **➤ Contraindicaciones Generales del Masaje**

- Infección aguda:
  - Huesos (osteomielitis)
  - Articulaciones (artritis séptica)
  - Piel (dermatitis)
  - Músculo (miositis)
  - Tejido subcutáneo (celulitis)
- Enfermedad cutánea (psoriasis)
- Cáncer o tuberculosis en el área que hay que tratar
- Zonas de hiperestesia intensa

- Presencia de cuerpos extraños (arenilla, cristales)
- Enfermedades de los vasos sanguíneos (tromboflebitis)
- Puede aplicarse un masaje, pero con gran precaución, a pacientes con varices importantes, hemofilia o edema macroscópico.

### **2.2.5 MASAJE INFANTIL**



Fuente: [www.campusanuncios.com](http://www.campusanuncios.com)

#### **2.2.5.1 Conceptualización del Masaje Infantil**

El masaje infantil es un arte muy antiguo aplicado a los bebés para estimular sus sentidos y nutrirles afectivamente, a través de la piel. Está ya científicamente demostrado que el amor, las caricias la nutrición afectiva entre el niño/a y los que le rodean, tienen un importante efecto positivo sobre su desarrollo.

El masaje infantil es uno de los más agradables y fáciles métodos para establecer este primer contacto tan positivo. El mensaje que se transmite a los hijos a través de esta práctica, es un mensaje de amor, un 'te quiero', un 'aquí estamos, tú y yo'. El contacto piel a piel es una necesidad básica, especialmente para un bebé que no

tiene otra posibilidad de sentirse amado, aceptado, calmado, o contenido. El Masaje Infantil no es igual a una caricia, requiere de una presión firme pero suave a la vez. Mediante el tacto y elongaciones en el cuerpo del bebé, se van recorriendo los pies y piernas, la espalda, el estomago, el pecho, los brazos y la cara del bebé.

Masajear involucra no sólo el sentido del tacto sino también la audición, la mirada y la palabra, es un momento especial e íntimo en la construcción del vínculo con el bebé.

Con una secuencia de movimientos, el masaje propone un encuentro, en un espacio y un tiempo, de una gran calidad entre los padres/madres y los hijo/as desde que son bebés. Facilita, entre otras muchas cosas, la comunicación, la conciencia corporal y las relaciones de confianza y seguridad. La sensibilidad de la piel es una de las funciones más importantes del cuerpo y una de las que se desarrolla en un estadio más temprano. La estimulación cutánea es, de hecho, esencial para un correcto desarrollo orgánico y psicológico en el ser humano.

El Masaje Infantil tiene en cuenta el respeto, para saber si el niño/a nos da permiso para empezar; y la escucha, para interpretar su respuesta y aceptarla, sea o no la que esperábamos. Estos son los mensajes que el pequeño/a recibe y que pasarán a formar parte de su actitud en la vida.

Dar un masaje a un niño es algo que comunica amor, libera tensiones y ayuda a los vínculos de confianza y amor, las lecciones de ternura, calidez, apertura y respeto que aparecen en la rutina del masaje, acompañan a la persona hasta llegar a la edad adulta.;

”Las caricias, los contactos piel con piel, los masajes, todo ellos alimenta al niño. Es un alimento tan necesario como los minerales, vitaminas y proteínas.” Dr.

FREDERICK LEBOYER

## **2.2.5.2 Beneficios del Masaje Infantil**

### **2.2.5.2.1 Beneficios en el Niño**

Cada vez son más numerosos los estudios que demuestran los beneficios del masaje infantil y las bondades de la estimulación táctil en diferentes aspectos del desarrollo. En este sentido, Field (1995b) afirma que el contacto cutáneo mejora la interacción progenitor-bebé, que puede producir cambios fisiológicos que ayudan a los niños a crecer y a desarrollarse adecuadamente. Puede afirmarse que el masaje infantil aporta importantes beneficios en diferentes aspectos del desarrollo infantil, con independencia de las características de los niños.

#### **➤ Sistema Nervioso:**

La piel es el órgano sensorial más extenso y antiguo del cuerpo y permite al organismo aprender lo relacionado con su entorno, siendo el medio por el cual el mundo externo es percibido. De esta manera, la piel es como un gran sistema de comunicaciones que, a través del sentido del tacto, lleva las señales y los mensajes del medio externo al medio interno. Es conveniente recordar que se ha comentado anteriormente que la estimulación sensorial, y de manera especial la estimulación táctil y el masaje infantil, aceleran el proceso de mielinización y mejoran la comunicación entre el cerebro y el cuerpo. De esta manera, con el masaje infantil podemos estimular ambos sistemas dependiendo del tipo de movimiento que se realice y la fricción que se ejerza, entre otros factores, manteniendo un equilibrio entre tensión y relajación.

#### **➤ Sistema Endocrino:**

Este sistema es uno de los más complejos al combinar la liberación y la inhibición de las distintas hormonas del organismo.

El masaje infantil proporciona beneficios a nivel hormonal porque reduce la liberación de hormonas relacionadas con el estrés, especialmente la hormona adrenocorticotrópica (ACTH).

Por su parte, la hormona adrenocorticotrópica provoca la liberación de hormonas corticoesteroides (causando, entre otras, la supresión de las respuestas inmunitarias), en un proceso que puede debilitar el sistema inmunitario (Rosenzweig y Leiman, 1992). De esta manera, se justifica la importancia del masaje infantil porque favorece directamente la regulación del estrés a través de la relajación (evitando que el sistema inmunológico se debilite).

Por otro lado, el masaje infantil favorece la liberación de endorfinas, oxitocina y prolactina. Es decir, la estimulación táctil que aporta el masaje infantil libera:

- Endorfinas, hormonas que disminuyen el dolor y aumentan la sensación de bienestar
- Oxitocina, hormona implicada en la secreción de la leche
- Prolactina, hormona encargada de la producción de la leche y que tiene una misión fundamental en la relación madre-hijo.

Esta última hormona facilita la creación de la conducta maternal, las ganas de atender y cuidar al bebé, las ganas de tocarlo y acariciarlo. Con el contacto piel a piel y la succión, el bebé ayuda a la liberación de estas hormonas maternas, favoreciendo la contracción del útero, estimulando la producción de leche y ayudando a la madre a responder adecuadamente al bebé (Schneider, 2000)

#### ➤ **Sistema inmunológico:**

Puede decirse que la función principal del sistema inmunológico es defender al organismo de las enfermedades, aunque también puede verse debilitado por

diferentes causas, como un alto nivel de estrés. Las personas son más vulnerables a la enfermedad en situaciones de fatiga y/o cansancio, siendo su recuperación más lenta cuando concurren niveles elevados de activación y estrés.

Como se ha mencionado, a través del masaje se puede liberar mucho estrés, favoreciendo las defensas del organismo: una situación de tranquilidad mantiene en equilibrio el sistema inmunológico y mejora su funcionamiento.

La seguridad emocional que el contacto corporal amoroso y continuado ofrece a nuestros niños favorece un estado de tranquilidad y relajación que, a su vez, fortalece sus sistemas inmunológicos (Field, 1995b).

➤ **Sistema Respiratorio, Circulatorio y Gastrointestinal:**

Numerosos estudios han demostrado que el masaje estimula los sistemas respiratorio, circulatorio y gastrointestinal. Las técnicas del masaje infantil resultan beneficiosas para el sistema respiratorio del niño al ampliar su capacidad, enriqueciendo la oxigenación de la sangre y repercutiendo directamente sobre el sistema inmunológico.

Por otra parte, el masaje infantil durante los primeros meses de vida ayuda al bebé a madurar el sistema gastrointestinal y, posteriormente, a regularlo.

El masaje infantil ayuda en situaciones de cólicos, gases y estreñimiento, disminuyendo el dolor y las incomodidades que éstas provocan (Schneider, 2000; Simón *et al.*, 2003).

➤ **Sistema Muscular:**

El masaje infantil tiene efectos relajantes y tonificantes, ayudando a disminuir las tensiones físicas y emocionales que los niños acumulan a lo largo del día.

**Además de estos importantes beneficios podemos citar los siguientes:**

➤ **Interacción:**

Se fortalece el vínculo entre los padres y el niño a través de una muy especial comunicación por el tacto. "Recordemos que es un método de profunda e íntima comunicación que les permite a los padres una mejor interpretación de sus hijos y mayor dominio en el manejo de estos.

➤ **Relajación:**

Permite que los niños duerman mejor, se relajen en los momentos de mayor irritabilidad, calmen llantos y asocien esta actividad con un momento de calma y placer.

➤ **Estimulación:**

El masaje de fricción estimula la actividad y funcionamiento de los sistemas fisiológicos del organismo, produciendo mejor digestión y eliminación de gases (un tema clave en los primeros meses de vida), el fortalecimiento óseo, buena tonicidad muscular, mejor coordinación motora, activación de las defensas y desarrollo neuronal.

➤ **Alivio:**

Gracias al masaje infantil es posible identificar resultados tanto a nivel físico como afectivo. En el primer caso es posible apreciar alivio a los temores, como terrores nocturnos por ejemplo, que van a ser calmados gracias a la entrega de seguridad, protección y confianza que proporciona el masaje. En cuanto el alivio al dolor físico y molestias en general, ya que la estimulación vigorosa de la piel

facilita la liberación de múltiples hormonas tales como las endorfinas (Opioides endógenos) que producen sensación de bienestar y confort.

### **2.2.6 Preparativos a una Sesión de Masaje Infantil**

Entendido el masaje como la manifestación del amor del terapeuta a través de sus manos, se entiende que las dos cualidades que debe poseer un buen terapeuta sean: preparación y técnicas adecuadas y empatía e interés por el paciente.

Conseguir una técnica depurada es imprescindible para garantizar el éxito de una sesión. Mejora los resultados del masaje, agiliza nuestros movimientos, nos aporta los recursos necesarios para atender a todo tipo de pacientes y evita la aparición de lesiones en el terapeuta.

Todo nuestro conocimiento y nuestras atenciones van a ir encaminadas al bienestar de quien tiene la confianza de ponerse en nuestras manos. Eso requiere una dosis de sensibilidad y respeto para con la otra persona.

Para que quede reflejada esa sensibilidad a la hora del masaje son necesarios una serie de preparativos, aunque nada complicados, sí muy importantes.

Los cuidados previos a una sesión van a abordar los tres elementos esenciales de que se compone un masaje, terapeuta, paciente y ambiente interrelacionan estrechamente durante dicha sesión.

#### **2.2.6.1 El Ambiente de la Consulta**

Cuando nos disponemos a dar masaje a nuestro niño queremos que éste sea un momento especial, queremos que se cree un entorno adecuado para favorecer los vínculos con él. Pero para poder llevar a cabo este propósito hemos de tener en cuenta varios factores:

### **2.2.6.2 Espacio**

Debemos adecuar un espacio lo suficientemente amplio y ordenado para que no nos sintamos, en ningún momento agobiados. Por otro lado, procuraremos tener todo lo que vayamos a necesitar a mano.

El cuidado y sensibilidad que hay que tener para con el niño incluye preparar un ambiente agradable, confortable y que resulte cómodo tanto para el paciente como para el terapeuta.

Así pues la habitación en la que trabajemos deberá ser amplia, cálida y sin corrientes de aire.

Ha de caracterizarse por su limpieza y el niño ha de notar una sensación de orden y tranquilidad que le resulte acogedora.

No son necesarios excesivos adornos y lujos para obtener unos buenos resultados. La originalidad y gustos de cada uno, y ¿por qué no? De los pacientes harán una consulta ideal.

Sí que es necesario proporcionar a nuestro paciente un pequeño vestuario donde pueda desnudarse y vestirse cómodamente, o en su defecto disponer en la sala de un biombo con una silla y una percha. Se dispondrá de ropa limpia (sábanas, toallas) para cada paciente y la sala se deberá ventilar entre sesión y sesión de masaje.

También es un buen detalle facilitar un platito donde dejar el reloj, cadenas, anillos y demás enseres personales.

A pesar de la importancia del silencio a la hora de practicar un masaje hay terapeutas que prefieren trabajar con una música suave y agradable.

Estos son consejos orientativos, pero no debe existir miedo al experimentar con inciensos, músicas y olores.

### **2.2.6.3 Temperatura:**

La temperatura ambiental debe de ser alta, ya que se ha comprobado que los bebés están mucho más relajados y tranquilos.

### **2.2.6.4 Elementos Necesarios:**

Necesitaremos aceite vegetal, toallas y/o mantas, pañales, toallitas, protectores. Se necesitará otra toalla a la altura de la cintura por si se moja, es normal que el bebé vacíe su vejiga durante el masaje.

En cuanto al material lo más importante sobre todo si se dedica a la práctica profesional, es disponer de una camilla adecuada a la técnica que realicemos y a nuestras características físicas.

Ha de ser una camilla amplia y sólida en la que el niño se sienta cómodo. La altura será la adecuada para que se pueda ejercer una presión sin necesidad de adoptar posturas que puedan causar o dañar al individuo. El acolchado ha de ser suficiente pero no excesivo, aproximadamente de 3 a 5 cm.

Una buena camilla mantendrá nuestra espalda recta y alineada, facilitará nuestros movimientos y evitará que nos fatiguemos.

De no disponer de una camilla es preferible practicar el masaje en el suelo sobre 2 ó 3 mantas,

A nuestro criterio la cama es el peor sitio donde practicar un masaje puesto que la fuerza ejercida sobre el paciente es casi totalmente amortiguada y absorbida por el

grueso colchón y el masaje se convierte en un infructuoso rebote y vaivén. La altura es excesivamente baja lo que provoca el mantenimiento de una postura forzada e incómoda y solo se puede trabajar cómodamente desde un único lado.

Sea donde fuere el lugar sobre el que se practique el masaje el terapeuta adoptará una posición alineada y cómoda que le permita trabajar de manera ágil y fluida.

Se debe cuidar que la sala de masaje esté aislada de ruidos y mantener el teléfono descolgado.

#### **2.2.6.5 Iluminación:**

Vamos a procurar no tener ningún tipo de iluminación que pudiera resultar molesta para nuestro bebé. Pensemos que éste va a estar tumbado boca arriba y las luces del techo le darán directamente en sus ojos. Para evitar esta molestia, vamos a intentar encender alguna luz indirecta.

#### **2.2.6.6 Música, incienso:**

Para crear un ambiente reconfortante muchas veces, recurrimos a poner una música relajante y encendemos una barrita de incienso de ese olor que tanto nos gusta. No hay problema en hacerlo, aunque personalmente es preferible, no utilizar distracciones externas para el momento del masaje, al menos en los inicios del mismo. Creemos que no hay mejor sonido relajante que la respiración y la voz de los padres, y que no hay olor más satisfactorio que el olor natural del los mismos.

#### **2.2.6.7 Relajación:**

Algo muy importante es que los papás o terapeutas estén relajados y centrados en el momento del masaje.

Es mucho mejor que el niño reciba solo un masaje a la semana, pero dado con papá o mamá al 100% por él, que un masaje diario y que esté con la mente en lo duro que ha sido hoy la jornada de trabajo o lo siguiente que tiene que hacer.

Nuestra consciencia ha de estar enteramente por nuestro niño y nuestras manos han de danzar entorno a su cuerpecito, como parte del mismo.

#### **2.2.6.8 Preparación Personal:**

Es importante que nada nos estorbe a la hora de hacer el masaje (anillos, relojes, pulseras, etc.) y que la temperatura de nuestras manos sea templada – caliente, sino es así, frotarlas entre sí.

Tenemos que procurar llevar ropa cómoda y adoptar una postura adecuada para hacer el masaje y no sentirnos incómodos a mitad de éste. La técnica del masaje se basa en ciertas manipulaciones en las cuales las manos ejercen presión sobre una zona a la vez que se desliza libremente.

Para conseguir esto se vienen utilizando aceites y cremas de masaje que además de disminuir el rozamiento, muchos de ellos aportan propiedades beneficiosas para la piel o los músculos tratados.

Existen múltiples tipos de cremas, aceites y leches de masaje. Cualquiera de estos puede servir, aunque es recomendable probar distintos tipos compuestos o que nosotros mismo elaboremos nuestro propio aceite.

#### **2.2.6.9 Aceites**

Como se ha mencionado anteriormente la función desempeñada por el aceite o crema de masaje durante una sesión es lubricar la zona a tratar para que el terapeuta pueda deslizar las manos a la vez que ejerce una determinada presión.

Desde tiempos inmemoriales esa cualidad lubricante del aceite se ha completado con las propiedades que poseen las plantas medicinales.

Así disciplinas como la fitoterapia y la aromaterapia se suman al masaje para obtener mejores resultados.

Además de los beneficios proporcionados por las plantas y del masaje propiamente dicho, el aroma de nuestro aceite impregnará el ambiente de la consulta y dará un toque muy agradable.

Para la preparación de un aceite de masaje personal hay que elegir primeramente un aceite base, preferiblemente de origen vegetal como son el de almendra dulce, coco, oliva o germen de trigo. A continuación añadiremos la esencia que elijamos en dependencia de las propiedades con las que queramos dotarlo. Unas pocas gotas de esencia será suficiente para mezclar con 50 ml de aceite base.

Es innegable la acción terapéutica de las plantas medicinales pero utilizadas en el masaje son ciertamente limitadas puesto que su absorción a través de la piel no puede compararse a otras vías de administración.

Las propiedades de los aceites esenciales, una vez se hayan mezclado con el aceite base, duran relativamente poco tiempo por lo que es aconsejable no preparar cantidades excesivas.

Si no se encuentra esencia tenemos la posibilidad de recolectar las plantas deseadas y ponerlas en maceración con el aceite en un recipiente de cristal, preferiblemente opaco, y colocar el frasco en la galería o terraza de la casa.

Transcurridos cuarenta días aproximadamente, el aceite ha adquirido las propiedades de la planta medicinal. Una vez colado se trasvasa a un bote más pequeño con dosificador y ya está listo para utilizar.

#### **2.2.6.9.1 Aceites Relajantes:**

- Aceite de almendras
- Aceite de manzanilla
- Aceite de lavanda
- Aceite de rosas

#### **2.2.6.9.2 Aceites Estimulantes:**

- Aceite de eucalipto
- Aceite de menta
- Aceite de girasol
- Aceite

#### **2.2.6.10 Masajista**

Además de un buen dominio de la técnica del masaje un buen terapeuta necesita cierto grado de preparación física y trabajo personal. No menos importante, y dado que en la práctica del masaje se trabaja con todo el cuerpo, es adoptar una buena alineación.

Esto nos ayuda a:

- Reducir la fatiga física
- Prevenir lesiones en el terapeuta
- Favorece una mejor aplicación del masaje

La estabilidad emocional del terapeuta es importante puesto que el paciente también busca esa armonía, que sólo encontrará si se ve comprendido, conocido y estimulado.

Sólo desde un estado de equilibrio físico y mental del terapeuta, puede éste desarrollar todo su potencial. No obstante, aunque no nos consideremos en total equilibrio no hay que olvidar que “hace más el que quiere que el que puede”. De hecho uno de los requisitos más importantes a la hora de dar un masaje es que el terapeuta tenga una disposición positiva ante lo que va a realizar. Sin esa predisposición es difícil lograr una situación idónea para que el masaje sea placentero y eficaz.

El terapeuta se presentará a su paciente de una manera cordial, vestirá una indumentaria cómoda y limpia, pelo corto o recogido y una higiene cuidada en particular la de las manos.

Una vez iniciado el masaje, el terapeuta buscará el silencio, suyo y del paciente. En el caso de que el paciente sea hablador, el terapeuta deberá indicarle lo beneficioso que es para él una relajación total y el estado de silencio. El terapeuta deberá ejercer una presión moderada sin llegar a ser dolorosa.

El aceite de masaje se aplicará sobre la mano del terapeuta, nunca directamente sobre el paciente, en pequeñas cantidades y lo friccionará con las dos manos a fin de calentarlo.

Deberemos distribuirlo por la zona a tratar, de forma que la mano pueda hacer presión a la vez que se desliza.

#### **2.2.6.10.1 Las manos**

El masaje es la expresión del terapeuta traducido en sus manos. Las manos son la principal herramienta de trabajo del terapeuta.

Debemos conocerlas bien. Sus capacidades y limitaciones y mantenerlas en todo momento, elásticas, sensibles y sin asperezas (callos, grietas o pellejos) y sobre

todo limpias. Deberán tener siempre las uñas lo más cortas posible y serán cálidas a la hora de trabajar. Es conveniente que se realicen ejercicios para aumentar su movilidad así como su habilidad; es la denominada quiroginmasia.

Antes de comenzar una jornada laboral sería conveniente ejercitar la movilidad y flexibilidad de nuestras manos durante unos minutos. El precalentamiento de las manos es una tarea que cualquier terapeuta debería adoptar como obligación pues es el mantenimiento idóneo de su herramienta de trabajo. Un buen calentamiento mitiga la sensación de sobrecarga en las manos y previene las lesiones. Realizar baños de las manos en un recipiente con agua caliente o mejor en una infusión con las hierbas más adecuadas. Si se mantiene las manos sumergidas diariamente durante diez minutos en un baño caliente, mientras las masajeadas y posteriormente realizamos los ejercicios, obtendremos en poco tiempo unas manos flexibles, fuertes y sensibles.

Ya en la práctica profesional, unas manos bien entrenadas facilitarán enormemente su trabajo y revertirá en beneficio de su paciente. Para ello, cuando se inicie el masaje, es imprescindible no perder el contacto con el paciente hasta el final.

Debemos trabajar con las manos relajadas con el fin de que se acoplen a la anatomía de la otra persona, esto será más agradable para su paciente a la vez que a usted le permitirá percibir el estado de las estructuras internas de la zona que está masajeando. Además es necesario aplicar una presión moderada para que el masaje obtenga los efectos deseados.

Es interesante que se mantenga una velocidad y presión uniformes a fin de que el paciente obtenga una sensación de tranquilidad, sosiego y abandono durante el tratamiento que está recibiendo. Una vez que domine la técnica y posea seguridad en sus manos se aconseja que sea espontáneo, deje que sus manos fluyan, se deslicen y piensen por sí mismas.

### 2.2.6.10.2 Quirogimnasia

#### Ejercicio 1.

Apretar los puños fuertemente durante siete u ocho segundos y luego relajarlos. Manteniendo las manos a la altura del pecho repite este ejercicio diez veces. También se puede utilizar una pequeña pelota de goma espuma.



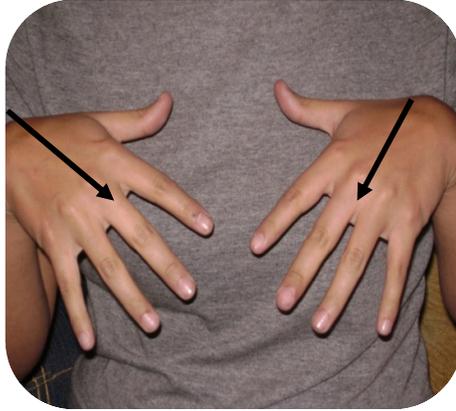
Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

## Ejercicio 2.

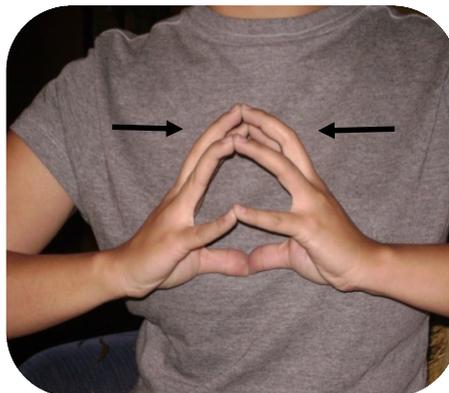
Con los puños cerrados realizar la acción de abrir rápidamente las manos a modo de sacudida como si se tuviera mojadas y quisiera secar.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

## Ejercicio 3.

Con las manos arqueadas a la altura del pecho poner una palma enfrentada a la otra de forma que los dedos emparejados hacen fuerza los unos contra los otros. Mantener la presión durante siete u ocho segundos y relajarlas. Repetir diez veces.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

#### **Ejercicio 4.**

Con las manos entrelazadas a la altura del pecho las muñecas describen movimientos de flexión y extensión alternativamente produciendo una especie de oleaje de los brazos. Realizar el “oleaje” en ambas direcciones, de derecha a izquierda y al contrario, durante aproximadamente un minuto.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

#### **Ejercicio 5.**

Con los puños cerrados a la altura del pecho realizar giros de modo que se describan círculos amplios. Trabajar en las dos direcciones durante un minuto.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

## Ejercicio 6.

Por último, con los brazos caídos a lo largo del cuerpo y las manos relajadas efectuar unas sacudidas para soltar los dedos en todas las direcciones.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

## 2.2.7 Efectos del Masaje Infantil

### 2.2.7.1 Efectos Biológico y Fisiológico del Masaje Infantil

El Masaje Infantil estimula todas las funciones del organismo que el bebé tiene aún inmaduras (Sistema Digestivo, respiratorio circulatorio...) favoreciendo:

- La circulación sanguínea y la termorregulación
- La relajación y tonificación de la musculatura
- La disminución del dolor y el estrés
- Las defensas del organismo
- El sueño
- El alivio de las incomodidades producidas por cólicos, estreñimiento, gases, evitando la ingestión de medicamentos o supositorios.
- El aumento de peso al mejorar la digestión y absorción de alimentos

- La disminución de las conductas de irritabilidad y llanto

#### **2.2.7.2 Efectos Mecánicos del Masaje Infantil.**

- Estimular el sistema inmunitario del bebé (inmaduro en el momento de nacer).
- Estimular la circulación sanguínea del bebe (inmadura en el momento de nacer).
- Mejora el sueño.
- Madura el sistema gastro-intestinal, y después a regularlo.
- Regula el sistema respiratorio
- Limpia en profundidad poros de la piel, mejorar visiblemente su textura y ayuda a mantener su elasticidad y consistencia.
- Fomentar la coordinación muscular.
- Inducir un estado más relajado en el/la niño/a.
- Producir alivio en todo el cuerpo.
- Es la preparación perfecta para coordinar los movimientos y la movilidad.
- Ayuda a drenar el sistema linfático suavemente.
- Relajante y tonificante de la musculatura.

#### **2.2.7.3 Efectos Emocionales y Sensoriales del Masaje Infantil.**

- Enriquece y afianza el vínculo entre padres e hijos
- Permite conocer con mayor profundidad a su bebe
- Favorece la seguridad y confianza en aquellos padres que tienen dificultades en etapas tempranas de la paternidad.
- Permite un acercamiento mayor del padre al sentirse también protagonista de este vínculo.
- Aumenta la conciencia de las partes del cuerpo

- Reduce la hipersensibilidad al tacto
- Influye en la capacidad de socialización posterior, la posibilidad de confiar en los demás y en el desarrollo de su personalidad

#### **2.2.7.4 Indicaciones Generales del Masaje Infantil**

1. Antes de comenzar es importante establecer unas rutinas que aporten confianza, respeto, anticipación y seguridad:
2. Adoptar una postura lo más cómoda posible, relajarnos y realizar algunas inspiraciones profundas.
3. Mostrar al niño que nos disponemos a realizar un masaje, describirle los preparativos y frotar nuestras manos con el aceite de masaje para calentarlas.
4. Despojarnos de los objetos que puedan hacer daño al niño durante el masaje, por ejemplo pulseras, relojes y anillos, entre otros.
5. Se puede iniciar el masaje cuando el bebé haya cumplido dos semanas.
6. “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. Si el niño se acostumbra a que sea él quien da permiso para que le toquemos asociará el tacto a un momento de placer y de relajación, de esta manera, se consigue una actitud de respeto y otros valores importantes.
7. La sesión de masaje puede durar unos 20 minutos aproximadamente, este tiempo puede variar de acuerdo a la aceptación del niño.

8. e puede también seleccionar música de tipo suave y relajante.
9. Cuando el niño está disfrutando del masaje va a presentar los siguientes signos faciales:
  - Sonrisas
  - Miembros superiores e inferiores algo flexionados
  - Manos abiertas
  - Sonidos verbales
  - Contacto visual sostenido
10. 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).

#### **2.2.7.5 Precauciones del Masaje Infantil**

De igual manera que es importante conocer los beneficios que se obtiene con un masaje, no es menos importante conocer aquellas situaciones en las que sólo no es beneficioso sino que puede ser perjudicial para el niño.

- Cuando el bebé está dormido.
- Cuando esté enfermito/a.
- Fiebre, afecciones inflamatorias, infecciones.
- Fracturas.
- Leucemia.
- Abscesos, Heridas.
- Es mejor el masaje 48 horas después de la vacuna y podemos hacerlo pero sin tocar la zona afectada.
- No se debe despertar al bebé para darle un masaje, ni se le debe masajear nunca en contra de su voluntad.

- Forzar al niño, si no le apetece un masaje
- Intentar adelantar las funciones cognitivas propias de cada etapa
- Sobre estimularlo, ya que podemos causarle irritación e insomnio.

### **2. 2.7.6 Técnicas del Masaje Infantil**

Una vez que el niño está tumbado en la camilla y nos disponemos a empezar, haremos una rápida revisión para ver que lo tenemos todo preparado, aceite, rollo de papel, toallas e incluso unos vasos de agua para poder beber durante el masaje. Antes de tomar contacto con el niño se inspeccionará a simple vista la zona a tratar (dimensiones, coloraciones de la piel, cicatrices, deformidades anatómicas, etc.)

Mientras nos frotamos enérgicamente las manos, con el fin de calentarlas, realizaremos unas respiraciones profundas que nos ayudan a concentrarnos en el trabajo a desarrollar y tomaremos contacto con la piel del niño. Como norma general en el masaje hay que empezar suavemente. Es la denominada “Apertura del Masaje” la cual pretende ser como un saludo. La Apertura se realiza con una presión muy suave y sin aceite, recorriendo todo el cuerpo del niño. Su función es la de proporcionar datos al terapeuta acerca de la textura de la piel, tamaño de la zona, estado del tono muscular además de que el niño se familiarice poco a poco a las manos del terapeuta.

En estos primeros instantes del masaje el terapeuta tiene que ser consciente de adoptar una postura correcta, que le permita moverse con soltura sin cansarse o lesionarse. También analizará la información que sus manos le han dado sobre zonas más o menos tensas o zonas que están frías o calientes, etc. Esto será muy útil a la hora de aplicar unas manipulaciones (pases) u otras.

Pocas van a ser las reglas fijas que aquí se van a recoger sobre la aplicación del masaje. Una de ellas y bajo nuestro criterio la más importante es que: Una vez

establecida la toma de contacto, éste no se perderá hasta el final del masaje. También, como norma, un masaje nunca debe provocar dolor a quien lo recibe.

### **2.2.8 Secuencia de Manipulaciones del Masaje Infantil**

1. Antes de comenzar es importante establecer unas rutinas que aporten confianza, respeto, anticipación y seguridad:
2. Adoptar una postura lo más cómoda posible, relajarnos y realizar algunas inspiraciones profundas.
3. Mostrar al niño que nos disponemos a realizar un masaje, describirle los preparativos y frotar nuestras manos con el aceite de masaje para calentarlas.
4. Despojarnos de los objetos que puedan hacer daño al niño durante el masaje, por ejemplo pulseras, relojes y anillos, entre otros.
5. “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. Si el niño se acostumbra a que sea él quien da permiso para que le toquemos asociará el tacto a un momento de placer y de relajación.

De esta manera, se consigue una actitud de respeto y otros valores importantes. Al principio, el bebé no sabe en qué consiste el masaje y puede costarle adaptarse al mismo, por lo que ante señales de rechazo se responderá con cambios ambientales por ejemplo: aumentar la temperatura

de la sala, se aumentará la proximidad física o se esperará un momento más idóneo.

6. 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

### **2.2.8.1 Manipulaciones**

El orden, la secuencia y la descripción de los movimientos que se realizarán a continuación están adaptados de Schneider (2000) y Simón et al. (2003).

#### **2.2.8.1.1 Piernas y Pies:**

El masaje infantil comienza por las piernas/pies: como explica Schneider (2000), los bebés se lanzan al mundo exterior con estas partes del cuerpo. Además, las piernas y los pies son las partes menos vulnerables del cuerpo del niño al no tener órganos vitales. De esta manera, comenzar por esta zona crea un clima de confianza que favorece que el niño acepte gradualmente el masaje. Los movimientos conocidos como vaciado hindú y vaciado sueco mejoran la circulación hacia los pies y de nuevo hacia el corazón. Los movimientos de compresión y torsión y los de rodamiento mejoran en gran medida el tono muscular y ayudan a relajar las piernas (Schneider, 2000). El masaje en las extremidades debe mantener la simetría. De esta manera, una vez se ha realizado la secuencia completa de movimientos en una pierna, hay que aplicarlo en la otra; no se debe alternar el masaje en las dos piernas al mismo tiempo.

#### **Vaciado Hindú:**

El movimiento va desde la cadera/pelvis hasta el tobillo/pie, con las dos manos, una detrás de la otra. Una mano se deslizaría por la parte interior de la pierna y la

otra mano por la parte exterior de la misma. Favorece la circulación sanguínea hacia los pies y tiene un efecto relajante.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Compresión y Torsión:** desde la cadera hasta el tobillo/pie, las dos manos cierran y abren simultáneamente (como si se estrujase una toalla), manteniendo el contacto con la pierna del niño. Mejora el tono muscular y ayuda a relajar las piernas



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Pulgar Tras Pulgar:** se deslizan los dedos pulgares sobre la planta del pie, uno tras otro, desde el talón hasta los dedos.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Compresión de los Dedos del Pie:** se realiza una ligera compresión y rodamiento en cada uno de los dedos de los pies.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Bajo los Dedos del Pie:** con el dedo índice, se presiona ligeramente la almohadilla del pie desde la base de los dedos.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Almohadilla del Pie:** con el dedo índice, se presiona de manera suave sobre la almohadilla del pie desde el inicio del talón.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Presión con los Pulgares:** con los pulgares planos se presiona sobre la planta del pie, como si caminásemos sobre ella.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Parte Superior del Pie:** se deslizan los pulgares, uno detrás de otro, desde el empeine hasta el tobillo.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Círculos en el Tobillo:** realizar pequeños círculos en torno al tobillo con los pulgares.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Vaciado Sueco:** es igual que el vaciado hindú pero en sentido contrario. Este movimiento va desde los pies hasta la cadera/muslos. Mejora la circulación hacia el corazón y tiene un efecto tonificante.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Rodamientos:** hacer rodar la pierna del niño entre las manos. Es un movimiento que va desde la cadera hasta el pie.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Movimiento Integrador:** una vez que se ha realizado el masaje en las dos piernas, se deslizan ambas manos con un movimiento de barrido desde los muslos hasta los pies.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

#### **2.2.8.1.2 Vientre:**

Los movimientos en esta zona sirven para tonificar el sistema gastrointestinal, ayudando en la eliminación de los gases y en la mejora del estreñimiento. Estos movimientos deben realizarse siempre en el sentido de las agujas del reloj, y prácticamente todos terminan en la parte inferior izquierda del abdomen del niño.

**Manos que Reposan:** Establecer el contacto con el vientre del niño colocando las manos de forma relajada y cálida.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Noria o Rueda Hidráulica:** Con las dos manos planas, moviendo una después de la otra, como una noria o un molino de agua.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Pulgares Hacia los Lados:** Se colocan los pulgares planos sobre el ombligo del niño y se deslizan hacia los laterales del vientre.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Sol y Luna:** Se realiza con las dos manos simultáneamente. La mano izquierda da vueltas en dirección a las agujas del reloj, sin perder el contacto con el vientre del niño, siempre en la misma dirección de las agujas del reloj. En resumen, la mano izquierda dibuja un sol de forma constante y luego se incorpora una luna con la mano derecha.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

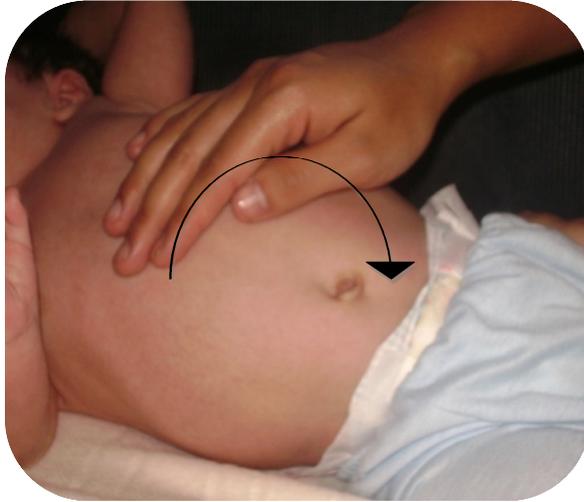
**“Te Quiero” o “ILU” Invertido:** este movimiento se divide en tres partes: 1) Con la mano derecha se dibuja una “I” sobre el lado izquierdo del vientre del niño, desde arriba hasta abajo (repetirlo varias veces), 2) se dibuja una “L” invertida, desde la derecha hacia la izquierda del niño y luego hacia abajo y 3) finalmente, se traza una “U” invertida, comenzando por el lado derecho del vientre.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Caminando:** Con la yema de los dedos, “caminar” sobre el vientre del niño, desde el lado derecho del abdomen al izquierdo



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

### **2.2.8.1.3 Pecho:**

Los masajes en el pecho o tórax tonifican los pulmones y el corazón (Schneider, 2000).

**Manos que Reposan:** Se colocan las manos suavemente sobre el pecho del niño para indicarle que se va a iniciar el masaje en esta zona del cuerpo.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Abrir un Libro:** Con ambas manos juntas en el centro del pecho del niño, se desplazan hacia los lados del mismo como si estuviésemos aplanando las páginas de un libro. Bajarlas dibujando la forma de un corazón, y subirlas por el centro del pecho hasta el punto inicial.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Movimiento Integrador:** Movimiento de barrido, con las dos manos, desde el pecho hasta el abdomen y siguiendo luego hasta las piernas/pies, como una forma de integrar las partes del cuerpo que van recibiendo el masaje.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

#### **2.2.8.1.4 Brazos y Manos:**

El masaje en las extremidades debe mantener la simetría. De esta manera, una vez que se haya realizado la secuencia completa de movimientos en un brazo, se aplicará en el otro.

**Manos que Reposan:** Se sujetan los brazos del niño con un tacto cálido y relajado, indicando que vamos a comenzar el masaje en esta zona.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Axilas:** Se desliza la mano con suavidad por la axila. En esta zona se encuentran importantes nodos linfáticos.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Vaciado Hindú:** Es como el vaciado hindú de la pierna, pero desde el hombro hasta la muñeca/mano. Cambiar de mano, alternando el masaje en el lado externo del brazo y en el interno.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Compresión y Torsión:** Desde el hombro hasta la muñeca/mano. Las dos manos simultáneamente cierran y abren sin dejar el contacto con el brazo del niño.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Abrir Mano y Compresión de los Dedos:** Abrir respetuosamente la mano del niño con los pulgares planos, desde la muñeca hacia los dedos. Posteriormente, se realiza una ligera compresión y rodamiento en cada uno de los dedos de la mano. Contiene dos secuencias, visibles en las fotografías siguientes:



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Dorso de la Mano:** Deslizar los pulgares, uno después del otro, por el dorso de la mano de la muñeca a los dedos.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Círculos en la Muñeca:** realizar pequeños círculos en torno a la muñeca con los pulgares.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Vaciado Sueco:** es igual que el vaciado hindú pero en sentido contrario; va desde la mano/muñeca hasta el hombro. Cambiar de mano, alternando el masaje en el lado externo del brazo y en el interno.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Rodamientos:** hacer rodar con suavidad el brazo del niño entre las manos. Es un movimiento que va desde el hombro hasta la muñeca/mano.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Movimiento Integrador:** Una vez se ha realizado la secuencia de movimientos en los dos brazos, se realiza un movimiento de barrido con las dos manos desde los hombros hasta los pies, pasando por los brazos, el pecho, el abdomen y las piernas, como una forma de integrar las partes del cuerpo que van recibiendo el masaje.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

#### **2.2.8.1.5 Cara:**

La cara del bebé acumula una buena dosis de tensión debido a la succión, dentición, llanto y a su interacción general con el mundo que le rodea (Schneider, 2000). Por todo ello, el masaje en esta zona ayuda a relajar los músculos de la cara.

**Frente,** abrir un libro: movimiento que puede realizarse con los pulgares o con la mano.

Deslizar los pulgares hacia los lados, como si se aplanaran las páginas de un libro.



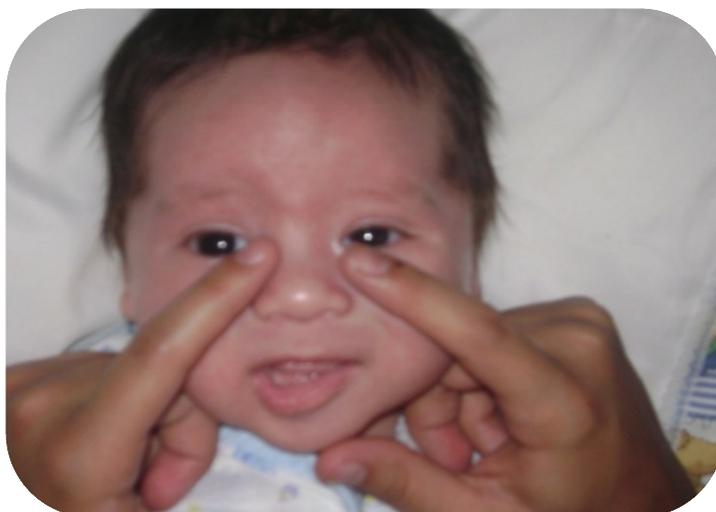
Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Senos Nasales y Músculos de las Mejillas:** Con los pulgares o con los dedos índices presionar ambos lados de la base o puente de la nariz.

Deslizarlos hacia abajo y continuar el recorrido en diagonal sobre las mejillas. Este movimiento ayuda a abrir los senos nasales y a relajar las mejillas.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

### **Dibujando Sonrisas:**

Con los pulgares se traza una sonrisa sobre el labio superior, y luego otra sobre el inferior.

También puede hacerse sobre los dos labios a la vez utilizando los dedos índice y corazón.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

### **Orejas, Cuello y Barbilla:**

Después de masajear las mejillas y la unión de las mandíbulas, se deslizan los dedos por la parte externa de las orejas y se realizan círculos con las yemas de los dedos, dibujando su contorno (las dos orejas al mismo tiempo). Posteriormente, se continúa el recorrido por el cuello hasta la barbilla.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

#### **2.2.8.1.6 Espalda:**

Para realizar el masaje en la espalda se coloca al niño boca abajo con las piernas extendidas, bien en el suelo o bien sobre nuestro regazo.

#### **Manos que Reposan:**

Colocar las manos sobre la espalda del niño, indicando que el masaje va a comenzar en esta zona.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Vaivén:** con las dos manos juntas, transversales sobre la espalda del niño, deslizarlas en un vaivén de forma alternativa. Descender poco a poco hacia las nalgas y subir posteriormente hacia el cuello, sin dejar de mantener contacto con la espalda del niño, y así sucesivamente.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

### **Círculos en la Espalda:**

Con las yemas de los dedos, realizar pequeños círculos en toda la espalda, desde los hombros hasta las nalgas.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Peinado:** con las manos y los dedos abiertos, descender por la espalda, desde el cuello hasta las nalgas, realizando un movimiento de “peinado”. Ampliarlo hasta los pies, y realizarlo cada vez más lentamente hasta que sea una caricia suave integrando desde la cabeza hasta los pies.



Fuente: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

## 2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

- **Activación:** proceso de despertarse o estimularse.
- **Adherencias:** unión de tejidos que se deslizan o desplazan normalmente entre sí con tejido conjuntivo denso, con la consiguiente disminución de movilidad. Al igual que las cicatrices, las adherencias pueden deberse a la sustitución por tejido conjuntivo de un tejido normal que ha sido destruido por quemaduras, heridas, cirugía, radiación o enfermedades.
- **Amasamiento específico:** técnica de petrissage deslizante realizada en círculos o elipses y aplicada con una superficie de contacto pequeña como el pulgar.
- **Amasamiento:** técnica neuromuscular deslizante, realizada en círculos o elipses, que comprime y libera el músculo de forma repetida.
- **Aplicación:** entrar en contacto con.
- **Apoyos:** objetos como almohadas o cojines que se emplean para conseguir que el paciente se encuentre más cómodo, estable o accesible durante el masaje.
- **Atención:** capacidad del terapeuta para concentrarse en la información sensitiva que recibe de forma principal, pero no exclusiva, a través de las manos.
- **Centrípeto:** dirigido hacia el corazón o proximalmente.
- **Cicatriz:** tejido fibroso que sustituye a los tejidos normales que han sido destruidos por quemaduras, heridas, intervenciones quirúrgicas, radiaciones o enfermedades.
- **Compresión:** cualquier fuerza orientada de una manera para que su efecto consista en acortar o compactar un tejido o estructura.
- **Contractura:** acortamiento muscular permanente debido a diversos cambios fisiológicos en el músculo, como fibrosis o pérdida del equilibrio muscular.
- **Contraindicación:** signo, síntoma, evaluación o diagnóstico que orienta al terapeuta a evitar la aplicación de un procedimiento determinado.

- **Cubrimiento:** proceso por el que el terapeuta cubre y descubre partes del cuerpo del paciente durante el tratamiento, mientras mantiene el pudor y respeta los límites adecuados entre ambos.
- **Deformación:** cambio en la forma de un tejido o estructura cuando se somete a presión.
- **Dermis:** la primera capa de tejido conjuntivo.
- **Derrame:** exceso de líquido en la cápsula articular, que indica una irritación o inflamación de la membrana sinovial.
- **Deslizamiento:** movimiento de la mano del terapeuta a través de la piel del paciente.
- **Desnutrición:** degeneración y debilitamiento del organismo por una nutrición insuficiente o inadecuada
- **Diagnóstico:** proceso y resultado de analizar y organizar los datos obtenidos en la exploración del paciente en conjuntos o síndromes.
- **Dolor:** sensación desagradable asociada a una lesión tisular real o potencial que está mediada por fibras nerviosas específicas que llegan al cerebro, donde diversos factores pueden modificar su apreciación consciente.
- **Dolor agudo:** dolor provocado por un estímulo nocivo producido por lesiones o enfermedades con experiencias sensitivas y emocionales desagradables
- **Dolor crónico:** dolor que persiste más de la evolución habitual de la curación de una enfermedad aguda o del tiempo razonable en que se puede esperar que cicatrice la lesión. Algunos autores definen el dolor crónico en función de su duración, con un límite inferior que varía entre 6 semanas y 6 meses, mientras que otros lo hacen en términos de una disociación progresiva entre la etiología física y las dimensiones afectivas y cognitivas crecientes del dolor.
- **Edema:** acumulación de líquido en células, tejidos o cavidades serosas. Tiene cuatro causas principales: aumento de la permeabilidad capilar, disminución de la presión osmótica debida a las proteínas plasmáticas,

incremento de la presión en capilares y vénulas y obstrucción del flujo linfático.

- **Effleurage:** grupo de manipulaciones deslizantes generales realizadas con presión centrípeta y presiones variables.
- **Elasticidad:** cualidad inherente del tejido que recupera la forma original tras deformarse por una fuerza aplicada.
- **Elevación:** técnica de petrissage deslizante, uni o bimanual, en el que se eleva y exprime el músculo entre los dedos y el pulgar abducido.
- **Epitelio:** capa de células escamosas, estrechamente agrupadas y con escaso material intercelular.
- **Espasmo muscular:** contracción involuntaria de un músculo que provoca un aumento de la tensión muscular y un acortamiento que no puede liberarse voluntariamente.
- **Evaluación:** síntesis de la información obtenida durante la exploración del paciente.
- **Exploración:** obtención de información sobre el estado de salud del paciente y el trastorno clínico durante la anamnesis, una revisión general por aparatos, pruebas y mediciones.
- **Fatiga :** cansancio; molestia ocasionada por un esfuerzo más o menos prolongado o por otras causas; puede ser una respuesta normal e importante al esfuerzo físico, al estrés emocional, al aburrimiento o la falta de sueño; sin embargo, también puede ser un signo no específico de un trastorno psicológico o fisiológico grave.
- **Flexibilidad:** cualidad inherente del tejido que hace referencia a la facilidad con que se dobla, retuerce, distiende, alarga o comprime.
- **Fricción:** técnica sobre el tejido conjuntivo repetitiva, específica y no deslizante que produce movimiento entre las fibras del tejido conjuntivo denso, incrementando la extensibilidad tisular.
- **Frotación superficial:** técnica sobre reflejos superficiales que consiste en un deslizamiento sin presión sobre la piel del paciente, con deformación mínima de los tejidos subcutáneos; suele aplicarse sobre regiones extensas.

- **Fuerza muscular:** fuerza o torsión producida por un músculo o grupo muscular para vencer una resistencia durante una contracción voluntaria máxima.
- **Hipertonía:** término general empleado para hacer referencia al tono muscular que se encuentra por encima de los niveles normales en reposo, independientemente del mecanismo por el que ha aumentado.
- **Hipotonía:** término general empleado para hacer referencia al tono muscular que se encuentra por debajo de los niveles normales en reposo, independientemente del mecanismo por el que ha disminuido.
- **Hiperestesia:** Aumento o exageración de la sensibilidad.
- **Indicación:** un signo, síntoma, evaluación o diagnóstico que orienta al terapeuta para aplicar un procedimiento determinado.
- **Indicación clínica:** signo, síntoma, evaluación o diagnóstico que orienta al terapeuta para aplicar un determinado procedimiento.
- **Masaje:** Operación consistente en presionar, frotar o golpear rítmicamente y con intensidad adecuada determinadas regiones del cuerpo, principalmente las masas musculares, con fines terapéuticos, deportivos, estéticos, etc.
- **Palmoteo:** forma de percusión que se utiliza para desprender mecánicamente las secreciones pulmonares y facilitar el aclaramiento de la vía aérea.
- **Pellizcamiento:** técnica de petrissage en la que se eleva y distiende el músculo entre superficies de contacto que se mueven en direcciones opuestas.
- **Petrissage:** grupo de técnicas neuromusculares relacionadas que comprimen, distienden y liberan el tejido muscular de forma repetida con grados variables de arrastre, elevación y deslizamiento.
- **Piel:** capa de epitelio, epidermis y dermis; es el mayor órgano del cuerpo humano, o animal.
- **Posición:** alineamiento y apoyo del cuerpo del paciente realizados por el terapeuta para preparar la aplicación del masaje.

- **Postura:** posición y alineamiento del esqueleto y las partes blandas asociadas en relación con la gravedad, el centro de masaje y la base de apoyo del cuerpo.
- **Precaución:** signo, síntoma, evaluación o diagnóstico que orienta al terapeuta para estar preparado a modificar un procedimiento determinado con el fin de reducir los riesgos asociados a su aplicación.
- **Psicosomático:** Que se relaciona caracteriza o resulta de la interacción de la mente o la psique en el organismo.
- **Relajación:** reducción de la tensión, como cuando un músculo se relaja entre las contracciones, disminución del dolor.
- **Secuencia:** serie o sucesión estructurada, basada en resultados, de técnicas de masaje de la que consta una intervención o una parte de una intervención.
- **Stress:** Alteración física o psíquica de un individuo por exigir a su cuerpo un rendimiento superior al normal.
- **Tejido conjuntivo:** tejidos que constan de varios tipos celulares diferentes, como fibroblastos y adipocitos, así como fibras de elastina y colágeno englobadas en una matriz de material gelatinoso, cuya consistencia varía en respuesta a numerosos factores. En su interior hay nervios, vasos sanguíneos, vasos linfáticos, miofibrilla y órganos.
- **Tono muscular o neuromuscular:** tensión muscular en reposo y capacidad de respuesta de los músculos a la distensión o el estiramiento pasivo.
- **Tono postural:** desarrollo de tensión muscular en los músculos esqueléticos que participan en el mantenimiento de las posiciones de diferentes partes del esqueleto. El cerebelo regula el tono postural.
- **Tratamiento:** conjunto de intervenciones que configuran un episodio asistencial.

## 2.4 HIPÓTESIS Y VARIABLES

La aplicación del masaje infantil, mejora el estilo de vida de los niños de 0 a 2 años que acuden al Centro Infantil “Los Alegrijes” del Patronato del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo, en el período de Septiembre a Diciembre del 2009.

**2.4.1 VARIABLE INDEPENDIENTE:** Masaje Infantil

**2.4.2 VARIABLE DEPENDIENTE:** Estilo de vida

### 2.4.3 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	CONCEPTO	CATEGORÍA	INDICADOR	TÉCNICA E INSTRUMENTO
INDEPENDIENTE MASAJE INFANTIL	Es un mensaje de amor a través del contacto piel a piel, consiguiendo liberación de tensiones y fomentando los vínculos de confianza, ternura y respeto.	Técnicas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Frotación</li><li>• Roce</li><li>• Presión</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Observación: Guía de observación</li><li>• Encuesta: Cuestionario</li></ul>

<b>VARIABLE</b>	<b>CONCEPTO</b>	<b>CATEGORÍA</b>	<b>INDICADOR</b>	<b>TÉCNICA E INSTRUMENTO</b>
<b>DEPENDIENTE</b> ESTILO DE VIDA	Es tener una vida sana, previniendo la probabilidad de enfermedades que se presentan en la niñez	Vida sana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Efectos Mecánicos</li> <li>• Efectos Fisiológicos</li> <li>• Efectos Psicológicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Observación: Guía de observación</li> <li>• Encuesta: Cuestionario</li> </ul>

## CAPÍTULO III

### MARCO METODOLÓGICO

#### 3.1 MÉTODO CIENTÍFICO:

En el presente trabajo investigativo se utilizará el método deductivo - Inductivo con su procedimiento analítico sintético

- **Método Deductivo:** Nos permite estudiar la problemática de manera general para analizar conclusiones particulares.
- **Método Inductivo:** Nos permite estudiar el problema de manera particular para llegar alcanzar conclusiones generales es decir cómo se presentan los niños para recibir el masaje infantil.

#### 3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN:

La presente investigación por los objetivos propuestos se caracteriza por ser una investigación descriptiva – explicativa.

- **Descriptiva:** Porque sobre las bases del análisis crítico de la información recibida se ha podido describir como se aparece y como se comporta el problema investigado en contexto determinado.
- **Explicativa:** Porque a través de la aplicación de las diferentes técnicas de masaje, a cada uno de los niños, se ha podido llegar a explicar cual técnica de masaje permite dar al niño una mejor calidad de vida.

#### 3.3. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN:

La presente investigación por su naturaleza se caracteriza por ser una investigación documental, de campo, y no experimental.

- **Documental:** Porque en base al análisis crítico de teorías y conceptos estipulados en textos, libros, enciclopedias, etc. Se ha podido estructurar la fundamentación teórica que a su vez nos permitirá saber conocer con profundidad sobre el problema que se está investigando.
- **De Campo:** Porque el trabajo investigativo se está realizando en un lugar en específico en éste caso el Centro Infantil “Los Alegrijes” del Patronato del Honorable Consejo Patronato Chimborazo.
- **No Experimental:** Porque en el proceso investigativo se está manipulando intencionalmente las variables, en éste caso las diferentes técnicas de masaje, para llegar a determinar cuál de estas técnicas nos da una mejor calidad de vida a los niños que van a recibir el masaje infantil.

### 3.4. TIPO DE ESTUDIO

- **Longitudinal:** Porque el estudio longitudinal implica la existencia de medidas repetidas (más de dos) a lo largo de un seguimiento.

Es un estudio de cohortes que, a diferencia de los de tipo tabla de vida, permite inferencias a nivel individual y analizar cambios en diferentes variables (causas y efectos) y transiciones entre diferentes estados de salud.

### 3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA

#### 3.5.1. POBLACIÓN

Para la presente investigación, dada la naturaleza del tema, se ha procedido a aplicar las técnicas e instrumentos que se detallan a continuación, tanto a las 4 madres educadoras del Centro Infantil y 40 padres de familia; a los niños investigados se ha aplicado un seguimiento a través de la guía de observación.

Consecuentemente, se hace un estudio con el total de la población para la obtención de datos respectivos.

### **3.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

- Observación: Guía de Observación
- Encuesta: Cuestionario

### **3.7 TÉCNICAS PARA EL ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

**Técnicas lógicas:** Para la interpretación de los datos estadísticos se va a utilizar la inducción y las síntesis, técnicas de interpretación que permiten comprobar el alcance de objetivos, comprobación de la hipótesis y establecer conclusiones a través de la tabulación demostrada en cuadros, gráficos y el correspondiente análisis, para lo cual se utilizó el Paquete contable Excel.

### **3.8 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

El trabajo realizado ha permitido obtener los siguientes resultados, producto de la aplicación del instrumento de investigación a las madres educadoras y a los padres de familia del Centro Infantil ‘Los Alegrijes’ del Patronato del Honorable Consejo Provincial de Chimborazo.

### 3.8.1 TABULACIÓN DE RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS APLICADAS A LAS 4 MADRES EDUCADORAS DEL CENTRO INFANTIL “LOS ALEGRIJES” DE RIOBAMBA.

1.- ¿Ha observado resultados positivos de la aplicación del masaje infantil en los niños del centro?

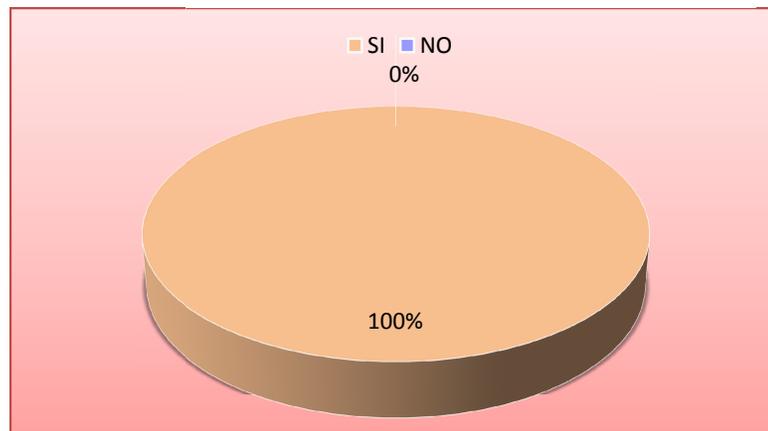
**Cuadro N°: 1**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	4	100%
NO	0	0%
TOTAL	4	100%

**Fuente:** Encuestas

**Elaborado por:** Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Gráfico N°: 1**



**Fuente:** Cuadro N 1

**ANÁLISIS.-** De las encuestas realizadas a las 4 madres educadoras, se obtiene 4 respuestas favorables a la aplicación del masaje, que corresponde a un 100% . Se puede interpretar que la totalidad de las madres encuestadas coinciden en que existen beneficios a través del masaje infantil.

**Obtención de tipo de resultados, según las respuestas anteriores**

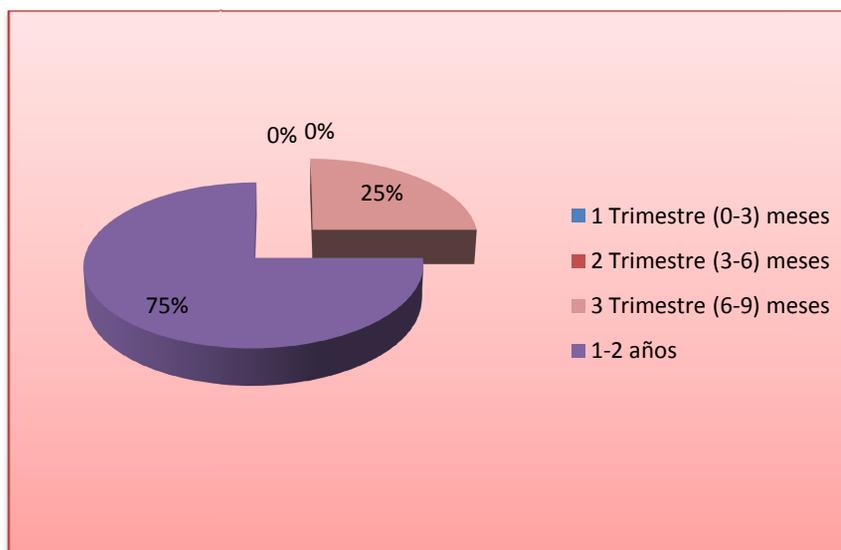
**Cuadro N°: 1.1**

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>1 Trimestre (0-3) meses</b>	0	0%
<b>2 Trimestre (3-6) meses</b>	0	0%
<b>3 Trimestre (6-9) meses</b>	1	25%
<b>1-2 años</b>	3	75%
<b>TOTAL</b>	4	100%

**Fuente:** Encuestas

**Elaborado por:** Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Gráfico N°: 1.1**



**Fuente:** Cuadro N 1.1

**ANÁLISIS.-** Se obtuvo mejores resultados en niños de 1-2 años en un 75 % que corresponde a 3 madres educadoras, mientras en un 25% en niños de 6-9 meses que corresponde a 1 sola madre educadora.

**2.- ¿Considera que el masaje infantil ha ayudado que el niño (a) se encuentre menos irritable?**

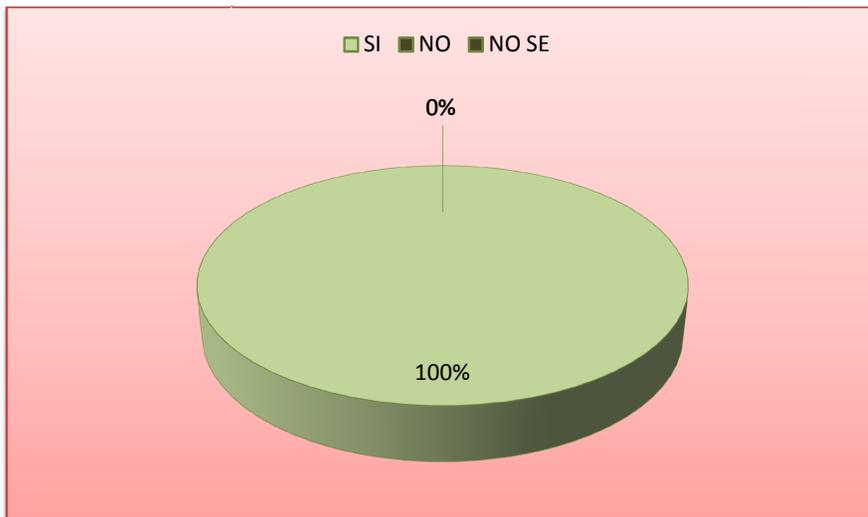
**Cuadro N°: 2**

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>SI</b>	4	100%
<b>NO</b>	0	0%
<b>NO SE</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	4	100%

**Fuente:** Encuestas

**Elaborado por:** Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Gráfico N°: 2**



**Fuente:** Cuadro N 2

**ANÁLISIS.-** En un 100% las 4 madres educadoras encuestadas en común opinaron que el Masaje Infantil sí fue eficaz para que el niño se encuentre menos irritable.

**3.- ¿Piensa que el masaje infantil influyó en el apetito del niño?**

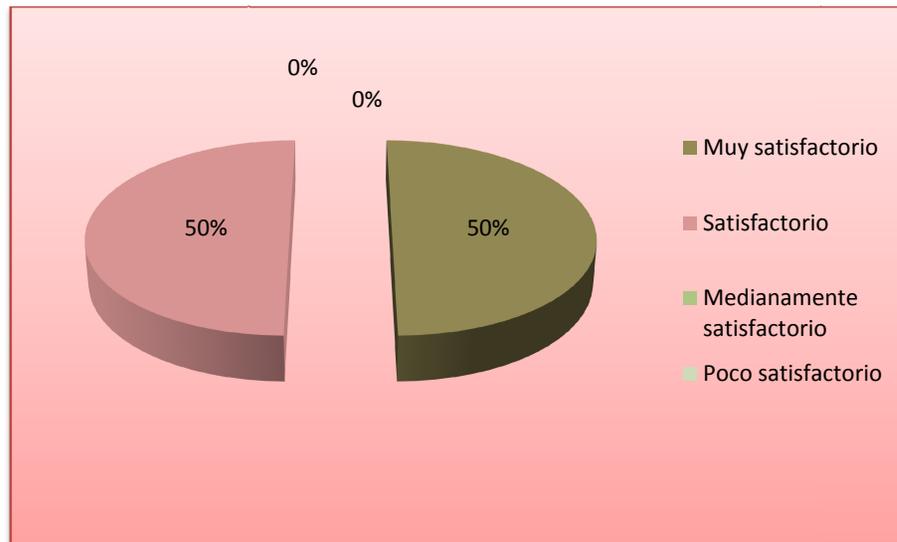
**Cuadro N°: 3**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy satisfactorio	2	50%
Satisfactorio	2	50%
Medianamente satisfactorio	0	0%
Poco satisfactorio	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>4</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuestas

**Elaborado por:** Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Gráfico N°: 3**



**Fuente:** Cuadro N 3

**ANÁLISIS.-** El masaje en la influencia del apetito ha sido muy satisfactorio en un 50 % que corresponde a la opinión de 2 madres educadoras, sin embargo las otras 2 madres opinan que solo ha sido satisfactorio en un 50 %.

**4.- ¿De qué manera ha influido el masaje infantil en el desarrollo psicomotriz del niño(a)?**

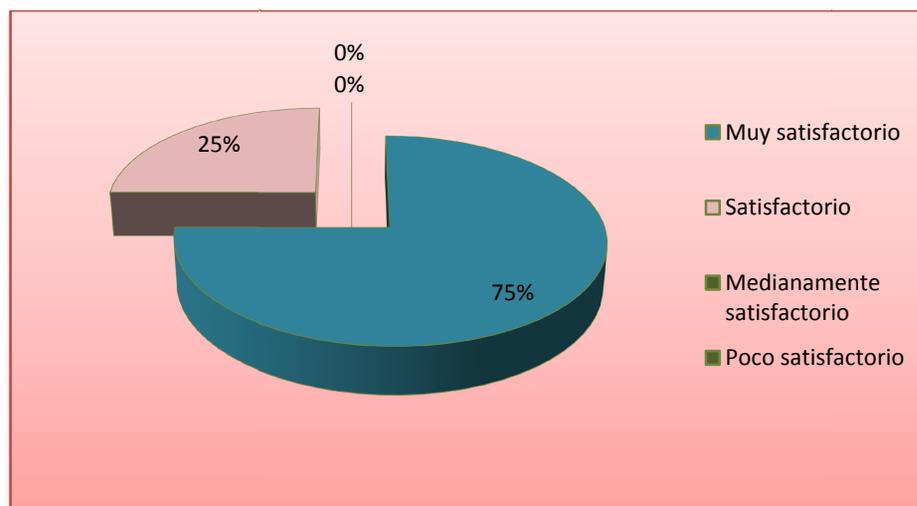
**Cuadro N°: 4**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy satisfactorio	3	75%
Satisfactorio	1	25%
Medianamente satisfactorio	0	0%
Poco satisfactorio	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>4</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuestas

**Elaborado por:** Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Gráfico N°: 4**



**Fuente:** Cuadro N 4

**ANÁLISIS.-** Las 3 madres educadoras que representan el 75% de encuestadas creen que la influencia del masaje en el desarrollo psicomotriz ha sido muy satisfactoria, mientras que en un 25% opina que es satisfactoria que representa a 1 madre educadora, y el 0% que ha sido medianamente y poco satisfactoria.

**5.- ¿Considera usted que el masaje infantil debe ser una alternativa para mejorar la calidad de vida en los infantes?**

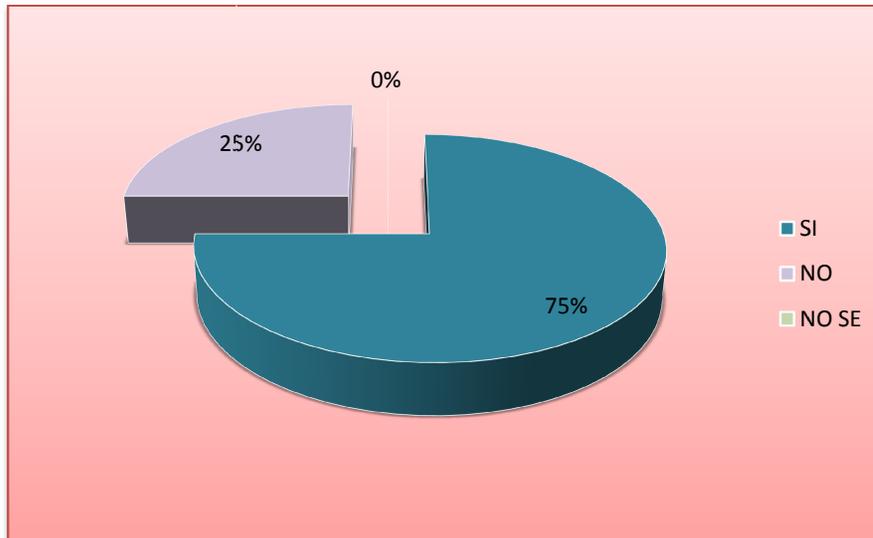
**Cuadro N°: 5**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	3	75%
NO	1	25%
NO SE	0	0%
TOTAL	4	100%

**Fuente:** Encuestas

**Elaborado por:** Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Grafico N°: 5**



**Fuente:** Cuadro N 5

**ANÁLISIS.-** El 50% de Nuestras encuestadas que representan a 3 madres educadoras opinan que el masaje sí debe ser una alternativa para mejorar la calidad de vida en los niños, mientras que la minoría que es un 25% en una sola madre educadora opina que no lo es, y un 0% por él no sé.

### **3.8.2 TABULACIÓN DE RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS**

**APLICADAS A LOS 10 PADRES DE FAMILIA DEL CENTRO INFANTIL  
“LOS ALEGRIJES” DE RIOBAMBA**

**1.- ¿Cree que resulta beneficioso la aplicación del masaje infantil en su niño(a)?**

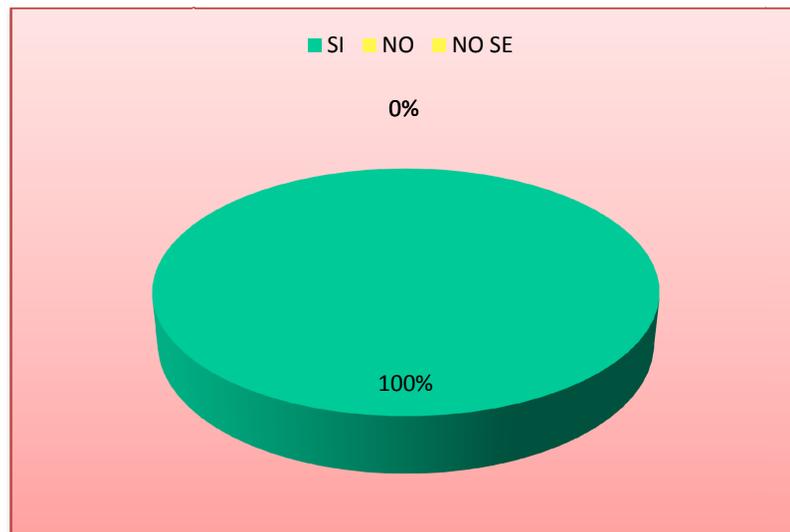
**Cuadro N°: 6**

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>SI</b>	40	100%
<b>NO</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	40	100%

**Fuente:** Encuestas

**Elaborado por:** Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Grafico N°6**



**Fuente:** Cuadro N 6

**ANÁLISIS.-** En toda su mayoría los 40 de padres de familia encuestados que representa el 100% opinan fehacientemente el beneficio de la aplicación del masaje infantil en el niño. Y él 0% dice que no.

2.- ¿Considera que el Masaje Infantil ha ayudado que su niño(a) se encuentre menos irritable.

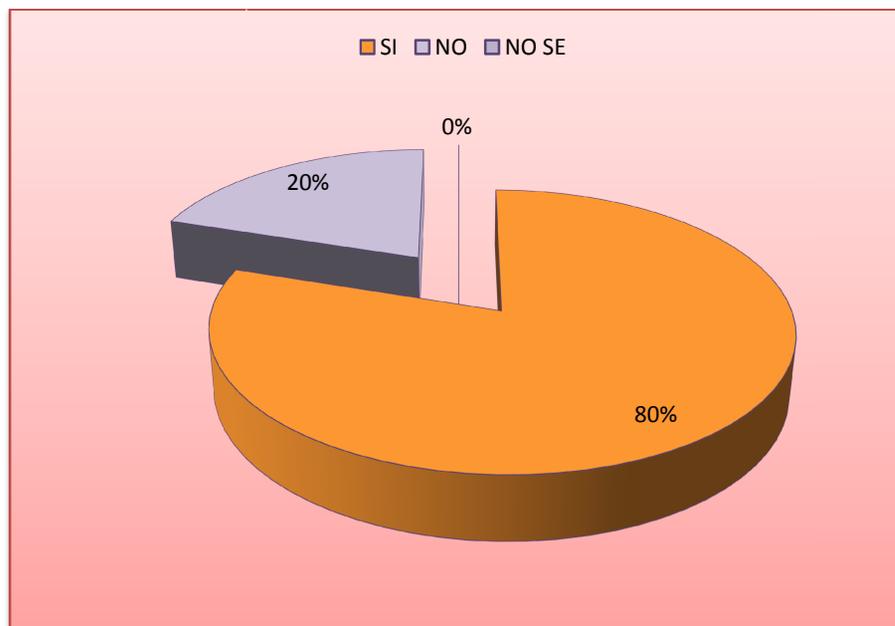
**Cuadro N° 7**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	32	65%
NO	8	35%
NO SE	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuestas

**Elaborado por:** Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

**Gráfico N° 7**



**Fuente:** Cuadro N 7

**ANÁLISIS.-** Entre los encuestados el 80% que representa a 32 padres de familia afirma fehacientemente que sí ayuda el Masaje Infantil en la irritabilidad del niño, y apenas un 20% que representa en su minoría a 8 Padres de familia cree que no.

**3.- ¿Piensa que el masaje infantil influyó en el apetito de su niño(a)?**

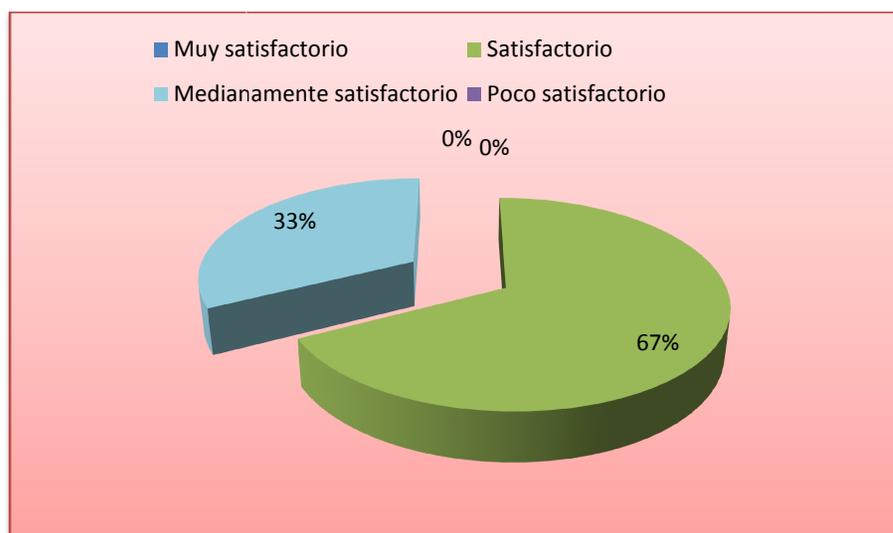
**Cuadro N° 8**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy satisfactorio	0	0%
Satisfactorio	27	67%
Medianamente satisfactorio	13	33%
Poco satisfactorio	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuestas

**Elaborado por:** Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara.

**Gráfico N° 8**



**Fuente:** Cuadro N 8

**ANÁLISIS.-** En su mayoría de padres de familia en número de 27 creen que en un 67% si fue satisfactoria la influencia del masaje en el apetito del niño sin embargo los 13 padres de familia que representan el 33% creen que ha sido medianamente satisfactorio.

**4.- ¿De qué manera ha influido el masaje infantil en el desarrollo psicomotriz de su niño(a)?**

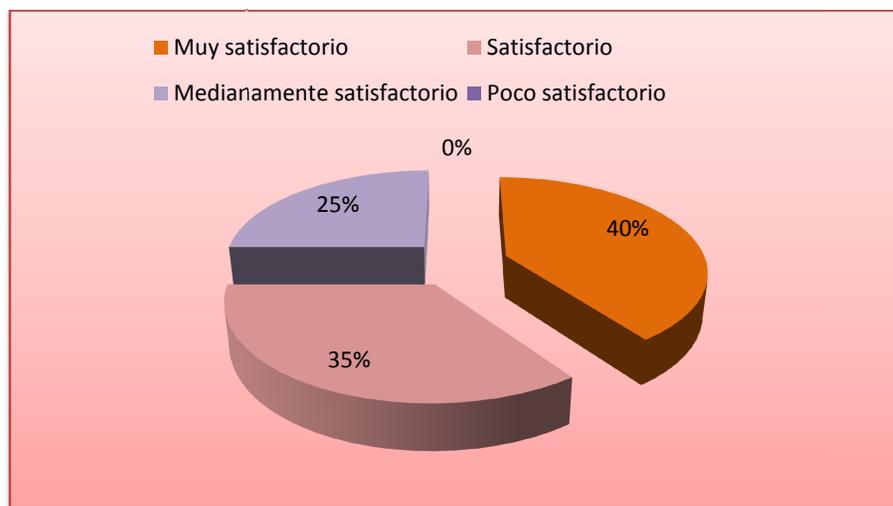
**Cuadro N°: 9**

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
<b>Muy satisfactorio</b>	16	40%
<b>Satisfactorio</b>	14	35%
<b>Medianamente satisfactorio</b>	10	25%
<b>Poco satisfactorio</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	40	100%

**Fuente: Encuestas**

**Elaborado por: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara**

**Gráfico N°: 9**



**Fuente: Cuadro N 9**

**ANÁLISIS.-** Los factores más importantes son: El 40% de personas encuestadas que constituyen 16 padres de familia creen que ha sido muy satisfactoria la influencia del masaje en el desarrollo psicomotriz del niño, mientras que en un 35% que representan a 14 padres de familia cree que solo ha sido satisfactoria, y en menor porcentaje el 25% que representa a 10 Padres de Familia creen que ha sido medianamente satisfactorio, y poco satisfactorio con el 0%.

5.- ¿Considera usted que el Masaje Infantil debe ser una alternativa para mejorar la calidad de vida en los infantes?

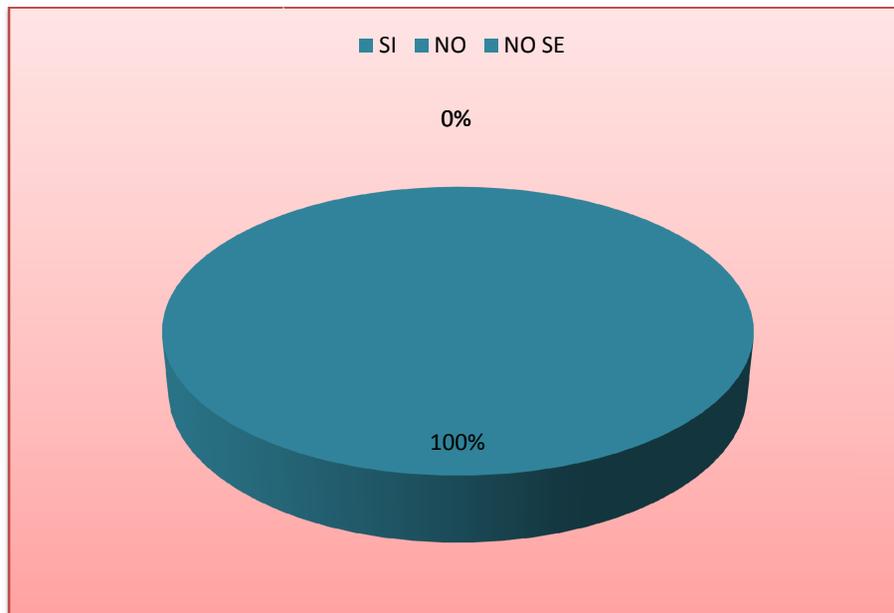
Cuadro N° 10

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	40	100%
NO	0	0%
NO SE	0	0%
TOTAL	40	100%

Fuente: Encuestas

Elaborado por: Jessica Inca y Ma. Del Carmen Jara

Gráfico N°: 10



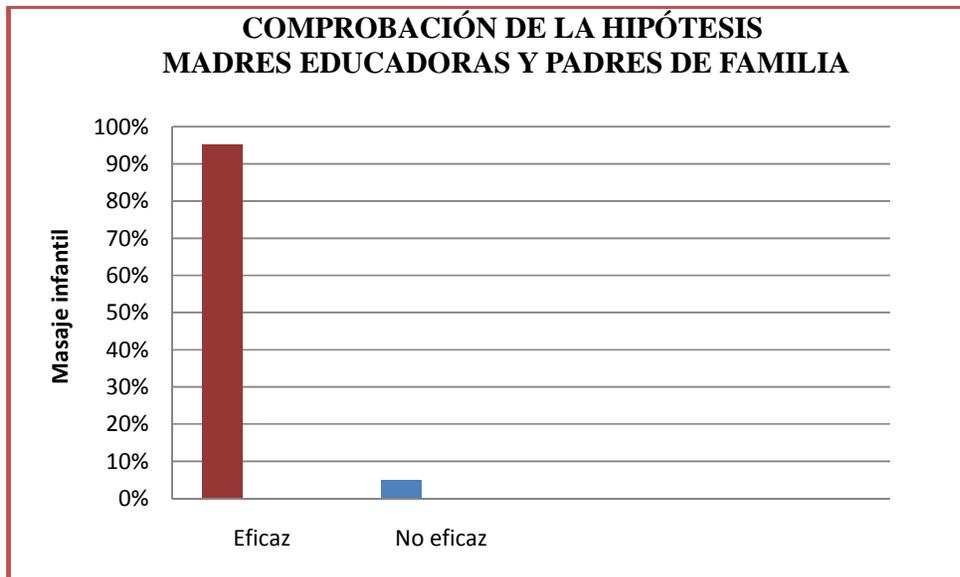
Fuente: Cuadro N 10

**ANÁLISIS.-** En su totalidad las 40 personas que representan el 100% de Padres de Familia encuestados creen fehacientemente que sí es una alternativa para mejorar la calidad de vida en los infantes.

### 3.8.3 TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO ANÁLISIS Y VALIDACIÓN DE LOS RESULTADOS.

Como parte demostrativa de nuestros resultados tomamos como referencia la siguiente tabla en la que se expresan los resultados globales de la investigación y que se fundamenta en los valores y los porcentajes de cada pregunta.

### 3.9 COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS



**Fuente:** Investigadoras

Con la presente investigación queda demostrado que el masaje infantil resulta eficaz en el niño para su desempeño psicomotriz, fisiológico y emocional lo que ayuda a que el infante se desarrolle de una forma más eficiente y estable hacia su entorno social denotando seguridad en las personas que cuidan de él; siendo estos los ejes fundamentales que actúan en la mejora de una buena calidad de vida.

## **CAPÍTULO IV**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **4.1 CONCLUSIONES**

- Se puede concluir que el masaje infantil resulta muy beneficioso en los niños del Centro Infantil, mejorando su calidad de vida y la emotividad de sus padres.
- Se ha demostrado que mediante la aplicación de los masajes, podemos estimular adecuadamente el sistema nervioso, respiratorio, digestivo, endocrino y circulatorio, proporcionando al niño una relación maravillosa con su entorno.
- La investigación ha podido reflejar un mejoramiento en las condiciones físicas de los niños, incluyendo aumento de apetito, peso, entre otros, además de mejorar relaciones afectivas con sus padres, madres educadoras y con otros niños.

#### **4.2 RECOMENDACIONES**

- Sugerir a las Autoridades del HCPCH y del Patronato, la aplicación permanente del masaje infantil por parte de las madres educadoras, para el desarrollo integral de los niños.
- Proponer la realización de talleres de enseñanza para la aplicación del masaje infantil con los actores mencionados, como una alternativa para el beneficio de la niñez.
- Sugerir la implementación de una área de Fisioterapia en los Centros Infantiles del Patronato, con el propósito de mejorar el estilo de vida de los niños de Chimborazo.

## BIBLIOGRAFÍA

1. ALVAREZ HEREDIA, Francisco: Estimulación Temprana, Editorial ECOE Sexta Edición, 2004.
2. BECK, M: Masaje Terapéutico, Editorial Paraninfo. Madrid, 2000.
3. CORRAL PEREZ, Isabel: Masaje Corporal, Editorial Libsa, 2005
4. DE DOMÉNICO, Giovanni: Masaje Técnica de Beard, Editorial Harcourt Brace, Cuarta Edición 1998.
5. FALK, Ana: Técnicas de auto masaje, Editorial Libsa, Edición 2001.
6. FRITZ, Sandy. Fundamentos del masaje terapéutico, Editorial Mosby, Tercera Edición, 2001.
7. MUÑOZ GÓMEZ, Clara María: Estimulación Temprana para formar bebés felices, Tercera Edición, 2007.
8. PLAZA & JAMES: Guía Práctica de las Medicinas Alternativas, Editorial Plaza & james, Barcelona 2000.
9. SANZ MANGIBAR, José Manuel, Masaje de Bebés , Edición 2008
10. SAENZ MENGIBAR, José Manuel: Masaje del Bebé, Editorial Libsa, Edición 2008.
11. SCHNEIDER, V: Masaje infantil, Guía práctica para el padre y la madre, Barcelona: Médici, 2000
12. SILVAN, Hernán: Dolor de Espalda, Editorial MTE, 2003.
13. TORRES LACOMBA, María Salvat Salvat, Guía de Masoterapia para Fisioterapeutas 2006
14. VASQUEZ, Gallego: Masaje Terapéutico y Deportivo, Editorial Mandala, 1996.
15. [www.fisioterapia.com](http://www.fisioterapia.com)
16. [www.practilibros.com](http://www.practilibros.com)
17. [www.fisterra.com](http://www.fisterra.com)
18. [www.saludalia.com](http://www.saludalia.com)
19. [www.masajito.es](http://www.masajito.es)
20. [www.cyberpediatria.com](http://www.cyberpediatria.com)

21. [www.solomasajes.net](http://www.solomasajes.net)
22. [www.guiainfantil.com](http://www.guiainfantil.com)
23. [www.auroramadre.com](http://www.auroramadre.com)
24. [www.losniñosensucasa.org](http://www.losniñosensucasa.org)
25. [www.doctorsofusc.com](http://www.doctorsofusc.com)
26. [www.medicapanamericana.com](http://www.medicapanamericana.com)

# Anexos

## ANEXO 1: GUÍA DE OBSERVACIÓN

<b>NOMBRE :</b>  <b>FECHA:</b>	<b>CENTRO INFANTIL LOS “ALEGRÍJES”</b>		
	<b>CONDUCTA</b>	<b>TERAPIA</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>ADAPTATIVA</b>			
<b>SOCIAL</b>			

## **ANEXO 2: ENCUESTA**

**Dirigida a las Madres Educadoras de los niños del centro infantil “Los Alegrijes”**

- **INSTRUCTIVO**

Por favor procure ser lo más objetivo y verás.

Seleccione solo una de las alternativas que se propone

Marque con una X la alternativa que usted eligió.

**1.- ¿Ha observado resultados positivos de la aplicación del masaje infantil en los niños del centro?**

SI ( ) NO ( )

**De ser positiva su respuesta en este primer ítem señale la edad del niño en que se obtuvo mejores resultados**

1 TRIMESTRE (0-3)

3 TRIMESTRE (6-9)

2 TRIMESTRE (3-6)

1-2 AÑOS

**2.- ¿Considera que el Masaje Infantil ha ayudado que el niño(a) se encuentre menos irritable?**

SI ( ) NO ( )

NO SE ( )

**3.- ¿Piensa que el Masaje Infantil influyó en el apetito del niño(a)?**

Muy Satisfactorio ( )

Satisfactorio ( )

Medianamente Satisfactorio ( )

Poco satisfactorio ( )

**4.- ¿De qué manera ha influido el masaje infantil en el desarrollo psicomotriz del niño(a)?**

Muy Satisfactorio ( )

Satisfactorio ( )

Medianamente Satisfactorio ( )

Poco satisfactorio ( )

**5.- ¿Considera usted que el Masaje Infantil debe ser una alternativa para mejorar la calidad de vida en los infantes?**

SI ( ) NO ( )

NO SE ( )

### **ANEXO 3. ENCUESTA**

**Dirigida a los Padres de los niños del centro infantil “Los Alegrijes”**

- **INSTRUCTIVO**

Por favor procure ser lo más objetivo y verás.

Seleccione solo una de las alternativas que se propone

Marque con una X la alternativa que usted eligió.

**1.- ¿Cree que resulta beneficioso la aplicación del Masaje Infantil en su niño(a)?**

SI ( ) NO ( )

NOSE ( )

**2.- ¿Considera que el Masaje Infantil ha ayudado que su niño(a) se encuentre menos irritable?**

SI ( ) NO ( )

NO SE ( )

**3.- ¿Piensa que el Masaje Infantil influyó en el apetito de su niño(a)?**

Muy Satisfactorio ( )

Satisfactorio ( )

Medianamente Satisfactorio ( )

Poco satisfactorio ( )

**4.- ¿De qué manera ha influido el masaje infantil en el desarrollo psicomotriz de su niño(a)?**

Muy Satisfactorio ( )

Satisfactorio ( )

Medianamente Satisfactorio ( )

Poco satisfactorio ( )

**5.- ¿Considera usted que el Masaje Infantil debe ser una alternativa para mejorar la calidad de vida en los infantes?**

SI ( ) NO ( )

NO SE ( )

**ANEXO 4: GRÁFICAS DEL CENTRO INFANTIL “LOS ALEGRÍJES”  
RIOBAMBA**

