



UNIVERSIDAD DEL AZUAY

FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN.

ESCUELA DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA E INTERVENCIÓN PRECOZ.

PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL PARA NIÑOS DE 0 A 6 MESES.

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de:

**Licenciada en Ciencias de la Educación, con mención en Estimulación Temprana
e Intervención Precoz**

AUTORA:

Elizabeth Tello Urgilés

DIRECTORA:

Mgst. Ximena Vélez Calvo

Cuenca – Ecuador

2008

DEDICATORIA.

Deseo dedicar el presente trabajo primero a Dios porque gracias a Él les tengo a mis padres que me supieron dar ese apoyo incondicional a lo largo de toda mi carrera.

A mi esposo Edgar, a mis hijas Anahí y Sofía por todo el cariño que día a día me brindan.

Gracias a ellos he logrado culminar mis estudios superiores.

AGRADECIMIENTO.

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a mi Directora de Monografía Mgst. Ximena Vélez, cuyo asesoramiento eficaz permitió la culminación del presente trabajo.

A la Facultad de Filosofía y a todos los catedráticos de la misma por la efectiva formación académica que me brindaron durante estos años de estudio.

ÍNDICE DE CONTENIDOS.

Dedicatoria.....	II
Agradecimientos.....	III
Índice de contenidos.....	IV
Resumen.....	V
Introducción.....	1
Capítulo 1: La Estimulación Táctil	
Introducción	
1.1 Anatomía del Sentido del Tacto.....	2
1.2 Concepto de Estimulación Táctil.....	4
1.3 Importancia de la Estimulación Táctil en el niño de 0 a 6 meses.....	5
1.4 La atención del bebé para una Estimulación Táctil adecuada.....	6
1.5 Momento, Duración y Lugar para la Estimulación Táctil.....	8
1.6 Conclusiones.....	9
Capítulo 2: Programa de Estimulación Táctil Sensopercepción	
Introducción	
2.1 Programa de Estimulación Táctil Masajes para el bebé.....	10
2.2 Ventajas del Masaje.....	12
2.3 Tipos de Masajes.....	15
2.4 Estimulación Táctil para tomar conciencia de los objetos:	
Actividades para tomar conciencia de Texturas.....	36
Actividades para tomar conciencia de Tamaño.....	38
Actividades para tomar conciencia de Temperaturas.....	40
Actividades para tomar conciencia de Pesos.....	42
Conclusiones.	45
Conclusiones Generales.....	46
Recomendaciones.....	48
Bibliografía.....	49

RESUMEN.

El bebé recién nacido explora mediante el tacto, descubre su propio cuerpo y empieza a conocer el mundo exterior. Se considera, por lo tanto como una primera guía para el conocimiento.

Esta monografía ha sido elaborada con el propósito de dar a conocer a padres, educadoras y personas encargadas del cuidado del bebé a realizar una Estimulación táctil adecuada.

En el primer capítulo consta de masajes para el bebé.

Y el segundo capítulo, actividades para que puedan realizar con el bebé para tomar conciencia de los objetos como tamaño, textura, temperatura y peso.

ABSTRACT.

The newly born baby explores through the sense of touch; he discovers his own body and starts to know the external world. That sense is considered, therefore, as the first guide to knowledge.

This research has been performed with the purpose to let parents, educadors, and people who are in charge of baby care, do a suitable Tactile Stimulation .

The first chapter is about massager for baby.

And the second chapter is about activities to be done with the baby to become aware of objects as textures, sizes, temperature and weight.

INTRODUCCIÓN.

La Estimulación Táctil es un proceso que se pone en práctica desde que el bebé se encuentra en el útero de la madre y también desde el momento en que nace, el cual debe ser dado en forma apropiada, dosificada y aplicada de acuerdo con el desarrollo del niño sin forzarlo.

El sentido del tacto es uno de los medios más valiosos que dispone el niño para explorar el mundo y aprender ciertas características de los objetos con los que su piel entra en contacto.

A través de la piel, el niño recibe el mayor de estímulos y estos favorecerán su desarrollo físico y emocional.

Todo niño nace con la necesidad biológica de aprender y la estimulación táctil que se le brinde durante los primeros meses de vida del niño, tendrán mas impacto en su crecimiento cerebral que en cualquier otra etapa de la vida.

La presente recopilación de información se ha realizado pensando en la importancia de los primeros meses de vida del niño, donde el niño tiene sus primeros contactos y vínculos con su madre y/o personas encargadas de su cuidado, ya sea en su hogar o Centros de desarrollo Infantil.

En el primer capítulo se da a conocer que és la Estimulación Táctil, su importancia los beneficios que proporcionan al niño, el momento adecuado, el tiempo.

El segundo capítulo tiene la intención de dar a conocer a padres, educadoras y personas encargadas de su cuidado, técnicas de masaje infantil, condiciones para realizar los mismos, ejercicios para que el niño se desarrolle física y emocionalmente bien.

CAPITULO I:

LA ESTIMULACIÓN TÁCTIL

INTRODUCCIÓN.

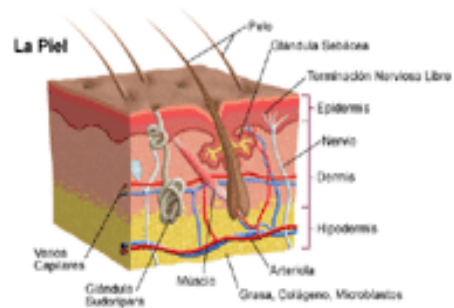
El presente capítulo desarrolla un marco teórico que permita tener una visión de lo que es la Estimulación Táctil, algunas definiciones, la importancia de la misma, los beneficios y condiciones sobre cuando se debe realizar.

1.1 ANATOMÍA DEL SENTIDO DEL TACTO.

Anatomía de la Piel.

Datos acerca de la piel:

La piel es el órgano más extenso del cuerpo, al que recubre en su totalidad. Además de actuar como escudo protector contra el calor, la luz, lesiones e infecciones, la piel también cumple estas funciones:



- Regula la temperatura corporal.
- Almacena agua y grasa.
- Es un órgano sensorial.
- Evita la pérdida de agua.
- Previene la entrada de bacterias.

Las características (es decir, el grosor, el color, la textura) de la piel no son uniformes en todo el cuerpo. Por ejemplo, la cabeza presenta más folículos pilosos que cualquier otra parte, mientras que la planta de los pies no tiene ninguno. Además, la piel de la planta de los pies y de la palma de las manos es más gruesa.

La piel está compuesta por las siguientes capas, cada una de ellas desempeña distintas funciones:

- Epidermis.

- Dermis.
- Capa de grasa subcutánea.

<p>Epidermis</p>	<p>La epidermis es la capa externa delgada de la piel compuesta por las tres partes siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estrato córneo (capa córnea). Esta capa consiste en queratinocitos completamente maduros que contienen proteínas fibrosas (queratinas). La capa más externa se renueva constantemente. El estrato córneo previene la entrada de la mayoría de las sustancias extrañas y la pérdida de fluidos corporales. • Queratinocitos (células escamosas) Esta capa, que se encuentra debajo del estrato córneo, contiene queratinocitos activos (células escamosas), que maduran y forman el estrato córneo. • Capa basal La capa basal es la capa más profunda de la epidermis que contiene células basales. Las células basales se dividen continuamente, formando nuevos queratinocitos que reemplazan a los antiguos que se desprenden de la superficie cutánea. <p>La epidermis también contiene melanocitos que producen melanina (el pigmento de la piel).</p>
<p>Dermis</p>	<p>La dermis es la capa media de la piel. La dermis está compuesta por lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vasos sanguíneos. • Vasos linfáticos. • Folículos pilosos. • Glándulas sudoríparas.

	<ul style="list-style-type: none"> • Fibras de colágeno. • Fibroblastos. • Nervios. <p>La dermis se mantiene unida por una proteína denominada colágeno, compuesta por fibroblastos. En esta capa se encuentran los receptores del dolor y del tacto.</p>
Capa subcutánea	La capa subcutánea es la capa más profunda de la piel. Está compuesta por una red de células de colágeno y grasa, que ayuda a conservar el calor corporal y protege el cuerpo contra lesiones puesto que amortigua los impactos.

(CHARLOTESVILLE, Va,

http://www.healthsystem.virginia.edu/uvahealth/adult_derm_sp/anatomy.cfm, 2004,

spág)

“El tacto es nuestro sentido corporal más admirable, por el número de sensaciones que nos proporciona; porque llegar a él, es llegar al mundo de lo tangible”.

(TAYLOR, 1921) (BEGOÑA, <http://www.profes.net>, 2007, P5)

1.2 CONCEPTO DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL.

“Las distintas formas de estimulación cutánea recibida al comienzo de la vida revisten una importancia crucial para la normalidad del desarrollo físico y la evolución de la conducta. Cabe deducir de ello que la estimulación táctil posee una trascendencia vital en la consolidación de las relaciones emocionales y afectivas y que existe una estrecha vinculación entre las caricias en el sentido más amplio del término y el amor.” (TERRE, 2005, P62)

La estimulación táctil es proporcionar al niño estímulos a través de la piel, sean estas caricias o masajes, los cuales favorecerán el desarrollo general del niño estrechando vínculos con su madre y personas encargadas de su cuidado.

1.3 IMPORTANCIA DE LA ESTIMULACIÓN TÁCTIL EN EL NIÑO DE 0 A 6 MESES.

La Estimulación táctil desempeña un papel fundamental en el desarrollo físico y mental de los bebés. Diversas investigaciones y estudios comprueban que las caricias y el contacto piel a piel permite a los niños recibir información del medio y establecer gran cantidad de conexiones neuronales, es por ello que este sentido se convierte en el primer instrumento de la estimulación temprana y la principal fuente para el establecimiento de vínculos afectivos y el equilibrio emocional.

El sentido del tacto es uno de los primeros en desarrollarse, aproximadamente a la 7ma semana antes de nacer, la piel del bebé empieza a experimentar sensaciones táctiles, éstas son producidas cuando por ejemplo, la madre camina y produce un movimiento que acaricia la piel del bebé y le permite sentirse tranquilo. Esta sensación de bienestar se puede percibir posteriormente, cuando al abrazar cálidamente a un niño tratamos de calmar la carencia que en ese momento está sintiendo y hacemos que el evento sea menos traumático, estas acciones se grabaran en la memoria del niño y se convertirán el patrón al que consciente o inconscientemente el adulto regresa.

Para entender mejor la importancia del sentido del tacto debemos saber que la piel posee receptores que se congregan en partes muy sensibles de nuestro cuerpo como la yema de los dedos, las palmas de las manos, de los pies, la zona alrededor de los labios y la columna vertebral. Los niños obtienen gran cantidad de información a través del tacto, más aún para poder desarrollarse física y emocionalmente, los bebés necesitan del contacto cálido del cuerpo materno, la estimulación táctil comienza desde que el niño nace, cuando lo cargamos y acariciamos.

El profesor de psicología Frank Willis, con respecto al contacto corporal, plantea que en general, la gente bien adaptada y segura de sí misma se siente más libre para tocar a los demás que las personas tímidas e inseguras; mas aún las conclusiones alcanzadas por algunos observadores indican que la adquisición de la conducta propia de la especie depende de las experiencias táctiles.

“Los niños que no han gozado de un adecuado contacto, mantienen durante toda su vida una excesiva necesidad de contacto corporal, son inseguros, desarrollan una tendencia exagerada a agarrarse a los objetos y a las personas y tienen un fuerte temor a carecer de apoyo. Existe el caso polarizado y mas grave de terror a contacto con huida permanentemente de cualquier tipo de proximidad física, que manifiestan los tipos esquizoide” (TERRE,2005,P68)

Podemos deducir entonces que es importante mantener el contacto piel a piel entre los padres y el bebé, acariciarlo y abrazarlo, de esta manera le estamos brindando la estimulación que requiere y la oportunidad de conocer y percibir al mundo dentro de un clima de afecto y seguridad.

(VELEZ,<http://www.cosasdelainfancia.com/biblioteca-esti-t02.htm> 2007, P1)

1.4 LA ATENCIÓN DEL BEBÉ PARA UNA ESTIMULACIÓN TÁCTIL ADECUADA.

Hay momentos en que él bebé no pone atención a la estimulación que se le presenta. El niño llorará, porque necesita tiempo de interrupción de la estimulación o porque esta angustiado por algo, provocándose en este caso una falta de atención.

Cuando se encuentra alerta y moviéndose, sus propias acciones son distractoras y serán la señal para interrumpir la estimulación. Si se encuentra somnoliento ya sea por sobre estimulación, por repetición o por estar completamente exhausto, se dormirá, una vez mas, las oportunidades para la estimulación interactuada son muy limitadas.

Para que el bebé se beneficie del medio estimulante que se le presente, él necesita estar atento. Él bebé aprendería mucho mas cuando se encuentre poniendo atención.

El bebé deberá canalizar o sintonizarse hacia lo que se le presente desechando otros estímulos que haya a su alrededor. Pero se debe compaginar la estimulación apropiada con el estado del bebé. No deberá estar llorando, retorciéndose, pataleando, o somnoliento cuando se lo estimula.

Solo cuando se encuentre alerta y quieto se captara la atención, durante los primeros meses del bebé se sabe cuando esta poniendo atención se observa sus movimientos y sus cambios físicos:

- Su cabeza voltea hacia él estímulo
- Su expresión facial cambia, puede incluso sonreír.
- Sus pupilas se dilatan y sus ojos parecen agrandarse. Su mirada estará fija en el objeto de su atención. Mantendrá fija la mirada en él estímulo de 4 a 10m segundos.
- Sus dedos de manos y pies se estiraran como si quisiera tocar él estímulo.
- Su frecuencia cardiaca bajara hasta 6 a 8 latidos menos por minuto
- Su respiración se vuelve más lenta y pareja. Toma de 4 a6 respiraciones menos por minuto mientras esta poniendo atención.
- Su abdomen se relaja.

El bebé dedica todas sus energías a fijar su atención a lo que se le presenta. Se encuentra en un estado calmado; en realidad esta concentrándose.

Se puede ver al recién nacido prestar atención en periodos muy cortos de tiempo, que duran tan solo cuatro segundos. A través de la repetición y la madurez, su margen de atención se ampliara dos segundos o más.

Es importante recordar, que no todo lo que el niño ve, oye toca actúa necesariamente como un estímulo efectivo. El efecto de cualquier estimulación es más pronunciado si el niño presta atención y si él estímulo es apropiado a su edad.

Mientras más dure la atención del bebé sobre un determinado estímulo, será mejor este estímulo para su desarrollo. Cuando el bebé se estira para alcanzar un juguete nuevo ha su vista, aparecerán mensajes sobre tamaño, color, forma, sonido, textura, olor y sabor del objeto que constantemente excitan su cerebro.

Cuando el bebé esta atento hace un esfuerzo por comprender lo que sucede en su mundo y trata de agarrarlo o enfrentarlo. Solamente en ese momento es cuando el bebé esta listo para aprender.

El bebé esta atento cuando:

- Su frecuencia respiratoria se vuelve más lenta y pareja.
- Su ritmo de succión se hace más lento.
- Sus pupilas se dilatan y sus ojos se agradan.

- Su abdomen se relaja.
- Su cabeza se vuelve hacia ti o hacia el estímulo.
- Sus ojos se fijan en el estímulo durante su margen de atención (de 4 a 10 segundos para el recién nacido).

Signos de Sobre – Estimulación:

- Él bebé puede llorar y no se consuela con mas estimulación.
- Sus brazos y piernas se agitan y su cuerpo se contrae y retuerce.
- Despliega sus dedos, saca la lengua o baja la quijada.
- Sus ojos se agrandan mucho y fija su mirada con fruncimiento de cejas o con expresión de angustia.
- Se vuelve somnoliento o adormilado.

(Z ,sonia, <http://www.alipso.com/monografias/tesisestimulaciontemprana/>, P52 ,2007)

1.5 MOMENTO, DURACIÓN Y LUGAR PARA UNA ESTIMULACIÓN TÁCTIL.

¿Cuándo?

La estimulación táctil al bebé requiere de tiempo. No es algo que se pueda hacer "más o menos" a ratos. El niño notará entonces la desgana, la inquietud, el nerviosismo y la frialdad como nota el buen humor, la tranquilidad la dedicación y el afecto. Los padres y personas encargadas de su cuidado deben estar relajadas y tener ganas de efectuar la estimulación.

¿Dónde?

Necesitamos una habitación con buena luz, la temperatura confortable, una atmósfera calmada y tranquila para evitar distracciones.

¿Cuánto Tiempo?

En los bebés es recomendable unos 8 minutos diarios de estímulos variados (al menos 4 a 5 estímulos distintos) conforme vaya creciendo el bebé se ira aumentando paulatinamente.

(Z,sonia,<http://www.alipso.com/monografias/tesisestimulaciontemprana/>,P54,2004)

CONCLUSIONES.

Se puede afirmar que la estimulación táctil es muy importante ya que el niño a través del sentido de tacto conoce su entorno.

Es importante conocer cuando, donde y el tiempo necesario para realizar la estimulación al bebe.

Es muy sencilla de aplicar, necesita de los padres, profesionales y personas que estén en contacto con el bebé.

CAPITULO II

PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL SENSOPERCEPCIÓN.

INTRODUCCIÓN.

Este capítulo propone una serie de masajes para el niño de 0 a 6 meses de edad y actividades para tomar conciencia de los objetos: texturas, temperaturas, peso, tamaño que contribuirán para el desarrollo integral del niño.

2.1 PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN TÁCTIL MASAJES PARA EL BEBÉ.

El masaje infantil es una antigua tradición en muchas culturas del mundo que ha sido redescubierta en Occidente.

El masaje infantil es una técnica sutil, tierna y agradable, que por medio de la estimulación táctil nos permite comunicar de una forma intensa con el mundo corporal y emocional del niño. Es el arte de la comunicación a través de las miradas, las sonrisas, el contacto, las palabras, el juego, que nos acercan a cada bebé tan único.

El tacto es un poderoso medio para al desarrollo fisiológico, psicológico y emocional del bebé. Es un nutriente que no beneficia tan solo al bebé, sino también a los padres y madres y/o personas más cercanas a él, estimulando y fortaleciendo los vínculos afectivos y la escucha mutua.

El bebé no se nutre solo de comida, necesita fundamentalmente amor y cariño, que le proporcionen una seguridad y acogida emocional para poder crecer de forma más armónica.

El masaje facilita los vínculos afectivos porque incluye los elementos principales para establecerlos: mirada, contacto piel a piel, sonrisas, sonidos, abrazos, olor, emisiones de voz y respuestas.

Los masajes son una forma maravillosa de expresarle amor al bebé y al mismo tiempo, de satisfacer las necesidades que tiene de ser tocado y establecer un contacto piel a piel con sus padres y personas encargadas de su cuidado.

Se ha comprobado que el masaje infantil beneficia el desarrollo y el crecimiento del bebé y al mismo tiempo proporciona un momento muy especial y amoroso.

(VIMALA,<http://www.masajeinfantilaemi.org/framesesp.html>,2007,P1)

2.2 VENTAJAS DEL MASAJE.

El masaje infantil contribuye a fortalecer esta comunicación, así como los vínculos afectivos, el respeto y el conocimiento mutuo.

Esta antigua técnica india, donde se transmite de generación a generación, consigue también beneficios fisiológicos en diversos sistemas del organismo. El masaje infantil es un arte muy antiguo aplicado a los bebés para estimular sus sentidos y nutrirles afectivamente, a través de la piel.



Ventajas:

Además de los vínculos afectivos y emocionales, el masaje infantil ofrece ventajas fisiológicas. Estas son algunas de las repercusiones más positivas en el organismo del pequeño:

Sistema nervioso central:

El tacto es el sentido que el recién nacido emplea para recibir información del mundo exterior (de ahí que tienda a coger y agarrar todo). El masaje favorece la capacidad para recibir estímulos, aumenta el umbral de percepción de estos estímulos. Favorece la psicomotricidad del niño/a.

Sistema inmunológico: Diversos estudios vinculan el estrés y la inseguridad emocional con una disminución de las defensas del organismo, de ahí que la acción relajante del masaje ayude a fortalecerlas y a estimularlas.

Sistema gastrointestinal: En situaciones de cólicos y gases, los masajes pueden contribuir al alivio de las molestias e incomodidades. Ayuda a madurar el sistema gastrointestinal.

Sistema circulatorio: Los movimientos de entrada (vaciado venoso) ayudan al retorno de la sangre al corazón y producen un efecto tonificante, mientras que los de salida (del centro a extremos) producen un efecto relajante y favorecen la oxigenación de las extremidades.

Sistema muscular: El masaje disuelve nudos de tensión tanto física como emocional. En el caso de bebés prematuros, el masaje ayuda a aumentar su tolerancia al tacto de forma suave y paulatina. En estos casos es también importante escuchar al bebé y seguir el ritmo que marcan sus reacciones. Muchos estudios revelan los beneficios de un contacto afectivo como parte integral de los primeros años de vida, así como los desafortunados resultados experimentados cuando falla esta atención. El masaje infantil es uno de los más agradables y fáciles métodos para establecer este primer contacto tan positivo. Estimula y relaja el sistema muscular.

Regula el sistema respiratorio y el excretor: Provoca la segregación de hormonas del crecimiento estimulando el sistema endocrino. Hidrata y tonifica la piel.

Beneficios Psico-emocionales: Se regala un tiempo consciente entre padres y bebé. Favorece la comunicación y la relación de respeto. Mejora la vinculación afectiva padres-bebé. Crea un ambiente y una actitud de seguridad afectiva, de escucha mutua y del aumento de la autoestima de padres y bebé. Toma de conciencia de sí mismo. Ayuda a mejorar las relaciones familiares. Ayuda a aceptar al bebé tal como es. Liberación emocional de padres y bebé.

¿En qué se basa?

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. Con una secuencia de movimientos, el masaje propone un encuentro, en un espacio y un tiempo, de una gran calidad entre los p/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. 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.

¿En qué nos puede ayudar?

En nuestro ritmo de vida, muchas veces no tenemos tiempo para comunicarnos y los niño/as se ven arrastrados a un ritmo demasiado rápido para que puedan procesar adecuadamente, todos los estímulos e información que reciben. El Masaje Infantil pone en contacto a padres, madres e hijo/as facilitando la interacción; estimula los sistemas neurológico, respiratorio, inmunológico, circulatorio, gastrointestinal y endocrino; ayuda a la relajación y liberación de tensiones; intensifica la comunicación entre los niño/as y las personas de su entorno y permite escuchar, adaptarse y estar más en contacto con sus necesidades. El Masaje infantil facilita los vínculos afectivos porque incluye los elementos principales para establecerlos: mirada, contacto piel a piel, sonrisas, sonidos, abrazos, olor, emisiones de voz y respuestas. Un niño pequeño

"capta" que le queremos a través de estímulos sensoriales en contacto con su cuerpo, que en este momento, es el canal que tiene para entenderse con el mundo.

El bebé al nacer no tiene conciencia de sí, si no que se vive como un ser fusionado a la figura que le mantiene vivo, su madre, a base de nutrición física (leche) y contacto físico.

En resumen sus beneficios son:

- Relajación.
- Hace que el niño/a se sienta amado
- Promueve un mejor sueño
- Facilita la autoconciencia del propio cuerpo
- Mejora el sistema inmunológico
- Estimulación sensorial
- Mejora la condición de la piel
- Mejora la circulación sanguínea
- Ayuda a la digestión
- Equilibra la respiración
- Alivia los dolores en general
- Ayuda al sistema excretor
- Te enseña a aprender sobre tu niño/a (sus necesidades y deseos)
- Relaja a los padres y madres
- Ayuda a crear la autoestima de los padres, madres bebes, niños y niñas.
- Es una experiencia placentera
- Estimula la oxytocina (una hormona que puede ser producida durante el masaje y que es útil para disminuir el dolor y tiene un efecto calmante en la persona).

(KARMA, http://www.universaltherapies.com/masaje_infantil.asp, 2007, P1,)

2.3 TIPOS DE MASAJES.

PIERNAS Y PIES.

1. MASAJE DE LA INDIA. (Tipo Ordeño)

Se realiza en contra de la dirección del corazón .Usando la superficie completa de la palma de las manos, colóquelas en forma de letra “C”. Sitúe sus dedos alrededor de la pierna y realice movimientos desde el muslo hacia el tobillo.



2. VUELTAS Y CARICIAS.

Use ambas manos colocándolas una opuesta a la otra y haciendo movimientos opuestos desde el muslo hacia el talón terminando con los deditos del pie.



3. ABANICO.

Use sus dedos pulgares haciendo movimientos de abanico hacia fuera, realícelos suavemente desde el talón hasta los dedos. Estirando la piel de la planta del pie y cuando llegue a los deditos sepárelos suavemente. Si es muy difícil separar los deditos del pie, bese la punta de ellos por la parte superior y el bebé reaccionará abriéndolos.



4. PRESIÓN EN CADA DEDITO.

Como si tuviera un pequeño guisante entre sus dedos, aprete suavemente cada dedito dándole un pequeño estirón.



5. PULGAR CAMINANDO.

Imaginar que existen cinco líneas que pasan por la planta del pie, desde el talón hasta cada uno de los dedos. Caminar con los pulgares completando el recorrido sobre las líneas imaginarias.



6. DESPEGUE DEL AVIÓN.

Presionar la planta del pie con la palma de la mano. Mueva su manos desde el talón hasta los dedos imitando el despegue de una avión .Después del despegue de su mano mueva los dedos de su mano en frente de la cara del bebecito para observar su reacción.



7. ESTIRANDO LOS PIES.

Movimiento de articulaciones: colocar las manos alrededor del pie, ubique su pulgar en el centro del pie y flexione y extienda el talón. Suavemente rote el tobillo en forma de círculos. Para dar una suave estirada coloque su otra mano debajo del muslo del bebé.



8. HACIENDO CIRCULITOS SOBRE EL PIE.

Aplique el masaje haciendo formas de circulitos y deslizando a lo largo de toda la parte superior del pie hasta pasar por los tobillos y llegar hasta la parte de atrás de los mismos.



9. MASAJE SUECO.

Aplique el masaje en la pierna, desde abajo hacia arriba para estimular el fluido de la sangre del corazón. Este masaje ayuda al drenaje linfático.



10. ENROLLANDO LA PIERNA.

El movimiento se realiza desde el muslo hasta el tobillo. Imagine que usted tiene una barra de plastilina en sus manos y usted está haciendo rollitos con la pierna del bebecito.

Presionando sus palmas una hacia otra y tuerza suavemente el muslo contra el hueso para aumentar la circulación. Esta técnica puede ser realizada colocando el pie del bebecito en el hombro de usted y aplicando el masaje en el muslo.



11. MASAJE DE PLUMA.

Este masaje se caracteriza por ser supersuave, es muy superficial y consiste pasar la palma de las manos sobre la pierna del bebe en sentido hacia abajo, hasta decir ya termine.



ABDOMEN.

1. MANOS BAJO EL SACRO.

Movimientos de articulación: coloque la punta de sus dedos sobre el Sacro, toque suavemente las extremidades más bajas sosteniéndolas. Estos movimientos aflojarán el área abdominal.



2. REMANDO CON LAS MANOS.

Coloque sus manos en forma de cuchara sobre el estómago del bebé, y proceda a hacer masajes con el filo de ellas de arriba hacia abajo. El movimiento se asemeja al de un molino de agua. Se debe mantener por debajo de las costillas.



3. FULLING.

Juntar los pulgares y colocarlos sobre el abdomen entre las costillas y el ombligo. Aplicar el masaje alrededor de la región abdominal haciendo cinco movimientos horizontales de adentro hacia fuera. El masaje se aplica en el abdomen entre las costillas y la región púbica.



4. EL RELOJ.

Este tipo de masaje puede resultar muy difícil cuando se realiza la primera vez. Recuerda siempre mover tus manos en el sentido del reloj, una mano sigue a la otra.

Nota: El área abdominal puede ser muy sensitiva, así que no se sorprenda si el bebecito llora o parece sentirse incómodo. Este tipo de masaje es muy importante porque mejora el proceso digestivo.



5. I LOVE YOU.

Colocando la palma de sus manos en la región abdominal, escriba la letra “I” en el colon descendente, seguidamente escriba una letra “L” invertida sobre el colon transversal, últimamente escriba una letra “U” invertida alrededor de todo el colon, y termine diciendo “I LOVE YOU”.



6. CAMINANDO CON LOS DEDOS.

Este paso es sumamente sencillo, coloque sus dedos sobre el abdomen del bebecito y camine con sus dedos haciendo líneas horizontales de derecha a izquierda del bebé.



7. RODILLAS AL ESTÓMAGO.

Movimientos de Articulaciones: Ponga sus manos en la parte lateral de los muslos del bebecito, en posición horizontal y muy suavemente proceda a mecerla de lado a lado.



PECHO.

1. HOLA.

Comience colocando las palmas de sus manos sobre el esternón.

Desplace sus manos suavemente de adentro hacia fuera.



2. CORAZÓN DE AMOR.

El masaje se realiza partiendo desde el esternón y desplazando sus manos hacia fuera formando un corazón. Se debe tener sumo cuidado al hacer el masaje en la parte baja del esternón, debido a la fragilidad de esta parte del cuerpo.



BRAZOS Y MANOS.

1. MASAJE DE LA INDIA.

Se realiza en contra de la dirección del corazón. Usando la superficie completa de la palma de las manos, colóquelas en forma de letra “C”. Sitúe sus dedos alrededor del brazo y realice movimientos desde el hombro hacia la muñeca.



2. VUELTAS Y CARICIAS.

Use ambas manos colocándolas una opuesta a la otra y haciendo movimientos opuestos desde el hombro hacia la muñeca.



3. DESPEGUE DEL AVIÓN.

Deslice su mano sobre la palma de la mano del bebecito. Mueva su mano desde la muñeca hasta los dedos imitando el despegue de un avión.



4. PRESIÓN EN CADA DEDITO.

Como si tuvieses un pequeño guisante entre tus dedos, aprieta suavemente cada dedito dándole un pequeño estirón.



5. HACIENDO CIRCULITOS ALREDEDOR DE LA MUÑECA.

Aplicar el masaje haciendo forma de circulitos y deslizando a lo largo de toda la muñeca.



6. MASAJE SUECO.

Aplicar el masaje en el brazo, desde la muñeca hacia el hombro para estimular el fluido de la sangre del corazón.



7. ENROLLANDO EL BRAZO.

El movimiento se realiza desde el hombro hasta la muñeca.

Es similar enrollando pierna.



8. MASAJE DE PLUMA.

Este masaje se caracteriza por ser supersuave, es muy superficial y consiste en pasar la palma de las manos sobre el brazo del bebé en sentido hacia abajo, hasta decir ya termine.



CARA.

1. MASAJEANDO LA CABEZA.

Suavemente hacer círculos pequeños alrededor del cuero cabelludo, teniendo sumo cuidado con la mollera (parte superior de la cabeza).



2. LA FRENTE.

Colocar sus dedos pulgares en el centro de la frente y deslizar los dedos hacia a fuera hasta llegar hacia las sienes.



3. LOS OJOS.

Deslizar los dedos pulgares por encima de los párpados haciendo suaves movimientos hacia fuera.



4. LAS MEJILLAS.

Deslizar los dedos pulgares sobre las mejillas haciendo movimientos suaves desde el centro hasta las sienes.



5. ALREDEDOR DE LA BOQUITA.

Colocar los dedos pulgares entre la boca y la nariz, y desplazarlos suavemente hacia afuera, luego hacer el mismo movimiento pero esta vez ubicados entre la boca y la barbilla.



6. QUIJADA.

Deslice suavemente los dedos de sus manos alrededor de toda la quijada (maxilar inferior).



7. OREJAS Y CUELLO.

Estimule las orejitas, masajeando el pabellón de la oreja, colocándolo entre el pulgar y los dedos índice y anular.



ESPALDA.

1. LA ESPALDA Y LAS NALGAS.

Este es un movimiento de masaje desde el cuello hasta las nalguitas. Consiste en colocar una mano en la parte baja de la espalda. Coloque su otra mano en la espaldita y comience a deslizarla aplicando poca presión a los músculos que se encuentran a lo largo de la columna vertebral y no en la columna. Debe tener mucho cuidado de no incrementar la presión en la parte baja de la espalda.



2. CIRCULITOS SOBRE LA ESPALDA.

Juntando todos sus dedos y colocándolos sobre un lado de la columna, proceda a mover sus manos juntamente haciendo movimientos en forma de círculos ascendiendo hacia la parte superior de la columna, luego cruce hacia el otro lado evitando la presión sobre la columna, continúe el movimiento en forma descendente hasta la parte baja de la columna. Cruce de nuevo al otro lado.



3. PEINANDO CON LA MANO.

Es un movimiento de vibración que se hace desde el tope de la columna hasta las nalguitas. Colocando sus manos lo más cerca posible de los hombros, luego coloque su otra mano en forma de peine en la parte alta de la columna y muévala de lado a lado mientras la lleva desde el cuello hasta las nalguitas. Repita la misma operación hasta terminar como el masaje tipo pluma.



¿CÚANDO DAR UN MASAJE?

Para dar un masaje el bebé debe encontrarse en el estado despierto pasivo.

Recordemos que los estados infantiles son:

1. Profundamente dormido
2. ligeramente dormido
3. con sueño
4. **despierto pasivo**
5. despierto activo
6. llorando

CONTRAINDICACIONES.

A continuación algunas contraindicaciones de cuando no se debe dar un masaje al bebé.

- fiebre
- gripe
- hinchazón
- presión anormal de la sangre
- fracturas
- condiciones anormales de la piel
- hematomas
- heridas abiertas
- dermatitis
- ampollas de quemaduras

RECOMENDACIONES AL MOMENTO DE DAR EL MASAJE.

Se recomienda usar para dar el masaje al bebé, aceites naturales de frutas o semillas por ejemplo:

- Almendra
- Oliva
- Semilla de melocotón
- Semilla de aguacate
- Coco.

(BROOKE, P6, 2004.)

2.4 ESTIMULACIÓN TÁCTIL PARA TOMAR CONCIENCIA DE LOS OBJETOS: TEXTURA, TAMAÑO, TEMPERATURA Y PESO.

Los primeros meses de vida del niño son los más importantes y decisivos, porque el niño explora, descubre y se adapta a su entorno. Y nosotros tenemos la oportunidad de ofrecerle un mundo de sensaciones.

El niño podrá conocer forma, textura, tamaño, temperatura y otras características de los objetos.

TEXTURA. Los padres y personas encargadas de su cuidado pueden frotar la piel del bebé con texturas diferentes, tales como material de toalla, seda, piel sintética, y terciopelo.

Esto enseñará al bebé lo diferente que estas cosas se sienten. También pueden estimular el sentido del tacto colocando a los bebés en una variedad de superficies como una alfombra, un piso de madera, o un abrigo de piel artificial.



ACTIVIDADES	MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Colocar al bebé sobre una manta de felpa, el bebé debe estar solo en pañal para realizar estas actividades. - Colocar al bebé sobre una toalla. - Pasar por el cuerpo del bebé tela de satín. - Pasar por la espaldita del bebé tela de malla, ir nombrando la textura. - Pasar sobre el cuerpo del bebé algodón. - Pasar por las mejillas del bebé una pluma, esto se puede realizar en todo su cuerpecito. - Colocar al bebé sobre una colcha de lana. - Colocar los pies del bebé sobre el césped. - Poner al alcance del bebé peluches para que los manipule. - Proporcionar al bebé pelotas pequeñas con texturas y pasar sobre su espaldita. - Proporcionarle al bebé sonajeros de tela y sonajeros plásticos para que manipule. - Poner las manos del bebé sobre nuestra cara permitir que experimente la sensación de suavidad. - Con títeres de dedo con diferentes 	<ul style="list-style-type: none"> - manta de felpa. - toalla - tela de satín - tela de malla. - pluma de cualquier ave - colcha de lana. - peluches de felpa. - pelotas de texturas. - sonajeros de tela y de plástico - persona que realiza la actividad

<p>texturas, lana, toalla, felpa pasar por la barriguita del bebé ir nombrando las sensaciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proporcionarle al bebé el gusano con texturas coger su mano y hacer que experimente las mismas. - Pasar por su espaldita pelotas de pin pon y pelotas de tenis. - Sostener al bebé para que con sus manos y pies perciba la textura de paredes lisas y ásperas. - Pasar por la espaldita de bebé juguetes como carritos con ruedas lisas y motos con ruedas con diferentes relieves. - Sostener al bebé para que con sus manos y pies sienta: arena, harina, arroz, lentejas, porotos. 	<ul style="list-style-type: none"> - títeres de dedos de distintas texturas. - gusanito de texturas. - Pelota de pin pon , pelota tenis - paredes lisas y paredes ásperas. - carritos, motos pequeñas - arena, harina, arroz, porotos.
--	--

TAMAÑO. Proveer al bebe con juguetes iguales grandes y pequeños para que explore y conozca el tamaño de las mismas.



ACTIVIDADES	MATERIALES.
<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar al bebé pelotas de goma grandes y pequeñas ir hablándole “mira esta pelota grande/ pequeña.” - Proporcionar al bebé osos de peluche grandes y pequeños. - Con cubos de tela, grandes y pequeños masajear su cuerpo o colocar sobre su barriguita para que perciba la diferencia de tamaño. - Hacer que el bebé se refleje en espejos grandes y pequeños, en el pequeño solo se reflejara su carita y en el grande todo su cuerpo. - Brindar al bebé sonajeros grandes y pequeños para que manipule y 	<ul style="list-style-type: none"> - pelotas iguales grandes y pequeñas. - osos de peluche, grandes y pequeños. - cubos de tela grandes y pequeños. - espejos grandes y espejos pequeños. - sonajeros grandes y sonajeros

<p>perciba la diferencia de tamaño.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En el momento del baño ofrezca al bebé juguetes plásticos (patos) grandes y pequeños para que perciba la diferencia. - Poner a su alcance muñecas de trapo grandes y pequeñas para que perciba el tamaño. - Alimentar al bebé con biberones de diferentes tamaños ir nombrando “estas tomando en el biberón grande/pequeño.” - En la cuna del bebé use móviles con figuras de animales grandes y pequeños se puede ir alternando el móvil día a día. - Colocar sobre la barriga del bebé frutas como (manzanas) de diferente tamaño para que perciba la diferencia de tamaño. - Colocar al bebé boca abajo sobre una pelota grande/pequeña, balancearlo suavemente. - Colocar sobre la barriga del bebé pelotas de trapo de diferente tamaño posteriormente dar un masaje por su cuerpo con las pelotas. <p>Colocar sobre la barriguita del bebé globos inflados grande y pequeño para que perciba la diferencia de tamaño.</p>	<p>pequeños.</p> <ul style="list-style-type: none"> - patos plásticos grandes y pequeños. - muñecas de trapo grandes y pequeñas. - biberón grande y pequeño. - móviles de figuras de animales. - manzana grande/ pequeñas. - pelotas de gimnasia grande/pequeña. - pelota de trapo grande/ pequeña. - globos grandes y pequeños.
---	--

TEMPERATURA.

- Permitir al bebé que experimente diferentes temperaturas para que tome conciencia de frío, caliente, tibio, etc.
- A continuación algunas actividades que se pueden realizar para diferenciar la temperatura:



ACTIVIDADES	MATERIALES
<ul style="list-style-type: none">- Cuando el bebé se este bañando colocar un cubo de hielo en el agua el bebé podrá sentirlo. Hablarle al bebé “este hielo está frío”.- Rociar al bebé con chisquetes de agua caliente y fría, en diferentes partes de su cuerpo, para que perciba la temperatura del agua.- Poner sobre su cuerpo y a una temperatura agradable el viento del secador de cabello.- En el momento en que se alimente dar el biberón frío y caliente.- En cada cambio de pañal hacer que el bebé perciba la temperatura de	<ul style="list-style-type: none">- hielo, tina de baño.- chisquete de agua caliente/fría.- secador de cabello.- leche caliente/fría.- persona que realiza la actividad.

<p>las manos, si están frías o calientes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hacer que el bebé sienta la temperatura de la piel de la persona que lo cuida. - Pase por la piel del bebé una toalla de pañitos de agua caliente y fría, realizar en forma de masajes. - Darle de beber agua fría y caliente. - Pasar por el cuerpo del bebé una prenda de vestir planchada y otra sin planchar, permitiendo que sienta la diferencia de temperaturas. - Meter las manitos del bebé en un recipiente agua fría y a continuación en agua caliente para que perciba la temperatura. - Pasar por el cuerpo del bebé un pedazo de tela satín planchada y a continuación una sin planchar para que sienta la diferencia de temperatura. - Sacar al bebé un día soleado que este caliente el clima, posteriormente llevarlo adentro de la casa para que perciba la diferencia de temperatura. - Sacar al bebé desnudo para que perciba como sopla el viento. 	<ul style="list-style-type: none"> - persona que realiza la actividad. - paños de agua caliente/fría - agua fría, caliente. - Prenda de vestir planchada y otra sin planchar. - recipiente de agua fría/caliente - tela satín planchada y sin planchar. - clima. - viento.
--	--

<ul style="list-style-type: none"> - Sostener al bebé y colocarlo sobre un espejo para que sus pies y manos sientan la temperatura (frío) 	<ul style="list-style-type: none"> - espejo
--	--

PESO. Para que el bebé tome conciencia del peso, permitir que explore diferentes objetos pesados y livianos, estos objetos se pueden colocar sobre su barriguita o espaldita, dejar que los manipule e ir describiendo para que sienta el peso de las mismas.



ACTIVIDADES	MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Dar al bebé un biberón con leche y dejar que termine para que perciba la diferencia de peso. - Hacer que manipule el bebé globitos con agua y con aire. - Colocar frente al bebé pelotas de goma y pelotas de espuma flex del mismo tamaño y tamaño para que perciba la diferencia de peso. - Colocar sobre la barriguita del 	<ul style="list-style-type: none"> - biberón con leche y biberón vacío. - globitos con aire y con agua. - Pelotas de goma y pelotas de espuma flex.

<p>bebé cubos de espuma tela, y cubos de madera, ir hablando “mira este esta liviano y este está pesado”.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar al bebé para que manipule bolsitas con arena y bolsitas con picadillo para que perciba liviano, pesado. - Colocar sobre el bebé una colcha de lana de 50cm x 50cm a continuación una toalla de la misma medida para que perciba la diferencia de peso. - Hacer que manipule el bebé sonajeros de tela y sonajeros de plástico. - Colocar sobre su espaldita osos de peluche de diferente peso, para que perciba el mismo. - Colocar y dejar que manipule botellas plásticas con paja y con arroz , hablarle al bebé diciendo “esta pesada y esta liviana” - Proporcionar al bebé muñecas de trapo iguales de diferente peso para que el bebé perciba liviano y pesado. - Pasar por el cuerpo del bebé una botella vacía y una botella con agua para que el bebé perciba la diferencia de peso. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cubos de tela y cubos de madera. - bolsitas con arena, bolsitas con picadillo. - colcha de lana de 50cm x 50cm y toalla de la misma medida. - sonajeros de tela/plástico. - osos de peluche pesados y livianos. - botellas con paja, botellas con arroz. - muñecas de trapo livianas y pesadas. - botella vacía y otra llena con agua.
---	---

Estas actividades para que el bebé tome conciencia de texturas, tamaños, temperaturas y pesos, fueron tomados de los libros a continuación nombrados.

(NARVARTE,ESPIÑO,P31,2004)

(DIAZ,P19,1991)

(ORDOÑEZ,TINAJERO,P22,2003)

(OLIVEROS,P39,2002)

(ARANGO,INFANTE.P2,1994)

CONCLUSIONES.

El niño, para desarrollarse física y emocionalmente, necesita el contacto piel con piel, que es muy importante para el equilibrio emocional.

Los masajes para el bebé tienen muchas ventajas fortalecen los vínculos afectivos y el respeto mutuo porque incluye miradas, sonrisas, sonidos, caricias.

Los estímulos que se le presentan al bebé a manera de juego promueven la percepción táctil de objetos con texturas, temperaturas, tamaños, peso, etc.

Con todas estas actividades estaremos favoreciendo el desarrollo integral del niño.

CONCLUSIONES GENERALES.

- La piel es el órgano más extenso que cubre todo el cuerpo, es la primera ventana al conocimiento por que por medio de ella el bebé puede conocer todo lo que le rodea.
- La estimulación táctil es una necesidad básica, tan importante para el desarrollo físico y emocional del niño.
- Los masajes son una forma maravillosa de expresar amor al bebé y de satisfacer las necesidades que tiene de ser tocado, calmado y amado.
- El contacto físico es la forma de comunicación más íntima e intensa entre los seres humanos.
- Los beneficios de los masajes para los bebés son muchos como:
 - Facilita y fortalece los vínculos afectivos porque incluye elementos principales para establecerlos como: miradas, contacto piel con piel, sonrisas, sonidos, abrazos, caricias, olor emisiones de voz, etc.
 - Estimula el buen funcionamiento general de su organismos: neurológico, respiratorio, inmunológico, circulatorio, gastrointestinal solucionando cólicos, estreñimiento, etc.
 - El masaje calma a los bebés cuando están molestos.
 - A través de la piel el bebé toma conciencia de el frío, caliente, suavidad, dureza, mojado, seco, grande, pequeño, y mucho más. Con actividades muy simples que favorecerían enormemente el desarrollo del niño.
 - El sentido del tacto es sin duda una forma estupenda de comunicar cariño y mostrar al bebé el mundo que nos rodea.

Por todos estos argumentos la estimulación táctil es una forma muy cariñosa, atinada y motivadora de estimular al bebé en sus seis primeros meses.

RECOMENDACIONES.

Es recomendable realizar los masajes al bebé en el estado despierto pasivo, media hora después de haber sido alimentado. Para los masajes realizarlos en un ambiente agradable utilizando aceites naturales y con aroma.

- Para ser efectiva, la estimulación debe ser justa y precisa, no exigir al bebé, ni intentar imponer una actividad cuando no está dispuesto.
- Los masajes para el bebé realizarlos a una temperatura ambiental adecuada.
- Poner al bebé ropa cómoda preferible solo en pañal.
- Usar una colchoneta pequeña.
- No demostrar impaciencia al momento de la estimulación.
- No usar objetos peligrosos que puedan dañar la integridad física del niño.
- Hablarle en una forma cariñosa no exagerada.

BIBLIOGRAFÍA.

- ARANGO, Ma. Teresa y otros. Manual de Estimulación Temprana, Ediciones Gamma, Bogotá, 1994.
- BROOKE, Amy, Programa de Masaje Infantil Tocando con Amor.
- CHARLOTESVILLE, Va, http://.healthsystem.virginia.edu/adult_derm_sp/anatomy.cfm, 2004, spág. 15-02-08, 10:00
- DÍAZ, Ma. Isabel y otros, Sugerencias de Estimulación para niños de 0 a 2 años, Editorial Andrés Bello, Chile, 1991.
- FOX, Susan, Los primeros pasos del bebé. Oniro, Lima, 2001
- KARMA, Maitri, http://www.universaltherapies.com/masaje_infantil.asp, 2007, P1, 22-02-08, 10:00
- NARVARTE, Mariana, Estimulación y Aprendizaje, Ediciones Landeira, Argentina, 2000.
- OLIVEROS, diana, Estimulación Temprana, Relación Madre e Hijo ,0 a 12 meses, Editorial Internacional Zamora, Colombia, 2002.
- ORDÓÑEZ, María TINAJERO Alfredo, Estimulación Temprana de 0 a 1 año, Edición Cultural, Madrid, 2003
- TAMAYO, Manuel, La Gimnasia de tu Bebé, Ediciones Daimon, España, sa.
- TERRÉ, Orlando, Estimulación Multisensorial, Ediciones.....2005.
- VELEZ, Ximena, <http://cosasdelainfancia.com/biblioteca-estit02.htm> 2007, P1, 21-02-08, 10:00.
- VIMALA, Begonia, <http://www.masajeinfantilaemi.org/framesesp.html>, 2007, P1, 20-02-08, 12:00
- Z, sonia, <http://www.alipso.com/monografias/tesisestimulaciontemprana/>, P52, 2007, 18-02-08, 11:00

