

La Importancia del Masaje Infantil en Síndrome de Down

Mi nombre es Denisse Boissonneault Zamudio, soy psicóloga sistémica, docente de Preescolar e instructora en masaje infantil. Desde el 2006 empecé mi trayectoria en el área de la discapacidad. En mi experiencia en el trabajo con familias con algún integrante con síndrome de Down, el diagnóstico de sus bebés es difícil en un principio porque creen que no podrán disfrutar de sus bebés con síndrome de Down tanto como lo hubieran hecho con cualquier otro. Sin embargo, con el paso del tiempo, estos bebés encuentran la manera de hacer que sus padres y la familia entera se enamoren de ellos con locura. No obstante otros padres encuentran más difícil vincularse emocionalmente con su bebé, especialmente para la madre porque se siente culpable, o en el peor escenario, la sociedad le hace creer que es culpable por haber tenido un bebé "no sano". Por ello, algunos padres necesitan ayuda para empezar a construir un lazo emocional con su bebé.

Una maravillosa experiencia que marcó mi vida fue cuando Gayle Berry y Sandra Fernández de Blossom & Berry, vinieron en octubre del 2015 desde Inglaterra para dar el primer curso para Instructores en Masaje Infantil en México. Sandy, representante mexicana de Blossom & Berry, me contactó para ofrecer clases gratuitas de masaje a padres y sus bebés con síndrome de Down como parte de su proyecto altruista a nivel internacional. Fue hermoso haber presenciado cómo todas estas madres y padres encontraron una nueva forma de conectar con sus bebés y cómo estos bebés estaban fascinados por recibir todo el amor de sus comprometidos y entregados papás. En pocas palabras, ¡era una cadena de amor!

Fue en ese momento que surgió mi interés en convertirme en instructora de masaje infantil al darme cuenta de la gran importancia del masaje infantil especialmente en población con discapacidad para ayudar a los padres a encontrar nuevas maneras de vincularse emocionalmente con sus bebés. Afortunadamente Gayle me ofreció una beca para tomar el segundo curso de Masaje Infantil en nuestro hermoso país en marzo del 2016.

No es sorprendente encontrar que los bebés con síndrome de Down que reciben mayor contacto físico de sus madres se desarrollan más rápidamente en todas las áreas. El masaje infantil ayuda a aumentar el tono muscular (fundamental para llevar a cabo con éxito las etapas de su desarrollo psicomotor) y colateralmente mejora otras funciones corporales.

A continuación explico más a detalle los múltiples beneficios del masaje infantil:

- Alivio: El masaje es una antigua práctica que potencia el funcionamiento de los diversos sistemas del cuerpo:

- Sistema Nervioso: La piel es el órgano más grande y con una gran cantidad de terminaciones nerviosas, por medio del contacto piel con piel de la madre o del padre estas terminaciones nerviosas son estimuladas y mandan mucha información al cerebro lo cual ayuda a que éste vaya madurando favorablemente. Las células del cerebro que no están expuestas al tacto, pueden degenerarse y morir. La estimulación de la piel acelera la mielinización del sistema nervioso lo cual ayuda a que sean más eficientes las conexiones entre las neuronas y se comuniquen con mayor facilidad entre sí, además de ayudar al bebé a delimitar e integrar su esquema corporal.
- Sistema Muscular: Algunos movimientos ayudan a tonificar los músculos de las extremidades.
- Sistema Respiratorio: El masaje en el área de la nariz y pómulos ayuda a descongestionar los conductos nasales y a drenar la mucosidad además de promover una óptima oxigenación.
- Sistema Circulatorio: El masaje en todo el cuerpo favorece una adecuada circulación sanguínea.
- Sistema Linfático e Inmunológico: El sistema linfático es el encargado de eliminar las toxinas de nuestro. Algunos ejercicios estimulan el flujo de linfático en el cuerpo ayudándolo a procesar y expulsar toxinas y productos de desecho a través del sudor, la orina y las heces. El sistema linfático y el sistema inmunológico trabaja en conjunto con el sistema inmunológico para combatir microbios, bacterias, infecciones y otras sustancias extrañas y participar en la absorción y transporte de nutrientes a todo nuestro cuerpo.
- Sistema Endócrino: El masaje ayuda a la relajación al producir, tanto en los padres como en los bebés, hormonas relajantes como la oxitocina y la serotonina, las que a su vez ayudan a reducir las hormonas del estrés como el cortisol (cuando se presenta en cantidades excesivas). La oxitocina ayuda a disminuir la presión de la sangre, el ritmo cardiaco, a mejorar el apetito y juega un papel fundamental en la producción de leche materna.
- Sistema Digestivo: En primera instancia, el masaje en el área de la boca y las encías ayuda a aliviar molestias de la dentición como la comezón. El masaje en el abdomen alivia el cólico, los gases y las burbujas de aire atrapadas en el intestino mediante movimientos que estimulan el tracto digestivo, los intestinos y el colon.

- Apego: El apego es un proceso que se genera a través de la interacción con mamá y papá que inicia desde el embarazo y se refuerza a lo largo de la vida. Este vínculo es indispensable entre papás e hijos pues es lo que ayuda a que los padres reconozcan y atiendan las necesidades de sus hijos y éstos crezcan en un ambiente seguro y confiable. Existen varios factores que juegan un papel importante en el proceso del apego como el tacto, el olor, el contacto visual y el reconocimiento de la voz de mamá y/o papá. El contacto piel con piel que se da durante el masaje ayuda a estrechar el vínculo emocional entre los padres y el

bebé pues promueve la expresión de sentimientos generando un ambiente armónico que le brinda soporte y protección.

- Relajación: En el masaje los bebés logran relajarse al percibir que sus padres están relajados también. Además ayuda a alcanzar una respiración más profunda alcanzando un estado de relajación lo que facilita un sueño tranquilo y reparador.

Me siento bendecida y agradecida con la vida por haberme dado la oportunidad de guiar a madres y padres a descubrir esta conexión emocional con sus bebés y a desatar su infinita capacidad de transmitir amor a sus bebés con sus propias manos. Si desde la niñez formamos a seres humanos amados, felices, seguros y sensibles contribuiremos enormemente a construir un mundo mejor.