

Masaža za bebe

Sve porodice spontano njeguju svoju djecu putem dodira. Roditelji tapšu ili miluju bebe kada one idu na spavanje, ili ih maze, češkaju po leđima ili nježno miluju po licu ako je beba uznemirena.

Posebna forma dodira koja se pokazala vrlo uspješnom je masiranje bebe.

Šta masaža za bebe radi

Masaža može imati mnoge koristi. Za bebu koja je pod stresom, masaža može biti smirujuća i pomaže im da se opuste. To može posebno biti od pomoći bebama koje imaju zatvor, ili se teško smire tokom noći. Studije su pokazale da redovne masaže pomažu prije vremena rođenim bebama da brže dobiju na kilaži.

Iznad svega, masaža pomaže roditeljima da izgrade što bliskiji odnos sa svojim bebama. To pomaže bebama da se osjećaju sigurno i voljeno, te pomaže roditeljima i bebi da nauče da vjeruju i imaju pouzdanje jedni u druge. Bilo da roditelji masiraju svoje bebe ili ne, za emocionalni razvoj bebe je vrlo važno da bude dodirivana, držana i milovana.

Kada masirati

Postoji više prilika za roditelje da dodiruju i masiraju svoje bebe tokom dana. One uključuju:

- Kada presvlače pelene
- Poslije kupanja
- U doba za spavanje
- Spontano kada se beba mazi
- Kada sjedite iza bebe na podnoj prostirci

Kako masirati

Roditelji treba da posvete posebnu pažnju reakciji njihove bebe na masažu, pošto sva djeca ne reaguju na isti način. Neka djeca se više opiru, ili više vole da ih se dodiruje na nekim mjestima, ali pokazuju da ne vole neka druga. Ove želje se moraju poštovati. Međutim, većina beba uživa da ih se dodiruje ili masira.

Nije neophodno da se bilo šta stavi na kožu bebe prije masaže, mada čisto ulje za bebe, losion ili puder mogu biti korišteni.

Websites sa slikama tehnika masiranja za bebe.

<http://www.babycentre.co.uk/general/3835.html>

<http://www.cyh.com/HealthTopics/HealthTopicDetails.aspx?p=114&np=301&id=1883>

Knjige

Amelia D. Auckett (2003). *Baby Massage: Parent-Child Bonding Through Touch*

Peter Walker (2002). *The Practical Art of Baby Massage*.

Ova informacija za roditelje je dostupna na raznim jezicima zajednice i može se skinuti sa interneta za štampanje sa Early Childhood Connections website.

www.ecconnections.com.au



Na inicijativu



Royal Children's
Hospital



National Childcare Accreditation Council



Australian Government
Department of Family and
Community Services