

MASSATGE

1. QUÈ ÉS / EN QUÈ CONSISTEIX

El massatge infantil implica una connexió amb l'infant, que ajuda a comprendre el seu llenguatge no verbal i a respondre'l de forma respectuosa a les seves demandes. En definitiva es basa en el contacte pell a pell com a eina de comunicació, relació i afecte entre el nen i els adults de referència.

L'objectiu principal del massatge infantil és l'estimulació dels sentits dels infants i afavorir vincles afectius mitjançant la comunicació a través del tacte.

2. JUSTIFICACIÓ

A través del massatge es pot experimentar i sentir diferents sensacions del propi cos, treballant la consciència corporal i potenciant el desenvolupament cognitiu i motriu, així com la comunicació verbal i no verbal. Aquesta activitat també afavoreix el desenvolupament emocional gràcies a l'habitució del contacte físic amb l'adult.

3. ALUMNES A QUI S'ADREÇA

- Alumnes amb pluridiscapacitat intel·lectual, motriu i/o sensorial.
 - Alumnes amb trastorn del espectre autista (TEA) i discapacitat intel·lectual mitjana, severa o profunda.
 - Per la resta d'alumnes de l'escola es pot plantejar aquesta activitat, de manera puntual, com a reforç del treball d'aula.
- * Tenir en compte les pautes motrius dels alumnes a qui s'adreça.

4. OBJECTIUS I CONTINGUTS QUE ES TREBALLEN.

- Proporcionar al nen la possibilitat d'experimentar sensacions corporals agradables, a través del massatge i alguns elements de massatge.
- Afavorir la comunicació del nen amb l'adult a través del llenguatge del massatge.
- Possibilitar que el nen faci demandes: demanda d'un material concret, demanar que li faci massatge en una part concreta del cos, demanar més oli, més crema,..
- Afavorir que el nen mostri les seves preferències, que demostrï grat o rebuig davant de les propostes de l'adult.
- Afavorir la consciència corporal i el treball de l'esquema corporal.
- Potenciar l'autonomia a l'hora de vestir-se i desvestir-se.

Quan intervé el fisioterapeuta buscarem objectius específics de fisioteràpia:

- Regulació del to muscular
- estirament de la musculatura en retracció
- buscar la màxima amplitud de moviment de les articulacions
- aprofitar la regulació del to i les sensacions positives que crea el massatge per realitzar canvis posturals que no tenen assolits en el seu desenvolupament motor.

5. COMPETÈNCIES I ÀMBITS MÉS DESTACATS

Àmbits:

L'Àmbit de treball principal d'aquesta activitat és el desenvolupament personal i social tot i que té una incidència destacable en el desenvolupament emocional i comunicatiu.

Competències:

Competències personals i de coneixement del món físic:

Competència d'autonomia i iniciativa personal

Competències comunicatives:

Competència lingüística i audiovisual

6. ASPECTES METODOLÒGICS.

1. En l'espai de rutines presentem l'activitat amb una fotografia, SPC o amb algun objecte referencial (ampolleta de massatges per exemple).
2. A l'inici del massatge, es posa la cançó "És l'hora de massatges" de Damàris Gelabert i tot seguit es posa una música de relaxació per crear un ambient agradable a l'aula/porxo. Aleshores els nens/es que poden, agafen la seva tovallola de massatge del cistell i la col·loquen sobre l'estora que prèviament ha col·locat l'adult.
3. Els alumnes que tenen autonomia suficient per vestir-se i desvestir-se, s'asseuen sobre la seva tovallola i es treuen les peces de roba. En el procés de vestir i desvestir, cal seguir unes pautes concretes per cada nen/a buscant la màxima participació i anticipació possible.
4. Tot seguit els nens s'estiren sobre la tovallola i s'inicia el massatge. Comencem posant-nos oli a les mans i l'olorem. Després la salutació es realitza posant la mà suaument en contacte amb el cos, a la zona del pit per invitar al contacte, d'aquesta manera connectem emocionalment amb l'altre amb tot el respecte que el seu cos ens mereix. De vegades, el massatge pot ser de tot el cos i d'altres d'algunes parts. Això dependrà molt del tipus d'alumnat i de la quantitat de nens/es que hi hagi aquell dia.
5. Per indicar que l'activitat s'ha acabat, cal fer un comiat, que consisteix en recórrer amb pressions (direcció segons el to) tot el cos per donar una sensació global.
6. Per començar a vestir-se, s'atura la música de relaxació i es posa la cançó de vestir-se del CD "cançons per aprendre 3-6". Un cop vestits, els alumnes que poden han de recollir la seva tovallola.

Altres aspectes metodològics a tenir en compte:

Correcció postural: Col·locar correctament cap, cintura escapular i pèlvica. S'ha de col·locar cada nen-a en una postura còmoda i que faciliti la normalització del seu to corporal.

Aplicació del massatge: Amb una pressió lenta, continua i profunda. Les mans és com si pintéssim el seu cos. Seguirem la direcció del massatge depenent del to del nen-a. Tindrem en compte de fer pressió a les mans i els peus com a límit del seu cos.

Direcció:

Direcció **de dins a fora** amb una pressió continua pressionant els límit corporals de mans i peus: nens amb tonicitat alta, espasticitat o tensió física en general.

Direcció **des dels límits de les mans i peus cap al mig** amb pressions discontinues sense perdre el contacte: nens amb tonicitat baixa, hipotonia i distorsió del moviment.

Criteris perquè intervingui el fisioterapeuta en l'activitat:

El fisioterapeuta intervé en el context de l'aula i l'entorn en aquells grups que els alumnes entren dins els criteris de fisioteràpia. Segons les hores que pertoqueu a cada grup, conjuntament amb el tutor, es prioritza si s'assisteix o no a l'activitat. Es tindran en compte els objectius de l'aula.

7. LLISTAT I RECULL DE PROPOSTES I ACTIVITATS /ESPAI I MATERIAL.

LLISTAT I RECULL DE PROPOSTES I ACTIVITATS

- De vestir – desvestir.
- De diferenciar parts del cos i peces de roba amb demandes o bé utilitzant els SPC.
- Amb diferents materials (sacs d'herbes, pinyols,...)
- De contrastos (calent/fred, de textures,...)
- De massatges entre ells/es.

MATERIAL

- Aparell CD
- CDs de músiques de relaxació.
- CD "cançons per aprendre 3-6" (cançó d'inici i acabament)
- Matalàs dur.
- Cistell amb les tovalloles de massatge dels nens.
- Productes per massatge: oli, crema o sals.
- Elements de massatge: plomall, pilotes, aparells de massatge, sacs de calor i fred,...
- Fotografies de les diferents parts del cos.
- Fotografies de les diferents peces de roba.
- Incens, espelmes perfumades,...
- Llibres de massatges infantils.

ESPAI

La sessió de massatges es portarà a terme en una aula adequada pel grup, ja sigui la pròpia o no. Aquesta aula es pot adequar amb matalassos, poca llum, música relaxant...

8. IMPLICACIÓ DE LES FAMÍLIES.

Participar a l'hora de portar material que es demani des de l'escola per portar a terme l'activitat de massatge, per exemple: la tovallola i roba que sigui fàcil de treure i posar.

Per tal de que hi hagi un intercanvi família i escola, ens encarreguem d'escriure a l'agenda com ha anat la sessió.

A les entrevistes individuals, cada tutor/a pot explicar a la família com fer els massatges perquè ho facin a casa, recomanar algun llibre de massatges,...