

Questo massaggio può aiutare a:

- ▶ Promuovere una sana relazione genitore-bambino
- ▶ Aumentare la fiducia in sé stessi come genitori
- ▶ Migliorare il sonno del bambino, le sue abitudini alimentari, le competenze comunicative e la sua consapevolezza rispetto agli stimoli sensoriali
- ▶ Ridurre i tempi di ospedalizzazione dei bambini prematuri

Prematuri



Questo massaggio è stato originariamente sviluppato per i neonati prematuri delle TIN ed è conosciuto come ATVV.

Questo tipo di intervento aiuta i neonati delle TIN ad alimentarsi in modo più efficace e a ridurre i tempi di permanenza in ospedale. Se il tuo bambino è prematuro, contatta il tuo medico di riferimento in modo da poter valutare se tuo figlio possa trarre beneficio da questo tipo di approccio.

Per maggiori informazioni, guarda il nostro video informativo online su www.Pathways.org

Visita www.Pathways.org per trovare altre risorse GRATUITE sullo sviluppo del bambino

Il Massaggio+ 30, 10, 5 è un intervento conosciuto come ATVV (Ascolto, Tatto, Vista, sistema Vestibolare)

- Ascolto – dialogo diretto con il bambino
- Tatto – massaggio
- Vista – contatto visivo prolungato
- Sistema Vestibolare – cullamento



Questo intervento si basa su 35 anni di ricerca sostenuta dal National Institutes of Health (NIH).

La ricerca è stata condotta da Rosemary White-Traut, PhD, RN, FAAN, membro della Pathways.org Medical Roundtable

Introduzione al Massaggio+ 30, 10, 5



Strumenti gratuiti per potenziare lo sviluppo del bambino

Pathway.org è un'organizzazione (501c3) no profit



Pathways.org offre a genitori e operatori sanitari strumenti e risorse GRATUITI per massimizzare lo sviluppo motorio, sensoriale e comunicativo di un bambino.



friends@pathways.org
www.pathways.org



Scarica la nostra app Baby Milestones and Activity!



Copia liberamente per uso personale
NON MODIFICARE. QUALSIASI MODIFICA DEVE ESSERE RICONOSCIUTA DA PATHWAYS.ORG. L'autorizzazione a citare qualsiasi parte di questo lavoro deve essere ottenuta da Pathways.org. I materiali sono forniti gratuitamente; nessuna commissione o addebito può essere associato ad alcuno dei Materiali di Pathways.org senza previa approvazione scritta.
Copyright © 2022 Pathways Foundation

Cos'è il Massaggio+ 30, 10, 5?

- ▶ 30 secondi – dialogo diretto con il bambino
- ▶ 10 minuti – mentre parli con il tuo bambino e lo guardi negli occhi, massaggia gentilmente testa, torace, addome, braccia e gambe, schiena
- ▶ 5 minuti – cullalo mentre continui a parlare con lui, guardandolo negli occhi



Un semplice intervento della durata di 15 minuti migliora lo sviluppo del bambino. Questa tecnica comprende il dialogo diretto, il massaggio e il cullare il bambino.

Possibili segnali di disagio:

- Pianto
- Lamento
- Agitazione
- Rigurgito
- Singhiozzo
- Allontanamento delle mani dell'adulto
- Espressione corrucciata
- Rifiuto contatto visivo
- Irrequietezza
- Protrusione della lingua

Come applicare il Massaggio+ 30,10,5

Eseguendo il Massaggio+ 30, 10, 5, si conosce meglio il proprio bambino

Istruzioni:

- Concedersi il tempo necessario per non essere frettolosi
- Creare una stanza con luce soffusa e silenziosa
- Praticare il massaggio alla stessa ora ogni giorno
- Dare al bambino il 100% della propria attenzione
- Parlare e guardare il bambino mentre viene massaggiato e cullato
- Ripetere i movimenti del massaggio che sono piaciuti al bambino fino a quando non si arriva a 10 minuti complessivi
- Procedere avvolgendo il bambino in una coperta cullandolo per 5 minuti

Dialogo diretto con il bambino

Prima di iniziare il massaggio, parlare per 30 sec. dolcemente, aumentare il tono della voce, pronunciare un paio di parole per aspettare che il bambino risponda, poi parlare di nuovo.



Massaggio alla testa

Accarezzare gentilmente con tutta la mano dalla fronte al retro del collo da 6 alle 10 volte



Massaggio al torace e all'addome

Massaggiare con lunghi movimenti morbidi dalla spalla al pannolino per 6 volte. Poi, massaggiare direttamente petto e zona ombelicale (o attorno all'ombelico per i neonati) fino al pannolino. 6 volte



Attenzione: se il bambino mostra segni di disagio durante il massaggio, tornare a massaggiare le zone piacevoli per il bambino

Massaggio alle braccia

Accarezzare delicatamente le braccia dalla spalla al polso, poi le mani e le dita. Ripetere 6 volte per ogni braccio



Massaggio alle gambe

Movimenti delicati dall'anca fino ai piedi. Cercare di avvolgere il più possibile la gamba. Ripetere 6 volte per ciascuna gamba



Massaggio alla schiena

Due dita accarezzano la schiena dall'alto verso il basso alternatamente per 6 volte. Terminare con movimenti circolari sulla colonna. Ripetere 6 volte



Cullamento

Avvolgere il bambino in una coperta e cullarlo dolcemente da una parte all'altra. Se al bambino non piace, provare a cullarlo con movimenti verticali. Ai bambini nati a termine spesso piace dondolare su e giù. Eseguire per 5 minuti

