



Mustela vi presenta Qualche semplice gesto per massaggiare il vostro bebè.

Il massaggio rilassa il vostro bebè, calma la sua ansia e lo prepara al sonno.

Per maggiori informazioni, chiedete al personale sanitario durante la seduta.

1.



Massaggiategli dolcemente le spalle partendo dal collo e scendendo lungo le braccia senza dimenticare le mani e le dita.

2.

Massaggiate, con le vostre mani ben distese, il torace e il ventre descrivendo dei cerchi in senso orario. Non appoggiatevi, il peso delle vostre mani è sufficiente.

Posate la vostra mano di traverso sotto il suo petto e discendete dolcemente; ricominciate con l'altra mano.



► ***Distende il ventre e facilita così il transito.***

3.

Tenete i piedi del vostro bebè in una mano, e, con l'altra mano, massaggiatelo dal polpaccio verso la coscia, poi verso l'anca.



► ***Tranquillizza il vostro bebè e facilita la circolazione.***

4.

Bloccate il suo piede tra le vostre mani e massaggiatelo delicatamente dalle dita del piede fino al tallone. Salite verso le dita e massaggiategliele una alla volta e in seguito allungategliele dolcemente tutte insieme verso l'alto.



5. Per quanto riguarda le mani, massaggiare con dei gesti dolci e circolari il centro del palmo, in seguito allungate dolcemente ciascuna delle sue dita.

I consigli di Mustela

- Evitate i massaggi prima dei pasti, e quando il bebè è malato.
- Scegliete un ambiente caldo (almeno 25°C) e tranquillo, con una luce soffusa.
- Prestate attenzione ad avere le mani ben pulite e non fredde.
- Prestate attenzione a togliere i vostri gioielli e ad avere le unghie corte.
- Il massaggio deve essere fatto su una pelle sana, senza lesioni.
- Chiedete informazioni al personale sanitario nel caso in cui massaggiare il vostro bebè attorno al cordone ombelicale se non è ancora cicatrizzato.

EXPANSCIENCE®
LABORATOIRES