



## L'IMPORTANZA DEL MASSAGGIO

L'organo pelle è molto attivo fin dalla nascita. Spiegate alla cliente l'importanza di fare sentire al bambino la presenza della mamma con il massaggio neonatale (e non solo).

È con il senso del tatto che sin dalla nascita iniziamo a comprendere il mondo. Non a caso, è proprio il tatto il primo senso a svilupparsi nel grembo materno. Per questo motivo, è importante fare sentire la presenza materna al neonato, per dargli conforto, infondere pace e amore. Mai sentito parlare del massaggio Shantala? È il massaggio neonatale, che ogni mamma dovrebbe praticare sulla pelle del proprio bambino fin dalla nascita. **Francesca Teresa Di Terlizzi**, direttore di **Ecole Vraie Femme** a Brescia, ci spiega di cosa si tratta.

### LA CULLA DEL MARE

La pratica della "stella marina" è ispirata alla tradizione orientale. Dobbiamo immaginare che il bambino con braccia, testa e gambe, sia idealmente una stella marina. In questa posizione (anche con il bambino vestito) si massaggia tutto il corpo, per allentare le tensioni e rafforzare il rapporto genitore-figlio. È un metodo che può essere fatto fino ai 12 anni.

di Simona Lovati

**CHI È** Diplomata alla Scuola di estetica UNASAS di Milano, sua città natale, Francesca Teresa Di Terlizzi ha continuato la sua formazione specializzandosi in tecniche manuali seguendo i corsi dei più importanti maestri dell'estetica, come la dottoressa Denisa Giardini, il dottor Leante Larosa, il dottor Romeo Compostella, Antonio Ranalli, Emil Vodder, Herman Huerache Mamani.



## Le origini

Questo massaggio – che si può effettuare dai primi mesi di vita fino ai quattro-cinque anni –, porta il nome di una donna indiana adottata dalla comunità del Bengala. Shantala aveva due figli, che era solita massaggiare sulle rive del Gange. “Il ginecologo francese Frédéric Leboyer (1918-2017), padre del parto in acqua”, spiega l'esperta, “ha osservato questa donna e si è ispirato a lei, nel 1976, per ideare una tecnica di massaggio con manualità occidentali dedicata ai bebè”.

## Il metodo

L'obiettivo è cercare di liberare e sbloccare le energie con sfioramenti che partono dal centro dall'addome e si dirigono verso gli arti inferiori e superiori. In questo modo, si scaricano le tensioni su mani e piedi. Il contrario di quanto accade nel classico massaggio che spinge il flusso sanguigno verso il cuore.



“Il linguaggio del contatto è fondamentale”, continua Di Terlizzi, perché dà sicurezza, calore, piacere, consolazione e rinnovata vitalità. Ci dice che non siamo soli al mondo. Il contatto fisico è un linguaggio inconscio che usiamo per mostrare i nostri sentimenti. Si comunica empatia, comprensione e sicurezza, stati d'animo di cui il bimbo ha bisogno”. Senza dimenticare che anche la mamma che massaggia riceve positività.

## 6+

Quando il bambino cresce si può optare per la **tecnica metamorfica** ideata negli Anni Cinquanta da un naturopata e riflessologo plantare che ha scoperto che sulla linea della colonna vertebrale (in corrispondenza alla zona del piede) ci sono punti collegati al periodo gestazionale. Ed è proprio qui che devono essere sbloccate le tensioni correlate al periodo prenatale, in modo da liberare la forza vitale. Si massaggia con sfioramenti eseguiti con le due mani in senso centripeto e centrifugo, formando piccoli cerchi che svolgono un'azione rilassante. Il plus è che lo si può fare in qualsiasi momento, anche quando il bambino sta guardando la Tv sul divano.

## Istruzioni per l'uso

“Anche a casa, quando massaggiamo”, conclude la docente, “cerchiamo di ricreare un'atmosfera distesa, ben calda, aromatizzata con qualche goccia di olio essenziale di lavanda e con luci soffuse. Per fare scivolare al meglio le mani sulla pelle del bambino, consigliamo alla cliente di utilizzare l'olio di sesamo, un ottimo veicolante ricco di sesamolina, adatta ad ogni tipologia cutanea, anche a quella delicata del bambino”.