



Curso Postparto: primeros meses en movimiento

Introducción

"Primeros meses en movimiento" es un curso que va dirigido a familias de recién nacidos entre 0 y 4 meses de edad.

Este curso está diseñado para abordar, de forma transversal, la crianza del niño recién nacido. Hay aspectos de los primeros meses de vida que preocupan y, con un buen asesoramiento, pueden gestionarse de manera eficiente. Tener conocimiento sobre cómo se desarrolla el niño, cómo funciona el cerebro, qué herramientas tenemos para estimular y sostener los primeros movimientos, los primeros malestares, llantos, necesidades... permite a los padres criar con mayor confianza y seguridad.

Con esta idea, el curso tiene como objetivo el uso de los 5 sentidos sensoriales para acompañar la evolución del niño y la crianza de padres interesados en criar de forma consciente y presente. El masaje infantil será la herramienta de vínculo y relación entre el bebé y el padre, madre o cuidador principal y, al mismo tiempo, conectará todas las sesiones.

El curso se compone de 5 sesiones presenciales. Cada una es independiente, pero cuando se comienza, se recomienda realizarlas de forma continuada. En caso de faltar en una sesión habrá la posibilidad de recuperarla en la siguiente edición.

Los grupos serán de máximo de 8 familias. La duración prevista es de 1 hora/sesión.

Horario previsto: martes a las 15h

Cada sesión se organiza en cuatro tiempos:

1. La bienvenida a los asistentes del curso e introducción de la sesión.
2. Una breve explicación del desarrollo del niño relacionado con un sentido (tacto, vista, oído, olfato y gusto) y estrategias de observación para valorar el estado del niño.
3. La práctica de maniobras específicas de masaje infantil. Todos los días se dedicará a una parte del cuerpo.
4. Clausura de la sesión con las aportaciones de las familias: dudas, experiencias vividas con niño o aclaraciones.

Sesión 1: El tacto. Se profundizará en el mayor órgano del cuerpo: la piel. Hablaremos de nuestras manos y su temperatura, del contacto inicial de nuestra mano en su piel y de los tipos de contactos.

Se explicará las maniobras del pecho y el vientre. Maniobras globales y maniobras específicas a realizar en caso de gases o molestias de estómago. Con el objetivo de prevenir digestiones difíciles, acumulación de gases e incluso el gran desconocido: el cólico del lactante.

Sesión 2. La vista. La vista es un sentido que muy relacionado con el desarrollo motor, por tanto, se le dará importancia a la orientación de la mirada, al ver para moverse y cómo estimularlo.



Se explicará las maniobras de brazos y manos. Maniobras que promueven el conocimiento de las manos del niño. Se describirán las posturas que puede adoptar el bebé gracias a los brazos y cómo estimularlas. Además, se introducirá la evolución de motricidad de los brazos y manos y de las habilidades manipulativas.

Sesión 3. El oído: El bebé reconoce la voz de su madre y más tarde la de su padre desde el vientre materno. La estimulación auditiva del bebé promueve la exploración del entorno y la capacidad de sentirse seguro cerca de sus referentes. El ritmo, las melodías y las canciones son herramientas de relación y juego desde los primeros días de vida hasta el final. La música es movimiento suspendido en el aire.

Se explicará las maniobras de piernas y pies. Maniobras que se relacionan con los brazos y que nos sirven para mostrar al niño a integrar las partes de su cuerpo. Se utilizarán ritmos y melodías para comunicarse con el niño.

Sesión 4. El olfato: El sentido del olfato es el menos desarrollado de los humanos y por eso necesitamos el gusto para complementar las informaciones que percibimos. Cuando el recién nacido llega al mundo conecta con el olor de su madre y si puede con el de su leche. Se describirá cómo evoluciona la respiración del niño y se presentarán ideas para prevenir enfermedades respiratorias.

Se explicará las maniobras de la espalda. La espalda redonda y frágil en los primeros meses de vida es el apoyo que da estabilidad al cuerpo, protege el sistema nervioso central y permite ponernos de pie. Para alcanzar esta posición, la espalda debe fortalecerse poco a poco hasta que pueda luchar contra el peso de la gravedad en posición vertical. Se explicará maniobras muy sencillas que conecten cabeza y pies. El niño recibe una información muy necesaria para el buen desarrollo.

Sesión 5. El gusto: cuando se prueba una comida que nos gusta, se disfruta del momento y la experiencia. Se utilizará esta sesión para hablar del gozo, del placer, de disfrutar del niño y de la madre o padre que realiza el masaje. Muy importante el rato compartido, la presencia.

Se explicará las maniobras de la cara. Se utilizará la conciencia plena para observar al niño, para crear vínculo y para ver cómo hormonas como la oxitocina desempeñan su papel y cada familiar acaba bien enamorado de su niño.

INSCRIPCIONES: recepcioE@creugroga.com | **PREU: 125€**

CRONOGRAMA

1er Curso: Martes 26/04/2022, Martes 3/05/2022, Jueves 5/05/202, Martes 17/05/2022, Martes 24/05/2022

2º Curso: Martes 31/05/2022, Martes 7/06/2022, Martes 14/06/2022, Martes 21/06/2022, Martes 28/06/2022

3r Curso: Martes 5/07/2022, Martes 12/07/2022, Jueves 14/07/2022, Martes 2/08/2022, Jueves 4/08/2022

Curso impartido por Mari Rico. Infancia en movimiento. Fisioterapeuta infantil