Asociación Española de Masaje Infantil

Unidos creceremos

boletín informativo

n. 81 septiembre 2020

Asociación Española de Masaje Infantil
BOLETÍN INFORMATIVO N.80
SEPTIEMBRE 2020

Sumario

3 EDITORIAL
- Cuando la barrera es la falta de humanidad

4 NOTICIAS DE LA ASOCIACIÓN
- Actividades 3er cuatrimestre
- Aclaraciones en la terminología de IAIM-AEMI

6 ACTIVIDADES Y REFLEXIONES
- Experiencia de un educador de Masaje Infantil
- Experiencia de tacto de una madre con su hijo en fase terminal
- Opiniones de alumnas en la evaluación del proceso de certificación IAIM

10 QUIÉN ES QUIÉN
- Carolina Boceta

12 ENTREVISTA
- Marifé Pérez Chacón

15 ARTÍCULOS
- Destete Jade
- Práctica nutridoras
- El valor y el poder de los rituales en la infancia
- Esta especial vuelta al cole

21 NUEVOS ASPIRANTES A EDUCADORES (CIMIs)

22 RECOMENDACIONES

23 CHIQUITIENDA

Edición y coordinación:
Blanca Martínez Santa-Cruz

Diseño y Maquetación:
Joan Montes (www.dilogicsl.com)

AEMI
Asociación Española de Masaje Infantil
c/ de Caballero 48, bajo · 08014 - Barcelona
Tel: 93 436 67 45 Fax: 851 00 07 55
aemi@masajeinfantil.org
www.masajeinfantil.org

Nota de la editora:
Para facilitar la lectura, en los textos no siempre se hace diferenciación explícita de género y nos referiremos a los dos indistintamente.

Cuando la barrera es la falta de humanidad

Cuando vi esta escena por primera vez me conmovió y aún lo sigue haciendo. Me sentí súbitamente sumergida en una emoción de impotencia pero a la vez de gran emoción y ternura. Porque esta imagen representa el impacto del COVID-19 en el ser humano: la solidaridad, nuestra vulnerabilidad, las consecuencias que el aislamiento social tiene en nuestra salud emocional y física, la importancia del contacto humano y el apoyo incondicional, en esta situación trasladada parcialmente al personal sanitario. Me gustaría compartir unas palabras de Aroa López, jefa del servicio de Urgencias del Hospital Vall d'Hebron (Barcelona), durante su intervención en el homenaje de Estado a las víctimas de la pandemia de coronavirus el pasado 16 de julio en Madrid:

"Hemos dado la mano y nos hemos tenido que tragar las lágrimas cuando alguien nos decía: No me dejes morir solo".

No sólo impacta la integridad y profesionalidad con la que el sector sanitario ha tenido que afrontar esta crisis humana sino que nos abre los ojos ante una realidad que está siendo descuidada: la importancia del tacto para el ser humano y su bienestar emocional.

Suzane Valverde abraza a su madre Carmelita Valverde, de 85 años, a través de una cortina de plástico transparente en un hogar de ancianos en Sao Paulo, Brasil, el 13 de junio de 2020.

¿Estamos realmente creando un estado de soledad? **Desde AEMI somos especialmente sensibles ante esta realidad porque es nuestra misión el hacer llegar a la población la importancia del tacto**. Los abrazos y el contacto físico en general, entre otros tantos beneficios, disminuyen la producción de cortisol, que es responsable del estrés y favorecen la producción de serotonina y dopamina, responsables de la sensación de bienestar y tranquilidad.

Personalmente el periodo de estado de alarma me ha hecho reflexionar sobre mis verdaderas necesidades: compartir tiempo de calidad en familia y cuidar de la comunidad que me rodea. Porque el contacto humano nos llena de plenitud, pero éste debe ser de calidad, sin elementos distractores y volviendo a conectar. En momentos en el que el abrazo no es posible podemos compartir la magia y el poder de una sonrisa o el de una mirada cercana y cálida.

Desde AEMI se ha intentado igualmente cuidar de socios y familias con nuestra campaña "AEMI Acompaña" y dando apoyo a sus asociados con la puesta en marcha de nuestros encuentros online. Nuestra ilusión es seguir haciendo llegar a las familias el Masaje Infantil porque creemos que es una herramienta que fomenta valores como el respeto y el apego seguro. Ellos son el fundamento para el desarrollo de estos bebés en adultos empáticos y respetuosos que velarán por que el síndrome de la soledad no se convierta en la próxima epidemia del futuro.

Vanessa Uriarte Veldman
Vocal Junta Directiva AEMI

NOTICIAS DE LA ASOCIACIÓN

Durante los meses de confinamiento, la Junta Directiva de AEMI, junto con oficina y algunas Educadoras voluntarias, siguiendo la Misión de IAIM, hemos acompañado a las familias a través de videos que fueron colgados en el canal Youtube y en las Redes Sociales. (Os invitamos a suscribiros en el canal AEMI Masaje-Infantil).

Se organizaron dos sesiones a cargo de Purificación Sierra, psicóloga de UNED. Fueron encuentros online con las Educadoras asociadas a AEMI, donde se compartieron experiencias. Se puso en marcha además, la novedosa propuesta de IAIM de cursos online sólo para ese momento.

Si quieres unirte a estas y a nuevas propuestas, formando parte de los Circulitos de trabajo de la Asociación, estaremos encantadas de contar con tu sabiduría y creatividad para que la labor de AEMI resuene en el mundo.

Aclaraciones en la terminología de IAIM-AEMI

CONFERENCIA:

Actividad que se realiza en un Congreso o unas Jornadas.

- Es una exposición teórica generalmente acompañada de un Power Point.
- El tiempo será determinado por la organización del Evento.
- Promociona el Masaje Infantil IAIM-AEMI.
- El número de asistentes es ilimitado y variado.

CHARLA:

Exposición teórica puntual de 60 minutos aprox.

- Ayuda a la difusión y a la promoción de los cursos de Masaje Infantil de IAIM para padres y bebés.
- El número de asistentes es ilimitado, el límite lo suele marcar el espacio.
- En la Oficina de AEMI está a disposición de los socios Educadores un modelo de Power Point para estos casos.

TALLER:

Actividad promocional puntual de 45 - 60 minutos de duración dirigido a familias con bebés de 0 a 12 meses.

- Incluye una exposición teórica y otra parte práctica donde se realizan algunos movimientos de masaje seleccionados por AEMI y un juego de tacto. (Pedir a oficina el guión para talleres)
- El número de asistentes debería ser limitado para dar atención personalizada a los participantes.
- La infraestructura debe contar con un espacio y materiales adecuados para el breve momento de masaje con los bebés.

CURSO:

El curso de Masaje Infantil de IAIM está destinado a enseñar el programa oficial de IAIM a familias y/o cuidadores permanentes con la presencia de sus bebés de 0 a 12 meses. Consta de:

- 5 sesiones, impartidas una vez a la semana.

• Cada sesión tiene una duración de 60-90 minutos.
• El curso consta de una parte práctica de masaje, teoría y debate.
• La asistencia es limitada. Generalmente el número máximo de bebés suele ser de ocho o el número de participantes donde el educador se sienta cómodo conteniendo al grupo.
• IAIM y AEMI solo reconocen y avalan esta estructura de curso de Masaje Infantil para padres y bebés de 0 a 12 meses.

Educador, Instructor y CIMI

EDUCADOR/INSTRUCTOR:
Es el profesional de IAIM que transmite el programa de masaje infantil IAIM para padres y bebés de 0 a 12 meses.
Los términos EDUCADOR e INSTRUCTOR de IAIM tienen el mismo significado. En algunos países de habla hispana se utiliza el término Educador y en otros el término Instructor. En España utilizamos el término EDUCADOR.

CIMI:
Son las siglas en inglés para identificar al Educador/Instructor de Masaje Infantil IAIM. Significa "Certificated Infant Massage Instructor". Estas siglas generalmente se utilizan en documentos internacionales de IAIM y tiene copyright en Europa.

Educador IAIM y Formador IAIM

EDUCADOR IAIM:
Es la persona certificada por un Formador de IAIM que imparte el programa internacional de Masaje Infantil a familias y/o cuidadores permanentes y sus bebés.

FORMADOR IAIM:
En inglés "IAIM Trainer". Es la persona con certificación de IAIM autorizada para realizar la Formación Internacional, impartiendo el programa oficial "Formación de Educadores de Masaje Infantil IAIM".

Educador de IAIM

EDUCADOR IAIM: El Educador de IAIM se ha formado en el programa de IAIM asistiendo a los 4 días de formación presencial y realizando satisfactoriamente el examen de IAIM.
• Obtiene el certificado como Educador IAIM – CIMI que les permite impartir cursos para padres y bebés (de 0 a 12 meses) en cualquier lugar del mundo.
• Los Educadores IAIM de cada país pueden crear la Asociación de su país, reconocida por IAIM (se admite una asociación por país políticamente reconocido).
• Los Educadores IAIM, pueden asociarse a la Asociación de su país. En el territorio español el término correcto es Educador IAIM-AEMI o Educador IAIM socio de AEMI.
• En AEMI cada Educador tiene un carnet con su número de socio.
• Es importante que en las presentaciones como profesionales del Masaje Infantil IAIM, hagamos constar el número de asociado, que demuestra el respaldo de AEMI en nuestra labor en España.

EDUCADOR AEMI:
Es un término erróneo. NO somos Educadores AEMI sino "Educadores IAIM".

Experiencia de un Educador de Masaje Infantil

La formación como Educador en Masaje Infantil ha sido un descubrimiento en muchos niveles, personal, profesional, vital, ... Por un lado, me ha permitido seguir aprendiendo sobre la importancia del vínculo padres-bebé, sobre la relación en los primeros años de vida y cómo el tacto y, en concreto, el Masaje Infantil ayudan a desarrollarlo. A través del tacto estamos amando, cuidando y respetando en todo momento, forjando la personalidad de un nuevo ser, modelando la manera en que este bebé un día se relacionará con las personas y el mundo, aspectos que hay que mantener en cada etapa de la vida de nuestros hijos. Adaptar la manera de seguir sintiendo la calidez del tacto a lo largo de los años contribuirá a formar personas empáticas, cariñosas y sensibles. ¿Quién no quiere en su pareja, amiga, compañero de trabajo, una persona con estos rasgos de personalidad? Y esto se ha forjado ya en los primeros meses de vida, en parte gracias a sus cuidadores.

A nivel personal mi relación con el sentido del tacto ha cambiado. Soy más consciente del poder de un abrazo, una caricia, una mano amiga, a cualquier edad, porque eso no caduca, sabedor de todo lo que estoy ofreciendo y al mismo tiempo de todo lo que me aporta.

Por otro lado, la formación me ha permitido vivir toda una sensibilidad que se supone más femenina y que culturalmente no es habitual de ver en hombres.

Es cierto que hay una parte genética en todo este comportamiento. Nuestros ancestros ya actuaban de esta manera, las madres eran quienes se ocupaban de los bebés y los padres de la caza. Ellas desarrollaron toda una sensibilidad y un mundo emocional, imprescindible para la supervivencia de la especie. Pero no es menos cierto que la selección natural para el mismo mantenimiento de la especie hizo que las madres optaran por padres más sensibles como futuros progenitores de sus hijos.

Los hombres somos sensibles, no es un valor femenino, y hay todo un trabajo para desarrollar y mostrar esta afectividad hacia los bebés. En mi promoción fui el único hombre. Mi aportación como hombre y como padre, con una mirada diferente en el cuidado de los bebés, pienso que hizo más enriquecedora la formación.

A nivel profesional es muy enriquecedor poder trabajar con personas y para personas. Con el Masaje Infantil contribuimos a fortalecer, mejorar, crear o desarrollar la relación de las madres con su bebé, una relación basada en el amor en la mayoría de los casos. Y ese es el sentimiento que se respira en nuestro espacio de trabajo. Todas las madres con quien he compartido las sesiones de masaje han valorado la creación de momentos, un espacio para centrarse única y exclusivamente en su bebé, un lugar donde respirar y sentir.

El hecho de que la mayoría de usuarias del curso fueran madres y que el educador fuera un hombre no ha sido impedimento para crear una relación de confianza y que se sintieran cómodas en el trato.
Se trata de sensibilidad, empatía, ternura, bondad.... valores que no son ni femeninos ni masculinos, sencillamente son valores, que no tienen género. Y yo cuando los despliego no pienso si delante tengo una madre o un padre. Es más, creo que algún padre que venía al curso seguramente se encontraría más cómodo si el formador en este caso fuera un hombre y no sentirse tan rara avis en un grupo mayoritariamente formado por madres. Y también ha podido facilitar el hecho de que algún padre participara de las sesiones junto con su pareja.

Después de una sesión de masaje, reflexionar sobre qué aporta a nuestro entorno nuestra labor, cómo lo hemos enriquecido, qué han aprendido las personas de nosotros, nos ayuda a crecer y ser mejores personas.

Carles Geli Benito
Educador IAIM
Musicoterapeuta

Experiencia de tacto de una madre con su hijo en fase terminal

Mi nombre es Dahiana, soy uruguaya, tengo 27 años. Soy mamá de Leandro y Delfina.
Delfina tiene 10 meses, Leandro falleció en 2014 doce días antes de cumplir 2 años.

Con respecto al Masaje Infantil y bebés he incursionado con ambos en situaciones muy distintas, sin dudas la más llamativa es la que viví con Leandro en su fase terminal.

Leandro era un niño sano, nunca había estado internado ni se había enfermado de forma grave, se alimentaba con normalidad y le gustaba mucho comer. Su enfermedad se desencadenó luego de varios días de fiebre (supuesta infección de oídos), cuando el 16 de marzo de 2014 hizo su primera convulsión, luego de ello fue internado en observación esperando que no se volviera a reiterar el cuadro clínico. Lamentablemente en la siguiente madrugada y estando internado volvió a convulsionar, lo que derivó en una serie de estudios (punción lumbar, resonancia, etc.). Se descubrió que lo que tenía era una "Encefalitis Viral" (virus que se le había alojado en su cerebro, más específicamente en el encéfalo, lo cual producía las convulsiones y demás hechos que ya relataré).

Hecho el diagnostico se lo trasladó a la UCI donde estuvo 4 días. Pasados esos días volvió a la planta de pediatría donde permaneció 21 días más. En el transcurso de este tiempo se le realizaron varios estudios; su cerebro envió una orden equivocada, generándole una insuficiencia respiratoria, capaz de afectar sus pulmones, y así fue que llegamos a la madrugada del 8 de abril donde además de convulsionar le dio un desasosiego, que los médicos no pudieron controlar. Le realizaron una resonancia de urgencia y se vio que el virus había avanzado enormemente y debía ser trasladado a la UCI nuevamente, aunque en este caso con un diagnostico peor, ya que los médicos improvisaron una junta médica para decirme que había dos posibles caminos.

a) Leandro quedaría en estado vegetal por tiempo indeterminado.
b) Leandro iba a fallecer.

Como madre fue un gran golpe, ya que no estamos preparadas para recibir ese tipo de noticias. Con el correr de los días, entendí que lo mejor para él era que dejara de sufrir, ya sea ganándole a su enfermedad o, aunque me doliera, dejándolo ir. Al otro día de reingresar a la UCI entró en coma y decidieron ponerle respirador artificial. Un mes más tarde le realizaron una traqueotomía

para colocarle el respirador artificial y dejar la boca libre.

En medio de este proceso descubro que había perdido la vista, siendo yo la que se lo comunicó a los médicos, ya que ellos hasta el momento no lo habían notado. Durante todo el tiempo que estuvo internado, Leandro segregaba mucha saliva, al punto que debían colocarle pañales debajo del mentón para que absorbiera.

Nunca dejaba sus desasosiegos y los médicos en determinado momento me pidieron que no le limpiara la saliva ni hablara en la habitación, ya que el al oír mi voz o sentir el aroma de mi piel, se desesperaba al reconocerlo.

Como madre era un gran dolor no poder tener contacto con mi hijo, y estar en la habitación todo el día solo observándolo en silencio sin poder hacer nada para ayudarlo, sobre todo, sabiendo que al acercarme o hablar iba a estar perjudicándolo.

Un día una enfermera, sabiendo el estado de gravedad y viendo mi sufrimiento decidió ir contra las directrices de los médicos y me entregó una crema explicándome, que era hora de conectarme con él y cuando yo lo quisiera, le pasara por su cuerpo esa crema para hidratar su piel, que estaba bastante seca.

Esa misma tarde comencé a realizarle caricias con esa crema, hablándole despacito, diciéndole que mamá estaba allí con él y poco a poco iba explicándole lo que le tocaba, "estas son tus manos, mamá las está hidratando para que me puedas tocar". Así con todo su cuerpo, tomándome mi tiempo. Las enfermeras empezaron a observar a través de un cristal desde enfermería lo que yo le hacía y notaron que se relajaba y que sus estados de ansiedad comenzaban a disminuir. Así fue que cada vez que él se alteraba yo le pasaba crema por su cuerpo a modo de calmarlo, logrando mi objetivo en algunas oportunidades.

Esta decisión que tomó la enfermera fue a modo de "premio" ya que según me dijo, como madre, nunca les entorpecí su labor y siempre fui muy permisiva en los cuidados y procedimientos que realizaban con mi hijo.

Desde el comienzo de su internación, mi mentalidad estaba puesta en sacar adelante a mi hijo, y no quería que hubiera división de roles (médico, enfermeros, madre, etc.) sino que todos tengamos puesta la misma camiseta, denominada Leandro y tiráramos para el mismo lado.

Además de los masajes, los médicos y enfermeros me enseñaron las técnicas que utilizaban con él, ya que se iría a domicilio con cuidados paliativos hasta el momento que falleciera (pudiendo ser en meses o años). Lamentablemente estas caricias no fueron suficientes, ya que en la madrugada del 28 de julio Leandro falleció en el sanatorio, pero en mi interior me queda la tranquilidad de saber que hice lo que estuvo a mi alcance para poder ayudarlo a transitar esos meses de internado.

Espero con mi experi encia poder darles testimonio del poder del contacto de la piel en casos terminales en bebés y niños. No busco ser ejemplo sino un mero camino para que puedan seguir difundiendo el poder del masaje y apego madre - hijo.

Dahiana participó como madre invitada con su bebé, en la formación de noviembre 2018 en Montevideo-Uruguay. Además de reconocer y apreciar su generosidad y valor, estoy agradecida por el aprendizaje recibido y que me ayuda a reafirmar la importancia del tacto en todo momento.

Elsa Rodriguez

Opiniones de alumnas en la evaluación del proceso de certificación IAIM

Con el paso de las sesiones fui ganando confianza y me enamoré del ambiente que se crea y del vínculo que se va estableciendo entre todos; el crear un lugar de seguridad y apoyo, de sentirnos todos valorados y respetados, y sobre todo ser testigo de cómo las madres disfrutaban haciendo el masaje a sus bebés, de ver lo contentas que venían a cada sesión para aprender más y cómo me contaban los avances en cada semana. He aprendido a tener más paciencia conmigo misma, a darme tiempo para mejorar, y a comprender que cuanto más confío y estoy segura de lo que hago, mejor fluye todo.

Alba Fandiño, formación en Vigo 2020

A nivel profesional, soy educadora infantil y este curso me ha hecho ver que se puede trabajar en el ámbito del masaje, especializarte y enseñar la importancia del mismo, ayudar a padres a estrechar vínculos con sus hijos... me ha ayudado a abrir la mente y a ilusionarme.

Sandra Esteve, formación en Madrid mayo 2018

Carolina Boceta

¡Hola! Me llamo Carolina Boceta, soy de Madrid y soy Educadora de Masaje Infantil desde 2008.

El Masaje Infantil llega a mi vida de la mano de mi tercer hijo, Jorge, hace ya 15 años. Jorge nace de manera inesperada, a las 27 semanas de gestación. Son momentos duros, con emociones de culpa, miedo, confianza, duda, esperanza... Con muchas ganas de poder hacer algo más por mi hijo que esperar, observar, sacarme leche (poca) y acompañar los ratos que puedo y me dejan estar con él. Y sin olvidarme de que en casa me esperan también 2 niños de 3 y 6 años. Mi marido es mi gran apoyo.

A las pocas semanas de nacer, una amiga psicóloga me dice, "Olvídate de todo lo que te hayan dicho, cógele mucho en brazos y tenlo piel con piel todo lo que puedas, y aprende masaje infantil, es buenísimo para su maduración y desarrollo neuronal".

No sin cierto escepticismo, porque nunca había escuchado nada sobre masaje a bebés, me pongo en contacto con una Educadora de AEMI, Cecilia Pérez Mínguez. La primera vez que quedo con ella, (mi hijo todavía en el hospital), lo que más recuerdo es su inmensa calma. En aquel momento me aconseja unas pautas sobre cómo tocar a nuestro hijo cuando llegamos por las mañanas, nerviosos de casa. Eso nos ayuda mucho a conectar con nuestro hijo desde otro lugar.

Cuando mi hijo sale del hospital, empezamos las clases en casa. Recuerdo que a veces estaba inquieto y Cecilia me decía, "si ves que necesita comer o si lo tienes que calmar en brazos, no te preocupes, lo primero es el bebé." Y yo pensaba, "¡De eso nada! Yo aprendo los movimientos en él, no en un muñeco, puede aguantarse un rato". Y es que, al empezar, mi único objetivo con el masaje es la estimulación de mi hijo, especialmente su estimulación neurológica, y todo lo demás no lo veía, viene después... De repente un encuentro con una mirada intensa, que me atraviesa, con una sonrisa... Veo que también le ayudo a hacer caca y a relajarse, que empiezo a darme cuenta de cuándo está cansando o incluso de que se está poniendo malito.

Voy siendo consciente de que estoy construyendo una relación con mi tercer hijo más cercana de la que he tenido

con los mayores, dándome cuenta de que con ellos me había perdido miradas y contacto. Ahora estaba desarrollando una forma de relacionarme más... afectiva, más cercana. Esta experiencia me hace un "click" y lo que quiero es profundizar más en ello, así que decido hacer la formación. ¡¡Y me encanta!!

Fue como poner palabras y comprender muchas de las cosas que yo había sentido y experimentado previamente. Pude comprender todo lo que Cecilia quería transmitirme en su momento. Pensé que sería estupendo que otras madres y padres, pudieran disfrutar de algo que ayuda a conectar tanto con tu hijo, te hace sentir útil y es tan beneficioso a tantos niveles, sobre todo si los bebés nacen prematuros o con alguna necesidad especial que nos impide estar físicamente con ellos. En este sentido, como socia también de la Asociación de Padres Prematuros (APREM), **me doy cuenta de que muchas mamás y papás tienen una relación frustrante con el masaje y el contacto físico con sus bebés, porque los bebés parece que rechazan ese contacto.** Ahí soy consciente de que no solo es una cuestión de movimientos que puedes aprender en un vídeo o libro, sino del cómo y cuándo damos el masaje, ya que **son bebés mucho más sensibles a los estímulos y con experiencias de tacto dolorosas.**

Personalmente me siento agradecida y afortunada de haber tenido a una Educadora formada que me acompañara, porque es triste que una experiencia que puede ser tan beneficiosa y bonita, lo vivas como algo frustrante y doloroso.

Para poner mi granito de arena, desde hace unos 10 años participo junto con una enfermera, en la Escuela de Padres del Hospital Puerta de Hierro que organiza APREM, compartiendo los beneficios del Masaje Infantil con las madres y padres que tienen bebés hospitalizados, teniendo en cuenta las particularidades de sus bebés.

El MI me ha conducido a otro estilo de crianza más respetuosa, de vivencias y presencia consciente y no tan racional, que me ha llevado a aprender y formarme en diferentes aspectos de la maternidad e infancia a lo largo de estos 12 años, y más recientemente a formarme en Mindfulness en embarazo, parto y educación, ya que he aprendido lo importante que es cultivar nuestra presencia consciente en cada momento.

En definitiva, el nacimiento prematuro de mi hijo, y el Masaje Infantil, me han dado mucho más de lo que nunca hubiera imaginado. Doy GRACIAS A LA VIDA por haber puesto en mi camino el Masaje Infantil.

Gracias a AEMI y a tant@s Educador@s de los que he aprendido tanto en este camino.

Carolina Boceta
Facilitadora de grupos de crianza
Educadora IAIM-AEMI
Instructora de Mindfulness

Entrevista a Marifé Pérez Chacón

por Blanca Martínez

Hola Marifé, gracias por haber aceptado nuestra invitación. Me gustaría que te pudieras presentar tú misma.
Sí, claro. Me llamo Marifé Pérez Chacón, nací en La Línea, Cádiz y vivo en Barcelona. Trabajo en consulta como terapeuta Gestalt y consteladora familiar y, sobre todo, desde hace dos años, me dedico en alma y corazón a Ser Mamá. Tengo una preciosa hija de dos años y tres meses que se llama Jade.

¿Cómo definirías tú la maternidad?
Bajo mi experiencia personal, la maternidad es un proceso que trae consigo un cambio absolutamente profundo en la vida de la mujer. Quizás hasta me atrevería a decir que el más impactante en la vida de una mujer. Este cambio se produce en muchos niveles diferentes, algunos más obvios como son los cambios físicos u hormonales, pero otros de los que quizás, nos vamos percatando a medida que vamos transitando ese proceso, como son los tránsitos y cambios emocionales o nuestra perspectiva de las cosas: de lo que queremos en la vida, nuestro proyecto vital...

He escuchado a muchas mamás comentar que después de dar a luz, han tenido momentos claves de mucha revelación acerca de lo que quieren ofrecer al mundo, de cómo hacerlo... Son algo parecido a esos 'insights' de los que hablamos en la Gestalt. Y es que, al ser un proceso tan profundo e intenso, también nos conecta con momentos de mucha claridad y determinación ante las cosas.

¿Y en tu caso?
A mí, entre otras cosas, me proyectó de manera definitiva en mi camino hacia la terapia. Antes combinaba este oficio con el trabajo social y ahora me siento definitivamente terapeuta. Estoy muy contenta de haber llegado hasta aquí y trabajar para mí misma.

Tuve momentos muy reveladores en el momento del parto, en el que se combinan para mí la fuerza más instintiva con la más espiritual, una mezcla de lo más curiosa e inigualable que cualquiera pueda vivir.

En mi caso, pude conectar con la sensación de viajar más allá del tiempo y el espacio, entrar en lo que algunas comadronas llaman 'planeta parto' y desde ahí visualizar el camino de mi vida como un camino en solitario, pero no desde el matiz triste de la soledad, sino desde un proceso de individualidad muy potente.

Interesante esto que comentas de la soledad y la individualidad. Quizá no se habla mucho de ello...
Sí, esto es algo que se abrió en mi caso durante el parto y que he podido vivenciar en otros períodos de la maternidad. Hay muchos momentos de gran impacto para la mujer en este proceso, y en los que, aunque tengamos apoyo, hemos de transitar de algún modo solas en la conexión

con nosotras mismas y con nuestros bebés.

¿Qué recomiendas para estos momentos de impacto o soledad?
Yo creo que para este proceso es fundamental,

que la mujer ahonde en sus posibilidades de conexión consigo misma, de apoyarse, mimarse, y muchas veces de manera simultánea acompañando y cuidando a los bebés.

Se pone de manifiesto de manera muy clara que, si no nos cuidamos a nosotras, experimentamos la maternidad como algo demasiado agotador, que nos puede sobrepasar. Y es fundamental contar con esos recursos propios ya que los vamos a necesitar en momentos de crisis: el embarazo, la transformación física y limitaciones, en el parto, en la lactancia, en la falta de descanso en las noches, en los cambios en la relación de pareja, en los cambios en la familia de origen, en la cuestión económica... Puede suceder de todo.

Dinos algunos ejemplos de estos recursos

Creo que hay un recurso imprescindible que es cuidar el cuerpo. Desde la Gestalt sabemos que es fundamental la escucha al propio cuerpo ya que ahí residen nuestras vivencias, emociones, temas pendientes...

En la maternidad el cuerpo se transforma a unos niveles enormes, y necesita muchos mimos porque es nuestro gran soporte y es clave para apoyarnos en él y así cuidar y acoger a nuestros bebés.

Entonces para mí, es en cualquier momento que estemos con nuestros bebés, meciéndole, cantándole, que sea un **movimiento o un canto para ambas.** Te duermo en mis brazos o te doy teta y siento mi cuerpo, y me cuido, a la vez que te cuido. Igual con el canto o la voz. Otro recurso fantástico es la **respiración**, podemos aflojar con ella las tensiones acumuladas, conectar con nuestro mundo interno, centrarnos, reactivarnos y un sinfín de cosas. Y también respirar con nuestro bebé, acompasándonos juntos.

En el grupo de mujeres 'Mujer Hermana' que tenemos con la terapeuta Sandra Sales, que, por cierto, fue inspiración también de mi posparto, nos enfocamos en el trabajo sobre el auto apoyo. Es maravilloso el efecto que tiene en nuestros bebés cuando estamos conectadas con nosotras y les acompañamos y cuidamos desde ahí. Esto no quiere decir que no necesitemos de una red de apoyo social, obviamente es muy necesaria esta red y más en este mundo que vivimos que tiende al individualismo y a no poner la mirada en el cuidado a las familias que crían.
En mi caso personal, hace poco que hemos finalizado con el destete nocturno de Jade, y ha sido otro momento de esos en los que he transitado conmigo ese umbral comenzando desde un 'no voy a poder' a acabar con un empoderamiento muy importante para mí y ella se ha adaptado pronto y bien a este cambio.

¿Qué nos dices desde las constela-

ciones familiares en este proceso?
Pues la mirada de las constelaciones en este proceso es para mí imprescindible, ya que sentirnos en nuestro lugar dentro del sistema familiar nos aporta orden, libertad, posibilidad de amarnos a nosotros mismos y a los otros más y mejor... La mujer al conectarse con su linaje de ancestras femeninas, puede reconectar con esa fuerza natural y sana que está en todas nosotras y que nos susurra al oído 'tú puedes igual que todas nosotras pudimos'. Sentir que pertenecemos a un sistema que es más grande que nosotras, colabora a que ese proceso de individuación o soledad sana no sea un proceso de soledad debilitadora.

Otra aportación de las constelaciones familiares que para mí es muy luminosa, es que esa familia nueva que se ha creado, tiene prioridad sobre las familias de origen de cada uno de los miembros de la pareja. Esto es un cambio total. Dejamos de dar prioridad a nuestro lugar de 'hijos de nuestros padres', para ser en primer lugar 'padres de nuestros hijos' y

esto es un salto emocional madurativo muy importante en la vida de las personas, porque a veces hay asuntos no resueltos de la infancia que dificultan el poder tomar ese lugar de padres desde la solidez emocional interna.

Entonces, el momento de crear esa familia nueva, puede ser un momento de revisión de nuestras viejas heridas infantiles y de nuestra relación con nuestros padres.

Nombras con frecuencia la soledad.
Sí, porque bajo mi punto de vista está muy presente en este proceso. Como decía antes, desde una parte sana que tiene que ver con la profundización en una misma y desde lo más sufriente como puede ser no contar con el apoyo que necesitamos o esperábamos. Esto creo que es uno de los motivos principales por lo que tantas parejas se separan durante la crianza de sus hijos. Parece que cada día es más habitual que ocurra en los primeros dos años del bebé.

Me resuena en algún momento generar un espacio de grupo de apoyo para mujeres que están pasando por este proceso tan complejo como es separarse de la pareja cuando están en plena transformación como madres. La vida dirá si se llega a materializar. Solo hablo del proceso en la mujer porque me queda más lejos del proceso de paternidad, pero sería también un tema interesante a abordar. Y en cuanto a la pareja, si la miro como entidad aparte de cada individuo que la conforma, también ha de hacer, bajo mi punto de vista, una mirada hacia adentro como proyecto familiar, recursos que tiene, debilidades y así empoderarse en muchos momentos para tirar adelante con los momentos de crisis que son casi inevitables.

Menudo viaje para la relación de pareja tanto cambio.
Sí, todo un viaje muy movido... Bert Hellinger, el creador de las Constelaciones Familiares afirmó que la pareja sigue siendo prioritaria a los hijos, y aquí comprendo que los adultos han de solidificar su estructura como pareja, como un gran equipo, para llevar a cabo ese proyecto de vida que son los hijos y acompañarlos desde un buen lugar.

Desde aquí, aunque haya separación de la pareja, la estructura familiar permanece ante los hijos desde un lugar saludable, ya que los adultos se miran bien y se respetan, y eso para el campo emocional de los hijos es sumamente importante.

Si respeto y acepto a la madre o al padre de mis criaturas, podré amar más y mejor a mis hijos, ya que, en mis hijos, está mi ex pareja. También podré amarme más y mejor a mi misma, ya que podré mirar mi relación tal y como fue y estar en paz con ese ciclo de mi vida y podré tomar consciencia y aprender de mí. Es completamente viable hacer este proceso sin que tenga una relación frecuente o cercana con mi ex, esto no es tan fundamental, es más importante desde un reordenamiento interno, dentro de nosotros mismos.

Muchas gracias por tu aportación Marifé y te deseamos un camino de maternidad lleno de luz, amor y aprendizaje.

Marifé Pérez Chacón
Terapeuta Gestalt
Consteladora Familiar
Arteterapeuta

Destete Jade

He tomado la decisión de contar mi experiencia con el destete nocturno de mi hija de 25 meses, ya que en su momento traté de buscar experiencias de otras madres que estuvieran solas, que me pudieran ayudar y encontré poquita cosa que me sirviera en relación a este tema. Os pongo en contexto: Jade tiene 25 meses y hemos hecho lactancia a demanda todo el tiempo, sin introducir nunca chupete ni biberón y practicamos colecho.

Decidí hacer el destete solo nocturno, porque ha llegado un momento en el que me estaba costando mucho mantener las tomas de la noche y me generaba incluso algo de tensión corporal, y cierta agitación y malestar. Así que después de un tiempo, me armé en valor y decidí hacerlo. Pero claro, me asustaba la idea de que se hiciera muy largo y durante ese tiempo mi falta de sueño aún empeorase más y no pudiera con la situación y entrara en colapso. Cada madre y cada hijx es diferente, y sólo comparto lo propio por si sirviera a alguien que esté en mi situación.

Un par de días antes comencé a explicar a Jade que la teta estaba cansada por las noches, y que mamá también se cansaba por no dormir y por darle la tetita. Que la acompañaría lo mejor posible y que observara el cielo para darse cuenta que ya era de noche, estaba oscuro y que la tetita se iba a ir a dormir al igual que los animalitos (vivimos en la montaña) y todas las demás personas. Le compré el libro 'La fiesteta' y se lo fui leyendo ese par de días antes. También al leerlo, hacíamos como revisión o repaso de su historia con la teta, y que ya ella no era tan bebé como antes y que por eso mamá le planteaba hacer esto.

Yo me fui preparando para esa noche en la que haríamos lo siguiente: Escogí una música que me gustara y que fuera relajante para escuchar si sentía que me superaba la situación. Puse un mandala en mi habitación que para mi representaba mucho bienestar, para seguir el propósito de mirarlo detenidamente si me sentía abrumada y así recuperar fuerzas para acompañar a mi hija. Busqué un mantra para recitar a modo de canto o nana y facilitarle el sueño a Jade meciéndola mientras yo me relajaba también al cantarlo.

Y algo para mi muy importante fue seguir un movimiento al mecerla que me permitiera estar calmada y me ayudara a que mi cuerpo fuera sostén y apoyo para ella, pero también para mí.

Sobre todo, una consigna permanente fue: 'olvídate de mirar la hora que es y pensar que todavía no se ha dormido' o 'se ha vuelto a despertar y ya van x veces' o 'mira la hora que es ya'. Sacar fuera el tiempo para así evitar estar a la expectativa de que algo ocurra ya y entregarme lo más posible a la experiencia de acompañarla y cuidarme. El reto era ayudarla a que se durmiera sin la teta, tanto después de la cena como en los despertares nocturnos, así como en la siesta.

La primera noche le dije a Jade que se despidiera de la teta con un 'hasta mañana', ya que estaba muy cansada y necesitaba descansar y que mamá iba a estar para acompañarla en lo que necesitara. Por supuesto me equipé con un jersey de cuello alto para evitar que, en la madrugada, tomara la teta sin darme cuenta. Y el porteo para ayudarla a dormir lo hice cargándola en la espalda para así evitar el contacto directo con el pecho. El porteo en esta postura le pareció divertido así que salimos a pasear así, a la espalda. Se despertó al rato en la madrugada. Parecía no recordar nada de lo hablado y se entristeció mucho, la abracé, le dije que sentía que estuviera triste, que lo entendía porque ella no había tomado esta decisión, pero que cuando saliera de nuevo el sol, podría tomar la teta, que ahora necesitaba descansar.

Me pidió salir de la cama, la acompañé, la porteé y sujeté su manita hasta que se volvió a dormir. Al rato otra vez; se enfadó y no quería que la tocara ni acariciara. Le dije que estaba bien, que la acompañaría un poco más distanciada y que cuando ella quisiera, mamá la ayudaría a dormir haciéndole un masajito o cantándole una canción. A los pocos minutos cedió y quiso contacto. Le di muchos mimos suaves y pudo volverse a dormir. Al día siguiente por la mañana salimos de la cama para darle la primera teta fuera de la cama. Le dije que estaba muy agradecida porque ya habíamos superado la primera noche juntas. Le he repetido cada mañana: 'Gracias porque sé que para ti es un esfuerzo y que echas de menos la teta'.

Curiosamente las tomas del día se redujeron bastante de manera automática. A la noche siguiente repetimos la secuencia: salimos a mirar la luna, cuento, porteo detrás y dormida. Tardó bastante rato pero luego durante la madrugada se despertó mucho menos. Al tercer día ocurrió algo: yo estaba separando también el sueño de la siesta de la teta ya que, si no, volveríamos a la misma asociación de la noche. Me despisté en una toma, y se empezó a dormir. Aquí la moví para impedir que se durmiera así y claro, lo tomó mal y hubo como un retroceso en las madrugadas. Necesitó más sostén de mi parte un par de días más.

En las siestas hago igual, mochila, paseo, cantos, mimos y a dormir. Y como mantengo la teta de día, la separo de la hora en la que suele dormir la siesta y ya no le doy más si veo que en breve se va a dormir.
Tengo que decir que, para mi experiencia, dejar la teta nocturna me ha permitido regular un poco más sus horarios de siesta y de ir a dormir. Era algo a lo que desistí antes porque no había manera de conseguirlo.

Hoy, después de una semana, puedo decir que anoche se despertó varias veces y que inmediatamente se acerca a mí y se vuelve a dormir pegadita. Si en algún momento de esas noches anteriores me ha buscado la teta, le he dicho que podía tocarla encima del pijama y así dormirse. La veo feliz y contenta y yo por supuesto también porque después de más de dos años, he podido dormir 6 horas seguidas. Mi cuerpo es otro.

Y ha habido algo muy importante para mí, es la fuerza y el empoderamiento que he recuperado al haber podido acompañar a mi hija y a mí misma en este momento tan decisivo para las dos.

Me llevo de esta experiencia algo vital para mí. Y es que el cansancio es duro de sobrellevar, y los despertares nocturnos, y el dolor del cuerpo... pero más difícil es aun cuando una tiene una expectativa en la mente que busca una 'finalidad': ya sea que el bebé se duerma, que deje de llorar, o que haga algo que necesitemos que haga. En definitiva y, al final, lo más doloroso para mí ha sido sentir el estrés que me generaba la sensación de 'ojalá se duerma ya' o 'que no se despierte más'.

Hacerle espacio a la entrega, a ese lugar de no-tiempo y acompañar desde ahí, me ha hecho sentir en mi gran fortaleza como madre y en un agradecimiento que ha colmado mi corazón estos días. Me ha hecho sentir que es posible cuidar y cuidarse, que no son aspectos contradictorios ni que van en orden, y que además parece que se ha relajado más, cuando me ve conectada con esa sintonía de la entrega.

Me llevo esta experiencia para mi día a día, y sobre todo en estos tiempos donde todo arremete con prisas, donde la falta de paciencia parece un 'mal social' y donde nos cuesta abrir espacio a los procesos emocionales y respetar sus ritmos. Mi deseo ahora es alargar al máximo esta experiencia en mi corazón.

Marifé Pérez
Terapeuta Gestalt
Arteterapeuta
Consteladora Familiar

Práctica nutritiva

Pocas cosas resultan tan gratificantes y enriquecedoras a nivel personal como ir viendo el desarrollo de nuestros hijo/as y sus diferentes respuestas a los estímulos que les rodean o les presentamos. Aunque la maternidad/paternidad es un camino lleno de contratiempos, y a veces de verdaderas dificultades, se justifica por el simple hecho de poder vivirla. Ya durante el embarazo podemos jugar con nuestros bebés que nos sienten y nos perciben más o menos cercanas.

Una vez que nacen, la importancia del juego se hace más evidente, pues es el medio a partir del cual aprenden.

Los bebés tienen un gran potencial oculto e inexplotado. Las madres a veces por desconocimiento, perdemos en muchas ocasiones la oportunidad de fomentar ese gran potencial en nuestros hijos.

Los últimos estudios hablan de los beneficios de jugar con nuestros bebés desde los primeros días de vida, algunos de los más importantes son que presentan mejor apetito y mejor tono muscular, **los bebés que juegan son más activos en periodos de vigilia y más tranquilos al dormirse, presentan mejor buen humor, lloran menos y gorjean a menudo, además de un mayor desarrollo de la capacidad del lenguaje.** La estimulación física también proporciona mayor aporte de sangre al cerebro. No podemos obviar que el desarrollo de los bebés es global, al estimular un sentido también estamos estimulando otros. Es muy importante presentar el estímulo adecuado en el momento adecuado.

En la estimulación intervienen factores emocionales que influirán en el aprendizaje. Así, este se verá favorecido por una motivación realizada con actitudes afectivas positivas y equilibradas, respetando el ritmo del niño o, por el contrario, puede verse dificultado por un exceso de ansiedad por motivar y enseñar al niño forzándolo.

Hemos de jugar con nuestros bebés de una manera relajada y espontánea y una manera fácil de hacerlo es ir introduciendo muchos de los juegos en las rutinas diarias. El Masaje Infantil es también una manera de jugar con nuestros bebés. Presenta numerosos beneficios para nuestros hijos cuando son pequeños y también cuando van creciendo. Al estimular el sentido del tacto también estamos estimulando simultáneamente la vista, el olfato y el oído, además de que es un medio excelente para aprender a comunicarnos con ellos más allá de las palabras.

Al realizar el masaje el bebé siente nuestra cercanía o distancia, nuestra manera de tocarle le transmite tranquilidad o no según nuestro estado, les miramos y nos miran, averiguamos qué hacen antes de llorar y les animamos a hablar mientras les marcamos expresiones exageradas en nuestro rostro con sonrisas de alegría o incluso de enfado o tristeza.

Todo ello es un aprendizaje importantísimo en el desarrollo socioemocional del bebé, pues pronto también aprenderá a expresar esas emociones que primero percibe en la cara de su madre/padre como si fuesen su espejo. El Masaje Infantil tiene algo mágico pues la comunicación se prolonga más allá de ese momento que dura. Los bebés masajeados y las madres que realizan masaje a sus bebés son personas cercanas a las que, en cualquier momento o edad, sus hijos se les podrán acercar para expresar con palabras o no, cómo se sienten.

Lo importante en la práctica del Masaje Infantil es tanto aprenderlo cuando son pequeños como practicarlo de manera constante a lo largo de los años, adaptándolo a las diferentes edades de nuestros hijos, pero manteniéndolo como rutina durante toda la infancia o incluso adolescencia. Otro de los numerosos beneficios de la práctica es su importancia en el desarrollo de la relación de apego.

La teoría del apego moderna no sólo identifica como función principal la protección física del bebé, sino que lo relaciona con la regulación emocional. Los vínculos de apego sano son necesarios sobre todo los primeros años de vida ya que influyen en el desarrollo e integración de las funciones en el hemisferio derecho, en el izquierdo, en las funciones corticales y en las límbicas.

Los niños hasta los 2-3 años, no son capaces de autorregularse emocionalmente por sí mismos, lo hacen a partir de su figura de apego ya que el hipocampo, modulador ante reacciones indiscriminadas de la amígdala, no empezará a funcionar en el niño hasta esa edad.

Durante la práctica del masaje ambos se calman, madre/padre y bebé lo que favorece la producción de oxitocina. La oxitocina es el mediador químico que produce y sostiene el comportamiento maternal en la mujer y paternal en el hombre. Favorece la empatía ayudándonos a reconocer las emociones de nuestro bebé y respondiendo afectivamente de una manera adecuada.

Todo esto favorece una relación armoniosa, imprescindible para el aprendizaje y un correcto desarrollo. En una visión más holística del Masaje Infantil podríamos decir que nos enseña a jugar con los bebés, a reforzar el vínculo no sólo entre madre y bebé sino también entre padre/pareja y hermanos, potencia el neurodesarrollo y nos ayuda a detectar signos de alerta, fomenta la comunicación y nos proporciona herramientas prácticas para una crianza basada en el respeto.

Alba Camacho Sáez
Educadora de Masaje Infantil
Psicóloga perinatal, infantil y juvenil,
psicopedagoga y enfermera

El valor y el poder de los rituales en la infancia

Reflexionemos sobre de qué forma las criaturas y adultos nos abrimos a lo nuevo y nos despedimos de lo que dejamos atrás, pues estaremos enseñando a tomar pero también a soltar, a desapegarse y dejar ir lo que ya se fue.

Los cumpleaños de las niñas y niños suponen un ritual importante que hemos de celebrar y dar la importancia que tienen. Sienten por un día que son los protagonistas, reciben atención y regalos, se le speude hablar de lo que supone tener un año más, van dejando conductas de las edades más tempranas y van tomando responsabilidades y derechos. Esto deja huella también a nivel del inconsciente que funciona en forma de simbolismo.

• Los RITUALES son actos que encierran un simbolismo y nos unen. Invocan y se cargan de afectos, de emociones ... y así nos permiten **sentirnos PARTE, sentirnos incluídos** en algo más grande y amplio que nosotros mismos; esto es vital en la infancia para construirnos y sentirnos dentro de nuestra comunidad.

• Los RITUALES nos devuelven la importancia del simbolismo, de lo que perdura más allá del presente y por esto en la infancia ayudan a construir el sentido de la **continuidad y de la permanencia de los afectos**, de las vivencias más allá de estas pequeñas rupturas o pérdidas.

• "Los ritos son acciones simbólicas que unen a los individuos sin necesidad siquiera de mediar palabra: comunidad sin comunicación. Mientras que los ritos cumplen una función fundacional y cohesionadora, pues **«transmiten y representan los valores y órdenes»** que mantienen unida y entrelazada a una sociedad, [...] por el contrario, lo que hoy predomina es una comunicación sin comunidad" (*).

¿Qué rituales habéis podido hacer con vuestros hijos o alumnos en vuestras escuelas?

(*) extraído de www.filco.es "El poder de los rituales". Artículo sobre el filósofo Byung-Chul Han. Texto tomado de Senda.

Esta especial vuelta al colegio

Ha llegado el momento de decir adiós al verano y de volver a la rutina. En septiembre los más pequeños se despiden de días sin horarios, momentos al sol jugando con la arena, en el agua y de noches de aventuras con hermanos intentando no dormir con la ilusión de ver amanecer.

Septiembre es ese mes de despedida, pero también lo es del comienzo de nuevos proyectos. Está lleno de entusiasmo, sobre todo para ellos. La vuelta a la escuela se presenta como algo emocionante: es tiempo de preparativos y está a punto de producirse el reencuentro con los amigos.

Este año la vuelta es algo distinta para todos, por un lado, para algunos niños hay más emoción pues el tiempo que llevan sin ir a clase, verse y jugar es más de lo habitual, pero por otro lado, está la incertidumbre de cómo será ahora la "nueva escuela". Hay también niños que asustados por la enfermedad o acomodados a estar más horas en casa y en familia, no tienen claro querer volver.
¿Qué podemos entonces hacer diferente con respecto a otros años para ayudar a nuestros hijos? Por un lado, tenemos que ajustar nuestras expectativas a la realidad y poner mucha **atención a lo que les decimos**, es importante no afirmar lo que no sabemos con certeza (por ejemplo, que seguro que todo va bien y que ningún niño tendrá que quedarse en casa en cuarentena) porque en caso de no ser así, podrían perder la confianza en nosotros y sentirse engañados. Hay que pensar a corto plazo, empiezan el colegio de forma presencial y eso es ahora lo importante, pero como el curso vaya avanzando no lo podemos predecir.

Algo también muy importante es **proporcionarles seguridad** para que

no sientan que les "abandonamos en un medio no seguro". Hay que prestar especial atención a lo que hablamos delante de los hijos, sobretodo de los más pequeños. Si van al colegio es porque creemos que las medidas de protección son efectivas y hay que evitar hacer comentarios en casa como **"esto de la mascarilla o el lavado de manos no sirve para nada" o "vamos a acabar todos enfermos"**. Podrían sentirse contrariados en cuanto al cumplimiento de las normas y medidas.

Igual de importante es observarles de forma continua y recordar que los niños no exteriorizan su estado emocional como los adultos. Pueden tardar más y hacerlo incluso unos meses después del inicio de las clases. Puede haber niños más tristes o cansados, desafiantes, más irritables y pueden, entre otros signos y síntomas, aparecer alteraciones en el sueño o en la comida.

Lo importante es validar sus emociones no haciéndoles sentirse culpables o "bichos raros" por lo que sienten, necesitarán que les ayudemos a reconocer sus emociones, que les sostengamos con paciencia, abrazos y muestras de afecto y que les enseñemos a expresar esas emociones tan intensas de una manera adecuada.

Lo más importante es ser capaces de empatizar con nuestros hijos y ver la situación como si fuésemos ellos. No podemos obviar que los niños tienen una gran capacidad de adaptación y no hay que anticiparse y actuar pensando que seguro que les será muy difícil. No olvidemos tampoco a los adolescentes, puede ser que les pidamos más de lo que son capaces, no son adultos y para ellos por el momento de desarrollo en el cual se encuentran lo más importante es el sentimiento de pertenencia al grupo. Necesitan relacionarse y también muestras de afecto continuas, habrá que tener paciencia para insistirles en que ahora es importante adaptarse a la nueva normalidad. Es responsabilidad de los padres y también de los docentes facilitar a los niños y adolescentes, **esta especial vuelta al colegio.**

Alba Camacho
Psicóloga perinatal, infanto-juvenil, psicopedagoga y enfermera

NUEVOS ASPIRANTES A EDUCADORES (CIMIs)

Zaragoza, marzo 2020

Preparando la práctica en un curso de Formación en Madrid

¡Que llega el lobo!

¡Que llega el lobo! es un cuento escrito e ilustrado por el francés Emile Jadoul, en el que los pequeños lectores podrán aprender que no todo es lo que parece y que se necesita toda la información antes de hacerse una idea equivocada; transmite que no hay que dejarse influir por las apariencias.
Un libro especialmente pensado para los bebés, en la etapa 0-3 años, escrito con letras mayúsculas, de manera que más tarde también sirve como libro de primera lectura y de cartón acumulativo y con un final sorpresa ¡que encanta a los niños!

A la casita de gran ciervo llega conejo corriendo deprisa porque viene el lobo. Ciervo le abre rápido la puerta y se dan la mano. Y lo mismo sucede con cerdito y con osito. Los animales se van reuniendo dentro de la casa a toda prisa ¡¡Corre, corre!! ¡¡Que llega el lobo!! Cuando por fin llega el lobo... ¿Será tan temible este lobo como parece? ¿Qué ocurre cuando al fin llega? ¿Qué le habrán preparado?

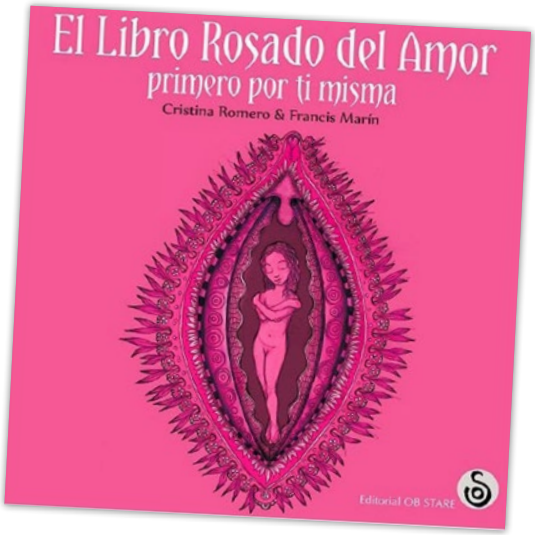
El libro rosado del amor, primero por ti misma

Dentro de la colección Libros en tribu, Cristina Romero nos invita a reflexionar sobre el amor romántico que nos venden en los cuentos de hadas y el verdadero Amor, con mayúsculas. **El Amor con mayúsculas hace referencia a aquel que respeta al otro, que no pretende cambiarlo.**

De una manera poética, este libro habla de muchos temas complicados, como el maltrato en la pareja o el abuso sexual. También habla de **sexualidad** y de **relación amorosa**, recordándonos lo importante que es respetar nuestros propios cuerpos y nuestros propios tiempos.

Se trata de un libro que invita a las niñas a conocer su propio cuerpo, su sexualidad, a quererse y respetarse, y a saber poner límites a aquello que no les gusta. Dedicado a las mujeres, a recordarles que **ellas son las únicas poseedoras de sus cuerpos, que el amor es ante todo respeto y que la única forma de encontrar el amor verdadero es cuando nos colocamos en el lugar del respeto por una misma.**

Nos invita a caminar, siempre, el camino del respeto y el Amor por nosotras mismas. El Libro Rosado del Amor, Primero por ti misma nació para gritar lo importante que es el respeto por el cuerpo de las niñas, de las jóvenes y de las mujeres de nuestro planeta. **Y recuerda que es cuando te Amas y te cuidas que a tu alrededor ocurren las cosas más hermosas de estar viva.**



El libro de los superpoderes

Todos tenemos un talento que nos hace únicos y especiales. A algunos se les dan bien las matemáticas y a otros la cocina. Unos son aventureros y otros prefieren leer. **Todos brillamos por nuestra unicidad**, cada uno a su manera. Descubre qué te hace diferente a los demás, ni mejor ni peor. ¿Cuál es tu talento?

Los valores que toca El gran libro de los superpoderes son muchísimos. En sí, cada uno de los superpoderes representa uno de ellos y en el libro aparecen 18 superpoderes y, conectados con éstos, muchos valores y emociones.

Un mensaje muy poderoso que consigue hacernos reflexionar sobre nuestro yo más profundo y que subraya a la vez la **diversidad y la unicidad de toda persona**. **Una colección de talentos bellísimamente ilustrada que te hará reflexionar sobre la identidad, y sobre tus virtudes y capacidades**. Disponible también en catalán, gallego y vasco.

Los atrevidos y la aventura en el Faro

Elsa Punset, autora e importante referente en el ámbito de la inteligencia emocional, ha creado la colección «El taller de emociones», una herramienta que ayudará a los niños a conocer y controlar sus propias emociones, algo imprescindible para crecer feliz.

Saber gestionar nuestras emociones no siempre es fácil, especialmente para los más pequeños. **Educar con inteligencia emocional es algo esencial para enseñar a los niños a manejar sus emociones y así mejorar sus relaciones con los demás, superar los problemas cotidianos y tomar mejores decisiones.**

La conocida autora combina en esta colección aventuras entrañables para los niños y niñas con el **taller de emociones**, en el que toda la familia descubrirá pistas y recursos para mejorar su inteligencia emocional.

Los Atrevidos protagonistas aún no lo saben, pero están a punto de descubrir cómo hacer magia con sus emociones. Acompañados por el genial y experimentado entrenador de emociones, la gaviota **Florestán**, se enfrentarán cada noche a retos divertidos y trepidantes. A través de sus aventuras aprenderemos de forma amena a gestionar nuestras emociones...

ACEITES

SESAMO VIRGEN 100ml.

Pvp	Socios	Colaboradores
11,00	8,95	9,45

ALMENDRAS DULCES 100ml.

Pvp	Socios	Colaboradores
8,95	6,50	7,20

ALMENDRAS DULCES VIRGEN 100ml.

Pvp	Socios	Colaboradores
11,00	8,95	9,45

ALMENDRAS DULCES 1000ML.

Pvp	Socios	Colaboradores
24,50	19,30	20,70

Todos nuestros aceites son aceites vegetales de TerpenicLabs. Los Aceites Vegetales son sustancias grasas obtenidas por presi'on en frío de las semillas o frutos de plantas oleoginosas.

Su importancia radica en su alto contenido en ácidos grasos esenciales, fundamentales en el cuidado de la piel.

En AEMI ofrecemos dos tipos de aceites, de almendras dulces o de sésamo, po considerarlos el soporte ideal en cualquier tipo de masaje dada su densidad y rendimiento.

DISPENSADORES DE 20ml

Nuestro dispensador de aceite en envase de plástico PET (apto para uso alimentario) práctico y cómodo pensado para llevar siempre encima en los momentos de Masaje. Pequeñito y con dosificador permite utilizar solamente la cantidad necesaria, sin peligro de que se derrame o se rompa el envase y que además te permitirá seguir utilizando el aceite restante en las siguientes sesiones puesto que no habrá sido manipulado.

Pvp	Socios	Colaboradores
2,40	1,75	2,00

DIFUSIÓN

PÓSTER (3 modelos)
Socios
0,12

FLYER
Socios
0,07

TRÍPTICOS AEMI
Socios
0,15

CARPETA CORP.
Socios
2,66

PENDRIVE USB AEMI 4GB
Socios
8,41

GLOBOS
Socios
0,30/ud | 2,18 pack de 10uds.

MUÑECO/A

Muñeco AEMI (3 modelos: caucásico, africano y asiático)

Pvp	Socios	Colaboradores
90,97	59,90	71,39

MUÑECO/A PREMATURO

Muñeco prematuro

Pvp	Socios
76,23	50,82

BOLSA PARA EL MUÑECO

Bolsa para el muñeco

Pvp	Socios
6,75	5,00

TRAVELLLING DOLL

Travelling doll

Pvp	Socios
95,00	65,00

CAMISETA AEMI

Camiseta promocional de AEMI, 100% algodón, disponible en modelo de hombre y mujer.

Pvp	Socios	Colaboradores
-	15.00	-

WAWA BAND

Wawa Band

Pvp	Socios
36	27,30

WAWA WRAP

Wawa Band

Pvp	Socios
24,20	16,80

WAWA WEAR

Wawa Band

Pvp	Socios
30,25	25,00

MUÑECO DE PORTEO

Muñeco de Porteo — Pvp 90,97 — Socios 63,53

SEGUNDA PIEL

Funda para el muñeco de porteo — Pvp 14,70 — Socios 12,60

CAMISETA PARA MÉTODO CANGURO MELIC

Camiseta para método canguro MELIC — Pvp 59,96 — Socios 56,70

BODY

Body Aemi — Pvp 13,65 — Socios 11,50

Body Apmi — Pvp 18,42 — Socios 15,98

DVDs

DVD IAIM

Pvp	Socios
10,25	9,00

Dvd de la Asociación Internacional de Masaje Infantil con la fundadora de IAIM Vimala McClure

DVD AEMI Masaje Infantil, Nutrición Afectiva

Pvp	Socios	Colaboradores
15,73	10,00	13,50

DVD editado por AEMI.
Una buena herramienta para presentaciones, charlas y conferencias para las Educadoras de Masaje Infantil IAIM.

Contiene testimonios de profesionales de diferentes ámbitos dentro del mundo de la infancia, en relación al Masaje Infantil.

Con la participación de Mercè Simón, fundadora de AEMI.

LIBROS

Libro "Masaje Infantil"
Vimala McClure

Pvp	Socios	Colaboradores
26,48	22,66	23,40

Libro "La Jirafita Masajista"
Elena Andrés

Pvp	Socios	Colaboradores
11,12	7,93	8,32

Nuevo Manual del Educador

Pvp	Socios	Colaboradores
-	17,89	-

Libro-CD "¿Te acaricio el alma?"
Mª Paz García

Pvp	Socios	Colaboradores
15,75	12,60	13,30

Libro "Las aventuras de Icba"
Blanca López de Arce

Pvp	Socios	Colaboradores
21,90	15,75	17,00

Libro "La primera relación"
Guillermo Gorostiza

Pvp	Socios	Colaboradores
6,50	5,00	5,50

Libro "El taller de Masaje Infantil. Herramienta de marketing de la Educadora de IAIM-AEMI"
Angela Mª Fernández Bueno

Pvp	Socios	Colaboradores
17,85	15,75	16,00

MÚSICA

Libro "Nanas del Mediterráneo"
Rosa Zaragoza

Pvp	Socios	Colaboradores
19,84	15,00	19,63

CD "Nacer, Renacer"
Rosa Zaragoza

Pvp	Socios	Colaboradores
23,84	19,00	22,60

CD "Canciones de Luna"
Cecilia Aranda

Pvp	Socios	Colaboradores
16,84	12,00	13,98

CD "Amitomake"

Pvp	Socios	Colaboradores
14,85	10,00	12,10

CD "A flor de Pell"
Julia Prunjés

Pvp	Socios	Colaboradores
17,84	13,00	15,12

CD "Massatge amb cançons"
Dàmaris Gelabert

Pvp	Socios	Colaboradores
15,75	14,75	16,00

CD "Jocs de Falda, d'ara i de sempre"
Dàmaris Gelabert

Pvp	Socios	Colaboradores
15,75	14,75	14,50

Ventajas del socio

- Seguro de Responsabilidad Civil
- Difusión gratuita en la WEB, de cursos y actividades de Masaje Infantil
- Posibilidad de utilizar el logo de AEMI y el de IAIM
- Posibilidad de utilizar un correo con dominio masajeinfantil.es
- Acceso a información bibliográfica
- Acceso al banco de fotos de AEMI
- Información de interés sobre masaje infantil y resolución de dudas
- Contacto y consultas vía mail con la Junta directiva de AEMI
- Cuotas reducidas en cursos de formación continua y complementaria
- Cuotas reducidas en las Jornadas de Masaje Infantil de AEMI
- Consultas jurídicas, laborales y médicas
- Posibilidad de representar de forma activa a la Asociación en instituciones públicas y privadas
- Acceder a cursos solicitados por entidades públicas y privadas, que colaboran con la Asociación, ya sean, gratuitos y/o remunerados
- Acceder a contactos con familias interesadas en cursos de Masaje Infantil
- Participación en las distintas comisiones “CIRCULITOS”
- Participación activa en AEMI - Junta, Comité Pedagógico, Comité Ético
- Recepción gratuita del Boletín de AEMI y de IAIM
- Colaboración en el Boletín mediante, artículos, investigaciones, actividades Destacadas...
- Descuentos en los productos de la “Chiquitienda” DVD, CD, libros, aceites, Muñecos, posters, trípticos...
- Aval de formación y calidad por parte de AEMI de los cursos de Masaje Infantil
- Carnet de Socio-Educador
- 10% de descuento por compras online de libros de la editorial Medici, previa solicitud de password en oficina.

Anúnciate en el Boletín de AEMI

Para informarte sobre tarifas, ponte en contacto con la oficina:
Teléfono: 934 366 745
Email: aemi@masajeinfantil.org

Asociación Española de Masaje Infantil