

### **Paulina Lubecka**

czy sa jakies przeciwwskazania do takiego masazu?

**Sylwia Misiak:** Nie masujemy malucha, gdy ma gorączkę. Przeciwwskazaniem jest atopowe zapalenie skóry i inne zmiany skórne. Jeśli jednak np. dotyczą tylko buzi, ciało możemy masować, buźkę pomijamy. Nie masujemy też dzieci bezpośrednio po szczepieniu a w kolejnych kilku dniach, jeśli miejsca wkłucia są tkliwe, również je omijamy.

### **Justyna**

Masaż może pomóc przy problemach brzuszковых dzidziusia?

**Sylwia Misiak:** Oczywiście! Kierunek masażu i sekwencje wykonywanych ruchów wspierają proces trawienia i wydalania. Mimo, że masaż ma swój schemat, to tak naprawdę najważniejszy jest dotyk i kontakt i możemy wykazywać się pewną dowolnością. Przy masażu brzucha natomiast powinniśmy zachowywać narzucony kierunek, by wspomagać dziecko i nieść ulgę w dolegliwościach.

### **Magdalena**

czy dzięki masażom dzieci przestają płakać?

**Sylwia Misiak:** Płacz to dla tak małych dzieci jeden z podstawowych sposobów komunikacji. Nie chcemy zupełnie eliminować płaczu. Doświadczenia rodziców regularnie masujących dzieci mówią jednak o tym, że maluszki są bardziej pogodne i otwarte na świat niż wcześniej i faktycznie płaczu jest sporo mniej. Nie sposób jednak wyciągnąć bezpośredniego wniosku, że to właśnie masaż zminimalizował płacz. Na dobrostan dziecka i jego dojrzałość wpływa mnóstwo innych elementów, od dojrzałości układu nerwowego, przez pielęgnację, po emocje rodzica.

### **Magdalena**

czy do masażu trzeba mieć bardzo krótkie paznokcie?

**Sylwia Misiak:** Pielęgnacja maluszka, zwłaszcza, gdy jest to pierwsze dziecko, na początku może powodować niepewność i obawy. Jeśli mama jest przyzwyczajona do długich paznokci, potrafi wykonywać precyzyjne ruchy i nie generuje to u niej lęku o przypadkowe zadrapanie czy uszkodzenie skóry dziecka, to może mieć dłuższe. Na pewno pierwsze masaże a być może już wcześniejsza pielęgnacja pokażą czy dla danej mamy jest to wygodne, czy na pierwsze tygodnie po porodzie wolałaby jednak paznokcie skrócić.

### **Anna**

Ile czasu powinien trwać taki masaż?

**Sylwia Misiak:** Na początku masaże mogą trwać ok 10 minut i obejmować np., tylko przód ciała. W miarę jak dziecko oswaja się z dotykiem i intensywnością doznań płynących z masażu, zwiększamy liczbę powtórzeń, dodajemy masaż pleców i buzi, tym samym czas masażu się wydłuża. Dolecowo do 30-40 minut przy pełnym masażu z dziećmi około 3-4 miesiąca.

### **Wioleta**

uwielbiam jak Pani Sylwia opowiada 😊 bylam u Pani na kilku warsztatach z chustonoszenia i serdecznie polecam 😊 swietne podejscie, odpowie na wszystkie pytania, pomoze 😊

Bardzo dziękuję. I serdecznie zapraszam. Z masażu Shantala można korzystać także w grupie. W obecnych rygorach grupy są bardzo kameralnie ograniczonej do 4 mam + i osoby prowadzącej. Możliwe są sesje indywidualne. Prowadzę również kursy indywidualne i grupowe online. W grudniu rusza piąta edycja szkolenia online dla rodziców.

### **Ewelina**

Czy masujemy też plecki?

**Sylwia Misiak:** Tak, plecy również. Przy masażu pleców musimy zapewnić dziecku wygodną i stabilną pozycję. Jeśli leżenie na brzuszku dla dziecka jest jeszcze wyzwaniem, możemy układać je na swoim ciele. Początkowo plecki masujemy powierzchnią całej swojej dłoni, w kolejnych masażach wprowadzamy dodatkowe elementy i masaż palcami.

### **Anna**

jak często wykonywać masaż?

**Sylwia Misiak:** Jeśli chcemy mówić o regularności i szybko zaobserwować efekty, warto masować 3-4 razy w tygodniu. Niektórzy rodzice, wykorzystując masaż jako element porządkujący rytm dnia, masują codziennie. Ale warto też pamiętać, że masaż jest intensywną stymulacją, a nie chcemy też niemowląt przebodźcować, więc na pewno pełnego masażu nie wykonujemy kilka razy dziennie. Elementy, np. masaż brzuszka, jak najbardziej.

Dołączam kupon rabatowy na indywidualne zajęcia online.

Oferta:

- 3 spotkania online (po 40 minut)
- skrypt do pracy własnej (PDF)
- dostęp do instruktażowych nagrań video
- propozycje dotyczące muzyki do masażu
- dyplom udziału (PDF)

Wartość kursu: 300 zł. Dla uczestników eventu 26.11 – 200 zł. Maksymalnie 5 kursów. Oferta ważna do końca roku.

2.12 rusza też grupowy kurs online. Szczegóły w wydarzeniu na FB.

Jeśli chodzi o kontakt ze mną, preferuję przez profil Nowoczesne Rodzicielstwo Sylwia Misiak na FB lub [www.nowoczesnerodzicielstwo.pl](http://www.nowoczesnerodzicielstwo.pl) i [www.centrumbliskosci.pl](http://www.centrumbliskosci.pl). Ale może być też tel. 507-77-19-78.