



WELEDA

Dal 1921

Guida al massaggio del bebè



L'etica e il rispetto per la natura sono i principi cardine su cui si fonda Weleda, che dal 1921 si prende cura della persona, incoraggiandola ad attingere alle proprie sorgenti di vitalità per trovare l'equilibrio interiore e sviluppare così la bellezza armonica e autentica.

I nostri prodotti, completamente naturali, racchiudono cura e passione e regalano al corpo benessere e sollievo. Le texture vellutate, gli oli leggeri e le creme soffici sprigionano un bouquet di fragranze straordinarie che fanno rivivere e riscoprire, attraverso un'esperienza sensoriale coinvolgente, l'autentico profumo della natura.

Utilizzando esclusivamente materie prime di origine vegetale, provenienti da coltivazioni biologiche, biodinamiche o da raccolta spontanea certificata, abbiniamo sapientemente le proprietà benefiche di foglie, fiori e frutti alle specifiche esigenze della persona, accompagnandola nell'età della vita, così come nei diversi momenti della sua giornata:

- **Calendula per avvolgere i più piccoli in un abbraccio di calore**
- **Malva per i bambini con la pelle ipersensibile**
- **Amande per accompagnare le mamme nel periodo della gravidanza**
- **Rosa per attenuare le prime rughe**
- **Ratania per gengive forti e sane**
- **Betulla per attenuare gli inestetismi della cellulite**

**100%
naturali
certificati**

Dalla scelta delle materie prime al prodotto finito, contribuiamo alla salvaguardia delle risorse naturali e favoriamo lo sviluppo di modelli di collaborazione equo-solidali.

La biodegradabilità e la dermocompatibilità, infatti, sono criteri vincolanti per i nostri prodotti che sono privi di sostanze chimiche, oli minerali, conservanti e fragranze di sintesi.

Inoltre, per una profonda responsabilità e rispetto nei confronti del regno animale e della natura, rifiutiamo da sempre i test sugli animali e progettiamo tutta la nostra filiera produttiva affinché possa avere il minimo impatto ambientale.

Weleda si impegna costantemente a rispettare le esigenze ed i ritmi non solo della natura ma anche dell'Essere umano, migliorando costantemente lo standard bionaturale dei propri prodotti - **in accordo con uomo e natura.**



Come massaggiare il vostro bambino

Cosa c'è di più naturale che coccolare il proprio bambino? Sapete che il contatto pelle-pelle è essenziale per la salute e il buon sviluppo del bebè?

Il tatto è il primo senso attraverso il quale il vostro bambino entra in contatto con il mondo. Attraverso il massaggio, voi comunicate con il vostro bambino e lui vi ricambia con dolcezza e tenerezza. Grazie ad alcuni semplici gesti, eseguiti con molta calma, potete creare una forma di dialogo e complicità e uno spazio d'intimità che è solo vostro e del vostro bimbo.

Potete massaggiarlo con qualche goccia di Olio Trattante alla Calendula Weleda Baby, a partire dalla prima settimana di vita*, aumentando progressivamente la durata del massaggio. All'inizio per qualche minuto, a partire dal primo mese fino ad un massimo di 20 minuti, aumentando quindi la durata con la crescita del bambino.

Lontano dalle preoccupazioni e dagli impegni della vita quotidiana, questi momenti di condivisione rassicureranno il vostro bambino. Lasciate dunque parlare le vostre mani e, con questi massaggi, offrite al vostro bambino tutto il vostro amore...

*o subito dopo la nascita, sotto la guida di una puericultrice o di una ostetrica.



I principi del massaggio

- Trovate una posizione confortevole, spalle e braccia distese.
- La mano dovrà essere sciolta e poggiare completamente sulla pelle del bimbo.
- Il massaggiatore deve assicurare un contatto continuativo con il bebè anche quando ha necessità di versare dell'altro olio (per es. con una mano, un avambraccio, ...).
- La pressione esercitata dalla mano deve equivalere al peso della mano e del braccio del massaggiatore. Se la pressione è insufficiente sembrerà più una carezza e rischiereste così di agitare o fare il solletico al vostro bambino.

Perché scegliere il massaggio a pancia in giù

- Quando il bambino è prono in genere non è più soggetto al "riflesso di Moro" (quando agita le braccia involontariamente).
- Il bimbo può succhiare il suo pollice.
- La posizione a pancia in giù massaggia naturalmente il ventre.
- La schiena è la parte più semplice sulla quale fare pratica del massaggio al bebè.
- In questa posizione, sollevando la testa, il bebè sollecita i muscoli del dorso sin dalle prime settimane di vita.

La posizione **magica**

Conversazione a due, pianti, disperazione, dolori addominali... Questa posizione magica aiuta il contatto con il genitore. Calma il bebè e lo prepara, rilassandolo, al prossimo massaggio.



Come fare

- Sebbene possa sembrare facile, la giusta posizione è difficile da trovare...
- Posizionate una mano dietro la nuca del bebè e mantenete, senza forzare, una leggera flessione della testa.
- L'altra mano mantiene il bacino in flessione. Le gambe sono nella posizione del Buddha.
- In questa posizione il bimbo ritrova i riferimenti interni legati alla vita fetale. Un leggero ondeggiare delle mani contiene le gambine, mentre rassicura il bebè, calmando eventuali pianti.



A 20 cm dagli occhi,
il vostro bambino vede
in modo nitido.
Questa posizione
permette di cogliere
facilmente il suo
sguardo e di dialogare
insieme; punto di
partenza per grandi
"complicità".

Astuzie

per girare facilmente il vostro bimbo

Il vostro bebè non apprezza molto essere preso sotto le braccia quando viene sollevato dal fasciatoio.

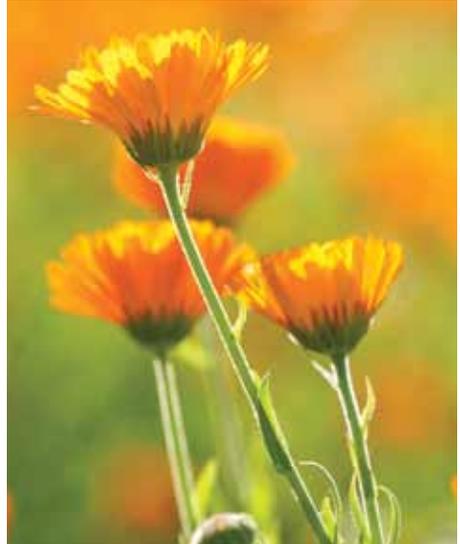
Per afferrare il vostro bambino:

- girate il bimbo dal lato che preferite;
- mettete la vostra mano sul suo torace e poi sollevatelo dal piano, prendendolo per una gambina (vedi foto);
- dovete sentire il bambino in equilibrio sulla vostra mano;
- per rimetterlo sul piano (fasciatoio, letto, ecc.) fate il movimento inverso.

Per rigirare il vostro bebè:

- sollevate il bacino e fate ruotare il bimbo partendo dalla testa.





Il massaggio è prima di tutto un momento di piacere e di rilassamento. Permette la realizzazione di una comunicazione non-verbale tra voi e il vostro bambino.

Non ci sono regole da rispettare. Date spazio al vostro buon senso e alla volontà di condividere un momento unico con il vostro bimbo. In questo contesto nessun gesto sarà pericoloso.

Dal momento in cui avrete acquisito padronanza dei primi gesti suggeriti in questo opuscolo, lasciatevi guidare dalla vostra personale intuizione e vedrete che, insieme al vostro bambino, inventerete nuovi gesti.

Il tempo del massaggio varia da 2 a 20 minuti. Sta a voi "sentire" le esigenze del vostro bimbo, anche in base all'età, alla sua stanchezza, ecc.

Evitate solo che prenda freddo.



Il massaggio del **dorso**

- 1** Mettete la mano destra sulla spalla sinistra del vostro piccolo. Distendete il vostro braccio e fatelo scivolare lentamente verso la natica destra.
- 2** Mentre fate quel movimento posizionate dolcemente la vostra mano sinistra sulla spalla destra del bimbo.
- 3** Nel momento in cui la prima mano arriva sulla natica destra, cominciate a far scivolare la vostra mano sinistra verso la natica sinistra del bebè.
- 4** Contemporaneamente la vostra prima mano lascia la natica del bimbo per riposizionarsi sulla sua spalla sinistra.



Ricercate un movimento fluido e armonioso con entrambe le mani, mantenendo sempre una mano a contatto con la pelle del vostro bambino.

Il massaggio della **coscia**

- 1** Mettete la mano destra sul sederino del bebè per evitare che scivoli fuori dal fasciatoio.
- 2** Mettete ora la mano sinistra sotto la coscia sinistra, pollice all'esterno.
- 3** Scendete lungo la coscia effettuando una rotazione della mano verso l'esterno, tirando leggermente, continuate il movimento verso il piede effettuando una rotazione della mano verso l'interno (adesso il pollice all'interno).



La presa circolare permette di esercitare una leggera trazione. Lasciate i piedini molto dolcemente per evitare un riflesso di triplice flessione, poco gradevole per il bebè.



Il massaggio del piede

1 Posizionate il piedino del vostro bebè tra il dito indice e il medio della vostra mano (presa a "V"- vedi foto).

In questo modo potrete accompagnare i movimenti di flessione/estensione della gamba, continuando il massaggio.

2 Se la presa a "V" è corretta avrete a disposizione entrambi i vostri pollici per massaggiare la pianta del piede, ogni singolo dito, i malleoli... I bambini lo amano molto. E anche le mamme.



Il piede è la sede di zone riflesse (riflessologia plantare).
Bisogna sempre massaggiare entrambi i piedi in modo equilibrato e cercare di non esercitare pressioni troppo sostenute sulla pianta del piede.



Il resto del **corpo**

Potete prolungare il massaggio a pancia in su e massaggiare così il torace, il ventre, le braccia e le mani. Sta a voi poi continuare.



Con l'esperienza del tocco, le vostre mani inventeranno altre tecniche. A questo punto date spazio al vostro intuito.





100%
naturale
certificato

Olio Trattante alla Calendula

Igiene e dolce trattamento

- Ideale per accompagnare il massaggio del vostro bimbo, questo olio, completamente naturale e privo di profumazione, avvolge il vostro bambino in un abbraccio di calore benefico e rispettoso della sua pelle delicata.
- L'olio di sesamo associato agli estratti di calendula BIO nutre, protegge e calma la fragile cute del neonato.

La ginnastica del bebè

- Potete giocare col vostro bambino facendogli fare dei movimenti che non è ancora in grado di fare da solo. Questi movimenti lo sciolgono aumentando la coscienza e la percezione del suo corpo.
- Realizzate una presa circolare attorno alla caviglia o al polso del vostro bebè per ottenere una presa stabile. Essa permette di effettuare delle leggere trazioni sugli arti del bambino.
- Sono valide tutte le combinazioni di movimenti... a voi trovarne quante più possibili.





Il massaggio del pancino

Avere cura che l'ambiente in cui si pratica il massaggio sia caldo, come anche le mani (riscaldare mani e avambracci in acqua tiepida). Riscaldare tra le mani un po' di **Olio per il Pancino Weleda** e frizionare la zona ombelicale con un leggero movimento in senso orario. Le ostetriche raccomandano di spalmare l'olio con un massaggio a spirale verso la coscia sinistra. Questa tecnica viene suggerita specialmente in caso di fastidi dovuti alla formazione di gas intestinali.



Olio per il Pancino Attenua le coliche

Di consistenza leggera, a base di finissimo olio di mandorle dolci, è stato formulato per i massaggi rilassanti dell'addome del neonato. Gli oli eterici di maggiorana, camomilla romana e cardamomo in esso contenuti, sono noti per la loro capacità di favorire la digestione. Un leggero massaggio con l'Olio per il Pancino Weleda aiuta ad attenuare le coliche.



Per te e per il tuo bambino

Tisana per la Mamma Consigliata nel periodo dell'allattamento

Dall'aroma leggero e gradevole, è una miscela di piante selezionate da coltivazioni bio. Grazie al fieno greco, ricco di minerali e vitamine, sostiene la mamma durante l'allattamento, supportando l'apporto di liquidi richiesto. Contiene inoltre semi di anice, finocchio e cumino, tradizionalmente impiegati nel periodo dell'allattamento.







Linea Baby Calendula Bio per la pelle delicata del tuo bambino

Fine, fragile e ancora vulnerabile, la pelle del neonato merita trattamenti specifici, delicati e protettivi, che rispettano la sua natura.

È per questo che WELEDA ha creato una gamma di prodotti completamente naturali, a base di calendula e di camomilla BIO, di oli di mandorle dolci e di sesamo.

Crema Protettiva - Protegge e lenisce al cambio del pannolino.

Olio Trattante - Igiene e dolce trattamento.

Crema Fluida - Nutre e idrata.

Crema Corpo - Ricco trattamento protettivo.

Crema Viso - Idrata la pelle del viso del tuo bebè.

Babywash Corpo e Capelli - Dolce trattamento di pulizia.

Bagno - Trattamento rassereneante.

Bagno Cremoso - Trattamento dolce e avvolgente.



New



Linea Baby Derma Malva Bianca Bio per la pelle ipersensibile tendente a dermatite atopica

I prodotti della nuova Linea Weleda Baby Derma Malva Bianca Bio senza profumazione si prendono cura della pelle ipersensibile, secca e irritata, proteggendola sin dai primi giorni di vita. A base di estratto di radice di altea e puri oli vegetali, offrono un trattamento nutriente e sostengono le naturali funzioni protettive della pelle. Irritazioni e prurito vengono attenuati, così il vostro bambino può sentirsi nuovamente a suo agio.

Malva Bianca Crema per il Viso dall'azione calmante e idratante, offre un trattamento profondo alla pelle del viso.

Malva Bianca Crema Fluida è un ricco trattamento per tutto il corpo dalla benefica azione calmante.

Malva Bianca Crema Protettiva con ossido di zinco svolge un'azione protettiva e riepitelizzante ed è specifica per la pelle irritata dal pannolino bagnato.



WELEDA

Dal 1921

Weleda Italia Srl
Via del Ticino, 6 - 20153 Milano
Tel.: +39 02 48 77 051
www.weleda.it

Weleda da sempre non esegue e non commissiona test su animali
Dialoga con l'Esperto Mamma e Bambino e informati su www.weleda.it
Weleda Italia è su Facebook 