

Masaje bebés, pies y piernas.

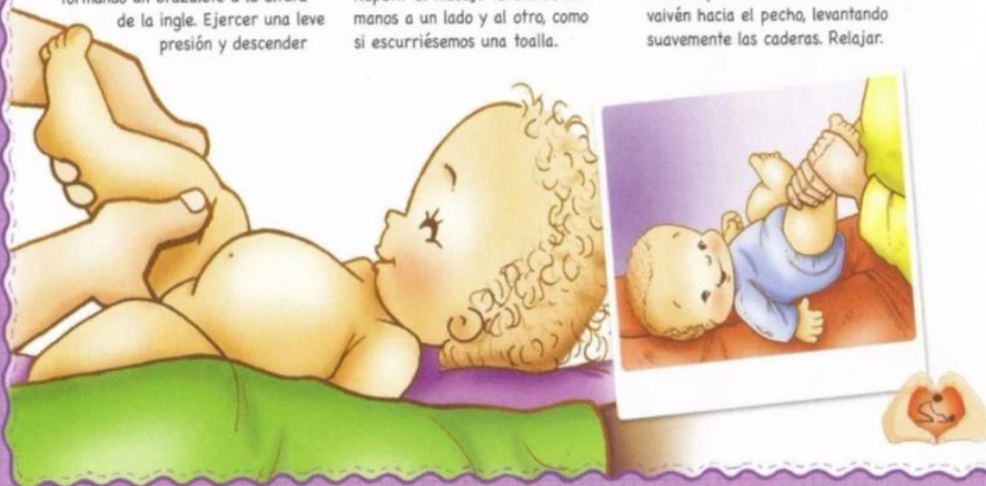
Extremidades inferiores: piernas

Colocar una mano por debajo y otra por encima del muslo del niño, formando un brazalete a la altura de la ingle. Ejercer una leve presión y descender

hacia el pie, alternando las manos (primero una y luego la otra). Repetir el masaje torciendo las manos a un lado y al otro, como si escurriésemos una toalla.

Cambiar de pierna.

Tomar al pequeño por debajo de las rodillas y realizar un movimiento de vaivén hacia el pecho, levantando suavemente las caderas. Relajar.



Extremidades inferiores: pies

Con los pulgares de ambas manos realizamos círculos concéntricos sobre la planta del pie, desde el talón hacia los dedos. Regresar al talón o punto de partida, pero esta vez en línea recta.

Repetir la secuencia del masaje con toda la palma de la mano. Mantener la pierna en alto, sosteniendo con una mano el tobillo; con la otra mano presionar suavemente en círculos y en dirección hacia la ingle.

Tomar los dedos ejerciendo una leve presión; a continuación, doblarlos y estirarlos con suavidad. Realizar masajes de extensión y estiramiento siempre con delicadeza y suavidad. Finalizar la sesión dando besitos en el pie.

