

camino hacia la zona refleja”.

✱ **Natural y eficaz.** Se trata de una terapia natural, indolora y sin contraindicaciones. Manual y no invasiva, puede aplicarse en casa –una vez aprendida la técnica– y ofrece resultados inmediatos.

✱ **Beneficios.** Con la aplicación de la ciberterapia sobre neonatos, el equipo de la terapeuta Lone Sorensen (creadora de la reflexología fácil sorenssystem y fundadora y directora del Instituto de Reflexología Podal/Facial) propone una herramienta para que los recién nacidos sean capaces de “enfrentarse a una nueva situación, aliviando muchas molestias que pueden sufrir como succionar, alimentarse correctamente, regular el sueño, descongestionar la nariz, problemas de oído, movimientos automáticos, defensas...”. También han comprobado que

es adecuada en trastornos neurológicos, cutáneos, digestivos, circulatorios, urológicos, reumatológicos y hormonales. Además, contribuirá a calmarle: con las caricias y el reconocimiento del olor y la voz.

✱ **¿Y la madre?**

Insistiendo en los beneficios, vamos a hacer un breve inciso para detenernos en la madre. El hecho de dar un masaje a un niño, repercute positivamente en el adulto (refuerzo del instinto, la intuición, la autoconfianza, la interacción...), pero además desde el Instituto que dirige Lone Sorensen recomiendan la reflexología facial y ciberterapia tras el parto. “Esta terapia tiene un amplio campo de actuación en el tratamiento hormonal después

del parto y en todos los procesos naturales de reforzar el útero, el sistema de defensa y la depresión”.

Con escuela en Barcelona, y posibilidad de realizar los cursos en otros países y a distancia, el objetivo es que la técnica se puede seguir en casa, dos o tres veces al día, en cualquier momento. ¿Cómo? Conociendo los

esquemas terapéuticos de reflexión: “los signos psicológicos, fisiológicos y clínicos del cuerpo se manifiestan al menos en uno de los esquemas de reflexión del cuerpo. Con la estimulación de los puntos reflejos se envían impulsos a través del sistema nervioso a los órganos. Se puede así regular el sistema hormonal, la circulación sanguínea y la tensión arterial, relajar o activar el sistema muscular”.

## Aprende a interpretar las preferencias del bebé

### EXPLORAR SU CUERPO

M<sup>a</sup> Paz García Sola habla de la comunicación a través del tacto como de una relación de conocimiento. En sus cursos ofrece pautas para un masaje de relación e insiste en los beneficios

### EL AYURVEDA

Es otra de las técnicas tradicionales de masajes. Con ella se consigue:

- ✱ Regular y reforzar las funciones respiratoria y circulatoria del bebé.
- ✱ Controlar las incomodidades producidas por los cólicos, gases y estreñimiento, y las molestias por la salida de los primeros dientes.
- ✱ Estrechar el vínculo afectivo entre el bebé y las personas de su entorno.
- ✱ Estimular el sistema inmunológico y proporcionar un mejor desarrollo del sistema nervioso.

Esta técnica la practican el centro Sitara, en Madrid. La sesión de masaje *Kushi* (felicidad, en indio) para bebés, de 30 minutos, cuesta 30€.

Más info: Tel. 91 024 94 26