

***Tui Na* pediatrico: strumento di comunicazione e benessere per i bambini**

*di Sonia Baccetti, Medico agopuntore, Centro di Medicina Tradizionale
Cinese "Fior di Prugna" - Campi Bisenzio, AUSL 10 Firenze*

Ogni tipo di massaggio ha la funzione di ottenere il rilassamento e un generale stato di benessere, ma il massaggio tradizionale cinese permette soprattutto un equilibrio dell'energia Yin e Yang che sta alla base di ogni manifestazione fisiologica e patologica che interessa il corpo o la mente.

Già 2000 anni fa esso era considerato un eccellente metodo terapeutico senza effetti collaterali per la salute. In Cina esistono più di 100 tecniche di massaggio le quali vengono insegnate agli studenti universitari di medicina cinese che vogliono specializzarsi in questa materia.

Il massaggio cinese rivolto all'età infantile risale al 400 a.C. Come tutta la medicina tradizionale cinese esso si basa sul concetto di energia la quale, secondo il pensiero filosofico sviluppatosi in quel paese, caratterizza tutte le scienze, medicina compresa, ed è alla base di tutto l'universo. La stessa energia che anima la natura percorre tutto il corpo umano e determina il suo stato di salute. Compito del massaggio è mantenere l'armonia di questa energia prevenendo l'insorgere dei disturbi oppure recuperando l'equilibrio perduto e quindi curando la malattia.

Quali sono le patologie che si possono curare nel bambino?

Il massaggio prevede la stimolazione dello strato cutaneo e quindi è in grado di trattare le patologie della periferia (problemi muscolari, ligamentosi, articolari) ma poiché la cute è connessa energeticamente alle zone interne dell'organismo con il massaggio possono essere curate anche le patologie di organi e visceri.

In estremo oriente viene inoltre utilizzato con successo anche in molte malattie congenite e nei bambini handicappati.

Ma il massaggio viene utilizzato anche per aumentare le difese dell'organismo poiché il trattamento determina l'aumento dei granulociti neutrofili, dei linfociti e dell'immunità aspecifica.

Ovviamente ha anche alcune controindicazioni quali le malattie infettive acute, le patologie tumorali, alcune situazioni critiche come intossicazioni alimentari, grande fatica o stress.

Poiché si è detto che il sistema energetico del bambino è immaturo il massaggio durante l'infanzia ha un ruolo di estrema importanza da un punto di vista preventivo perché consente una crescita armonica e quindi determina un accresciuta capacità di difese: fondamentale quindi è la sua pratica fin dai primi mesi di vita a cura di quanti instaurino un rapporto di quotidianità con il bambino come i genitori o gli educatori degli asili

nido o delle scuole materne.

L'energetica nel bambino

Il neonato ha una costituzione delicata, una forma corporea proveniente dall'energia della madre, i suoi organi mancano dell'abbondanza di energia e sangue caratteristiche dell'influenzamento dell'alimentazione e della respirazione, la formazione dei sistemi energetici non è completa. Un testo classico, il Da Cheng, afferma:

“Nel neonato (Ying, di età inferiore ai due anni) i cinque organi e i sei visceri il sangue e l'energia non sono ancora definiti, la respirazione è veloce, e le energie rong e wei diffondono dall'interno all'esterno per concentrarsi a livello delle mani e dei piedi”.

“le malattie del bambino (Shau, fino a cinque o sei anni) non hanno alcun rapporto con i sette sentimenti (psichismo). Quando non interessano i meridiani del fegato esse sono in rapporto al meridiano della milza, quando non interessano il meridiano della milza esse si rapportano al meridiano del fegato”.

Il legame energetico con la madre è, per altri autori, fondamentale per cui un vuoto di rene o dell'energia dei meridiani curiosi determinerà un medesimo vuoto nel bambino così come immaturità patologiche del polmone, della milza o dello shen del cuore sono dovute a turbe analoghe nella madre.

Il bambino è yang puro cioè il suo yang è abbondante e mobile, è iperattivo. Le sue strutture, la sua forma ma anche la sua energia sono fisiologicamente fragili e delicate, lo yin e lo yang sono puerili, non sono armonici; le energie del fegato e della milza sono le più frequentemente interessate nella sua immaturità energetica, ma anche il polmone e il rene sono immaturi.

Il neonato comincia ad adattarsi lentamente dopo la nascita, e' un essere delicato ed e' quindi sottoposto all'invasione di fattori esterni, come Vento, Freddo, Calore, Umidità, Secchezza e Fuoco e a disturbi causati da una dieta inappropriata. Il neonato in buona salute e' quindi facilmente esposto ad agenti patogeni che gli possono causare piccoli disturbi che rapidamente scompaiono poiché tutto in lui si muove e e cambia con rapidità.

Tradizionalmente si dice "per un bambino in buona salute, lascigli un po' di fame e un po' di freddo", poiché se ha risorse sufficienti occorre stimolare le energie del piccolo a raggiungere l'equilibrio per le trasformazioni che gli necessitano; non si lascia invece piangere a lungo, ne' solo, perché possa accumulare sicurezza ed acquisire la piena autonomia verso i 3/4 anni.

Fino all'età di 10-12 anni non appare completamente formata la circolazione energetica dei meridiani e quindi il trattamento prevede il massaggio di zone energetiche più che di singoli punti. Dopo questa età il massaggio pediatrico è praticamente sovrapponibile a quello dell'adulto.

In genere fino almeno a 6-7 anni si utilizzano tutte le tecniche di trattamento esclusa l'agopuntura anche se in Cina, soprattutto per malattie gravi (come per esempio le malattie congenite, le paralisi, le sordità ecc.) viene utilizzata una agopuntura molto rapida (si mette e si toglie l'ago). La tecnica più frequente è comunque il massaggio.

La massoterapia cinese ha dunque un vasto campo di applicazioni, In particolare sono trattate con il massaggio pediatrico accompagnato dalla moxibustione (riscaldamento di parti del corpo con un bastoncino di artemisia) la diarrea, la stitichezza, i dolori e gonfiori addominali, le turbe della digestione, le stomatiti, l'aerofagia, i rigurgiti, le coliti, l'irritabilità, l'insonnia, i disturbi del comportamento, ma anche i problemi dell'apparato respiratorio (quali tonsilliti, faringiti, riniti, bronchiti, tosse e asma), la febbre, l'enuresi, le contusioni, le distorsioni, le contratture, le lussazioni, il torcicollo, la riabilitazione di fratture e le paralisi infantili. Ma il massaggio viene utilizzato anche per aumentare le difese dell'organismo poiché il trattamento determina l'aumento dei granulociti neutrofili, dei linfociti e dell'immunità aspecifica.

Ovviamente ha anche alcune controindicazioni quali le malattie infettive acute, le patologie tumorali, le intossicazioni alimentari, o le grandi astenie.

Quali funzioni ha il massaggio? esso

- regola il sistema Yin/Yang
- rinforza i meccanismi di difesa dell'organismo
- rimuove i ristagni del sangue, della linfa, dei liquidi interstiziali
- rilassa il sistema muscolare
- scioglie le articolazioni

quale la sua durata? dipende da

- età
- costituzione fisica
- tipo di malattia
- risposta del paziente al trattamento

quali le manovre da usare?

dipendono dall'azione che si vuole ottenere cioè variano quando si voglia richiamare l'energia in una zona (tonificare) o disseminarla da questa (disperdere).

Purtroppo non vi sono studi randomizzati e controllati che abbiano utilizzato il massaggio come unica tecnica terapeutica perché la ricerca, sia in occidente che in Cina è limitata all'agopuntura, comunque in Cina ma anche in tutto l'oriente vi sono grandissimi ospedali che usano il massaggio cinese in maniera esclusiva o insieme alla medicina allopatrica.

Come massaggiare il bambino

Ricordando la concezione energetica della medicina, occorre mettere in evidenza che il contatto con il bambino avviene molto prima del contatto visivo vero e proprio.

Il neonato ha già' dalla nascita un bagaglio sensoriale sviluppato e si pone automaticamente in uno stato di ascolto ricettivo quando si viene in comunicazione con lui.

Nel massaggio e' importante stabilire un contatto visivo che permetta al bambino di mettersi in relazione; molto utile e' anche una comunicazione verbale, come per esempio la ninnananna, con voce pacata e profonda che riporti al suono delle acque

embrionali. All'inizio allora è utile toccare poco e osservare tanto. Tali accortezze permettono al bambino di accettare il contatto corporeo.

Ricordando che la pelle del neonato possiede milioni di recettori continuamente stimolati dal liquido amniotico, e che questo organo di senso viene spremuto e stimolato dalla fase espulsiva del parto, capiamo come il contatto con il bambino debba essere morbido e contenitivo, dotato di un ritmo il più possibile simile a quello uterino. Carezzamenti, coccole e l'essere cullati sono vero e proprio cibo per il bambino: tali accortezze saranno ancora più evidenti nel trattamento dei bambini nati immaturi e/o con taglio cesareo che risultano essere particolarmente sensibili al contatto corporeo, tanto che in questi casi il trattamento sarà molto ridotto per intensità, ritmo, durata e zone di manipolazione.

È spesso utile, specialmente nei primi mesi, iniziare con un abbraccio, che è un linguaggio corporeo che rassicura, dove l'intera persona avvolge il bambino in un contatto contenitivo, dove anche la respirazione e il battito mimano le percezioni del ventre materno.

Il neonato in buona salute possiede una grande predisposizione alla comunicazione; le sue capacità espressive, l'emissione di suoni alti e gentili e i movimenti gli permettono di mettersi allo stesso livello di comunicazione. Il massaggio in questo senso è una comunicazione che non inibisce ma interagisce, dove domande e risposte vanno modulate.

Tali manifestazioni non vanno inibite, ma rispettate e anzi le manipolazioni devono adattarsi al movimento espressivo del bambino, che segnala anche un movimento energetico e quindi consente di scegliere l'azione della manipolazione. Il tempo di trattamento varia con l'età e con l'intento della manipolazione; raramente supera i 10 minuti nei bambini di 2/3 anni. La frequenza è quotidiana per il trattamento di piccoli disturbi mentre è bisettimanale per il rafforzamento costituzionale.

Spesso il trattamento di stimolazione può risultare eccessivo e causare fenomeni di stress (accelerazione cardiaca e respiratoria, agitazione) i quali hanno comunque dimensione positiva: ricordarsi comunque nei trattamenti successivi di non eccedere e procedere per gradi.

La sequenza, nel trattamento generale, è testa -mano- avambraccio (cominciando a destra per le femmine e a sinistra per i maschi) -dorso-addome -arti inferiori; questa sequenza può essere ridotta se l'intervento ha l'intento di trattare un piccolo disturbo. Le stimolazioni non devono essere troppo superficiali ma neanche fastidiose e naturalmente devono essere tanto più lievi quanto più piccolo è il bambino.

Riassumendo i punti d'attenzione per un contatto corretto sono:

Il♣ neonato possiede possibilità di ascolto e capacità di modulare lo stimolo alla risposta

La comunicazione è alternata e bidirezionale attraverso pelle,♣ tatto, udito e vista

L'evoluzione motoria e riflessi arcaici non vanno♣ ostacolati ma assecondati

Il contenimento è maggiore nei nati prematuri♣

I tempi, che sempre devono essere gradualmente, dipendono dall'età,♣ costituzione fisica, tipo di malattia, risposta del bambino al trattamento

♣ L'aerazione e temperatura dell'ambiente sono importanti: meglio un luogo ben aereato, caldo silenzioso

Chi pratica il massaggio deve essere rilassato:♣ evitare la pratica se si e' agitati o arrabbiati.