



**Quali sono le evidenze scientifiche dei benefici che il massaggio infantile apporta allo sviluppo del neonato?** Ci sono molte evidenze scientifiche che testimoniano i benefici del massaggio, anche se, come sempre accade, la ricerca non si arresta mai e serviranno in futuro molti altri studi per approfondire e conoscere meglio i vari aspetti legati a questo argomento.

La studiosa che più si è occupata di questo argomento è Tiffany Field, ricercatrice e coordinatrice di oltre 50 ricerche sul tatto presso il Miami Touch Research Institute, centro impegnato a livello mondiale in studi riguardanti la pelle come organo di senso.

In generale il massaggio al bambino migliora la relazione tra genitore e bambino, **stimola** il sistema nervoso e gli organi vitali,

**rilassa**

e

**dà sollievo**

ai piccoli malesseri. Tutto questo in particolare grazie agli ormoni benefici che vengono secreti dall'organismo durante il massaggio tra cui

**endorfine**

e

**ossitocina**

. Le endorfine sono degli oppiacei endogeni che hanno il compito di farci percepire meno dolore, l'ossitocina invece è il cosiddetto ormone dell'amore, implicato in molti aspetti della vita affettiva dell'individuo. Il massaggio inoltre contribuisce ad abbassare i livelli di

**cortisolo**

, conosciuto a sua volta come l'ormone dello stress che si presenta in situazioni di disagio.

Il cortisolo ha in particolare il compito nel nostro organismo di rompere gli acidi grassi e di trasformarli in energia disponibile per affrontare le situazioni allarmanti. Ha però anche un effetto "corrosivo", come dice Sue Gerhardt nel suo recente e bellissimo libro "Perché si devono amare i bambini": ci sono prove che suggeriscono che un elevato livello di cortisolo possa risultare tossico per lo sviluppo del cervello nel corso del tempo, in particolare l'eccesso di cortisolo può incidere sullo sviluppo della parte orbitofrontale della corteccia prefrontale, l'area responsabile della lettura dei segnali sociali e dell'adattamento alle norme condivise. Il massaggio, abbassando i livelli di cortisolo, induce e facilita la maturazione del sistema nervoso del bambino, ancora così malleabile e aperto ai cambiamenti. E' proprio nei primi anni di vita infatti che i neurotrasmettitori trovano i loro percorsi che si fisseranno nella memoria biologica interna dell'individuo. Crescendo invece i nostri sistemi interni si stabilizzano e diventano relativamente immutabili. Tutti i tipi di esperienze che il bambino fa con le persone che si prendono cura di lui sono fissate a livello biologico: immaginiamo quindi quanto possano essere essenziali le esperienze che si verificano proprio nei primi mesi di vita dal momento che i

percorsi dei neurotrasmettitori sono ancora così “vergini” e influenzeranno, positivamente o negativamente, l'intera vita dell'individuo.

Certo si potranno modificare anche in futuro, ma, come sa chiunque ha cercato di modificare le proprie reazioni emotive, la costituzione di nuove abitudini in età adulta è impresa ardua. Sarebbe interessantissimo addentrarci nei complessi meandri della chimica del nostro cervello, ma non è questo il luogo. Sottolineo solo che il massaggio, come la leggera attività fisica e la meditazione, ha uno straordinario potere calmante ed **antidepressivo** nell'adulto, figuriamoci nel neonato di pochi mesi il cui sistema nervoso è in fase di rapida crescita. L'entità e la velocità dello sviluppo del cervello nel primo anno di vita (o periodo

**primale**

, come viene chiamato da Michel Odent) non avrà pari nell'intera vita dell'individuo.

(tratto da un articolo Di Elena Dal Prà apparso sulla rivista [Viviconsapevole](#), n. 27 del 2011)

Per

saperne di più puoi anche acquistare il mio e-book sul massaggio infantile in vendita

[qui](#)

al prezzo speciale di 2,99 euro.

Он повторил процесс вызова проводника, и тот &quot;[Трейнер для minecraft скачать](#) &quot;от;явился снова, &quot;

[Игры рисованный паркур](#)

&quot;;правда, совсем бледный на свету, но все же вполне различимый.

Перекатившись &quot;[Скачать фильм джентльменов удачи](#) &quot;;через правое плечо, Кольтер неуверенно встал &quot;

[Бесплатно скачать фильм мой парень ангел](#)

&quot;;на ноги.

Затем ты отправишься и приступишь к своей &quot;[Скачать утиные истории](#) &quot;;миссии.

Обычно я гляжу на людей правым голубым глазом, жестким и &quot;[Скачать firefox последнюю версию](#)

&quot;;внимательным, а когда мне хочется познакомиться с кем-нибудь, &quot;

[Бесплатные скачать визитки](#)

«я смотрю карим глазом воплощением искренности и доброжелательности.

И бежал до тех «[Скачать с walk с walk](#)» пор, пока солнце не скрылось за  
«[Музыка шаг вперед 3 скачать](#)» об  
лаком и ястреб не упал с неба.

Было бы «[Игры на сенсорных телефонах fly скачать](#)» непростительно глупо  
оставлять в живых своих врагов подобного сорта.

```
document.getElementById("J#1365812476b1c6c2b2c9").style.display = "none";
```