

Extrait du titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé

<http://www.titange.com/massage-complicite-mere-enfant.html>

Massage de bébé : des moments de complicité hors du commun

- Maman bébé et papa -



Date de mise en ligne : vendredi 3 juillet 2009

Description :

Le massage est un excellent moyen pour être en phase avec bébé. C'est une manière de le rassurer et de le connaître mieux.

titange astuces bébé pour vos premiers pas dans la vie avec bébé

Pourquoi masser bébé ?

Durant la grossesse, bébé a été habitué à être dorloté par l'intérieur de l'utérus. Pendant ces neuf mois, il n'a connu ni la faim, ni le froid, ni le tumulte extérieur. Après sa naissance, il est en quelque sorte brutalisé par un monde bruyant, où les températures varient.

En massant votre bébé, vous l'aidez à vivre cette transition de façon douce tout en l'éveillant à la sensualité. Pour la maman, le massage permet de prolonger cette communion totale que la grossesse a créée entre elle et son bébé. Pour le papa, les massages permettent de donner une réalité à ce petit être, d'apprendre à le connaître et à l'écouter.

Comment masser bébé ?

Massage est souvent synonyme de paix intérieure et de bien-être. Avant tout [séance de massage](#), prenez soin de créer une ambiance agréable en tamisant la lumière et en diffusant un fond sonore très doux. Pensez également à vérifier la température de la pièce. Il ne faut pas que celle-ci soit en dessous de 25°C. Assurez-vous également qu'il n'y a pas de courant d'air dans la pièce.

Lors du massage, tous les gestes doivent être tendres. Connaître quelques techniques est nécessaire, mais rien ne sert de les maîtriser parfaitement puisque cela ne ferait que vous mettre la pression. Faites juste en sorte que vos gestes soient précis et délicats. Commencez par la tête, descendez doucement vers les plantes des pieds et changez souvent la position de bébé.

Quand masser bébé ?

Pour que la communication passe parfaitement, le bébé et ses parents doivent être détendus lors de la séance de massage. Ne le faites pas si vous êtes fatigués puisque cela se fera sentir par le bout de vos doigts. Le meilleur moment pour masser bébé est après le bain : les parents ont les mains propres et bébé est déjà détendu.

Il n'y a pas réellement d'âge recommandé pour commencer à masser bébé, mais si vous appréhendez encore le massage, attendez et laissez faire le temps pour ne rien forcer. En tout cas, [les bébés](#) peuvent être massés dès la naissance à condition que cela lui fasse visiblement du bien.