



Copiii însușesc totul mult mai bine prin joc. Aceasta este valabil și pentru masaj, care este util la o vârstă fragedă, când se formează sistemul musculo-scheletic. Dar este destul de dificil pentru un copil să stea întins sau să șadă nemișcat în timp ce se face această procedură plăcută și utilă. El vrea să alerge, să sară și să facă ceva interesant. Tocmai pentru astfel de cazuri, trebuie folosit masajul pentru copii în formă de joc, astfel încât micuțul să aștepte cu nerăbdare următoarea ședință.

Masajul ortopedic este

o terapie specializată care urmărește remedierea problemelor sistemului musculo-scheletic. În timpul unei astfel de proceduri, sunt implicate în principal țesuturile moi ale membrelor inferioare.

Masajul ortopedic pentru picioare la copii include de obicei:

- frământare;
- frecare;
- alunecare;
- vibrații și așa mai departe.

Acesta se poate baza pe diferite metode și tehnici, care sunt selectate individual în funcție de caracteristicile anatomice ale copilului și de tipul de afecțiune musculo-scheletală.

În timpul unui astfel de masaj, se folosesc adesea diverse aparate de masaj ortopedic, care ajută la creșterea eficienței procedurii. Aceste dispozitive sunt, de asemenea, utile atunci când efectuați sesiuni de masaj independent la domiciliu. Dispozitivele pentru masaj pentru tratamentul și profilaxia diferitelor patologii ale sistemului musculo-scheletic pot fi găsite în catalogul online Ortek. În plus, acesta conține totul pentru masajul picioarelor pentru copii acasă de la cele mai bune mărci ortopedice.

Masajul este prescris copiilor începând de la 1,5-2 ani. De regulă, la această vârstă este deja posibilă identificarea patologiilor dezvoltării sistemului musculo-scheletic. Masajul terapeutic pentru picioare este eficient în astfel de patologii:

- picior plat;
- deformarea plat valg a piciorului;
- picior strâmb congenital;
- displazia de șold și altele.

Masajul ortopedic, caracterul acestuia și numărul de ședințe se prescriu după consultarea unui medic ortoped.

Care sunt beneficiile masajului pentru copii?

Masajul în formă de joacă este foarte îndrăgit de copii. Se pot evidenția următoarele aspecte utile ale acestei proceduri:

- dezvoltarea vorbirii;
- degajarea tensiunii musculare și psihologice;
- dezvoltarea senzorială;
- efect pozitiv asupra sistemului nervos central;
- decompresia articulațiilor.

De asemenea, masajul pentru bebeluși în formă de joc este o comunicare distractivă, care îi învață încrederea și empatia.

Idei de masaj

Cele mai multe tipuri de masaj ortopedic sunt efectuate de către un profesionist special pregătit. Dar nu este deloc dificil să deprindeți cum să faceți masajul picioarelor micuțului la domiciliu.

Pentru aceasta, în primul rând aveți nevoie de [covoras ortopedic pentru copii](#) . Echipamentele sunt de diferite forme și culori – copilul se va distra mult pe ele. Din acestea puteți face o pistă de sănătate în camera copiilor. Suprafața reliefată a covorului de masaj pentru picioare va asigura proprietățile terapeutice și profilactice ale procedurii.

Pentru ca micuțul să nu se plictisească, masajul ar trebui efectuată într-o formă ludică. Pur și simplu spuneți rime, poezii și cântece vesele în timpul masajului. Acestea pot fi găsite pe Internet în multe variante diferite.

Cum să faceți masajul pentru picioare la bebeluși înainte de culcare? Tonul vocii trebuie să fie mai calm decât în timpul obișnuit, iar mișcărilor mai line. Atunci această procedură va fi un excelent ritual calmant și liniștitor.