



Quelques conseils pour masser bébé



Quoi de mieux que de détendre votre bébé avant qu'il ne s'endorme pour une sieste ou pour sa nuit ? Natiloo.com vous donne quelques conseils.

Conseillé par des pédiatres, des puéricultrices... le massage apporte un vrai moment de bien-être. C'est un moment de complicité entre la mère et l'enfant. Pour le pratiquer, il convient d'utiliser des produits naturels et hypoallergéniques.

1-Avant de débiter le massage, fermez votre téléphone portable, éteignez la télé... ce moment de détente ne doit en aucun cas être interrompu par des bruits agressifs.

2-Choisissez ensuite votre huile de massage. Sur le site natiloo.com, spécialisé en produits bio, vous n'aurez que l'embarras du choix !! Essential care, [Beginning](#), Weleda sont autant de marques disponibles sur le site. Des parents ayant testé ces produits ont été immédiatement séduits.

Skinhaptics vient également de sortir deux huiles, destinées aux enfants comme à leurs parents.

3- Parlez à votre enfant avant de commencer le massage en lui expliquant ce que vous allez lui faire. Une fois l'huile sur vos mains, faites la chauffer en frottant vos mains avant application. Des mains froides ne feraient pas plaisir à votre enfant qui appréhenderait ce moment les fois suivantes.

4- Ca y est le massage peut commencer, il ne doit pas excéder plus de trente minutes. Un enfant ne se masse pas n'importe comment, surtout quand il est encore nourrisson. Pour cela, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de personnes le pratiquant afin qu'elles vous montrent les principaux gestes. Vos pouvez également vous procurer des livres dédiés à cette pratique ou encore vous rendre à des ateliers. Pour cela approchez-vous de l'Association Française de Massage pour Bébé : <http://www.massage-bebe.asso.fr/>