

M. Elisa Ceccherini

IL TUINA PER IL BAMBINO

Dalle essenze allo sviluppo del bambino: spunti per il trattamento e la prevenzione delle disarmonie più frequenti durante la crescita del neonato.

**SCUOLA DI MEDICINA TRADIZIONALE CINESE
DELLA CITTA' DI FIRENZE**

Tesina di fine corso di massaggio tuina anni 2004 – 2005 – 2006

indice

Il Cielo Anteriore

Lo sviluppo energetico del bambino durante la gravidanza

- Il concepimento pag.4
- Il Cielo Anteriore e il Cielo Posteriore “ 5
- I Meridiani Curiosi (o Canali Straordinari) e i Meridiani Principali nello sviluppo del feto “ 6

Il Cielo Posteriore

Nascita e sviluppo del neonato

- La nascita pag.11
- Il neonato “ 12
- La semeiotica nel bambino “ 14

Il massaggio pediatrico nella Medicina Tradizionale Cinese

- Le funzioni del massaggio nella Medicina Tradizionale Cinese pag.19
- Breve storia del Tuina pediatrico “ 20
- Indicazioni e metodi per il massaggio al bambino “ 21
- Tecniche di massaggio e moxa “ 23

Le principali disarmonie dell'età infantile

Trattamenti con il Tuina

- Le insufficienze di Milza, Polmone e Rene pag.24
- L'accumulo, il calore, i patogeni esterni, il flegma “ 25

Premessa

Lavoro in un asilo nido del Comune di Siena e quotidianamente mi occupo della cura e dell'educazione di bambini molto piccoli, prendendo parte a quella meravigliosa fase della vita che sono i primi mesi e anni dopo la nascita, momenti che tutti abbiamo attraversato, ma dei quali non abbiamo più ricordi coscienti.

L'interesse che ho per i bambini mi ha spinto ad approfondire lo studio del massaggio Tuina come strumento per meglio comprendere tutti gli affascinanti cambiamenti che avvengono a partire dal momento del concepimento in poi.

Elisa Ceccherini

Il Cielo Anteriore

Lo sviluppo energetico del bambino durante la gravidanza

Il concepimento

“Due essenze si abbracciano, forma e spirito sono allora completi. Questi sono i soffi riuniti del Cielo e della Terra: il loro nome è uomo.” (Huainanzi)

Noi non ricordiamo il momento in cui siamo nati e naturalmente neanche quello in cui siamo stati concepiti, ma il concepimento è stato forse l'attimo più importante della nostra vita in quanto ha rappresentato il momento in cui la nostra esistenza ha, in qualche modo, preso forma.

In Medicina Tradizionale Cinese venire ad esistere, “prendere forma” come individui, è definito Jing (Essenza). Il capitolo 8 del Lingshu, intitolato *Le radici dello Shen*, dice: “La vita deriva da ciò che è detto Jing. Quando due Essenze (il jing dell'uomo e la donna) si uniscono, ciò è detto Shen.” Quando i due Jing dei genitori si uniscono, compare lo Shen: “Due Essenze Jing si abbracciano, Shen appare.” (Lingshu)

Nel vuoto dell'utero, che è un piccolo vuoto, si rispecchia il grande vuoto profondo del cosmo.

Il concepimento, che avviene in un momento e luogo specifici detto “congiunzione cosmica”, fa sì che si sviluppi un individuo che crescerà fisicamente e spiritualmente e che porterà a compimento quello che nel taoismo è detto “lavoro incompiuto” e nel pensiero occidentale “destino”.

Durante la gravidanza, l'individuo si preparerà all'impatto con il mondo esterno: il suo Jing, le sue Essenze, richiameranno Shen (tradotto anche come “spirito”) che permeandole le guiderà verso il compito individuale, lungo il cammino chiamato Tao (o Dao).

Il Cielo Anteriore e il Cielo Posteriore

Per definire tutto ciò che avviene prima della nascita, la medicina cinese parla di “Cielo Anteriore” (anteriore alla nascita), mentre per tutto ciò che segue questo momento parla di “Cielo Posteriore” (posteriore alla nascita). Prendendo in esame le Energie del Cielo Anteriore si farà riferimento, quindi, a tutto ciò che nell’individuo è costituzionale, originario (lo Shen, il Jing e anche le strutture straordinarie); le Energie del Cielo Posteriore saranno invece riferite a tutto ciò che riguarda il processo di acquisizione di energia vitale dal mondo esterno (il cibo, l’aria, l’acqua, il Qi e il sangue formatosi da queste, le emozioni e i sentimenti). Nel periodo del Cielo Anteriore, come abbiamo già detto, ha luogo l’unione dei due Jing. Lo Shen attirato compare ed è momento vitale, forza per esistere e progredire: da questa unione si origina il Qi, detto anche “soffio vitale” o Energia. Nello sviluppo del bambino questa forza iniziale deve espandersi e contemporaneamente strutturarsi: l’espansione è vista come aspetto Yang e la strutturazione come aspetto Yin. In seguito parleremo di come avviene lo sviluppo del feto, tenendo conto dell’interazione di queste forze che governano l’universo e che, fin dal concepimento, governano anche l’essere umano. La vita non è altro, infatti, che incessante unione e bilanciamento di Yin e di Yang.

I Meridiani Curiosi (o Canali Straordinari) e i Meridiani Principali nello sviluppo del feto

Le prime strutture energetiche che permettono questo processo di espansione e di consolidamento sono quelle definite “straordinarie” e sono rappresentate dagli 8 Canali Straordinari (o Meridiani Curiosi, Qi Jing Ba Mai) che per primi si formano nel nuovo essere. I Meridiani Curiosi rappresentano quindi l’impalcatura energetica dell’individuo, sono il telaio su cui si struttura l’essere umano.

Si distinguono tre “generazioni” di Meridiani Curiosi, che riflettono una sequenza temporale di sviluppo nel feto. La prima generazione è molto legata al momento del concepimento e comprende: Chong Mai (o Vaso Penetrante), Ren Mai (o Vaso Concezione), Du Mai (o Vaso Governatore) e Dai Mai (o Vaso Cintura). Gli altri 4 Canali di seconda e terza generazione, pur essendo anch’essi molto legati al Cielo Anteriore, hanno il compito di preparare il bambino al suo ingresso nel mondo e quindi sono già in parte legati al Cielo Posteriore. Comprendono rispettivamente: Yin e Yang Wei (seconda generazione) e Yin e Yang Qiao (terza generazione).

I quattro Meridiani Curiosi della prima generazione rappresentano, perciò, la potente spinta vitale generata dalle Energie del Cielo Anteriore: nascono direttamente dai Reni, in un punto denominato “Ming Men” o “Porta del Destino”. Gli Wei e i Qiao originano invece dai Reni in modo indiretto, poiché partono dal “tronco energetico” formato dai canali della prima generazione.

I Meridiani Curiosi della prima generazione non possiedono un decorso principale sugli arti (ad eccezione del Chong Mai): il tronco rappresenta infatti la nostra origine, è la zona in cui inizialmente si concentra tutta l’energia cosmica che ci ha dato la vita. Il feto lentamente inizierà poi la sua differenziazione dall’Unità Cosmica, ma in questa prima fase vi è ancora molto legato. Con il trascorrere della gravidanza il bambino svilupperà gli arti e vi porterà energia attraverso i canali della seconda e terza generazione.

La posizione fetale, in cui nell'età adulta si sta con braccia e gambe raccolte, fa tornare l'individuo alla condizione originale di unità e di identificazione con il "Tutto Cosmico", mettendolo in contatto con le energie profonde, ancestrali e costituzionali.

Seguendo una sequenza temporale nella formazione energetica del feto, vediamo che il Chong Mai è assolutamente il primo, quello che dà origine, appunto, alla vita. Il termine "Chong" significa "luogo di passaggio", assalto, qualcosa che irrompe. Possiamo immaginarlo come un tronco che si sviluppa in verticale a partire dal nucleo centrale che è Ming Men, la "porta del destino", che abbiamo aperto con il concepimento e comune agli altri Meridiani Curiosi; per primo il Vaso Governatore (nel punto 4VG Ming Men). A partire da questa zona le prime divisioni e quindi l'embrione che comincia a pulsare, a vivere, ad espandersi. Si sviluppa così un primo tubo verticale, un canale centrale di energia che si espande secondo una direzione alto-basso: Chong Mai. La caratteristica essenziale di questo vaso è la capacità di trasformazione e di cambiamento: è la potenza e l'irruenza della vita. Nel bambino piccolo possiamo osservare la presenza di Chong Mai nel suo modo di vivere che cambia rapidamente per consentirgli di adattarsi alle novità velocemente. Chong Mai è anche alla base del processo di "prendere forma", inteso come capacità di definire dei confini fra il nuovo essere ed il resto del mondo.

Se Chong Mai attua questa iniziale strutturazione, sarà però attraverso l'azione degli altri due Meridiani Curiosi, Ren Mai e Du Mai, che il feto inizierà rispettivamente la propria formazione frontale (Yin) e dorsale (Yang).

Ren Mai e Du Mai possono essere considerati come madre e padre nella formazione del nuovo essere; fin dal concepimento si assumono la responsabilità dello sviluppo e della crescita materiale e spirituale dell'individuo, per permettergli di percorrere il proprio cammino individuale, la propria Via, il Tao.

Ren Mai è detto "Mare dello Yin" perché rappresenta l'essenza stessa dello Yin: dal concepimento fino a tutto il trascorrere della vita fornisce sostegno, nutrimento e

accettazione, proprio come fa una madre con il figlio. Rappresenta tutte le funzioni Yin a livello fisico, energetico, psichico e spirituale.

Du Mai è detto “Mare dello Yang” perché ha il compito di raccogliere tutte le funzioni Yang dell’individuo fin dal concepimento, di sorvegliare e di correggere affinché lo sviluppo possa essere ordinato e armonioso, avendo una direzione. Così come un buon padre, cercherà di favorire le potenzialità del figlio, lasciandolo però libero di compiere il proprio destino.

Ren Mai e Du Mai insieme possono essere visti come una specie di anello che nel taoismo è detto “Piccola Circolazione” o “Orbita Microcosmica”: partendo dal punto 1VC l’energia sale lungo la colonna per raggiungere la sommità della testa e poi discende lungo il viso e il torace fino a ritornare sul punto 1VC, chiudendo così l’anello.

A questo primo sviluppo verticale ne seguirà uno orizzontale ad opera del Meridiano Curioso Dai Mai che, scorrendo appunto in senso orizzontale e cingendo gli altri meridiani, svilupperà nel feto un’azione di contenimento e di limitazione energetica pur favorendo il libero fluire dei tre canali precedenti.

Dai Mai ha il duplice compito di dare coesione e di far comunicare: per questo è legato molto sia alla Vescica Biliare che a tutti gli organi e i visceri. Deve condurre e dirigere lo sviluppo del nuovo individuo, dando ordine e sostegno. Per questo motivo, pur essendo incluso nei Meridiani Curiosi della prima generazione, è già legato al Cielo Posteriore; anche il suo decorso in senso orizzontale ne testimonia questa funzione.

I Meridiani Curiosi Yin e Yang Wei hanno la funzione di attivare le potenzialità espresse dai Meridiani della prima generazione e danno al bambino la capacità di muoversi nel Cielo Posteriore (cioè nel mondo esterno), per crescere e poi in seguito invecchiare. Wei significa “collegamento”: Yin e Yang Wei collegano infatti fra loro le varie fasi della vita e sono per questo legati alla crescita, intesa come capacità di cambiamento.

La terza generazione è rappresentata dai Meridiani Yin e Yang Qiao (termine che a volte viene tradotto con “tallone”, che è il luogo da cui partono i Qiao) i quali hanno nel loro significato il senso di “sollevarsi”, di camminare, di muoversi.

E’ attraverso l’azione dei meridiani della seconda e terza generazione, quindi, che il bambino, una volta ricevuta la potente spinta vitale ad opera dei canali della prima generazione, inizia il suo viaggio nel mondo.

Come abbiamo appena visto parlando dello sviluppo energetico del bambino ad opera dei canali straordinari, dopo il momento del concepimento, in cui prende forma il Jing individuale (che avrà sede poi nei Reni e nel punto Ming Men), il feto inizia ad espandersi con un movimento prima verticale e poi orizzontale. Durante il suo sviluppo l’embrione riceve infatti continuamente l’influenza dello Yin e dello Yang cosmico che attraverso la madre lo caricano di energia per mezzo di due correnti a spirale: la forza Yang del Cielo in direzione discendente e la forza Yin della Terra in direzione ascendente. Le due forze caricano in questo modo l’embrione dall’alto e dal basso generando un campo magnetico ad alto potenziale energetico: possiamo affermare, quindi, che il feto è un essere vivente. Le due opposte correnti energetiche, inoltre, producono inizialmente un accumulo di Yin che progressivamente si espande; in tal modo l’embrione riceve una prima strutturazione. Il campo elettromagnetico che si è formato interagisce con gli influssi dei 12 Meridiani principali della madre che scorrono anche lungo le pareti dell’utero; in questo modo il bambino comunica con la madre in un processo di sviluppo energetico continuo.

Fra il campo elettromagnetico esistente all’interno dell’utero e il centro di radicamento dello Yin dove si sta formando il bambino, si hanno scambi di correnti energetiche (appartenenti all’energia dei 12 Meridiani Principali della madre) che si trovano in 12 posizioni diverse e si muovono con velocità diverse: le correnti lente descrivono spirali centripete e formano nel feto organi compatti, le correnti rapide

descrivono spirali centrifughe e formano i visceri cavi. Gli organi ed i visceri si bilanciano poi nelle associazioni note Yin e Yang.

Dopo aver dato origine agli organi e alle funzioni principali, l'energia si dirige verso le parti più esterne del feto: quella che ha formato la parte centrale del bambino crea gli arti inferiori, quella che ha determinato lo sviluppo delle parti più periferiche del corpo crea invece gli arti superiori.

Gli arti si sviluppano sempre con movimento a spirale seguendo sette fasi: per l'arto superiore si formano nell'ordine il braccio, l'avambraccio, il carpo, il metacarpo e le falangi, mentre per l'arto inferiore si formano allo stesso modo prima la coscia, poi la gamba, il tarso, il metatarso e le falangi. Successivamente si formano i primi abbozzi dei meridiani principali.

Le correnti elettromagnetiche dopo aver formato gli arti, formano la parte dorsale del corpo e i punti di entrata denominati "IU" (= penetrazione). Alla nascita è attraverso questi punti che l'energia elettromagnetica cosmica carica gli organi e ne attiva le funzioni. I punti IU, quindi, detti anche "SHU del dorso", sono molto importanti sia per la diagnosi che per i trattamenti in quanto sono in relazione con l'energia del Cielo che grazie ad essi circola meglio da un organo o da un viscere all'altro. Dopo aver traversato gli IU e caricato gli organi, le correnti cosmiche fuoriescono raccogliendosi su determinati punti denominati "MO", o punti di "raccolta", dislocati sulla superficie ventrale del corpo; essi rappresentano organi e fluidi e sono in complementarietà con gli IU. Durante la vita, in caso di attacco di un'energia perversa, i punti MO sono molto dolenti, "gridano" di dolore: per questo sono detti punti "araldo" o punti "allarme", perché, in qualche modo, chiedono aiuto.

Queste zone sono il primo albero energetico dell'essere, un semplice abbozzo di quello che si svilupperà poi nell'adulto, con meridiani e punti.

Le influenze cosmiche disegnano nell'individuo l'immagine dell'universo: sul corpo umano troviamo infatti 2000 punti energetici, che posti su immaginarie catene montuose o sorgenti, su canali o valli, riescono a creare nell'uomo dei paesaggi simili a quelli che possiamo ammirare osservando il mondo che ci circonda.

Il Cielo Posteriore

Nascita e sviluppo del neonato

La nascita

Le strutture energetiche di cui abbiamo fin ora trattato, devono essere pronte a funzionare nell'istante della nascita. In questo delicato e contemporaneamente traumatico momento il Qi del Cielo e quello della Terra compenetrano nuovamente il bambino a partire dalle sue estremità; uscendo dall'utero materno, il neonato si trova immerso nel flusso energetico dell'universo che lo potrebbe travolgere se al suo interno non avesse già sviluppato quelle strutture che gli consentiranno di affrontare l'impatto senza soccombere. Grazie a queste, quello che potrebbe essere uno scontro diviene un incontro, perché l'energia che il bambino già possiede durante la gestazione non è in realtà cosa differente dall'energia esterna con cui egli viene a confrontarsi al momento della nascita.

Ma come avviene la preparazione alla nascita? Quando il feto raggiunge il suo pieno sviluppo, siamo di fronte a una situazione energetica di massimo dello Yin per cui a questo punto il bambino è pronto e sta per nascere. Arrivato al suo massimo, infatti, il processo di accumulo dello Yin non può che invertirsi dando origine alla fase Yang che porta le contrazioni (Yang) nella pelvi. La testa del bambino è rivolta adesso verso il basso, ha cambiato polarità con l'avvicinarsi della fine della gestazione; alla nascita il nuovo individuo conclude il suo ciclo del Cielo Anteriore per intraprendere il suo viaggio nel ciclo del Cielo Posteriore. Nel neonato possiamo ancora però ben percepire la presenza del Cielo Anteriore, in quanto le sue potenzialità sono al momento tutte da manifestare e necessita di grande cura e adeguato nutrimento.

Effettuando il primo respiro, il bambino inizia per la prima volta a prendere il Qi dall'esterno (Tian Qi o Qi Cosmico) che viene condotto verso l'addome (e in particolare verso la zona del Dan Tien inferiore, dove si conserva il Jing) attraverso

l'azione del polmone che così avvia la propria funzione. Nel taoismo si dice che al momento della nascita il bambino ingoia la "pillola fangosa della vita" e la manda giù: è un gesto che, simbolicamente, ripetiamo ogni giorno al nostro risveglio per affrontare la giornata, ristabilendo il collegamento fra respiro (Qi) e Jing, fra Polmoni e Reni.

Il neonato

“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 (Shaw, fino a cinque o sei anni) non hanno alcun rapporto con i sette sentimenti. Quando non interessano il meridiano del Fegato, esse sono in rapporto al meridiano della Milza, quando non interessano il meridiano della Milza, esse si rapportano al meridiano del Fegato.” (Dacheng)

Il neonato, come ben sappiamo, è un essere molto delicato e bisognoso di cure e attenzioni; il suo sviluppo energetico è ancora fisiologicamente immaturo e il rapporto con la madre è per questo fondamentale. Per poter crescere e sviluppare al meglio sia la forma corporea che le funzioni vitali, grande importanza riveste la qualità dei processi respiratori e digestivi del bambino, sottoposti a un lavoro incessante per estrarre nuovo jing dall'esterno (cioè dal Cielo Posteriore). Non a caso le patologie che ricorrono più frequentemente nei primi mesi di vita sono spesso legate all'insufficienza dell'energia della Milza (difficoltà digestive, intolleranze alimentari) o del Polmone (problemi respiratori, mucosità).

Il latte materno è il nutrimento indispensabile per una corretta alimentazione neonatale poiché fornisce al bambino un liquido carico di caratteristiche energetiche

naturalmente predisposte a stimolare il livello Yangming del neonato. Inoltre, la suzione garantisce un ulteriore stimolo a questo livello energetico.

Alcune debolezze patologiche del neonato possono essere causate da problemi analoghi della madre.

Nel neonato non sono ancora formati i meridiani, ma sono presenti zone energetiche a livello delle mani, alcuni punti e zone Yangming, i punti Shu del Dorso (di penetrazione dell'energia cosmica che attiva organi e visceri) e i punti Mo (proiezioni materiali di organi e visceri). L'energia Yang in questo momento della vita è abbondante e mobile, al punto da poter definire il bambino "Yang puro". Le malattie che si presentano durante l'infanzia, fin dalla nascita, sono per questo motivo acute, a insorgenza rapida, che si risolvono però altrettanto rapidamente.

Sun Simiao nel suo testo del 1500 d.C. intitolato "QianJingfan" descrive così lo stato energetico dell'infanzia:

- gli zang fu sono fragili e l'energia e la forma immature
- la vitalità è grande e la crescita rapida
- vi è facilità alle infezioni e contaminazioni con rapida evoluzione
- il Qi è puro ed efficiente e permette una facile guarigione

A causa dell'abbondanza di Yang il neonato tenderà facilmente al vuoto di Yin ed alle malattie da calore. Inoltre nell'infanzia la Wei Qi non è ancora molto efficiente, per cui le energie perverse possono penetrare facilmente in profondità. Questo spiega il perchè forme infettive comuni e banali possono causare complicazioni anche gravi. Il Qi degli organi ancora puro e la mancanza di turbe dei sette sentimenti permettono però ai bambini un veloce recupero: grande importanza avranno per questo l'ambiente familiare e sociale e l'alimentazione.

Dopo la nascita il bambino, per quanto fragile, inizia ad adattarsi al mondo circostante, con il rischio però di essere facilmente sottoposto all'invasione di fattori esterni come le energie perverse cosmiche (vento, freddo, umidità, calore,

secchezza). Secondo i testi antichi è opportuno far soffrire al bambino un po' di fame, di sete e di freddo e metterlo presto in contatto con le energie cosmiche per rafforzare in lui il sistema energetico di difesa. E' consigliato anche esporre il neonato alla luce del sole prima possibile per stimolare le funzioni dello Yangming.

La semeiotica nel bambino

Pensando di rapportarci ai bambini, ed in particolare a quelli molto piccoli, ci rendiamo subito conto che l'unico mezzo che abbiamo a disposizione è quello corporeo; per questo l'osservazione e l'esame dei segni presenti sul loro corpo risultano fondamentali per comprenderne lo stato di salute e per poter stabilire una comunicazione.

Qian Yi, celebre pediatra della dinastia Song (vissuto fra il 1035 e il 1117 d.C.), esaminava il viso e la costituzione fisica dei bambini secondo la teoria dei "Cinque Movimenti". Egli affermava che un colorito roseo è segno di buona salute, mentre un colorito pallido e la mancanza di vitalità sono segni di squilibrio dell'energia e del sangue. Per valutare la vitalità è necessario osservare innanzi tutto lo sguardo (shenming), ma anche il trofismo e l'aspetto cromatico di due zone della mano: il centro dell'eminanza tenar e il centro delle sopracciglia. Questi due punti energetici portano lo stesso nome "yuji" (ventre di pesce) e ci danno indicazioni sulla vitalità del bambino, intesa come prontezza e intelligenza. Anche l'esame della mano nei bambini rivela il loro stato di salute: si possono osservare le immagini vascolari dell'indice dopo lo sfregamento, oppure le tre barriere sulle pieghe di flessione del pollice definite "hukou" (bocca della tigre), oppure le cinque dita che ci danno informazioni sui rispettivi organi e visceri, rappresentandone la proiezione. Il viso va osservato sia nel suo insieme che nelle varie parti, non dimenticando di esaminarne il colore. Il Qi sarà proporzionale allo stato della fronte e della punta del naso, il Jing relativo ai padiglioni auricolari, lo

Shen alla brillantezza degli occhi. Inoltre le labbra saranno riferite alla milza ed all'intestino tenue, le gengive allo Yangming e al sangue, i denti ai reni.

Nell'osservare un bambino dovremo sempre porre attenzione: al viso in generale, ai capelli, alle labbra, alle sopracciglia, ai padiglioni auricolari, alle narici, agli occhi, ai seni, all'ombelico, ai genitali esterni e all'ano.

Secondo la teoria dei cinque movimenti possiamo considerare diverse tipologie di bambini che presentano alcune caratteristiche comuni prendendo in considerazione la loro costituzione fisica:

TIPO LEGNO

Sono bambini robusti, piuttosto tozzi soprattutto nei primissimi anni di vita, molto vivaci, irrequieti, nervosi. I capelli saranno castani o scuri, gli occhi grandi e luminosi, marroni o neri. Tendono alle allergie e alle sindromi ipercinetiche. Spesso presentano difficoltà digestive: intolleranze alimentari, nausea e vomito. Amano il movimento ed i sapori aspri (aceto, limone). Possono soffrire di miopia nei primi anni di vita.

TIPO FUOCO

Sono bambini molto armoniosi, con mani e piedi grandi, dita affusolate, testa ben modellata. Il colorito è roseo, gli occhi grandi, chiari, dolci e magnetici. Sono calmi ma emotivi e tendono alle somatizzazioni (ad es. con l'inizio dell'età scolare).

Parlano presto e bene e rivelano immediatamente grande sensibilità ed intelligenza. Sensibilissimi ai rimproveri, possono reagire con tristezza esagerata ai richiami dei genitori. Tendono alle febbri alte da affezioni esterne, alle convulsioni ed anche all'epilessia.

TIPO TERRA

Sono bambini piuttosto grassottelli ma stenici, di grande appetito e con eccellenti capacità digestive. Spesso presentano una obesità che si normalizza alla pubertà. La testa è grande e rotonda, lo sguardo vivace ma mite, gli occhi piccoli ma luminosi. I capelli sono sottili, il colorito giallognolo. La cute grassa li porta a problemi dermatologici come crosta latteata o dermatite seborroica. Prediligono gli amidi e i dolci. Sono bambini che dormono bene ed amano dormire. Possono avere episodi diarroici o fenomeni di malassorbimento. Il rendimento scolastico è buono e sono molto portati alla socializzazione.

TIPO METALLO

Sono bambini magri, emaciati, pallidi ed inappetenti, chiusi, taciturni e poco socievoli. Il corpo è disarmonico con le diverse parti che si sviluppano con grande irregolarità. La testa è piccola, ad uovo, il naso pronunciato, gli occhi poco luminosi, Hanno mani e piedi lunghi e tendono alla lassità legamentosa (con facili distorsioni). Sono definiti linfatici o catarrali e soffrono di infezioni respiratorie ricorrenti fin dai primi anni di vita. La cute è molto secca. Amano il piccante. Sono apatici, fanno le cose con molta lentezza e amano molto dormire.

TIPO ACQUA

Sono bambini stenici, molto ben strutturati, con grandi articolazioni a notevole e rapido sviluppo. Il colorito è scuro, i capelli neri, la testa grande, gli occhi grandi e neri, molto determinati ma con uno sguardo che esprime profonda tristezza. Possono presentare turbe immunitarie importanti e problemi urinari (enuresi, infezioni). Amano il gusto salato, temono il freddo. Tendono alle infezioni cutanee che guariscono con grande difficoltà.

Naturalmente questa classificazione costituzionale è solo teorica e nella realtà si trovano bambini che presentano varie combinazioni. Alcuni segni, più facilmente osservabili, hanno le seguenti relazioni:

- la forza della voce dipende dal Qi del Polmone
- il colorito dal Cuore
- le strutture capillari di superficie dall'Intestino tenue
- la luminosità dello sguardo dallo Shen
- lo stato delle palpebre dalla Milza
- la protrusione dei globi oculari dallo stato dell'energia e del sangue
- la dentizione dal Rene
- lo stato delle fontanelle dal Jing
- lo sviluppo dei capelli e dei peli dall'energia e dal sangue
- lo sviluppo muscolare dal Fegato e dalla Milza
- l'appetito dal TR medio e dallo Yangming

Nel bambino possiamo anche esaminare la lingua e i polsi:

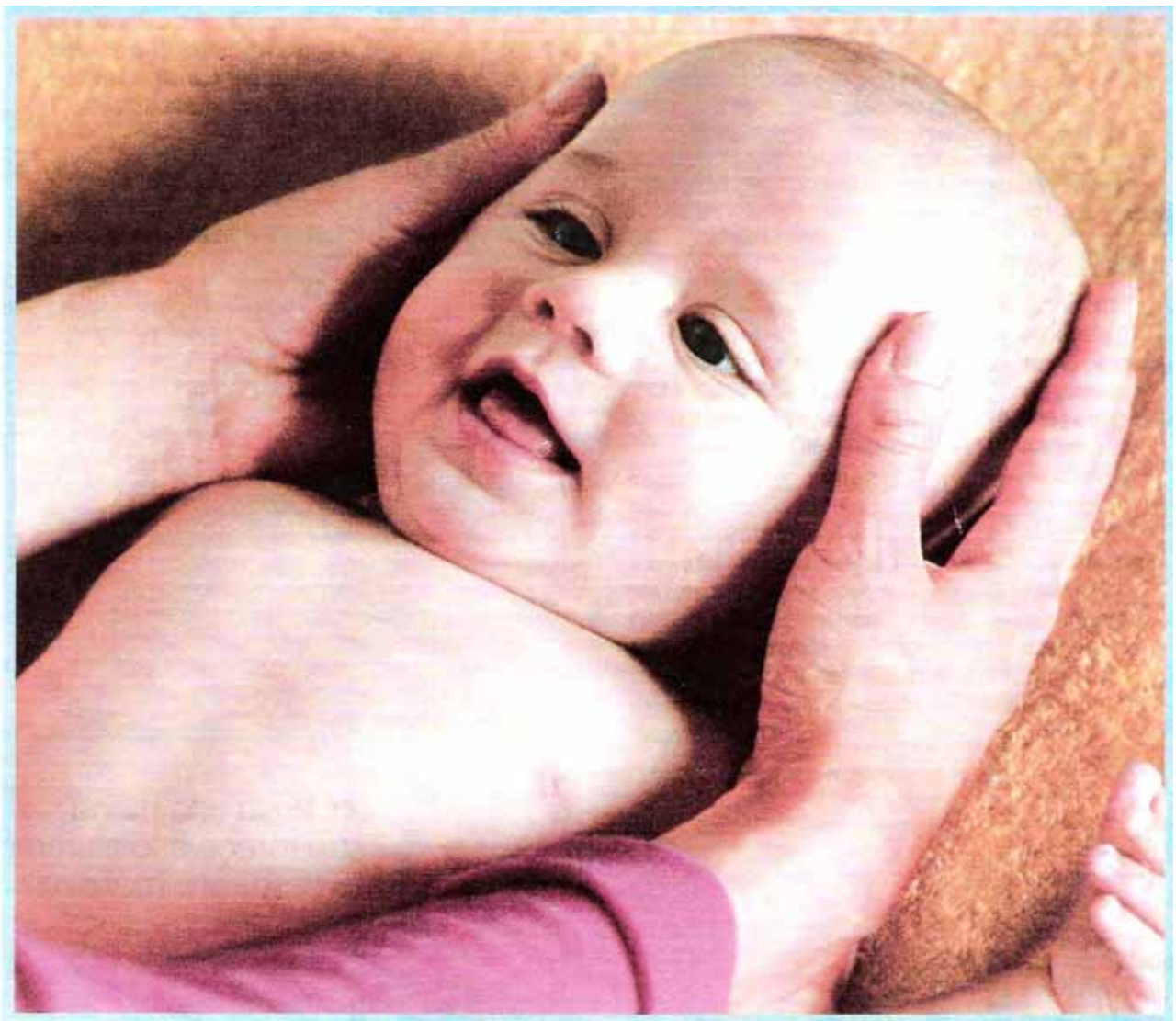
la lingua va osservata ed interpretata nella forma, colore, induito, motilità ecc. come viene fatto per l'adulto. In ogni caso una colorazione biancastra della patina è considerata normale nel lattante ed una lingua rossa e senza induito normale nel bambino in quanto dovuta ad uno stato di eccesso relativo dello Yang, considerato fisiologico.

Se la punta della lingua è rossa indica una turba mentale o un problema di vento/calore.

In genere il polso viene esaminato solo dopo i quattro, cinque anni di età. La frequenza è più elevata che nell'adulto tanto che si definisce polso "frequente", come segno di calore, un polso che batte più di otto, nove volte per ciclo respiratorio e polso "lento" quello che ha quattro, cinque battiti per ciclo (segno di freddo). Nei

bambini, inoltre, non si possono distinguere le tre sedi del battito (pollice, barriera e piede) e le variazioni percepibili sono soltanto quattro:

- Equilibrato - che è il polso normale
- Forte - che è indice di pienezza
- Debole - che è segno di vuoto
- Impetuoso – che indica aggressione da parte di un'energia perversa sia esterna (il polso sarà fluttuante) che interna (il polso sarà profondo).



Il massaggio pediatrico nella Medicina Tradizionale Cinese

Le funzioni del massaggio nella medicina tradizionale cinese

“Chi ascolta dimentica, chi vede ricorda, chi fa sa” (proverbio cinese)

Il massaggio tradizionale cinese ha come funzione principale il riequilibrio dell'energia Yin e Yang della persona trattata, al fine di curare le eventuali manifestazioni patologiche presenti e/o di prevenirne la formazione.

Secondo il pensiero orientale, infatti, l'energia che anima tutto l'universo pervade anche il corpo umano e ne determina lo stato di salute. Una malattia, quindi, non è altro che uno squilibrio o una disarmonia dell'energia che ognuno di noi possiede.

Il massaggio tradizionale cinese è in grado di:

- riequilibrare l'energia Yin-Yang
- potenziare le difese organiche e l'energia difensiva
- stimolare la circolazione sanguigna
- stimolare i movimenti delle articolazioni
- stimolare i muscoli

Attraverso il massaggio viene stimolato lo strato cutaneo, ma dal momento che la cute è connessa energeticamente alle zone interne dell'organismo, il massaggio è in grado di curare anche le malattie degli organi e dei visceri. Per questo il Tuina, oltre a trattare problemi muscolari, legamentosi o articolari, è indicato per la cura della diarrea, della stipsi, dei dolori addominali, delle turbe della digestione, dei rigurgiti, dell'irritabilità, dell'insonnia, dei disturbi del comportamento, delle tonsilliti, delle bronchiti, della tosse, della febbre, dell'enuresi, dell'anoressia, ecc. E' sconsigliato durante le malattie infettive acute o le patologie tumorali, ma anche in presenza di situazioni di grande stress è opportuno non trattare la persona.

Il massaggio pediatrico si differenzia dal massaggio dell'adulto perché il sistema energetico infantile presenta delle immaturità fino all'età di 10, 12 anni. Nel bambino piccolo non risulta infatti ancora completamente formata la circolazione energetica nei meridiani e quindi il trattamento viene effettuato soprattutto su “zone energetiche”. Dopo i 10,12 anni il massaggio diviene praticamente identico a quello dell'adulto.

Breve storia del Tuina pediatrico

Benché non ci siano giunti documenti specifici relativi al Tuina pediatrico che risalgano al periodo storico precedente la Dinastia Ming (1368 – 1644 d. C.), la storia del massaggio del bambino è presente nella letteratura medica cinese fin dall'antichità. I classici ne testimoniano la lunga tradizione, anche se pochi sono quelli tradotti nelle lingue occidentali.

Uno dei primi testi che affronta in modo sistematico l'argomento è “Il massaggio terapeutico per il bambino” di Chen, che era contenuto all'interno del “ Compendio di Agopuntura e Moxibustione” di Yang Jizhou datato 1601 d.C. Nella sua opera, Chen prende in esame le manipolazioni e le zone utili al trattamento e alla diagnosi, ponendo particolare attenzione all'esame dei segni presenti sulle dita dei bambini.

Nel 1604 Gong Yunlin nella sua opera “Guida al Tuina pediatrico” descrive in modo ancora più sistematico la terapia, basata sulla propria esperienza clinica. Attraverso l'uso di caratteristiche filastrocche, che descrivono in rima le varie patologie, questo lavoro illustra le tecniche di massaggio e di stimolazione dei punti, ponendo le basi per un successivo sviluppo ed una sempre crescente popolarità di questo metodo di cura per l'infanzia.

La grande diffusione di testi fondamentali per il Tuina pediatrico avvenuta durante le Dinastie Ming e Qing ha creato in molti la sensazione che questo particolare tipo di massaggio terapeutico si sia originato in quel periodo storico; in realtà, come

abbiamo già detto, le tecniche di massaggio pediatrico erano conosciute già in epoche molto remote. E' comunque cosa certa che nel periodo che va dal 1600 al 1800 queste furono molto in uso, al punto che, nonostante la repressione di tipo politico subita durante alcuni anni del periodo Qing, il popolo le usò in segreto e il Tuina pediatrico conobbe uno sviluppo sicuramente superiore a quello del Tuina per gli adulti.

Negli anni '50 una nuova riscoperta delle discipline mediche tradizionali dette origine alla nascita di moltissime cliniche in cui veniva praticato il Tuina; ancora una volta, però, gli anni tumultuosi della "Rivoluzione Culturale" costrinsero gli studi e le pratiche mediche ad uno stop e si dovette arrivare fino al 1979 per datare il primo simposio ufficiale sulla terapia Tuina tenuto a Shanghai. Da questo momento in poi, le società di ricerca e le associazioni di massaggio terapeutico sono riuscite a trovare ampia diffusione in molte province e oggi possiamo affermare che questa disciplina sta effettivamente acquistando grande popolarità sia in Cina che in altre parti del mondo.

Indicazioni e metodi per il massaggio al bambino

Il massaggio al bambino è molto importante da un punto di vista preventivo perché, creando le condizioni per uno sviluppo armonico, è in grado di accrescere anche le capacità di difesa dell'organismo; per questo sarebbe molto utile praticarlo fin dai primi mesi di vita.

Quando si massaggia un bambino, innanzi tutto è indispensabile mettersi in relazione con lui: il neonato possiede già i mezzi per comunicare e per questo possiamo parlare e cantare dolcemente al piccolo fin dai primi giorni di vita. Il canto, ma anche la voce, sono funzioni della Milza che viene stimolata nel bambino rivolgendosi a lui con tono pacato e rilassato. Anche il contatto visivo è importante: durante il trattamento guarderemo sempre il piccolo negli occhi per valutare il suo stato di

allerta o di rilassamento e quindi l'efficacia del nostro intervento. Il neonato è perfettamente capace di interagire con l'adulto e riesce a rispondere agli stimoli che gli vengono proposti attraverso dei segni che noi dovremo interpretare in chiave energetica.

La pratica del Tuina in età pediatrica parte proprio dall'osservazione di questi segni; l'operatore cercherà innanzi tutto di "percepire" l'energia del bambino e poi userà le tecniche terapeutiche per "manipolarla" al fine di prevenire o di curare le eventuali disarmonie presenti. Accanto alle pratiche terapeutiche non bisogna però dimenticare che altrettanto importante è la prevenzione, da applicare essenzialmente a casa ad opera dei familiari del bambino.

Il tempo utilizzato per il trattamento varia a seconda dell'età: raramente supera i dieci minuti nei piccoli di due o tre anni. L'ambiente influenza enormemente la pratica: per questo è necessario porre molta attenzione a tutto ciò che può condizionare il bambino, che è molto più sensibile dell'adulto agli stimoli. E' da preferire un ambiente ben areato, caldo e silenzioso.

I trattamenti devono essere sempre gradualità: come abbiamo già detto, dipendono dall'età, dalla costituzione fisica, dal tipo di disturbo e dalla risposta del bambino al trattamento. Durante la seduta è importante non ostacolare i movimenti del bambino che sono relativi alla sua evoluzione motoria, per questo le manipolazioni sono spesso eseguite in braccio all'operatore o in braccio alla madre.

Il trattamento (iniziando da destra per le femmine e da sinistra per i maschi),



generalmente parte dalla testa per poi

passare alla mano, all'avambraccio, al dorso, all'addome, per finire sugli arti inferiori, ma per trattare piccoli disturbi, può anche essere ridotto.

Tecniche di massaggio e moxa

Le tecniche usate più di frequente nel massaggio al bambino sono le seguenti:

TUI FA o metodo della spinta. Si usa soprattutto sulle mani e sugli arti per tonificare in presenza di insufficienze, per mobilizzare le stasi o per disperdere il calore.

FEN YIN YANG o metodo della spinta e divisione. Si fa sui punti a grossa concentrazione di energia Yuan. Ha carattere di dispersione locale.

ROU FA o AN ROU FA o metodo dell'impastamento. Si usa per tonificare più in profondità nelle zone dell'addome o su punti energetici importanti (es. gli Shu del dorso)

NA FA o pinzettare. Si usa principalmente per disperdere il calore.

MO FA o massaggiare circolarmente. Si può fare sia in senso orario che antiorario per tonificare o disperdere.

NIE FA o metodo dello scollamento. E' armonizzante di Yin-Yang

In pediatria, a fianco del massaggio, viene tradizionalmente utilizzata la moxa soprattutto per tonificare l'energia dello Stomaco e della Milza, per rinforzare il Qi del Polmone e quello del Rene.

Le principali disarmonie dell'età infantile

Trattamenti con il Tuina

Nel bambino è normale trovare delle immaturità perché questo è dovuto all'evolversi fisiologico dello sviluppo. Le insufficienze presenti sono però la causa di disarmonie energetiche che possono poi trasformarsi in veri e propri disturbi durante l'infanzia. La prevenzione è per questo fondamentale; in ogni bambino è importante individuare la particolare predisposizione a sviluppare certe disarmonie piuttosto che altre e intervenire tempestivamente per impedire lo svilupparsi della patologia.

Le insufficienze di Milza, Polmone e Rene

Gli organi più colpiti da insufficienza sono la Milza, il Polmone e il Rene; in questi casi il bambino presenterà particolari sintomi:

- in caso di deficit di Qi di Milza il bambino mangerà poco volentieri, sarà magro, pallido e si stancherà facilmente.
- nel deficit di Qi di Polmone il bambino avrà spesso il raffreddore e la tosse anche con catarro; si ammalerà di frequente sviluppando problemi alla gola o alle orecchie. Si stancherà e suderà facilmente, sarà pallido e potrà avere episodi di asma.
- in caso di insufficienza di Qi di Rene il bambino sarà pallido con spesso leggere occhiaie grigie, avrà debolezza agli sforzi e suderà facilmente, sentendosi subito stanco. Potrà avere ritardi nello sviluppo e problemi di enuresi notturna anche accompagnati da paure o incubi.

I trattamenti con il Tuina prevedono la tonificazione degli organi colpiti effettuando le manovre sulle zone energetiche attive durante l'infanzia e in particolare:

- per la Milza si tratta con Tui fa il primo dito della mano, in An rou fa l'addome (25E), in An rou fa il punto "Zusanli" (36E), con Tui fa dalla base del collo al sacro e Nie fa sulla colonna dal basso all'alto soffermandosi sul punto "Pishu" (20V). In caso di diarrea si effettua un massaggio leggero in Mo fa sull'addome in senso orario; se c'è stipsi in senso antiorario.

- per il Polmone si tratta con Tui fa il quarto dito della mano, con Tui fa la linea che va dal punto 22VC al punto 17VC, con Fen Yin Yang dal 17VC verso i capezzoli e con An rou fa il punto "Feishu" (13V).

- per il Rene si tratta con Tui fa il quinto dito della mano, con An rou fa il punto "Erma" sul dorso della mano e con An rou fa il punto "Shenshu" (23V).

Si può fare la moxa su "Shenshu" (23V), "Mingmen" (4VG) e "Qihai" (6VC); inoltre si può tonificare il Qi del Cielo Posteriore per rinforzare il Qi del Cielo Anteriore.

Va ricordato che le insufficienze producono stasi e la stasi dà una falsa pienezza per cui le manovre di tonificazione fatte al bambino dovranno essere veloci allo scopo di mobilizzare.

L'accumulo, il calore, i patogeni esterni, il flegma

I bambini possono facilmente avere problemi di accumulo di cibo se mangiano troppo e i visceri non si svuotano correttamente. In questi casi il Qi di Fegato trova un'ostruzione e non scorre più liberamente creando nervosismo, agitazione e irritabilità. Questa situazione inoltre può generare calore, il quale, a sua volta, è la causa di un'ulteriore agitazione dello Shen. Per porre rimedio a tutto questo occorre intervenire sui fattori che sono alla base del problema togliendo l'accumulo e purificando il calore.

In questi casi si può trattare "Banmen" (eminenza tenar) dalla base del palmo alla base del pollice, oppure effettuare "Fenshou yin yang" sul polso.

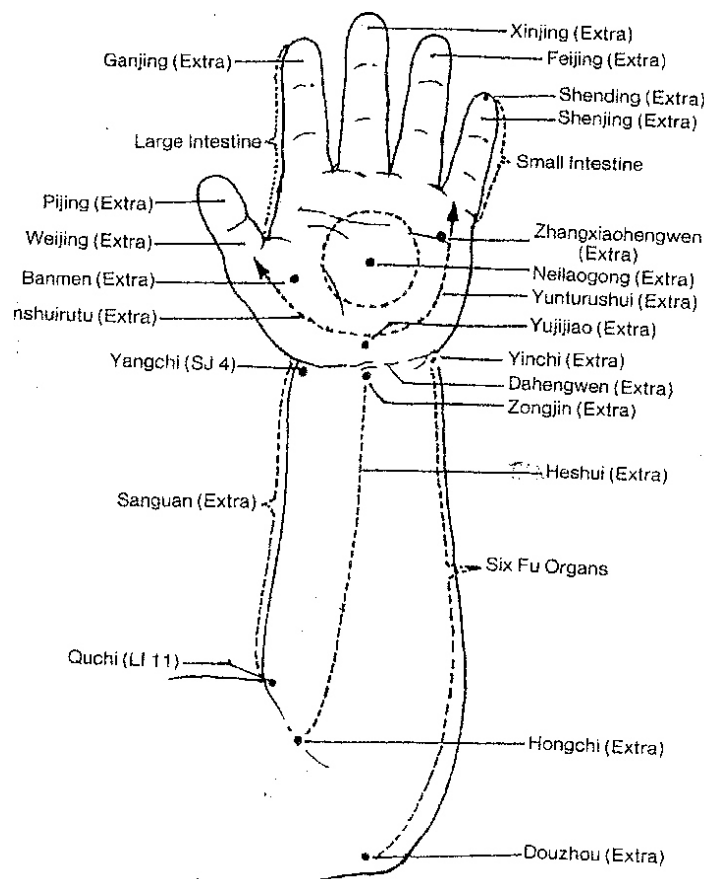
Il calore, oltre che da un accumulo, può essere causato dall' aggressione di patogeni esterni che, una volta penetrati all'interno dell'organismo, si trasformano in calore e quindi in febbre, talvolta anche alta. E' importante cercare di purificare subito il calore perché, oltre ad asciugare i liquidi e ad agitare lo Shen, può trasformarsi in vento interno e provocare crisi convulsive.

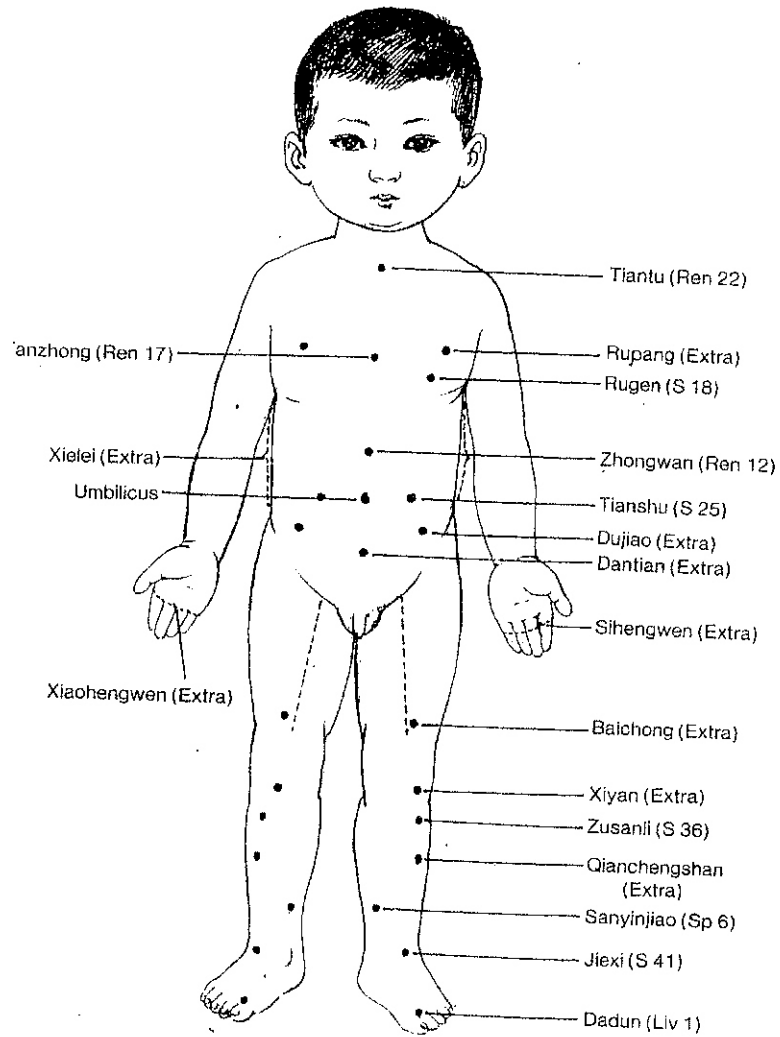
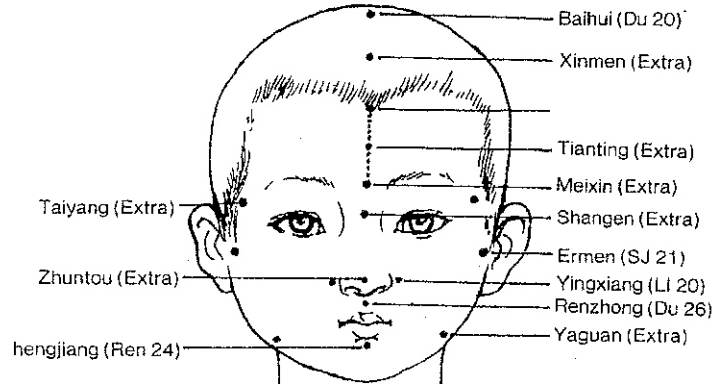
Se c'è febbre si può utilizzare la tecnica dello sfregamento del dorso con il "Guasha".

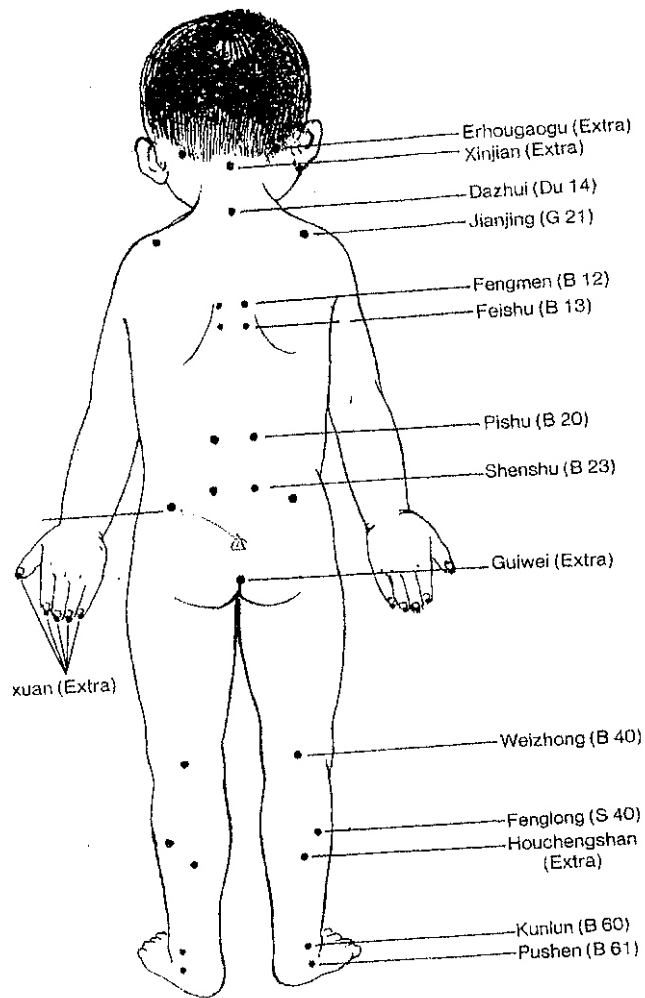
Per purificare il calore si applica la tecnica di tonificazione dell'acqua utilizzando la linea mediana "Tianheshui" dal polso al gomito, oppure si spingono verso l'esterno i polpastrelli del secondo e terzo dito della mano. Si usa anche il picchettamento del punto "Xiaotianxin" (Piccolo cuore celeste).

Nel bambino spesso sono presenti catarri dovuti a un deficit del funzionamento della Milza oppure a un accumulo e al calore che si trasforma in flegma.

Con il Tuina si possono trattare "Bagua" e i punti Shu del dorso della Milza e dello Stomaco (20V, 21V).







Conclusioni

Interessandomi allo sviluppo energetico e alle disarmonie che si possono presentare durante l'infanzia, mi sono resa conto di quanto il Tuina rappresenti un modo di curare efficace e piacevole; le tecniche da applicare quotidianamente sono inoltre, a mio avviso, uno strumento indispensabile per prevenire l'insorgere dei disturbi di cui soffrono comunemente i bambini. Sarebbe certamente auspicabile che la conoscenza di questo tipo di terapia potesse essere diffusa in modo sempre più visibile dalle istituzioni che operano nel settore della salute in modo da migliorare significativamente la qualità della vita dei bambini e delle persone che si occupano della loro crescita.

Bibliografia

- F. Bottalo. Manuale di Qi Shu. Teoria e trattamento dei Canali Straordinari. Xenia Edizioni, 2001.
- L.Changye, 1989. Infantile Tuina Therapy. Foreign Languages Press, Beijing.
- M.Corradin, C.Di Stanislao. Considerazioni sulla diagnosi e la terapia in età pediatrica. NeigongTuina.com. Anno 3°, n.9.
- S.Taccola. Tuina Pediatrico. Dispensa non pubbl.

