

MASAJE EN EL EMBARAZO PRIMER MES

El masaje en el embarazo, es un método que hemos desarrollado a partir de las técnicas clásicas de masajes. Este masaje permite la conexión con tu bebé, te permite crear lazos de amor, equilibrar tus emociones, entender que todo lo que tú sientes se lo transmites a tu hijo durante todo el proceso de gestación y que todas tus vivencias quedan registradas en la memoria emocional de tu bebé. Por eso es importante que conozcas cuál es el material que debes tener preparado para trabajar mes a mes, en qué consiste la terapia de luz y cómo enfrentar tus mayores miedos de la mano del masaje.

- **GENERALIDADES PARA TODOS LOS MESES**



Los elementos que debes tener siempre a mano para todos los meses son:

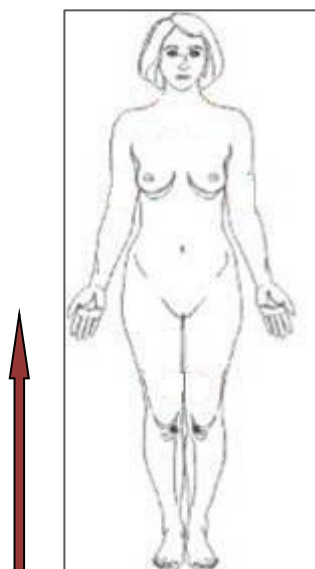
1. Aceite de almendras o el aceite orgánico de tu preferencia.
2. Tu diario.
3. Papel seda de color rojo, amarillo, azul, verde, violeta, rosado y blanco.
4. Una lámpara.

Te brindamos el mejor asesoramiento en masajes y desarrollo personal.

📞 Cel: (+57) 3105610941 ✉ E-mail: info@fundacionsemilla.com

TÉCNICA DE MASAJES Y TERAPIA DE LUZ PRIMER MES

- GENERALIDADES PARA TODOS LOS MESES

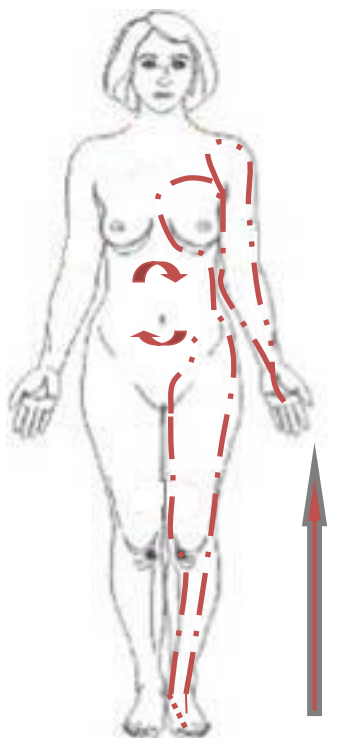


1. El masaje se hace boca arriba.
2. El masaje siempre se hace de abajo hacia arriba.
3. El masaje siempre empieza por el pie izquierdo hacia la cabeza. (ver fase 1)
4. Masajea el pezón y seno izquierdo. (ver fase 1.1)
5. Después de terminar el lado izquierdo continúa con el pie derecho.
6. Continúa masajeando desde el pie derecho hacia la cabeza. (Ver Fase 2)
7. Masajea el pezón y seno derecho.(ver fase 2.2)
8. Termina con un suave masaje en la cara y cabeza.

Te brindamos el mejor asesoramiento en masajes y desarrollo personal.

📞 Cel: (+57) 3105610941 ✉ E-mail: info@fundacionsemilla.com

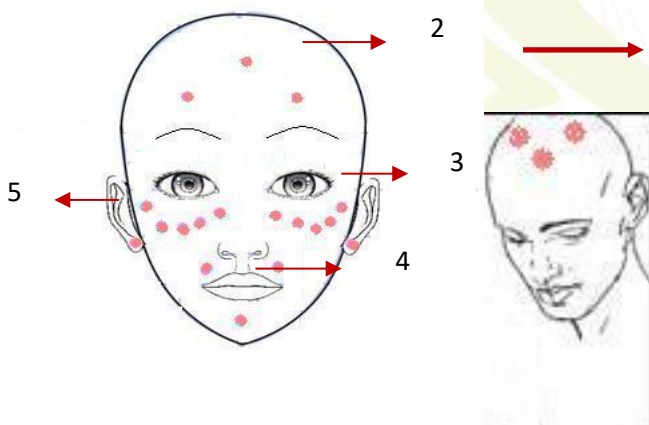
FASE I. BOCA ARRIBA LADO IZQUIERDO



AMASAMIENTO DIGITAL: Usamos las yemas de dedos haciendo pequeños círculos durante el recorrido de la piel.

1. Pie izquierdo.
2. Empeine pie izquierdo
3. Pierna izquierda.
4. Rodilla izquierda.
5. Muslo izquierdo
6. Vientre izquierdo. Haz toques suaves para saludar al bebé y masajea en forma circular en dirección de las manecillas del reloj.
7. Cintura por lado externo izquierdo.
8. Seno y pezón izquierdo. (Ver video)
9. Hombro izquierdo.
10. Brazo izquierdo
11. Mano izquierda
12. Cabeza y cara (Ver Fase 1.2)

FASE 1.2 CABEZA Y CARA



DIGITOPRESIÓN: Con el dedo pulgar presionamos suavemente sobre los puntos.

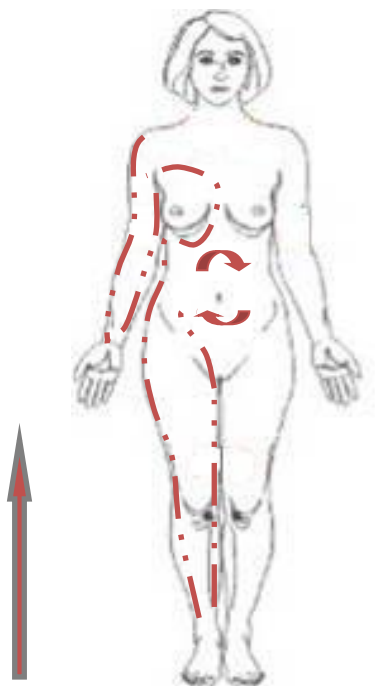
Haz una suave presión con tus dedos sobre los siguientes puntos:

1. Cabeza.
2. Frente.
3. Pómulos.
4. Mentón.
5. Lóbulo de la oreja.

Te brindamos el mejor asesoramiento en masajes y desarrollo personal.

📞 Cel: (+57) 3105610941 ✉ E-mail: info@fundacionsemilla.com

FASE 2. BOCA ARRIBA LADO DERECHO



AMASAMIENTO DIGITAL: Usamos las yemas de los dedos haciendo pequeños círculos durante el recorrido sobre la piel.

1. Pie derecho
2. Empeine derecho.
3. Pierna derecha
4. Rodilla derecha
5. Muslo derecho
6. Vientre derecho. Haz toques suaves para saludar al bebé y masajea en dirección de las manecillas del reloj.
7. Cintura por el lado externo derecho
8. Seno y pezón derecho. Ver video
9. Hombro derecho
10. Brazo derecho
11. Mano derecha
12. Cabeza y cara (Ver Fase 1.2)

TERAPIA DE LUZ PRIMER MES



Después de haber realizado el masaje pon el papel seda de color rojo sobre tu vientre e ilumínalo con una lámpara. Hazlo durante 5 a 15 minutos.

Te brindamos el mejor asesoramiento en masajes y desarrollo personal.

📞 Cel: (+57) 3105610941 ✉ E-mail: info@fundacionsemilla.com



El color rojo desarrolla todas las estructuras físicas y estimula la fuerza vital para desarrollar todo el órgano de forma adecuada.

EL COLOR ROJO

En el primer mes de gestación, se empieza a formar el tubo neural que será el punto de inicio del desarrollo del sistema nervioso.

El tejido nervioso está constituido por células nerviosas que son altamente especializadas en recibir, conducir y transmitir impulsos electroquímicos. El color rojo tiene una longitud de onda de 620 a 750nm (nanómetros). La frecuencia del color rojo estimula las células nerviosas encargadas de la formación del tubo neural, que posteriormente desarrollarán el cerebro y la médula espinal. El color rojo activa la iniciación y coordinación de las actividades del tejido nervioso. El color rojo también está relacionado con la sangre, y el tejido con ella relacionado, la linfa. Son dos tejidos líquidos del cuerpo. Circulan dentro de sus respectivos sistemas vasculares y de este modo hacen las veces de medios de transporte dentro del cuerpo. El embrión toma la sangre inicialmente de su madre para su formación, por lo tanto cuando se ha hecho el masaje y luego la terapia de luz con el color rojo, la madre le está enviando información de su cerebro al embrión en coordinación con la información que las células reciben del color rojo. Así la sangre y linfa que están constituidas por varias especies de células, trabajarán en pro de la formación del embrión.

Te brindamos el mejor asesoramiento en masajes y desarrollo personal.

📞 Cel: (+57) 3105610941 ✉ E-mail: info@fundacionsemilla.com

PENSAMIENTOS POSITIVOS PRIMER MES

- Soy un ser completamente libre y muy competente.
- Merezco que me amen y soy capaz de amar.
- Es maravilloso ser madre.
- Ser madre es la experiencia más hermosa de mi vida.
- Estoy feliz de dar el más hermoso regalo que existe (la vida).
- Dentro de mí un ser crece y se alimenta del amor que yo le brinde.
- Utilizo mi poder creativo para mi crecimiento interior.
- Soy independiente y me siento segura de mi misma.



Te brindamos el mejor asesoramiento en masajes y desarrollo personal.

📞 Cel: (+57) 3105610941 ✉ E-mail: info@fundacionsemilla.com