

# DOSSIER NETWORKING

**Educar con el tacto:  
Masaje Infantil y  
Estimulación Sensorial**

**María Alguero**

Educadora de masaje Infantil.  
Especialista en neurodesarrollo

**NETWORKING**

28 octubre 2025  
Colegio Tajamar  
17:30 h

ORGANIZAN



tajamar.

## NETWORKING

NETWORKING INFANTIL es un evento pensado para el profesorado de escuelas infantiles. Su objetivo es compartir experiencias y buscar soluciones creativas a las diferentes situaciones del día a día del aula. Es un encuentro enriquecedor para todos.

Al finalizar la sesión con el experto invitado habrá espacio para el diálogo personal.

colegio Tajamar (salón de actos)  
C/ Pío Felipe, 12  
28038 MADRID



# QUIEN SOY

Soy una **apasionada de la primera infancia**, siempre quise dedicarme a trabajar con bebés y niños, estude para ser **maestra de infantil** y empecé a trabajar mientras estudiaba, siempre he seguido en constante formación, considero que es un campo en el que hay que estar muy al día y a día de hoy especializándome en lo que más me gusta.

En 2011 cree **atencionycuidadosdelbebe** desde donde hago formaciones, acompañamientos y asesorías, tanto a familias como a profesionales y siempre lo he compaginado con mi trabajo en el colegio como profesora de infantil.

Además soy madre **de familia numerosa**, tenemos cuatro tesoros maravillosos, que nos han hecho valorar la vida desde otro punto de vista, nos hacen ser mejores personas.

## Estoy especializada en



- Masaje infantil
- Comunicación gestual
- Reflejos primitivos
- Disciplina positiva
- Psicomotricidad
- Atención temprana
- Porteo ergonómico
- Auxiliar de pediatría
- Neurodesarrollo
- BLW
- Lactancia materna
- Sueño respetuoso



@atencionycuidadosdelbebe  
691 838 810

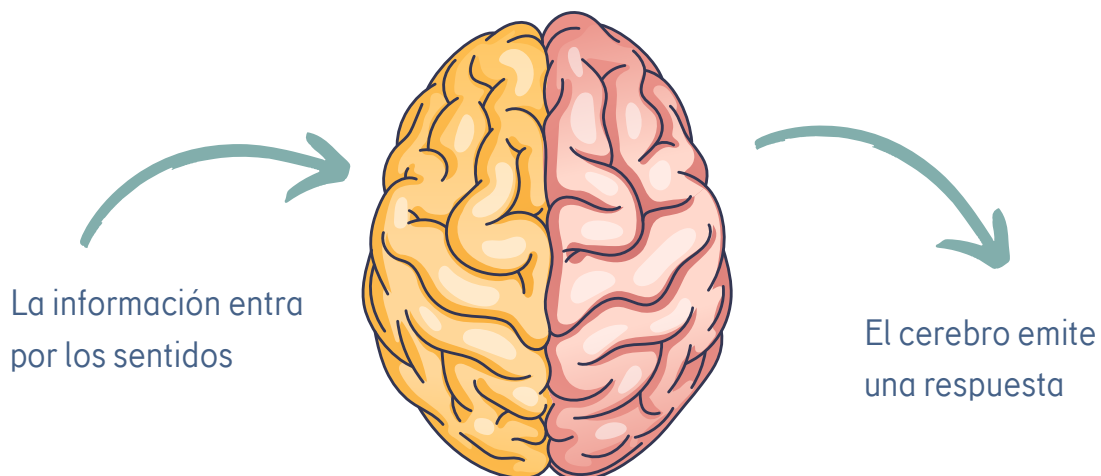
info@atencionycuidadosdelbebe.com  
www.atencionycuidadosdelbebe.com

## EL LENGUAJE DE LOS SENTIDOS

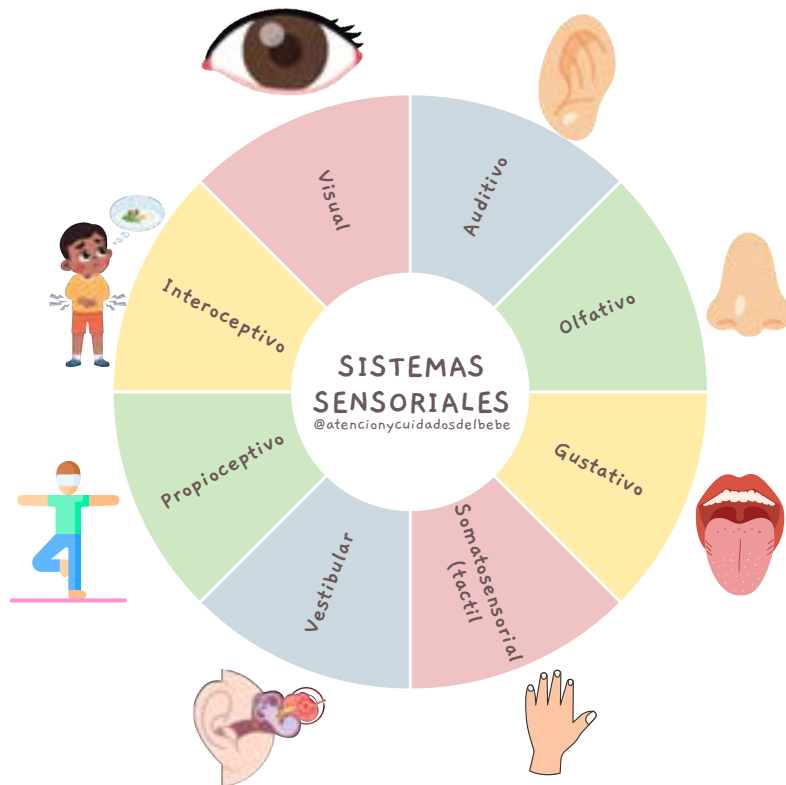
El cerebro ha de ser capaz de recibir información, procesarla y emitir una respuesta acorde a esa información. Debe hacerlo sin obstáculos que impidan que la información llegue de forma precisa a las áreas en las que debe ser procesada y después a las que deben elaborar la respuesta.

- **Entrada:** El cerebro recibe información.
- **Procesamiento:** El cerebro procesa la información.
- **Salida:** El cerebro emite una respuesta acorde.

### EL CEREBRO PROCESA LA INFORMACIÓN



Los sentidos son nuestra vía de comunicación entre el cuerpo y el cerebro. Toda la información que llega a nuestro cerebro, y de la cual somos conscientes, lo hace a través de los sentidos.



## Sistemas Sensoriales ¡Tu conexión con el mundo!

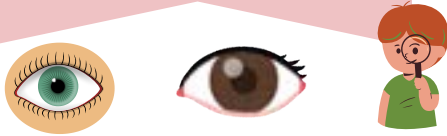
Nuestro cuerpo tiene superpoderes sensoriales que nos permiten explorar y comprender el mundo que nos rodea. Además de los 5 sentidos clásicos, ¡hay otros sistemas increíbles!

Todos estos sistemas trabajan en equipo para que vivas cada momento al máximo.

## SISTEMAS SENSORIALES

### Visual

Vista (Sistema Visual) 👁️  
Detecta colores, formas, tamaños y movimientos gracias a los ojos. ¡Es nuestra ventana al mundo!



## SISTEMAS SENSORIALES

### Auditivo

Audición (Sistema Auditivo) 🗣️  
Nos permite percibir sonidos, identificar voces y disfrutar de la música.



## SISTEMAS SENSORIALES

### Propioceptivo

Sistema Propioceptivo (Posición del cuerpo) 🧑🏻‍🦽  
Te ayuda a saber dónde están las partes de tu cuerpo sin mirarlas, para moverte de forma coordinada.



## SISTEMAS SENSORIALES

### Vestibular

Sistema Vestibular (Equilibrio) ⚖️  
Detecta el movimiento y la posición de tu cabeza en el espacio. Es fundamental para el equilibrio y para que no te marees.



## SISTEMAS SENSORIALES

### Gustativo

Gusto (Sistema Gustativo) 🍷  
Papilas gustativas en la lengua distinguen sabores como dulce, salado, ácido y amargo.



## SISTEMAS SENSORIALES

### Olfativo

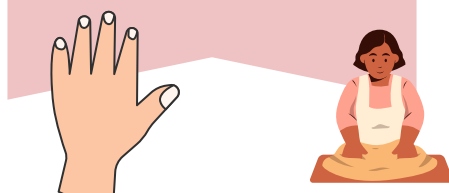
Olfato (Sistema Olfativo) 🕯️  
A través de la nariz, captamos aromas que evocan recuerdos o alertan de peligros.



## SISTEMAS SENSORIALES

### Somatosensorial (táctil)

Tacto (Sistema Somatosensorial) 🖐️  
La piel, nuestro órgano más grande, percibe texturas, temperaturas y presiones.



## SISTEMAS SENSORIALES

### Interoceptivo

Sistema Interoceptivo (Estado interno) 🍷  
Registra las señales internas de tu cuerpo, como el hambre, la sed, o el ritmo cardíaco. Te permite sentir cómo está tu organismo.



## EL TACTO

El tacto es el sentido más grande de nuestro cuerpo, pues lo cubre por entero. Lo cubre y lo protege. Pero no solamente en el exterior, sino también en su interior. Gracias a la piel, los músculos, los huesos, y los órganos del cuerpo humano se mantienen en su sitio correspondiente.

La piel es sensible al dolor, tacto, presión y temperatura

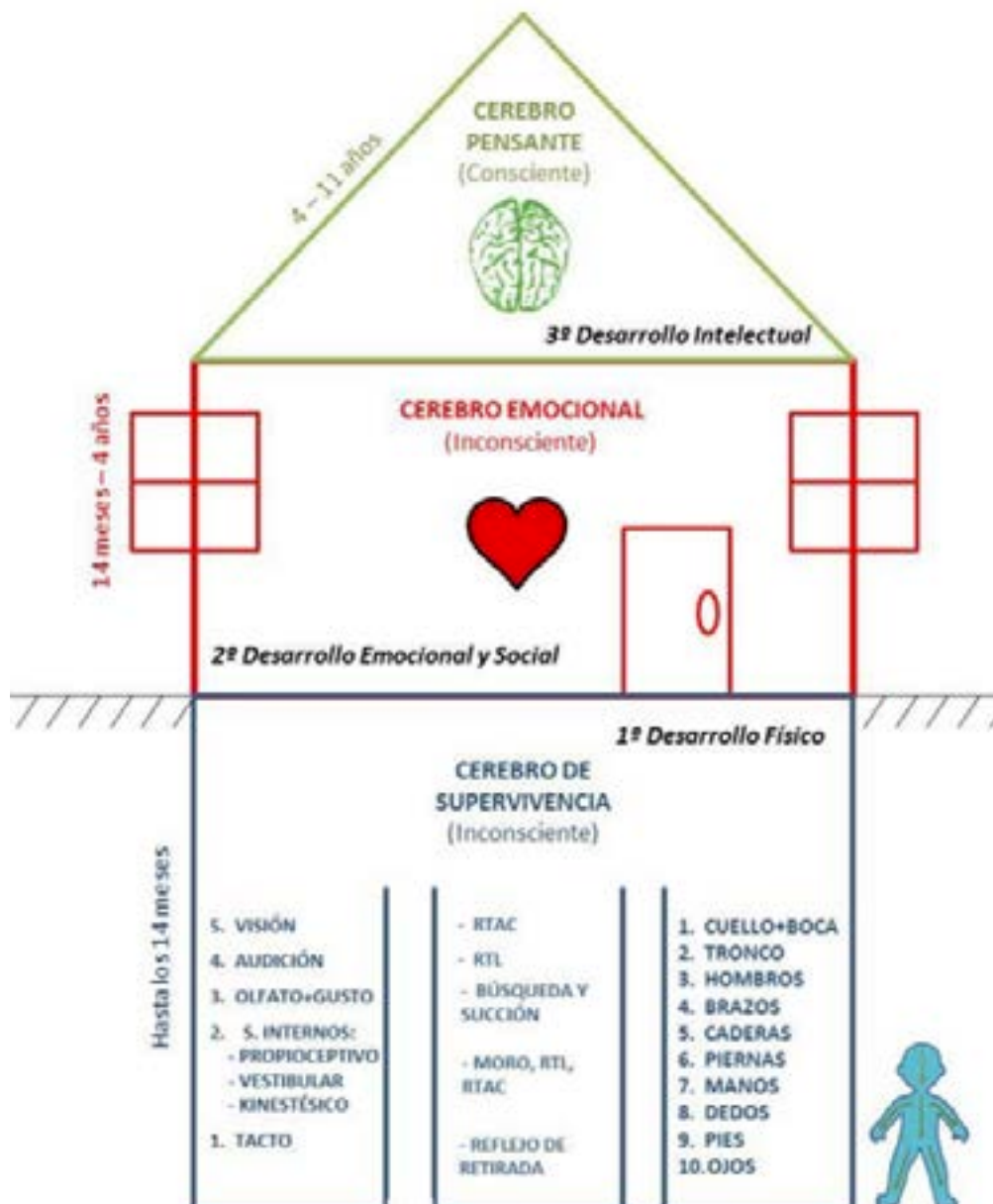


## CASITA DE MELODY DE JAGER

El tacto es el primero en ser funcional en el embrión.

El aprendizaje por medio de la piel es anterior al dado por los demás sentidos.

El sentido del tacto es el primero de todos los sistemas sensoriales en aparecer y es el último en desaparecer al morir





## QUE FAVORECE EL DESARROLLO CEREBRAL EN BEBÉS Y NIÑOS



**¡Los primeros años importan!**  
**Cada palabra, abrazo y juego construye el cerebro del futuro.**  
**Acompañar con amor es el mejor regalo.**



## MASAJE INFANTIL

- El masaje infantil es una antigua tradición en muchas culturas del mundo, que se ha transmitido de madres a hijas.
- Muchos estudios de investigación revelan la necesidad del contacto afectivo como parte fundamental de los primeros años de vida, y el masaje infantil es uno de los mas agradables, y fáciles métodos para establecer el primer contacto.
- Fue creado por Vimala Schneider
- Se basa en la atención y respeto hacia el niño
- Es un arte antiguo que permite una conexión profunda de cada padre con su bebé
- Restablece su equilibrio a través del tacto y alienta su confianza, seguridad e independencia
- Utiliza el tacto, que es el primero de los sentidos que se desarrolla en un recién nacido, por lo que conlleva una gran carga afectiva.

## MOVIMIENTOS PARA PREPARAR PARA EL ARRASTRE Y EL GATEO

Sirven para estirar con suavidad los brazos y piernas del bebé, dar un suave masaje a su vientre y pelvis y para enderezar la columna vertebral. Son ejercicios suaves que preparan al niño para el rastreo y gateo.

- **Brazos Cruzados:** sujetar los brazos del bebé por las muñecas y cruzamos estos a la altura del pecho tres veces, alternando brazos, primero puno por encima y luego el otro. Después los estiramos con suavidad hacia los lados para, tras un pequeño descanso, volverlos a cruzar otras tres veces.
- **Brazo y Pierna Cruzados:** este ejercicio es similar al anterior pero con pierna y brazo opuestos. Tomamos el brazo por la muñeca para llevarlo hacia la caja torácica y la pierna por el tobillo para llevarlo hacia el hombro, cruzando pierna y brazo. Después estiramos ambos en sentidos opuestos para descansar un poco y repetir el ejercicio otras tres veces.
- **Piernas Cruzadas:** elevamos las piernas del bebé hacia arriba, y teniendo estas con rodillas flexionadas, cruzamos primero una y luego la otra. Después descansamos un poco con piernas abajo y repetimos otras tres veces. Es un buen ejercicio par tonificar todo el tracto digestivo. sacudiéndolas ligeramente y alternamos piernas de nuevo.

## MOVIMIENTOS PARA PREPARAR PARA EL ARRASTRE Y EL GATEO

- **Arriba Abajo:** presionamos las rodillas juntas contra el vientre, después las estiramos hacia fuera. Si el bebé se resiste al estiramiento, sacúdalas ligeramente y anímele a relajarlas.
- **Bicicleta:** presionamos las rodillas, primero una y luego la otra, contra el vientre. Después las estiramos

**LAS MANOS SON EL PRINCIPAL "OBJETO DE MASAJE", Y LOS  
COMPLEMENTOS (PELOTAS, TELAS, PLUMAS, ESPONJAS) SON  
RECURSOS LÚDICOS Y SENSORIALES QUE PUEDEN ENRIQUECER  
LA EXPERIENCIA Y ADAPTARLA A NIÑOS MÁS MAYORES.**

# GUÍA DE MASAJE Y ESTIMULACIÓN SENSORIAL



Etapas de 0 a 6 años – Formación para docentes de Educación Infantil

## 0-1 año: descubrir el cuerpo

Objetivos	Actividades	Materiales
Fomentar vínculo y seguridad. Desarrollar conciencia corporal. Estimular tacto, vista y oído.	Masaje relajante diario. Exploración de texturas con pies y manos. Juegos de voz y campanillas. Balanceos y hamaca.	Aceite vegetal neutro. Paños suaves, pelotas sensoriales. Sonajeros, música suave.

## 1-2 años: explorar y sentir

Objetivos	Actividades	Materiales
Integrar sentidos a través del movimiento. Fomentar coordinación global y equilibrio.	Caminos sensoriales. Juegos con agua y espuma. Masaje de pies y manos con canciones. Cajas de exploración.	Alfombrillas, arroz, tela, arena. Espuma, jarras, esponjas. Cremas neutras. Materiales naturales.

## 2-3 años: moverse con intención

Objetivos	Actividades	Materiales
Mejorar discriminación táctil y control postural. Desarrollar coordinación bilateral.	Masaje por parejas con pelotas. Circuitos sensoriales. Pintura corporal y lavado. Juegos de soplo.	Pelotas blandas o plumas. Colchonetas, túneles, cojines. Pintura corporal. Pomperos o pajitas.

# GUÍA DE MASAJE Y ESTIMULACIÓN SENSORIAL

## 3–4 AÑOS: Consolidar el esquema corporal

Objetivos	Actividades	Materiales
Desarrollar lateralidad y equilibrio. Fomentar calma y atención.	Tren del masaje. Posturas de yoga con cuentos motores. Caja misteriosa (reconocer objetos). Circuitos vestibulares.	Pelotas sensoriales. Esterillas, cuentos motores. Caja opaca con objetos. Bancos, cintas adhesivas.

## 4–5 AÑOS: Escuchar el cuerpo

Objetivos	Actividades	Materiales
Favorecer coordinación fina y conciencia interoceptiva. Integrar movimiento cruzado.	Masaje emocional (“cómo me siento”). Camino del equilibrio. Masaje con objetos naturales. Juego del espejo	Música suave. Cintas, bancos, saquitos. Piedras, plumas, conchas.

## 5–6 AÑOS: Integrar y autorregular

Objetivos	Actividades	Materiales
Consolidar control corporal y respiratorio. Favorecer relajación y autonomía.	Cuentos masaje guiados. Masaje en equipo con música. Automasaje en cuello y manos. Crear botella sensorial.	Cuentos o audios. Pelotas, rodillos, telas. Botellas, purpurina, aceite.

# PRIMER CICLO DE INFANTIL (0-3 AÑOS)



## Objetivos principales

- Favorecer el vínculo y la seguridad emocional.
- Desarrollar la conciencia corporal y la integración sensorial.
- Estimular el sistema táctil, vestibular, propioceptivo e interoceptivo.
- Promover la relajación, el descanso y la autorregulación.

## PROGRAMACIÓN 0-1 AÑO

### OBJETIVOS

- Contacto piel con piel, contención y regulación emocional.
- Coordinación ojo–mano y control postural.
- Estimulación táctil, auditiva y visual básica.
- Descubrimiento del cuerpo y de los límites físicos.

Tipo	Propuesta	Propuesta
<b>Masaje relajante</b>	Masaje infantil en piernas, brazos y espalda después del cambio o la siesta.	Aceite vegetal neutro, música suave.
<b>Exploración táctil</b>	Ofrecer diferentes texturas para tocar con manos y pies.	Paños de seda, esponjas, cepillos suaves, pelotas sensoriales.
<b>Juegos vestibulares</b>	Balances suaves en brazos, pelotas grandes o hamacas.	Fitball, manta o foulard.
<b>Estimulación auditiva</b>	Sonajeros o campanillas a distintas distancias y direcciones.	Instrumentos suaves, voz del adulto.
<b>Masaje rítmico</b>	Acompañar el masaje con canciones cortas y rimas corporales.	Canciones de tacto (“palmas palmitas”, “los deditos”...).

# PROGRAMACIÓN

## 1-2 AÑOS

### OBJETIVOS

- Coordinación global y motricidad gruesa.
- Tono muscular y equilibrio.
- Integración táctil y propioceptiva a través del juego activo.
- Ritmo y lenguaje corporal.

Tipo	Propuesta	Materiales
<b>Masaje de pies y manos</b>	Juegos de masaje antes de dormir o después de actividad intensa.	Crema neutra o aceite, canciones suaves.
<b>Camino sensorial</b>	Caminar descalzos sobre diferentes materiales.	Alfombrillas, arroz, esponjas, tapones, tela, arena.
<b>Juegos de presión</b>	"Apretar" suavemente brazos o piernas al ritmo de una canción.	Pelotas blandas, saquitos de peso.
<b>Cajas de exploración</b>	Buscar objetos escondidos en materiales naturales.	Cajas con arroz, garbanzos, gelatina, hojas secas.
<b>Juego con agua y espuma</b>	Manipular, trasvasar, apretar, lavar muñecos.	Recipientes, esponjas, jarras, espuma de baño.

# PROGRAMACIÓN

## 2-3 AÑOS

### OBJETIVOS

- Discriminación táctil y coordinación bilateral.
- Movimiento libre, equilibrio y percepción corporal.
- Control del cuerpo en quietud y movimiento.
- Transiciones entre activación y calma.

Tipo	Propuesta	Materiales
<b>Masaje por parejas</b>	En círculo, se masajean brazos o espalda con pelotas blandas.	Pelotas pequeñas o plumas.
<b>Circuitos sensoriomotrices</b>	Pasar, rodar, empujar, arrastrarse.	Colchonetas, túneles, cojines, cajas.
<b>Juegos de soplo y respiración</b>	Soplar plumas, burbujas o bolas de papel.	Pajitas, plumas, pomperos.
<b>Pintura corporal</b>	Dibujar sobre brazos/piernas y luego lavar juntos.	Pintura corporal o témpera al agua.
<b>Masaje con canciones</b>	Rimas táctiles que integren contacto y lenguaje.	Música suave, canciones guiadas.



# SEGUNDO CICLO DE INFANTIL (3-6 AÑOS)



## Objetivos principales

- Afianzar la conciencia corporal y el esquema corporal.
- Desarrollar el control postural, la coordinación y el equilibrio.
- Favorecer la atención, la calma y la regulación emocional.
- Estimular los sistemas vestibular, propioceptivo e interoceptivo de forma integrada.
- Potenciar la cooperación, la empatía y la escucha corporal.

## PROGRAMACIÓN 3-4 AÑOS

### OBJETIVOS

- Lateralidad y conciencia derecha-izquierda.
- Integración táctil más precisa.
- Coordinación visomotora y control del tono..

Tipo	Propuesta	Materiales
<b>Masaje guiado</b>	“El tren del masaje”: en fila, se dan un masaje en la espalda con pelotas o manos.	Pelotas sensoriales, música relajante.
<b>Yoga o movimiento consciente</b>	Posturas sencillas con respiración y cuentos motores.	Esterillas, cuentos motores.
<b>Caja misteriosa</b>	Identificar objetos solo por el tacto.	Caja opaca, objetos variados.
<b>Circuitos vestibulares</b>	Equilibrio sobre líneas, cojines, colchonetas.	Cinta adhesiva, bancos, bloques.
<b>Relajación guiada</b>	“Cuentos masaje” o visualizaciones corporales.	Luz tenue, música suave.

# PROGRAMACIÓN

## 4-5 AÑOS

### OBJETIVOS

- Coordinación fina y control respiratorio.
- Percepción interoceptiva: reconocer señales corporales.
- Movimientos cruzados y disociación corporal.

Tipo	Propuesta	Materiales
<b>Masaje emocional</b>	Dibujar emociones en la espalda ("hoy me siento...").	Dedos, pelotas, música.
<b>Camino del equilibrio</b>	Caminar sobre cintas o bancos con objetos en la cabeza.	Cintas, bancos suecos, saquitos.
<b>Masaje con objetos naturales</b>	Usar piedras, conchas o plumas para explorar texturas.	Elementos naturales.
<b>Juego del espejo</b>	Repetir movimientos lentos del compañero.	Sin material.
<b>Respiración y calma</b>	Juegos de soplo con velas o bolas de algodón.	Velas LED, pajitas, bolas.

# PROGRAMACIÓN

## 5-6 AÑOS

### OBJETIVOS

- Conciencia corporal global.
- Coordinación fina para escritura y autonomía.
- Regulación emocional y relajación consciente.

Tipo	Propuesta	Materiales
<b>Masaje por equipos</b>	En grupos, crear una "coreografía de masaje" con música.	Pelotas, rodillos, telas.
<b>Masaje con cuentos</b>	Historias guiadas donde se masajea según la narración.	Cuentos o audios guiados.
<b>Relajación guiada post-psicomotricidad</b>	Identificar partes del cuerpo que se mueven o descansan.	Esterillas, luz tenue.
<b>Botellas sensoriales</b>	Crear su propia botella para calmarse.	Botellas, purpurina, aceite, agua.
<b>Automasaje</b>	Enseñar a masajear cuello, manos y brazos.	Música relajante.

# GUÍA DE MASAJE Y ESTIMULACIÓN SENSORIAL

## Recomendaciones generales

- Evitar el masaje cuando el niño no lo desea: el respeto es clave.
- Adaptar duración e intensidad según edad y momento del día.
- Incluir siempre momentos de calma, respiración y cierre.
- Priorizar materiales naturales, texturas seguras y música suave.
- Recordar que el masaje no se enseña, se comparte: es comunicación y vínculo.

## RUTINAS PARA EL AULA

### ESTIMULACIÓN TACTIL Y PROPIOCEPTIVA:

- Autoabrazo
- Auto masaje de orejas
- Repaso de todo el cuerpo (por parejas o individual)

### VESTIBULAR:

- croquetas
- saltos variados

### REPASO DE HITOS MOTRICES:

- arrastre
- gateo
- marcha en distintas versiones

# MATERIALES



# BIBLIOGRAFÍA

## Masaje infantil y vínculo

- Leboyer, F. (1976). Shantala: Un arte tradicional, masaje para bebés. Editorial Urano.
- Field, T. (2001). Touch. MIT Press.
- McClure, V. (2000). El masaje infantil: Guía práctica para padres. Ediciones Oniro.
- AEMI – Asociación Española de Masaje Infantil (recursos y manuales de la formación internacional IAIM).

## Estimulación sensorial y sentidos

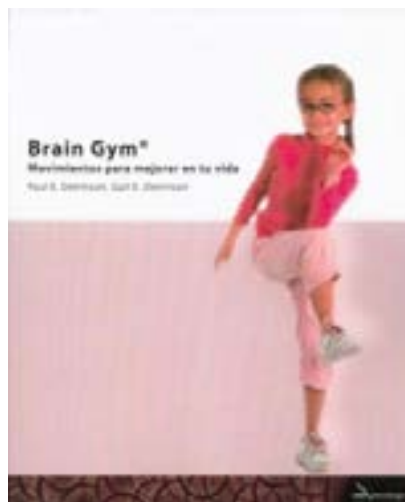
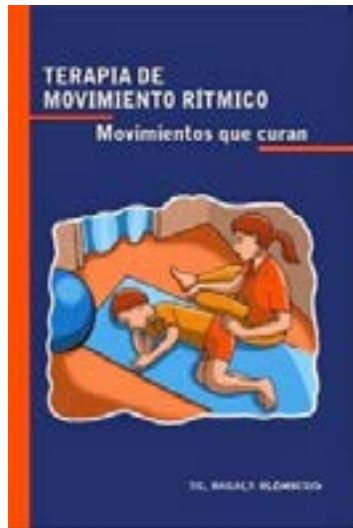
- Ayres, A. J. (2005). La integración sensorial y el niño. TEA Ediciones.
- Kranowitz, C. S. (2006). The Out-of-Sync Child. Perigee Trade.
- Dunn, W. (2007). Sensory Profile: User's Manual. The Psychological Corporation.

## Desarrollo infantil y psicomotricidad

- Wallon, H. (1987). Psicología y educación del niño. Paidós.
- Berruezo, P. P. (2011). El cuerpo en la educación infantil: Psicomotricidad y desarrollo. Graó.
- Blomberg, H. (2015). Movimientos rítmicos, reflejos y desarrollo neurológico. Akadia.

## Apego y vínculo afectivo

- Bowlby, J. (1998). El apego. Paidós.
- Ainsworth, M. (1991). Patterns of Attachment. Psychology Press.
- Brazelton, T. B., & Sparrow, J. (2006). La relación más temprana. Médica Panamericana.





Puedes encontrarme en:



[www.atencionycuidadosdelbebe.com](http://www.atencionycuidadosdelbebe.com)

[www.instagram.com/atencionycuidadosdelbebe](https://www.instagram.com/atencionycuidadosdelbebe)



[www.movimientos.com](http://www.movimientos.com)

[www.instagram.com/programa.movimientos](https://www.instagram.com/programa.movimientos)



**María Alguero**  
*especialista infantil*



+34 691 838 810



[info@atencionycuidadosdelbebe.com](mailto:info@atencionycuidadosdelbebe.com)



[www.atencionycuidadosdelbebe.com](http://www.atencionycuidadosdelbebe.com)