



Nombre del niño: _____ Fecha: _____

Masaje I Love U (ILU)

¿Qué es el masaje ILU?

Seguir los pasos del masaje I Love U (ILU), puede ayudar a aliviar el estreñimiento, el dolor pélvico y el dolor **abdominal**. Los pasos del masaje siguen la ruta del intestino grueso. Esto puede ayudar a aumentar el movimiento de los alimentos a través de los intestinos hasta el recto (**motilidad**), lo que puede hacer que tenga una evacuación intestinal. Para obtener mejores resultados, realice el masaje ILU 1 a 2 veces al día.

Haga el masaje ILU con las yemas de los dedos haciendo movimientos circulares pequeños. Aplique una presión moderada sobre la piel durante el masaje. Siga estos pasos:

1. Forme la letra 'I'

- Coloque las yemas de los dedos en la parte inferior izquierda de la caja torácica. Muévalos hacia abajo desde la caja torácica hasta el hueso de la cadera izquierda. Repita este paso 10 veces.

2. Forme la letra 'L'

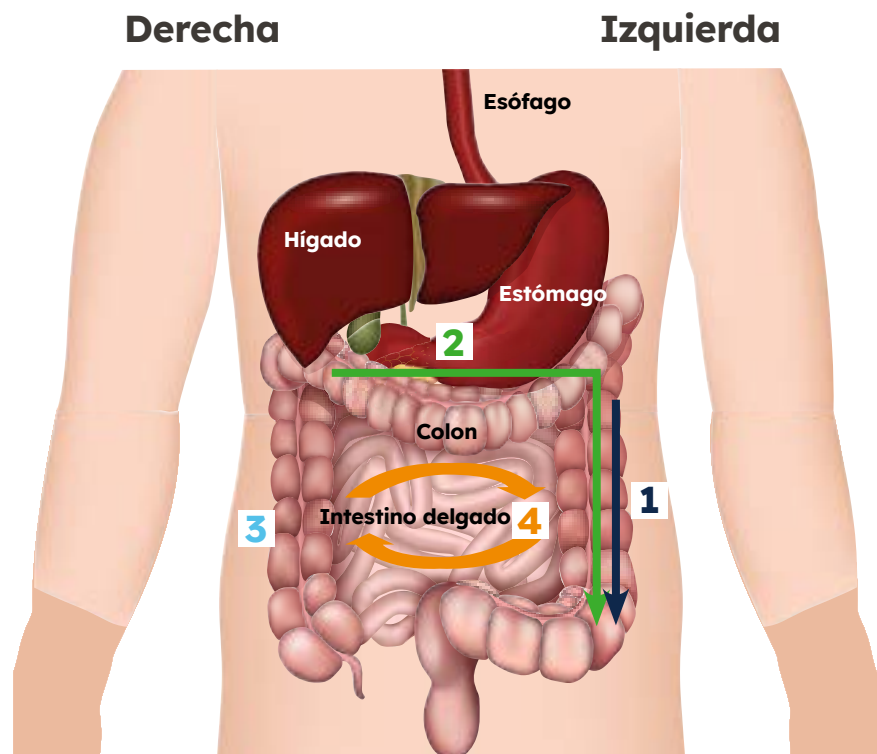
- Coloque las yemas de los dedos en la parte inferior derecha de la caja torácica. Mueva sus dedos a través del cuerpo hasta la parte inferior izquierda de la caja torácica. Continúe hacia abajo desde la parte izquierda de la caja torácica hasta el hueso de la cadera izquierda. Repita este paso 10 veces.

3. Forme la letra 'U'

- Coloque las yemas de sus dedos en el hueso de la cadera derecha, muévalos hacia arriba hasta el lado derecho de la caja torácica, luego a través hacia la izquierda de la caja torácica y luego hacia abajo hasta el hueso de la cadera izquierda. Repita este paso 10 veces.

4. Termine con 1 a 2 minutos de masaje circular en sentido horario a una distancia de 2 a 3 pulgadas del ombligo.

Esto ayuda a aumentar la motilidad en el intestino delgado.





Después de leer esta información:

- ☐ Muéstrela al enfermero, médico o terapeuta físico cómo le hará al niño el masaje ILU. (Marcar después de hacerlo).



Si tiene preguntas o inquietudes,

- ☐ Llame al médico del niño o ☐ Llame al _____

Para más información sobre la salud y enfermedades infantiles, visite nuestra biblioteca en The Emily Center, en el complejo principal de Phoenix Children's

1919 E. Thomas Rd., Phoenix, AZ 85016 | 602-933-1400 | 866-933-6459

phoenixchildrens.org | theemilycenter.org

Advertencia

La información que se brinda es de índole general y con fines educativos solamente. No reemplaza la consulta, examen o tratamiento médicos. Si tiene preguntas sobre la atención del niño, comuníquese con el profesional que lo trata.