

Shantala Massagem para Bebês: experiência materna e familiar

Shantala Massage for babies: experience maternal and family

Nilzemar Ribeiro de Souza¹; Nathália da Cunha Lau²; Tânia Maria Delfraro Carmo¹

Resumo: A Massagem Shantala foi descoberta por Frédérick Leboyer, médico francês que observou em uma pequena aldeia de Calcutá uma mãe massageando seu bebê, onde ficou encantado e resolveu batizar a massagem com o nome dela. Vários autores são unânimes em afirmar que a prática de massagem em bebês traz benefícios tanto para a mãe quanto para a criança. Nesse sentido buscamos através deste trabalho facilitar o aprendizado e o desenvolvimento da massagem Shantala a mães primíparas, avaliando os sentimentos e percepções destas após a realização da massagem. Para a compreensão deste processo foi utilizada a abordagem qualitativa através de entrevista semi-estruturada, nos meses de março a agosto de 2008, em uma unidade de saúde da família de Passos (MG). Participaram do estudo sete mães primíparas, com bebês de 1 a 6 meses, em consulta de enfermagem. Os resultados foram organizados em duas temáticas: percepção quanto aos benefícios para a saúde do bebê: alívio de cólicas, equilíbrio no funcionamento intestinal, melhora no padrão do sono, tranquilidade e relaxamento, fortalecimento do vínculo familiar; e sentimentos maternos: segurança, dedicação, amor, carinho, proteção, reconhecimento e satisfação. Por se depararem com um momento novo em suas vidas as mães necessitam de cuidados tanto quanto seus filhos, que é um momento propício para o enfermeiro estar realizando uma relação de ajuda. A massagem Shantala permite que a enfermagem possa estar utilizando artifícios de terapias alternativas, para promover saúde às populações.

Palavras-chave: Shantala. Enfermagem. Crianças.

Abstract: The massage Shantala was discovered by Frédérick Leboyer, a French doctor who observed in a small village of Calcutá a mother massaging his baby, he got delighted and decided to baptize the massage with her name. Several authors are unanimous in stating that the practice of massage in babies brings benefits to both the mother and the child. In so doing it was searched through this study to make the learning and development of the massage Shantala to primiparous mothers easier, assessing the feelings and perceptions of those mothers after the massage. In order to understand the process a qualitative approach with a semi-structured interview was used, from March to August 2008 in a Family Health Unit in Passos (MG). Seven primiparous mothers participated with their one to six-month babies. With the results, it was possible to observe the following benefits to the baby's health: colic relief, balance in the intestine operation, better sleep standard, tranquility and relaxation, strengthening of family bonds. The mothers express several positive feelings in relation to massage and mom-baby interaction such as: security feelings, dedication, love, affection, protection, recognition and satisfaction, resulting in a better quality of life. Because this is a new moment in the mothers' lives, they also need care as well as their babies, so this is the right moment so that the professional nurse can help. The massage Shantala allows the nurse to use alternate therapies to provide health to the population.

Keywords: Shantala. Nursing. Children.

INTRODUÇÃO

Com o fenômeno da globalização, a cultura oriental, mais especificamente a indiana, tem trazido inúmeras contribuições para a melhoria da qualidade de vida das pessoas, sendo conseqüentemente, reconhecida pela cultura ocidental. Podemos citar algumas dessas contribuições, como: a tradicional medicina indiana, as práticas de massagem e, principalmente, a técnica da massagem para bebês, conhecida como Shantala.

Massagem é a arte de tocar com qualidade, proporcionando ao corpo bem estar. A prática de massagear bebês originou-se no sul da Índia, em uma região chamada Kerala, sendo transmitida para a população através de monges, tornando-se, posteriormente, uma tradição passada de mãe para filho (VITOR; MORAES e BARROSO, 2004).

Frédérick Leboyer, médico francês, observou, em Calcutá, na Índia, uma mãe massageando seu bebê.

Encantado com o vigor e a beleza dos movimentos, batizou a seqüência da massagem com o nome da mulher que a realizava Shantala. Ser levados, embalados, acariciados, pegos, massageados, constitui para o bebê alimentos tão indispensáveis, senão mais, do que vitaminas, sais minerais e proteínas. Se for privada disso tudo e do cheiro, do calor e da voz que ela conhece bem, mesma cheia de leite, a criança vai-se deixar morrer de fome (VITOR; MORAES e BARROSO, 2004).

Conforme os autores a seqüência de Shantala é composta por dezenove exercícios. Cada um beneficia uma parte do corpo, e a série completa traz equilíbrio, eixo e harmonia para o bebê. Ao massagear as costas, por exemplo, se alivia a tensão acumulada entre as vértebras, causada pelo fato de o bebê ficar muito tempo deitado. As cólicas dos primeiros meses podem ser aliviadas com movimentos de leve pressão sobre a barriga, que ajudam a eliminar os gases e ainda tonificam

¹Professora Adjunta da Faculdade de Enfermagem da Fundação de Ensino Superior de Passos (FESP|UEMG).

Contato: ribeironilzemar@gmail.com

²Discente da Faculdade de Enfermagem da Fundação de Ensino Superior de Passos (FESP|UEMG)

a musculatura abdominal. Já a massagem nos braços, mãos, pernas e pés fortalecem os músculos, as articulações e estimula o sistema nervoso, preparando o bebê para engatinhar e andar.

A massagem será seguida pelo banho, que completará a sensação de profundo relaxamento. E livrará a pele do excesso de gordura não absorvida (URANGA, 2006). O contato com o outro é vivenciado com uma grande carga emocional e a estimulação tátil adequada, juntamente com a relação afetiva, no início das experiências de vida, constituem a base do padrão de relacionamento social de uma pessoa.

Os cientistas perceberam que uma mensagem penetra de maneira muito mais profunda na mente de uma pessoa quando acompanhada de outros sinais que reforcem, tais como o toque, o contato visual ou a intensidade da voz.

O toque estimula a pele e a epiderme, que por sua vez, produz enzimas necessárias às sínteses protéicas. Ocorre também, a produção de substâncias que ativam a diferenciação de linfócitos T, os quais são responsáveis pela imunidade celular. Ainda em termos biológicos, diminui os níveis das catecolaminas (epinefrina, norepinefrina e cortisol) e ativa a produção de endorfinas, neurotransmissores responsáveis pelas sensações de alegria e felicidade (LIMA, 2004).

São muitos os benefícios da técnica, a começar pelo aperfeiçoamento da comunicação com a mãe ou com quem estiver fazendo a massagem, pois o processo beneficia tanto a criança, quanto quem está interagindo com ela (BIDDULPH, 2003).

Massagear e abraçar o bebê, fazer barulhos para ele, olhar para seu rosto e sorrir, tudo isso faz o bebê mais feliz e inteligente, e ele, conseqüentemente dorme, se alimenta e aprende com mais facilidade. Descobriu-se que a massagem pode curar bebês com prisão de ventre com uma rapidez incrível! Como consequência, a criança relaxa, o sono fica mais calmo e mais resistente a barulhos externos, facilita a amamentação, diminui a ocorrência de cólicas e aumenta o vínculo mãe e filho (TIBA, 2002).

O embalar, o ninar, o cantarolar, o tocar o bebê tem de ser tanto mais suave e doce quanto mais novinho ele for. O bebê se sente bem com movimentos semelhantes aos que vivia na barriga da mãe. Movimentos lentos, para frente e para trás, por exemplo, são familiares e trazem tranquilidade ao bebê (VITOR; MORAES e BARROSO, 2004).

O interessante é que a técnica não se restringe a tratar problemas como cólicas ou insônia. Ela é indicada para crianças saudáveis porque promove um canal de comunicação a mais (SILVA, 2008). A comunicação com o recém nascido e o seu potencial para interagir com o mundo são temas que têm merecido a atenção dos estudiosos e têm sido motivo de cuidadosas investigações. Mesmo entre os profissionais de saúde, são encontradas algumas pessoas manifestando suas dúvidas sobre o que o neonato é capaz de perceber,

tratando-o como um ser incapaz de estabelecer relações interpessoais e com o meio ambiente; fatos estes que apontam para a necessidade destes assuntos serem melhor explorados (MENDES; BONILHA, 2003).

Para um desenvolvimento psíquico saudável é necessário que a mãe se encontre (estado de preocupação materna primária) em sintonia com seu bebê. A maneira como a mãe toca seu bebê, seja pelas suas mãos ou pelo seu olhar; a forma com que é banhado, embalado, alimentado; o modo como ela lhe dirige as palavras, permitem que o bebê entre em contato com as diversas partes do seu corpo e vivencie um sentimento de continuidade de ser (STIVANI, 2007).

O bebê nasce equipado para o amor. Por isso, as palavras de carinho, as histórias contadas e as canções que o bebê ouve durante a gravidez podem contribuir para prepará-lo para esse amor. Após o nascimento, esse processo continua por meio de gestos de carinho, trocas de olhar e brincadeiras entre a criança, a mãe, o pai e as pessoas próximas. A família torna-se a sede desse amor (BERTOLDI; CURVACHO, 2008).

Especialistas garantem que, quando mais a criança contar com o amor e a presença dos pais, mais cedo ela se tornará independente. Para os pais e os bebês, o contato significa “Eu cuido de você...”.

As instituições de saúde precisam ser mais sensíveis ao atendimento da população. A utilização de práticas alternativas nos serviços não iria dar garantia de resposta para todos os problemas, mas possibilitaria ampliar as opções de atendimento, sem aumentar os custos operacionais com equipamentos. A incorporação de medicina alternativas pode contribuir para multiplicidade de métodos, técnicas e teorias, evitando a reprodução do modelo biomédico e hospitalocêntrico. Deste modo, poderia vir a preencher as lacunas deixadas pelo modelo biomédico não sendo complementar a este mais ampliando o conhecimento (SOUZA, 2004).

A medicina comprovou os efeitos da Shantala que promove no bebê a ampliação da respiração, dá noção de limites corporais, fortalece os músculos e articulações, prepara o bebê para engatinhar e andar e alivia as tensões entre as vértebras, ocasionadas pelo fato do pequenino passar muito tempo deitado. Proporciona ainda equilíbrio, harmonia e relaxamento para mãe e o bebê.

Diante disso, surge o interesse pelo tema e a motivação para realizar este estudo. Acredita-se que a massagem Shantala irá beneficiar a saúde e qualidade de vida dos bebês, assim como fortalecer o vínculo mãe-filho, que constitui o principal componente para um crescimento saudável.

No contexto destas reflexões, surgiu nosso interesse em estudar os benefícios que o método massagem Shantala traz para o binômio mãe/filho. Diante disso, buscou-se conhecer as percepções das mães primíparas quanto ao uso do método massagem Shantala em crianças de um a seis meses cadastradas na Unidade de Saúde da Família-Escola do município de Passos (MG).

Para tanto foi realizado o levantamento do perfil social da mãe/criança e a análise do uso do método massagem Shantala sob o binômio mãe/filho.

METODOLOGIA

Para a compreensão deste processo foi utilizada a pesquisa descritiva de abordagem qualitativa, sendo o local de estudo a Unidade de Saúde da Família-Escola. A coleta de dados se deu no período de março a agosto de 2008, empregando três técnicas consideradas relevantes e essenciais para a investigação: a consulta aos prontuários, observação participante e a entrevista. As informações foram coletadas por meio da entrevista semi-estruturada, utilizando um gravador com instrumento de auxílio no registro dos dados, e foram fielmente transcritas para posterior análise.

O estudo foi direcionado as mães primíparas com crianças de um a seis meses, nascidas a partir de novembro de 2007. A escolha pela data se dá pelas crianças apresentarem até o início da pesquisa com cinco ou seis meses de idade sendo esta fase onde se cria o vínculo inicial do binômio mãe/filho e justificam-se as mães serem primíparas por não possuírem no momento experiência com filhos. Permitimos também a participação dos pais. Participaram ao longo do presente estudo 07 crianças, com idades entre 01 e 06 meses, sendo as idades das mães oscilando entre 18 a 33 anos. Ressalte-se que, para o desenvolvimento do estudo, consideramos os aspectos éticos referentes à pesquisa envolvendo seres humanos, o presente estudo foi submetido à avaliação e aprovação da enfermeira responsável pela Unidade de Saúde da Família (USF-Escola) e pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Fundação do Ensino Superior de Passos (Processo nº104/2008). O procedimento para a coleta dos dados foi dividido em três passos: (1) Através do acompanhamento em puericultura as mães receberam um convite para participação do projeto, a partir desse convite foi marcada uma reunião com as mães para explicar as mesmas a importância em relação à saúde de seus bebês e posteriormente cadastrá-las. Realizamos uma entrevista voluntariamente onde identificamos questões norteadoras, onde foi possível conhecer um pouco de sua gestação, sobre seu filho e o possível conhecimento sobre o Método Massagem Shantala. No primeiro contato, além de explicar as dinâmicas das atividades, negociamos com as mães o melhor horário para os próximos encontros. Os encontros foram reservados para ensinamentos de práticas e conhecimentos sobre Shantala, tendo estas à oportunidade de ter um momento de afeto e carinho juntamente com seus bebês. Foram utilizados recursos de educação em saúde: conteúdo expositivo e dialogado, multimídia, vídeos educativos e distribuição de panfletos com orientações. Foram agendados os dias para o ensinamento da técnica, em período estabelecido com as mães, com objetivo de realizar uma educação em

saúde com um acompanhamento semanal. As atividades aconteceram no domicílio, no período de funcionamento da USF-Escola; (2) Realizamos consulta e acompanhamento de enfermagem, com as mesmas durante o trabalho onde foram observados os comportamentos e as reações que as mesmas expressaram ao receber os ensinamentos do método, sendo assim, realizamos as intervenções e orientações necessárias e (3) Realizamos uma entrevista final no mês de agosto, onde as mesmas retornaram ao estabelecimento para o atendimento rotineiro de puericultura.

Para análise e interpretação das narrativas foi utilizada a Análise Temática (MINAYO, 2007). Na operacionalização dos dados seguimos as seguintes etapas: ordenação, classificação e análise final que encaminharam à identificação de unidades de significados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

(1) Percepção quanto aos benefícios para a saúde do bebê

• Alívio de cólicas

“(...) É, ele diminuiu as cólicas, ele ficou mais relaxado. Mais calmo...” (Bromélia).

“Bem, mudou, porque ela acabou com as cólicas dela, ela chorava muito de cólica, então depois que teve a massagem ela melhorou muito...” (Orquídea).

Os movimentos na região abdominal facilitam o funcionamento do intestino e a eliminação dos gases, trazendo alívio para as cólicas, ao realizar as massagens em sentido horário e na direção do peito para baixo faz com que os movimentos acompanhem o caminho das fezes e gases no intestino, aliviando assim qualquer tensão ali existente.

• Equilíbrio no funcionamento intestinal

“(...) minha filha melhorou muito, o intestino voltou a funcionar...” (Margarida).

“(...) E para ela melhorou o intestino que estava meio preso, agora está soltando mais...” (Girassol).

“(...) depois que eu comecei a fazer a massagem Shantala mudou tudo... o intestino dele mudou...” (Bromélia).

Ao se comprometer em realizar a massagem diariamente, os pais acabam optando por um método natural que faz com que o intestino do bebê funcione regularmente, sem a necessidade de utilizar remédios para prisão de ventre.

• Melhora do padrão do sono

“(...) o sono ficou ótimo, dorme a noite inteira, bastante, ficou mais calma...” (Girassol).

“Essa massagem trouxe muitos benefícios, tanto que ele melhorou para dormir a noite...” (Bromélia).

Os pais devem criar uma rotina ou ritual consistente antes da hora de dormir. A rotina pode consistir em banhar o bebê, alimentá-lo, contar uma história, cantar uma canção, e outras atividades tranquilizadoras. Uma rotina consistente e positiva para a hora de dormir reduz a resistência da criança em ir para a cama e tem efeitos benéficos para o sono noturno (SILVA, 2008).

• Tranquilidade e relaxamento

“(…) e hoje ela é uma criança muito calma” (Margarida).

“(…) ficou mais calma, que ela era agitadinha, agora ficou mais calma com a massagem” (Girassol).

“Mudou muita coisa, a Shantala ajudou a ela a ficar bem mais calma, porque ela era bem nervosa, ajudou a ficar bem mais calma, e o jeito que ela está aceitando está melhorando cada vez mais” (Hortência).

“(…) ele ficou mais relaxado, mais calmo...” (Bromélia).

“(…) ela relaxou muito depois das massagens, ela ficou bem mais tranquila” (Orquídea).

“(…) e ele se sente mais calminho, ele fica mais calmo? É então o trabalho de vocês é maravilhoso...” (Jasmim).

As pesquisas mostram que quando as mães tocam os bebês, eles geralmente se sentem seguros e calmos. A maioria das mães toca suavemente – elas se movimentam devagar, balançam devagar e seguram seus bebês com carinho (ÁVILA, 2008).

Aos poucos a massagem faz com que toda a tensão muscular desapareça, atuando sobre os ligamentos e atingindo o ponto principal da Shantala que é a liberação total das tensões e o fluxo de energia, como consequência a criança fica relaxada. É normal que ela sinta fome e queira dormir, isso acontece para repor a energia gasta na hora da massagem.

O ambiente aquecido e agradável com uma música de fundo suave facilita a interação e promove o relaxamento ([Vídeo 1](http://www.youtube.com/watch?v=5Vo7GLXLSxc)) (<http://www.youtube.com/watch?v=5Vo7GLXLSxc>).

E para completar essa sensação de bem-estar aconselhamos que logo em seguida seja dado o banho, pois a água morna ajuda a relaxar o bebê porque faz com que ele experimente sensações semelhantes às da época em que estava no útero materno ([Vídeo 2](http://www.youtube.com/watch?v=4-AkgOxJ8Zg)) (<http://www.youtube.com/watch?v=4-AkgOxJ8Zg>).

• Fortalecimento do vínculo familiar

“(…) então houve mais aproximação, é aproximou mais mãe e filha” (Margarida).

“(…) eu aproximei mais dela, fiquei conhecendo ela mais...” (Girassol).

“Aumentou o laço familiar entre nós dois, sabe, aumentou o contato, foi muito bom” (Bromélia).

“(…) é a ligação dele comigo e com o pai dele ficou mais forte?...” (Jasmim).

“(…) na família todo mundo, igual aqui em casa faz, eu, faz minha mãe, faz minha irmã, quando uma não pode a outra faz, e é bem melhor, ela convive mais com as pessoas” (Hortência).

“Houve, todo mundo participou, é... Teve muito contato, tanto quanto o pai também fez. Foi muito boa” (Bromélia).

Quando a criança e os pais sentem que a ligação emocional existentes entre eles é muito mais do que uma simples troca de interesses, onde “você me alimenta e eu não faço manha”, o vínculo estabelece-se respondendo tanto ao fator físico como ao fator emocional, pois a criança é fortemente influenciada por seu investimento emocional (MOREIRA, 2003).

O Toque, tocar, e ser tocado, é uma necessidade comportamental básica dos seres humanos e o bebê para crescer e se desenvolver socialmente precisa manter contato com outras pessoas (SOUSA, 2004).

Tanto quem massageia como quem é massageado se beneficia, para quem realiza a massagem ela diminui os níveis de ansiedade, estresse, sintomas depressivos, receber a massagem de outras pessoas do convívio familiar faz com que o bebê reconheça os membros de sua família se sentindo mais seguro e menos dependente de uma só pessoa (SCORTEGAGNA, 2008).

Além dos benefícios, houve também quem encontrou dificuldades em dominar as técnicas da massagem Shantala, ficando evidente em sua fala:

“(…) e para ela é mais difícil falar, porque (risos), ela é meio agitada, então ficava mais complicado, acho que se tivéssemos iniciado bem antes com ela, acho que teria trazido mais benefícios do que trouxe” (Violeta).

Em toda arte há uma técnica. Que é preciso aprender e dominar. A arte só aparecerá depois (URANGA, 2006). É preciso ter paciência e persistência, a maneira pela qual a criança aceita a massagem varia de criança para criança, crianças mais agitadas são mais difíceis de trabalhar, mas não indica que seja impossível, é preciso dominar a situação controlando sua ansiedade de forma que este momento proporcione carinho e prazer.

(2) SENTIMENTOS MATERNO

• Sentimento de segurança

“Ah! Eu me sinto mais segura...” (Margarida).

“Bem, eu aprendi a fazer a massagem nela, eu aprendi a lidar mais com ela, a ter um contato mais com ela...” (Orquídea).

“Ah! o que mudou para mim é que eu conheci mais ela...” (Girassol).

Quando a mulher se torna mãe é inevitável que surja certa insegurança. Afinal, cuidar de uma criança não é uma tarefa fácil. As dúvidas são muitas e o medo de fazer algo errado logo aparece (VITOR; MORAES e BARROSO, 2004).

Quanto mais tempo você passa com seu bebê, mais você aprenderá a entender do que ele gosta, do que ele não gosta o que ele quer e suas emoções. Quando isso acontecer, você e seu bebê terá um entrosamento maior e os dois crescerão com mais proximidade (ÁVILA, 2008).

• Sentimento de dedicação

“(…) é um momento só meu e dela, então houve mais aproximação, é aproximou mais mãe e filha” (Margarida).

“Bem, eu acho que o tempo já é tão corrido que, acho que enquanto a gente fazia a massagem, era um tempo que a gente dedicava mais a criança, de tá fazendo carinho, de tá em contato mais direto com a criança” (Violeta).

“(…) acho que o relacionamento muda, porque agente tem um tempo dedicado mais a isso...” (Violeta).

A mãe ou cuidador devotado, que alivia as tensões do bebê, alimentando-o, hidratando-o, oferecendo cuidados de higiene e saúde, segurando-o ao colo para consolá-lo

e falando com ele para acalmá-lo, está assentando, sem que o saiba, as primeiras bases da saúde mental do indivíduo (VITOR; MORAES E BARROSO, 2004).

Ser pai e mãe requer muita paciência, apoio, disponibilidade física e emocional, doação, dedicação exclusiva em horário integral, compreensão, afeto, investimento físico e emocional. Tudo isso é cansativo, mas é muito recompensador.

- Sentimento de amor

“(...) eu aproximei mais dela, ela ficou mais amorosa, eu peguei mais amor nela, meu marido também” (Girassol).

“(...) eu aprendi muita coisa com ele também? Aprendi a ser mãe dele mesmo...” (Jasmim).

As primeiras experiências amorosas do bebê têm importância fundamental, porque vai determinar em grande parte o seu desenvolvimento e a maneira como ele vai interagir com o mundo, desde o primeiro momento em que surge a vida no útero já se faz necessário a ligação entre mãe e filho.

O canal de comunicação entre mãe e bebê se faz através dos cinco sentidos: amamentação, olhar, olfato, a audição e o toque. Por isso é de extrema importância o estímulo desses sentidos, onde fortalece o sistema imunológico do bebê e estreita o vínculo mãe-bebê e papai-bebê. No momento em que se realiza a massagem é possível estimular todos esses sentidos fortalecendo seu sistema imunológico e estreitando o vínculo mãe-bebê e papai-bebê. E o estímulo a cada sentido traz benefícios específicos.

- Sentimento de carinho

“(...) foi muito bom porque assim, aumentou mais carinho entre nós dois, foi uma coisa de olho a olho, uma coisa assim... mãe e filho” (Bromélia).

O contato olho no olho é um dos desencadeantes inatos de respostas maternas de cuidado, além de ter a finalidade de dar uma identidade real ou personificada ao bebê e, à mãe, uma resposta gratificante. O olhar da mãe é o primeiro espelho da criança. Contudo, muitos bebês passam a substituir o olhar por outros meios, a fim de obter algo de si mesmo de volta, como o que ocorre em crianças cegas que buscam ver-se refletidas por outros sentidos e formas de comunicação (VITOR; MORAES E BARROSO, 2004).

Com isso, a mãe deve buscar olhar o bebê nos olhos, transmitindo sentimentos de alegria e amor, porque por meio destes sentimentos o bebê se sentirá aceito e amado, iniciando com seu próprio corpo e imagem uma relação de auto-estima indispensável para uma vida futura feliz. O olhar é uma das formas importantes de comunicação que os pais têm com seu bebê.

- Sentimento de proteção

“(...) Ele quer sentir o pai e a mãe dele ao lado dele, às vezes se ele tá dormindo sozinho ele acorda, ele começa a chorar muito. Quando eu to do lado dele não acontece isso, então fico muito ligado à relação pai, mãe e filho por causa da massagem Shantala” (Jasmim).

É muito importante que a criança sinta-se segura durante a infância, isto não significa que deva estar inserida numa família concretizada, pois nem sempre uma família é sinal de uma base segura ou uma boa educação. Entretanto é necessário que a criança tenha modelos de comportamento que façam com que ela sinta-se como fazendo parte do mundo e preparada para agir nele, onde a conexão emocional entre o bebê e os pais ou quem cuida deles, deve evoluir de tal forma que a criança sinta-se segura no mundo. Os pais, ou a pessoa que cuida de uma criança, devem facilitar seu vínculo entre ela e o meio (VITOR; MORAES E BARROSO, 2004).

Quando se fortalece a ligação entre mãe e filhos, as mães percebem que os bebês necessitam de sua presença constante, e que precisam se sentir protegidos e amados para adaptarem-se as exigências que os ambientes lhe favorecem, e se desenvolverem fisiologicamente e psicologicamente bem.

- Sentimento de reconhecimento e satisfação

“(...) Então eu queria deixar isso: as mães que tiverem a oportunidade, para fazer mesmo com seus filhos, porque é muito gostoso, a gente vê que esse contato que a gente faz com a criança é bom demais” (Violeta).

As mães fazem alusão ao toque, como uma forma de alcançarem a saúde para a vida de seus filhos. Referem a importância de terem conhecido a técnica da massagem Shantala para alcançarem saúde e equilíbrio do bebê. Essas mães passam a ser multiplicadoras de saúde na comunidade em que vivem.

O objetivo de facilitar o aprendizado e o desenvolvimento da Shantala foi alcançado, percebemos que as reações de satisfação, amor e carinho para com os bebês foram semelhantes, além das mães participantes demonstrarem vontade de compartilhar tal conhecimento. Nos resultados atingidos foi possível observar os seguintes benefícios para a saúde do bebê: alívio de cólicas, equilíbrio no funcionamento intestinal, melhora no padrão do sono, tranquilidade e relaxamento, fortalecimento do vínculo familiar, a seguir sendo ressaltado pelas mães.

(3) PERCEPÇÃO DOS PESQUISADORES

Foram cadastradas no projeto sete crianças. O trabalho teve início com uma reunião para as mães na USF-Escola no mês de abril, onde foi exposto o conteúdo e objetivos, com demonstração da técnica massagem Shantala, e utilização de recursos como multimídia e vídeos. Para que a nossa interação com estas mães fosse mais intensa convidamos a participarem das consultas de puericultura em enfermagem. Estas consultas ocorreram mensalmente ou em espaço menor sendo solicitada pela mãe ou pelo profissional, onde avaliamos o crescimento e desenvolvimento das crianças, bem como oferecemos orientação quanto a alimentação, higiene, amamentação, entre outros cuidados essenciais.

Foi possível observar que a maioria das crianças

conta com a presença constante do pai, sendo essa figura de extrema importância para o desenvolvimento da criança e criação do vínculo familiar. O acompanhamento das massagens foi realizado no domicílio de cada criança, devido à mesma já estar familiarizada com o ambiente, no período da tarde em um horário mais quente, onde não havia correntes de ar, visando evitar a perda de calor dos bebês devido eles terem que ficar inteiramente despidos, foi utilizado óleos de amêndoas doces para a realização da prática para facilitar o deslizamento na pele.

As massagens eram realizadas em todos os encontros, avançando à medida que o bebê aceitasse. Ficou claro para as mães que quando o bebê chora, ou fica irritado é hora de finalizar a massagem.

As sessões tiveram durações de inicialmente sessenta minutos desde preparação do ambiente, banho e amamentação, com a prática nota-se que as mães adquiriram maior habilidade e segurança, diminuindo o tempo de execução da técnica para no máximo trinta minutos. A técnica era realizada pelas pesquisadoras e em seguida repetida pelas participantes, sendo utilizados também, panfletos e fotografias com imagens sobre a técnica.

Durante o decorrer do trabalho notamos que foi necessário um período em média de duas a três semanas para que as participantes adquirissem a técnica corretamente, dependendo da segurança da mãe, onde foi possível avaliar os diferentes modos de dedicação, ambiente, convívio familiar, os quais são fatores desencadeadores para o sucesso da massagem.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ficou visível o quanto o trabalho pode proporcionar ao binômio mãe/filho sentimentos positivos nesta relação. A massagem beneficiou os sistemas fisiológicos das crianças como: no sistema hormonal, promoveu um sono mais tranquilo, o que contribui para o crescimento saudável da criança. Favoreceu tranquilidade e relaxamento o que mantém o equilíbrio do sistema imunitário, evitando doenças; no sistema gastrointestinal, facilitou a digestão, promovendo o alívio de cólicas e gases, diminuindo a dor e tensão intestinal.

Trouxe benefícios comportamentais e emocionais: diminuiu a ansiedade dos pais e bebês, facilitando a interação entre eles; o tempo de choro devido alívio de dores abdominais; promoveu fortalecimento do vínculo familiar, pois contribuiu para uma maior aproximação. Após a realização da massagem as mães expressaram sentimentos de dedicação, segurança, amor, carinho e proteção.

Ressaltamos que é dessa forma que a enfermagem pode estar utilizando artifícios de terapias alternativas, promovendo saúde às populações. Sendo a Shantala uma opção terapêutica de baixo custo, não depende de aparatos tecnológicos, podendo ser utilizada em serviços de assistência básica, sem, no entanto, aumentar seus custos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ÁVILA, Â.M.A. **O primeiro amor**. Disponível em: <http://www.aleitamento.med.br/a_ar_tigos>. Acesso em: 16 jul. 2008.
- BERTOLDI, M.E.; CURVACHO, D. **Shantala como facilitador de holding do laço mãe-bebê: o início do amor**. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVENÇÃO BRASIL/LATINO-AMÉRICA, XIII, VIII, II, 2008. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. Disponível em: <<http://www.centroreichiano.com.br>>. Acesso em: 8 ago. 2008.
- BIDDULPH, S. **O segredo das crianças felizes**. São Paulo: Fundamento Educacional, 2003.
- LEBOYER, F. **Shantala: massagens para bebês: uma arte tradicional**. Trad. Luiz Renato Benati e Maria Sílvia Cintra Martins. 5. ed. São Paulo: Ground, 1995.
- LIMA, P.L.S. **Estudo exploratório sobre os benefícios da Shantala em bebês portadores de Síndrome de Down**. 2004. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Infância e Adolescência) - Universidade Federal do Paraná, Programa de Pós Graduação do Departamento de Psicologia. Curitiba, 2004. Disponível em: <<http://dspace.c3sl.ufpr.br:/1/Mestrado-defesa.pdf>> Acesso em: 1 ago. 2008.
- MENDES, E.N.W.; BONILHA, A.L.L. Procedimento de Enfermagem: uma dimensão da comunicação com o recém nascido. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre (RS) 2003 abr., v. 24, n.1, p.109-18.
- MINAYO, M. C. de S. **O Desafio do conhecimento: metodologia da pesquisa qualitativa em saúde**. 4. ed. São Paulo: Hucitec/Abrasco, 2007.
- SOUSA, I.M.C. **Medicina alternativa nos serviços públicos de saúde: a prática da massagem na área programática no município do Rio de Janeiro**. 2004. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca/Planejamento e Gestão de Sistemas e Serviços de Saúde. Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2004. Disponível em: <<http://teses.icict.focruz.br/pdf/sousaimcm.pdf>> . Acesso em: 8 ago. 2008.
- STIVANI, M. **Mãe é tudo igual**. Guia da mamãe. São Paulo: Cada Dois, 2007.
- MOREIRA, G.A.; PRADELLA-HALLI-NAN, M. **Os bebês e o sono**. Instituto do Sono. Diretrizes da National Sleep Foundation. JOHNSON'S BABY, 2003.
- SILVA, A.K. **Concepções de mães primíparas sobre o desenvolvimento infantil ao longo do primeiro ano de vida da criança**. Florianópolis, 2003. Disponível em: <<http://www.tede.ufsc.br/teses>>. Acesso em: 8 ago. 2008.
- SCORTEGAGNA, S. A. et al. O processo interativo mãe-filho pré-termo. **Revista da Vetor Editora**. [Citado em 2008 Ago 08]. Disponível em: <<http://scielo.bvs-psi.org/scielo>>.
- TIBA, I. **Quem ama, educa!** 30. ed. São Paulo: Gente, 2002. (Coleção Integração Relacional).
- URANGA, A.L.B. **Shantala: contato prazeroso com seu bebê**. Artigo de 24 ago.2006. Disponível em: <<http://www.aleitamento.com>>. Acesso em: 14 dez. 2007.
- VICTOR, J. et al. Shantala, massagem indiana para bebês: um relato de experiência utilizando oficinas com mães primíparas. **Revista Nursing**. São Paulo, 2004 ago, v.75, n.7, p. 21-26.

AGRADECIMENTOS

À Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (FAPEMIG), pela aprovação e fonte de fomento desta pesquisa. À Fundação de Ensino Superior de Passos (FESPUEMG), Faculdade de Enfermagem e Unidade de Saúde da Família-Escola pelo apoio e acolhimento.