

EFEITOS DA SHANTALA EM BEBÊS: REVISÃO DE LITERATURA

MATOS, B.M.P¹; DUARTE, H.F.²

RESUMO

Objetivo: Analisar a importância da Shantala em bebês. **Metodologia:** Revisão de literatura. Os artigos foram pesquisados nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Acadêmico, publicados nos últimos 20 anos. **Resultados:** Foram selecionados 7 estudos. **Conclusão:** Pôde-se concluir que a massagem Shantala desempenha um papel importante para o desenvolvimento global e bem estar dos bebês.

Palavras-chave: Shantala. Bebês. Massagem.

ABSTRACT

Objective: To analyze the importance of Shantala in babies. **Methodology:** Literature review. The articles were searched in the following databases: Scientific Electronic Library Online (SciELO) and Academic Google, published in the last 20 years. **Results:** 7 studies were selected. **Conclusion:** It can be concluded that Shantala massage plays an important role in the overall development and well-being of babies.

Keywords: Shantalah. Babies . Massage

INTRODUÇÃO

“A pele, é como uma roupagem contínua e flexível, envolve-nos por completo. É o mais antigo e sensível de nossos órgãos, nosso primeiro meio de comunicação, nosso mais eficiente protetor” (MONTAGU, 1988, p. 22).

Quando o bebê olha para sua mãe, ele vê sua própria imagem refletida em seu olhar. A saúde mental do indivíduo é construída pela mãe, que proporciona um ambiente facilitador para que os processos evolutivos do bebê se desenvolvam,

¹Bruna Maria Da Paz Matos – Graduando do curso bacharelado em fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana-Pr. 2021. Contato: brunapazmatos@gmail.com.

²Hébila Fontana Duarte – Fisioterapeuta, Especialista e docente do curso de bacharelado em fisioterapia da Faculdade de Apucarana - FAP. Apucarana-Pr. 2020. Contato: hebila.fontana@fap.com.br.

assentando as bases para o desenvolvimento físico e emocional do filho. (WINNICOTT; *apud* GURGEL, 2011).

A Shantala é uma técnica milenar de massagem em bebês de origem indiana. O médico francês Frederick Leboyer, em meados da década de 70 introduziu a técnica no ocidente. Andando pelas ruas de Calcutá, na Índia, ele avistou uma mulher massageando seu bebê. Encantado com o vigor e a beleza dos movimentos, batizou a sequência da massagem com o nome da mulher que a realizava – Shantala (VICTOR; MOREIRA, 2004).

OBJETIVO

O presente estudo teve por objetivo geral analisar a importância da Shantala em bebês.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo de natureza qualitativa sendo uma revisão de literatura. Os artigos científicos foram pesquisados nas seguintes bases de dados eletrônicas: Scientific Eletronic Library Online (Scielo) e Google Acadêmico, publicados nos últimos 20 anos.

Como critérios de inclusão foram consideradas pesquisas no idioma português e inglês, do período de 2001 a 2021 e que abordassem a massagem Shantala em bebês. Foram excluídos artigos não disponíveis na íntegra.

RESULTADOS

Quadro 1- Resumo dos estudos

Autor/Ano	Tipo de estudo	Amostra	Tipos de intervenção	Resultados	Conclusão
VICTOR; MOREIRA (2002)	Estudo descritivo.	Participaram das oficinas, 17 pessoas sendo 8 mães, 6 avós e 2 tias, com crianças entre 4 e 8 meses de vida.	A oficina se deu em 11 encontros, desde o exercício do toque até a AT da massagem propriamente dita.	A Shantala permite esse resgate do toque e da carícia, proporcionando maior interação e VA entre pais e bebês.	A avaliação da experiência demonstrou satisfação das participantes com o aprendizado e vontade de partilhar tal conhecimento.

CRUZ; CAROMANO; (2005)	Artigo de Revisão.	Descrever as principais técnicas de MSSG para bebês descritas na literatura nos últimos trinta anos.	Três técnicas de massagem em bebês: a shantala, a Massagem clássica – e nesta classificação está a massagem “O Toque de Borboleta” - e a massagem do Sul da Ásia.	Facilitação do DSVN, digestão, gases intestinais, cólicas intestinais, percepção corporal, função motora, circulação, relaxamento.	Acredita-se que a massagem deve ser mais difundida e explorada, já que é um recurso de baixo custo e que produz vários efeitos positivos comprovados cientificamente.
UMEMURA <i>et al</i> , (2010)	Estudo de Caso.	Vinte crianças nascidas entre 28 a 34 SG sem LN, peso ao nascimento inferior a 2500 gramas e idade cronológica superior a 30 dias.	Em seguida, os bebês iniciaram o TF com a técnica Shantala, composto por 12 sessões, realizadas de duas vezes por semana com duração de 30 minutos.	50% dos pesquisados mencionaram que os bebês iniciaram o sono com facilidade, assim como houve uma redução no número de vezes que o bebê despertava.	A massagem promove fortalecimento do VIA entre mãe e filho, numa relação pura e calorosa, que auxilia a criança no desenvolvimento da sua própria imagem.
MOREIRA; DUARTE; CARVALHO; (2011)	Estudo exploratório, descritivo com abordagem qualitativa, por meio de entrevista semi-estruturada.	A amostra foi composta por três crianças, acompanhadas pelas respectivas genitoras.	A pesquisa ocorreu durante o mês de outubro e novembro do presente ano, sendo realizados dois encontros semanais, totalizando uma média de 06 sessões com cada participante da pesquisa, incluindo nestas sessões o aprendizado da técnica.	Quanto aos benefícios da técnica em questão, todas afirmaram que seus bebês ficaram mais calmos, dormindo facilmente após a prática da massagem.	Pôde-se observar, no que se refere ao vínculo entre a mãe e o filho após o ensinamento do toque e do método Shantala, que houve um aumento da dedicação das mães com suas crianças, além da aquisição de maior atenção em relação aos movimentos e toques mais desejados pelos bebês.
NARDO; SILVA; MARIN; (2013)	Revisão bibliográfica integrativa	Bases de dados Utilizadas: LILACS e Scielo.	20 artigos responderam às questões norteadoras e definiram a amostra final da presente revisão.	Após realizarem a Shantala, as mães perceberam a massagem como mais uma forma de cuidar e demonstrar amor, passando a enxergá-la como meio de propiciar saúde a seus filhos.	Shantala é uma técnica que dispensa uso de equipamentos de alta tecnologia e ainda assim gera importantes benefícios físicos, psíquicos e emocionais para as crianças, além de ampliar o contato entre elas e seus pais.
MASUDA; ZERBINATI; FERNANDES, (2019)	Estudo de caso descritivo, com abordagem quantitativa e qualitativa.	Participaram desse trabalho, 1 mãe e suas filhas gêmeas com 3 meses de vida.	O protocolo de atendimento consistiu na aplicação da Shantala uma vez por semana pela terapeuta e nos demais dias pela mãe, por um período de 6 semanas. Cada sessão durou entre 15 e 20 minutos.	A mãe relatou completa diminuição das cólicas e do choro, as bebês ficavam calmas e sorriam para todos.	A massagem, combinada com o poder do toque é um importante instrumento para melhora da qualidade de vida de bebês gêmeas e sua família.
LIMA; CAVALCANTE, (2020)	Revisão de Literatura.	Dois estudos envolveram crianças portadoras de SD triadas na APAE.	Foram aplicadas vinte sessões de Shantala, com duração de cinquenta minutos cada uma.	Após a Shantala, as crianças estavam mais tranquilas e relaxadas, com melhor qualidade de sono, além de apresentarem alívio de cólicas e melhor FI, diferença significativa na FC, FR e cortisol salivar e	Intervenções envolvendo a massagem realizadas no intuito de promover o bem-estar de bebês em seus primeiros meses de vida, sejam uma alternativa válida para atenuar os

Fonte: Autora da pesquisa, 2021.

Siglas: Aplicação da técnica (AT), Tratamento Fisioterapêutico (TF), Frequência Cardíaca (FC), Frequência Respiratória (FR), Vínculo Afetivo (VIA), Desenvolvimento Neurológico (DSVN), Semanas Gestacionais (SG), Lesões Neurológicas (LN), Funcionamento Intestinal (FI), Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE), Síndrome de Down (SD).

CONCLUSÃO

Com esta revisão de literatura pôde-se concluir que a massagem desempenha um papel importante para o desenvolvimento global e bem estar dos bebês. A Shantala oferece estímulos externos através do toque terapêutico e contribui para o aumento do vínculo afetivo, promovendo a redução da frequência cardíaca e respiratória, regulando o sistema gastrointestinal, melhorando a qualidade do sono, diminuindo as cólicas e sensações dolorosas. Proporcionando sensação de bem estar e tranquilidade para os bebês.

REFERÊNCIAS

CRUZ, Claudia Marchetti.Vieira. ; CAROMANO Fátima. Aparecida. **Características das técnicas de massagem para bebês**. Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 47-53, jan./abr., 2005.

LIMA Telma Vitorina Ribeiro ; CAVALCANTE Lília Iêda Chaves, **Shantala para promoção da saúde e conforto de bebês**: revisão de literatura,2020.

MASUDA,Carvalho,Keiko,Giovana ; ZERBINATI,Gordo ,Gomes,Angela FERNANDES.Gomes.Juliana;CARDEAL,Lima,Adriane;FERREIRA,Rodrigues,Romani,Tatiani;PINTO,Ramos,Roberta; **Shantala em bebês gêmeas**: um estudo de caso XI EPCC. Encontro Internacional de Produção Científica (29 à 30 de Outubro de 2019).

MONTAGU .Ashley.(1988). **Tocar - O significado Humano da Pele** (7ª ed.). São Paulo: Sumnus. (Tradução do Original em Inglês Touching - The Human significance of the Skin, 1971).

NARDO, Luciana; SILVA Suellen Santos ,MARIM Maria ,**Massagem Shantala** - uma revisão integrativa. Atas CIAIQ2014Investigação Qualitativa em Ciências Sociais.

SOUZA, Nilzemar. Ribeiro. **Shantala Massagem para Bebês: experiência materna e familiar**. Ciência ET Práxis, 2007 4(07), 55–60.

TIENE. Nuno Ricardo. DUARTE, Myrna Deirdre Bezerra. CARVALHO. Sandra Maria Cordeiro Rocha. **A Percepção da Mãe após Aprendizado e Praticado Método de Massagem Shantala No Bebê** Rev. bras. ciênc. saúde ; 15(1): 25-30, 2011.

VICTOR, Janaina Fonseca; MOREIRA, Tereza Maria Magalhaes. **Integrando a família no cuidado de seus bebês: ensinando a aplicação da massagem Shantala** 2008.DOI: 10.4025/actascihealthsci.v26i1.1609. Acta Scientiarum. Health Sciences, 26(1), 35-39.

WINNICOTT.Woods.Donald . **O processo de amamentação e suas implicações para a mãe e seu bebê**. Artigo recebido em: 21/4/2008 Aprovado para publicação em: 27/5/2008.