

BENEFÍCIOS DO TOQUE ATRAVÉS DA SHANTALA: UMA EXPERIÊNCIA EXITOSA NA ATENÇÃO BÁSICA

Thaís Monara Bezerra Ramos¹, Mariana Patrícia Silva de Lima², Maria Celina Rodrigues da Silva³,
Rebeca Ferraz⁴.

¹Enfermeira Residente em Saúde da Família e Comunidade, pela Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba-FCM, e-mail: thaismonara_rr@hotmail.com.

INTRODUÇÃO:

A massagem implica em uma técnica utilizada em diversos Países, como Japão, China, Grécia, e Roma, com a finalidade de ocasionar alívio da dor, além de sensações de bem estar, devido os movimentos realizados com o toque, em determinadas áreas do corpo, que deseja ser atingida(MOREIRA et al,2011).

A história do nome Shantala é oriundo de uma mulher paraplégica, que foi recebida por freiras em um albergue juntamente com seus filhos, e como retribuição ao singelo ato ofertado ela realizava massagens, em bebês daquela localidade, a partir deste cenário um médico observava, aqueles movimentos de lentidão, carinho e amor, onde o mesmo se encantou com o método e decidiu dar o nome de shantala (SORIANO,2013).

Inúmeras são as vantagens dessa massagem, que a cada dia se torna mais popular em todo o mundo, pois favorece o vínculo entre mãe-pai-bebê, onde se vivencia a comunicação não verbal do toque, troca de olhares e muito amor envolvido e repassado durante a técnica, ocasionando uma interação familiar eficaz, tendo como benefícios o equilíbrio físico e emocional, além do alívio das cólicas e insônias.

Por se tratar de um recurso terapêutico de baixo custo, que pode ser realizado por qualquer pessoa, sem causar danos ou prejuízos para o binômio mãe e filho, a mesma oferece inúmeros benefícios para a vida da criança, além de favorecer, os sistemas imunológicos, esqueléticos, digestivos e respiratórios, aumentando também o contato íntimo com a mãe (SOUZA,et al,2014).

Cabe salientar, que o momento da massagem implica em grande troca de carinho e amor, ofertados através do toque, propiciando ao responsável o conhecimento do corpo da criança. Além de mencionar que os momentos mais importantes gravados no consciente do bebê, são oriundos do

contato com a pele, vivenciados com seus pais, pois repassa segurança, os tornando mais próximos e seguros (LEBOYER,2010).

A técnica quando é utilizada em família, garante uma relação interpessoal positiva, resultando melhorias na comunicação, conscientização e honestidade familiar. A indicado para realização da técnica, ocorre nos primeiros quatro primeiros meses de vida, devido menos movimentação e dispersão a sua volta. Não existem contra- indicações, quanto mais executada melhor para a criança e para as pessoas que estão interagindo com ela (VALE,2014).

OBJETIVO: Este estudo tem por objetivo, relatar á experiência vivenciada em uma oficina de shantala, realizada em uma unidade básica de saúde.

METODOLOGIA: Esse estudo consiste em um relato de experiência, mediante uma oficina de shantala, realizada no dia 25 de maio do decorrente ano em alusão a semana do bebê, no turno matutino, na Unidade Integrada Integrando Vidas na cidade de João Pessoa-PB. A oficina contou, com uma enfermeira como a facilitadora, com duração de cerca de 3 horas, participaram em média de 12 mães com crianças de diferentes faixas etárias de 0 a menores de 6 meses de idade e algumas gestantes. Para pesquisa teórica utilizou-se livros, revistas e bases de dados indexadas Online como LILACS, SCIELO e MEDLINE, por conseguinte os dados foram coletados e interpretados á luz da literatura concernente , entre o período de maio á junho do decorrente ano.

RELATO DE EXPERIÊNCIA: A shantala consiste em uma técnica de origem milenar indiana, que através de massagens gera inúmeros benefícios para o bebê, além de promover a aproximação entre a mãe e a criança. O obstetra francês Frederick Leboyer foi o primeiro á divulgar a técnica em seu livro shantala. Em virtude de ser uma pratica de fácil manuseio, sem custos financeiros, natural e eficaz, oferece uma satisfação tanto para quem recebe, quanto para quem pratica (LEBOYER,2010).

Além das participantes estavam presentes enfermeiros, médicos, técnicos de enfermagem e agentes comunitários de saúde e demais profissionais da unidade. A oficina foi teórico – pratica, todos os participantes ficaram dispostos em circulo, pois a metodologia em roda é identificada como, a que resulta um efeito mais significativo, para exposição e compreensão dialógica, além de ser um espaço, que permite descobertas e partilhas de novas experiências .

Para iniciar a oficina ocorreu o preparo do facilitador, o mesmo retirou todas as joias e bijuterias, calçados, foi abordado as mães se as crianças haviam feito uso de peito ou mamadeira,

pois é necessário, que as mesmas estejam de estômago vazio, Campadello, (2000), menciona que o ideal é que as massagens sejam realizados no início da manhã ou no fim da tarde antes do sono.

A ambiência foi garantida por um espaço reservado, com uso de um tatame montado e papel toalha, foi solicitado as mães, que retirassem as roupas de seus filhos e os deitassem apenas com fraldas, pois as massagens podem ocasionar micção urinária, devendo ser garantindo a segurança e bem estar.

Para a massagem é necessário utilizar o óleo inicialmente aquecido, os de preferência são os de origem natural, como por exemplo os de coco e mostarda, os óleos minerais não são indicados para realização desta pratica.

O silêncio foi solicitado, pois auxilia na concentração, e no que tange o contato não verbal, o individuo aprende a se comunicar de um modo silencioso, pensando apenas no que esta fazendo, e falando através dos olhos e das mãos com o bebê. Consiste em um momento muito importante, pois irá ocorrer uma partilha, onde o contato mãe e filho fica focado na troca recíproca de carinho, afeto, confiança e amor.

A facilitadora seguia uma sequência, e todos faziam juntos onde era verbalizado que a massagem deve ocorrer de dentro para fora, com as duas mãos postas no centro do tórax da criança, onde cada uma se desliza para uma direção do corpo, trabalhando simultaneamente.

As inúmeras dúvidas surgidas, foram retiradas no presente momento, pois para as gestantes era algo novo fora da realidade cotidiana e naquele momento era fornecido praticas naturais para as crianças.

É sabido que todas as fases de desenvolvimento infantil, passa pelos cuidados maternos, que na literatura é conhecido como holding, que compreende o cuidado físico e emocional que a mãe oferta ao bebê. Consiste em uma ocasião em que inclui a rotina completa do cuidado, nesta fase, deve-se ficar atenta às modificações instantâneas, que caracteriza o holding físico, que é definido como uma maneira intensa de amar. Mas Para que isso acontece é preciso que exista uma empatia materna, o que não é adquirido apenas em vontades, mas mediante uma vivência. É primordial, que a mãe conheça o bebê emocionalmente (VALE,2014).

Ao termino, foi realizada uma avaliação da oficina onde foram mencionadas algumas dúvidas restantes, houve relatos também do que se havia aprendido naquela tarde, as mães relatavam satisfação por ter aprendido algo diferente para por em pratica com seus bebês, e as gestantes encantadas para praticar com seus filhos a técnica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: Em suma, a realização da oficina foi primordial, pois resgatou conhecimentos de todos os participantes, sejam as mães ou profissionais, pois algumas mães relatavam realizar as massagens em casa principalmente em casos de cólicas, mas não tinham embasamento científico, de nome e todos os benefícios que a mesma possuía.

O tema discutido veio somar, melhorias para o momento vivenciado, pois propiciou desenvolver habilidades teóricas e práticas, principalmente para as gestantes presentes do terceiro trimestre de gestação, que já estavam bastante próximas da maternagem, mediante uma técnica, prática, sem custo e de grande eficácia.

PALAVRAS-CHAVE: Massagem, Relações Mãe-filho, Gestantes.

REFERÊNCIAS:

- 1-MOREIRA, N. R. T. L.; DUARTE, M.D.B.; CARVALHO, S.M.C.R. A percepção da mãe após aprendizado e prática do método de massagem Shantala no bebê. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, Paraíba, v.15, n.1, p.25-30, 2011.
- 2- Brunner & SUDDARTH. Tratado de Enfermagem Médico- Cirúrgica.RJ. Guanabara Koogan, 2009.
- 3- SOUZA, V.B. et al. Tecnologias leves na saúde como potencializadores para qualidade da assistência às gestantes. Rev enferm UFPE on line., Recife, v. 8, n. 5, p. 1388-93, Maio, 2014.
- 4-SORIANO, J. A INFLUÊNCIA DA SHANTALA PARA O DESENVOLVIMENTO DE BEBÊS. Rio Claro, 2013.
- 5-LEBOYER, F. O filme Shantala: Uma arte tradicional massagem para bebês. São Paulo: Ground,2010.
- 6-VALE, K.C. RELATO DE EXPERIÊNCIA/PRÁTICA PROFISSIONAL SHANTALA E WINNICOTT: O TOQUE A PARTIR DO VÍNCULO, 2014.