

SHANTALA COMO MODALIDADE TERAPÊUTICA EM SAÚDE: RETRATOS DE UM NOVO SENTIDO DE CUIDADO

*SHANTALA AS A THERAPEUTIC MODALITY IN HEALTH:
PORTRAITS OF A NEW SENSE OF CARE*

*SHANTALA COMO MODALIDAD TERAPÉUTICA EN SALUD: RETRATOS DE UN
NUEVO CONCEITO DE ATENCIÓN MÉDICA*

Alana Jucielly Lima de Morais¹
Ana Karine Alves Maia²
Fábio Firmino de Albuquerque Gurgel³
Joel Florêncio da Costa Neto⁴
Louise Natália Mesquita Belém⁵
Lúcia de Fátima de Carvalho Sousa⁶
Yara Thereza Souza Menezes⁷

Resumo

O processo de assistência à saúde da criança torna-se progressivamente integral, humanizado, com ênfase no processo saúde-doença, cujo objetivo é o crescimento, o desenvolvimento e a qualidade de vida, de modo que a participação dos pais é imprescindível. A Massagem Shantala (MS) é uma técnica indiana milenar que estimula o equilíbrio fisiológico das crianças, resgata a carícia, aumenta a interatividade, a afetividade e o vínculo emocional, propiciando crescimento biopsicossocial adequado. O objetivo deste estudo é analisar como o método Shantala contribui à saúde da criança, bem como conhecer a origem, os benefícios e o procedimento correto da massagem. Trata-se de uma revisão bibliográfica de periódicos on-line e em bases de dados como a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *ScienceDirect*, *Cochrane*, PubMed e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) — a partir dos descritores em saúde: “terapias complementares”, “crescimento e desenvolvimento” e “intervenção precoce”. A MS apresenta vários benefícios para a saúde, proporciona numerosas vantagens aos desenvolvimentos físico, motor, fisiológico e emocional.

Palavras-chave: terapias complementares; crescimento e desenvolvimento; intervenção precoce.

Abstract

Child's health care process progressively becomes integral, humanized, focusing on health-disease process, whose goal is growth, development, and quality of life, so that parent's participation is essential. Shantala massage is an ancient Indian technique that stimulates children physiological balance, rescue the caress, increases interactivity, affection, and the emotional bound, providing adequate biopsychosocial growth. This study objective is to analyze how Shantala method contribute to child's health, as well as know the origin, benefits, and correct massage procedure. This is bibliographical research of on-line journals and databases such as Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), ScienceDirect, Cochrane, PubMed and Scientific Electronic Library

¹ Fisioterapeuta pela Universidade Potiguar. Especialista em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. E-mail: alanamoraisfisio@gmail.com

² Fisioterapeuta pela Universidade Potiguar. Mestranda em Saúde da Mulher pela Universidade Federal do Ceará. E-mail: karine14maia@outlook.com

³ Fisioterapeuta pela Universidade Potiguar. Mestre em Saúde e Sociedade pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. E-mail: prof.fabiogurguel@gmail.com

⁴ Fisioterapeuta pela Universidade Potiguar. Especialista em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. E-mail: joel_fisioterapia@hotmail.com

⁵ Fisioterapeuta pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Mestranda em Saúde Coletiva pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. E-mail: louise_belem@hotmail.com

⁶ Fisioterapeuta pelo Instituto de Educação Superior Raimundo Sá. Especialista em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. E-mail: luciafcarvalhos@gmail.com

⁷ Fisioterapeuta pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte. Especialista em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. E-mail: fisioyaramenezes@gmail.com

Online (SciELO) — from health descriptors: “complementary therapies”, “growth and development” and “early intervention”. Shantala massage presents several health benefits, providing multiple advantages to physical, motor, physiological and emotional developments.

Keywords: complementary therapies; growth and development; early intervention.

Resumen

El proceso de atención a la salud del niño se vuelve progresivamente integral, humanizado, con énfasis en el proceso salud-enfermedad, cuyo objetivo es el crecimiento, el desarrollo y la calidad de vida, de manera que la participación de los padres es imprescindible. El Masaje Shantala (MS) es una técnica milenaria de origen hindú, que estimula el equilibrio fisiológico de los niños, rescata la caricia, aumenta la interactividad, la afectividad y el vínculo emocional, permitiendo un crecimiento biopsicosocial adecuado. El objetivo de este estudio es analizar la forma como el método Shantala favorece la salud del niño, así como conocer su origen, beneficios y el procedimiento correcto del masaje. Se trata de una revisión bibliográfica de periódicos online y en bases de datos como la Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS), *ScienceDirect*, *Cochrane*, PubMed e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) — a partir de los descriptores en salud: “terapias complementarias”, “crecimiento y desarrollo” e “intervención precoz”. La MS aporta varios beneficios para la salud y proporciona muchas ventajas para el desarrollo físico, motor, fisiológico y emocional.

Palabras-clave: terapias complementarias; crecimiento y desarrollo; intervención precoz.

1 Introdução

O crescimento e o desenvolvimento da criança são fundamentais nos primeiros anos de vida. Durante este período, constroem-se os alicerces da estrutura psíquica por meio das vivências estabelecidas nos primeiros vínculos, que constituirão a individualidade, o “eu”. O processo de assistência à saúde da criança se torna uma forma mais integral e humanizada com ênfase no processo saúde-doença, com o objetivo de contribuir para o crescimento, o desenvolvimento e a qualidade de vida, processo no qual a participação dos pais é imprescindível (BERNSMÜLLER, 2012).

O cuidado que recebe, assim como as ligações que a criança mantém com seus principais cuidadores, especialmente a mãe, poderão repercutir na sua capacidade de lidar com as próprias emoções e de demonstrá-las aos outros ao longo da vida. A fala, a escuta, o olhar, enfim, a linguagem corporal que anteceda a palavra, especialmente o toque, é fundamental para o bebê e de suma importância para estreitar laços de afeto entre a criança e os seus cuidadores, considerando a diferença do ambiente antes e após o nascimento, além de promover outros benefícios que transcendem essa relação, bem como contribuir para o desenvolvimento saúde e feliz da criança (ANUNCIAÇÃO, 2014; BERNSMÜLLER, 2012).

A Massagem Shantala (MS) é uma ferramenta eficaz e bastante utilizada como terapia complementar. Seus efeitos benéficos são reconhecidos por promover alívio de dor, aumento da circulação sanguínea, melhora dos sintomas de depressão, das condições imunológicas, e por oferecer estímulo ao crescimento e desenvolvimento de prematuros. A massagem em bebês

ganhou visibilidade nos últimos anos por ser um método seguro e eficaz que tem como objetivo promover aumento do vínculo entre aplicador e bebê (SOUZA, 2017).

Tal método, originário do sul da Índia, foi estudado pelo médico obstetra francês Frédéric Leboyer, que observou uma mãe indiana massageando seu bebê com movimentos amorosos e delicados. Diante disto, resolveu estudar os benefícios e os reflexos dessa massagem às crianças. A MS é vista como a arte de transmitir amor através do toque das mãos. Os diversos meios de comunicação, os estímulos sensoriais e motores são bem compreendidos e aceitos pelos bebês (ANUNCIACÃO, 2014; SOUZA, 2017).

Por meio dos seus estudos e suas observações, Leboyer verificou que as crianças que recebem a massagem Shantala se desenvolvem mais, sentem seu corpo em sua extensão total e têm músculos mais relaxados por estímulos afetivos. Além disso, tornam-se mais saudáveis, alimentam-se melhor e possuem um sistema imunológico mais resistente. Outro benefício adquirido com a massagem diz respeito ao aprimoramento das relações afetivas, em razão da troca de afeto que regula o organismo humano e equilibra a energia entre o corpo e o universo (ANUNCIACÃO, 2014).

O avanço dos estudos referentes ao assunto abordado neste artigo disponibilizou subsídios para implementação de alternativas para melhorar o cuidado em saúde, como importante auxílio a acadêmicos e profissionais da saúde através de técnicas eficientes, corroborando para uma saúde integral e humanizada. A pergunta norteadora foi a seguinte: o método Shantala em bebês proporciona diferentes benefícios através de sua prática terapêutica?

Ao fim deste estudo, objetiva-se que o leitor consiga: analisar como o método Shantala pode contribuir à saúde da criança; conhecer a origem, os benefícios e a forma como a massagem deve ser realizada; compreender a Shantala como ferramenta integrante da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC).

1.1 Referencial teórico: o sus das práticas integrativas: shantala

A implementação da PNPIC no Sistema Único de Saúde (SUS) iniciou-se para atender a diretrizes e recomendações de várias Conferências Nacionais de Saúde (CNS), e a recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS). No Brasil, desde 1985, documentos, resoluções e eventos caracterizaram o processo de regulamentação dessas práticas e, em 2006, após o trabalho de diferentes agentes individuais e institucionais, publicou-se a PNPIC sob as Portarias Ministeriais n.º 971, em 3 de maio de 2006, e n.º 1.600, de 17 de julho de 2006 (BRASIL, 2006).

Antes da publicação, realizou-se um diagnóstico sobre as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICs) ofertadas no SUS nos municípios brasileiros para identificar as mais comuns, de maior viabilidade de implantação. Em 2006, tornaram-se políticas públicas de saúde: racionalidade médica homeopática, racionalidade médica tradicional chinesa/acupuntura, racionalidade médica antroposófica, fitoterapia/plantas medicinais e o termalismo. Contudo, o processo de institucionalização da PNPIC atravessou dificuldades pela falta de coordenação nacional oficial da política no âmbito do Ministério da Saúde, assim como por ausência de dotação orçamentária para implantação e implementação. Após a criação da coordenação nacional da PNPIC pelo Ministro da Saúde, no âmbito da Diretoria de Atenção Básica, da Secretaria de Assistência à Saúde, realizou-se o processo de inclusão de 14 práticas em 2017, tais como: arteterapia, ayurveda, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa e yoga. Em 2018, a Portaria n.º 702, de 21 de março, alterou à Portaria de Consolidação n.º 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, com a inclusão de dez novas práticas na PNPIC: apiterapia, aromaterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, ozonioterapia e terapia de florais (BRASIL, 2006; SOUSA, 2018).

A área da PNPIC corresponde aos sistemas médicos complexos e recursos terapêuticos designados pela OMS como medicina tradicional e complementar. Tais sistemas e recursos envolvem tratamentos que visam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes, e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, na promoção do vínculo terapêutico e na integração do ser humano ao meio ambiente e à sociedade. Outros aspectos compartilhados pelas inúmeras abordagens abrangidas nesse campo são o olhar ampliado do processo saúde-doença e a promoção integral do cuidado humano, especialmente do autocuidado (BRASIL, 2006).

1.2 Origem da Shantala

Com a globalização, a cultura oriental, mas especificamente a indiana, fornece várias contribuições para melhoria da qualidade de vida das pessoas, reconhecidas pela cultura ocidental. Uma das principais contribuições é a técnica de massagem para bebês conhecida como Shantala, método milenar descoberto pelo médico obstetra francês Frédérick Leboyer numa de duas viagens, em meados de 1970, quando observou, ao andar pelas ruas de Calcutá, uma mãe indiana paraplégica massageando seu bebê com movimentos afetuosos e delicados.

Diante disto, começou a difundir a sequência da massagem no Ocidente, batizando-a Shantala, mesmo nome da mulher que aplicava a massagem em seu bebê numa instituição de caridade (BERNSMÜLLER, 2012; BERTOLDI; CURVACHO, 2008).

A forma como a mãe tocava o bebê, a espontaneidade, a naturalidade e a graça dos seus gestos hipnotizaram o médico, que escreveu o livro *Shantala: Uma Arte Tradicional de Massagem para Bebês*. Essas cenas foram observadas numa região que sofria com miséria e fome, no entanto, o bebê aparentava estar saudável. No Brasil, a massagem foi divulgada pela terapeuta corporal Maria de Lourdes da Silva Teixeira, conhecida pelo apelido “Fadynha”, a qual, em 1990, introduziu a Shantala como programação extracurricular na Universidade Estácio de Sá. A massagem em bebês ganhou destaque nos últimos anos, como uma das técnicas mais conhecidas e utilizadas no Brasil (BERNSMÜLLER, 2012; MOREIRA; VICTOR, 2004; SOUZA; LAU; CARMO, 2011).

1.3 Conceito da Shantala

A MS é compreendida como a arte de transmitir amor por meio das mãos, através de um tipo especial de toques acariciantes. É uma forma de comunicação que promove estímulos sensoriais e motores concebidos pelas crianças. Na Índia, tal massagem não tem nome específico, pois se trata de uma atividade de cuidados rotineiros com o bebê. A aplicação da técnica dura de 20 a 30 minutos e consiste em vinte movimentos realizados pelo aplicador em todo o corpo nu do lactente, o qual fica deitado no colo da mãe. A Shantala é uma massagem auxiliar à acolhida do bebê em mundo que lhe é um grande desconhecido. Mais do que apenas toque, é uma confissão de amor (SORIANO *et al.*, 2013).

Esse método é aplicado em bebês a partir do primeiro mês de vida, estendendo-se às crianças com idade superior, e geralmente interrompida quando começam a explorar mais o ambiente, tornando-se mais ativas e menos pacientes. De acordo com Salles (2009), pode-se iniciar a aplicação da massagem após a queda do coto umbilical da criança, mas algumas mães se sentem mais seguras um pouco mais tarde. A autora alerta ser melhor não esperar muito para iniciar as aplicações, pois os bebês maiores de sete meses se mexem mais e isto pode atrapalhar o processo, o que não ocorrerá se a criança for habituada desde cedo. Pode-se utilizar a MS por muitos anos.

No ventre materno, a criança está segura, envolvida pelo corpo da mãe. O parto submete o bebê a forte compressão que o “expulsa” para o mundo externo. Fragilizado, precisa da mãe para acalmá-lo junto ao peito, transmitir-lhe segurança e reestabelecer o contato, muito

importante, e motivo para iniciar a massagem Shantala logo após a queda do cordão umbilical. A massagem é útil também para esses bebês, de vez que é particularmente eficaz em reduzir as consequências do trauma do nascimento (AUCKETT, 1983).

A Shantala é adequada para os primeiros meses de formação, nos quais o bebê está em processo de recuperação física da posição fetal, período em que os músculos esticam, abrem-se articulações para coordenar movimentos, proporcionar força para executar atividades e habilidades físicas. A MS baseia-se no toque e visa promover maior aproximação entre mãe, ou cuidador, e a criança, fortalecendo a qualidade do vínculo entre eles, com vários benefícios para os bebês, como a eliminação de tensões, o alívio de cólicas e de insônia (ANUNCIAÇÃO, 2014).

Segundo Auckett (1983), quando as mães massageiam seus bebês nos primeiros dias de vida, a massagem continua o processo de ligação e ajuda a estabelecer um relacionamento caloroso e positivo entre mãe e filho. A ligação entre os pais e seu novo bebê, através do tato, é um acontecimento muito significativo (WALKER, 2000).

De acordo com o estudo de Leboyer (2009), as crianças que recebem a Shantala crescem mais e sentem seu corpo em sua extensão total, além de terem seus músculos relaxados por meio de um estímulo afetivo. Além disso, tornam-se mais saudáveis, se alimentam melhor e têm o sistema imunológico perfeito. Guimarães *et al.* (1997) destacam que, no Ocidente, o enfoque da Shantala é terapêutico. Porém, no país de origem da técnica, o objetivo maior é o aprimoramento da relação afetiva (mais comum nas relações entre mães e seus bebês), ato de amor e entrega que visa o regulamento do organismo humano, além de buscar o equilíbrio energético entre o corpo e o universo. No entanto, nada impede a aplicação da Shantala por outros motivos, entre eles, a superação de um trauma.

O método Shantala é fundamentado na ioga e na medicina ayurvédica. É importante aplicá-lo corretamente para que todos os movimentos, e a concentração, sejam efetivos e alcancem os resultados esperados para os bebês. Em seu estudo, Teixeira (1997) apresenta alguns princípios gerais que devem ser seguidos quando da realização da massagem, tais como: a Shantala deve ser realizada em um ambiente calmo; o bebê não pode estar com o estômago cheio e nem vazio, não pode estar com frio e nem com calor; deve ocorrer durante o dia; o adulto também deve estar preparado, bem-disposto, relaxado, sem ansiedade, para não transmitir tais emoções aos bebês; ao fim, um banho purificador, cujo intuito não é higiênico, proporcionará relaxamento das áreas que não puderam ser tocadas pelas mãos (ANUNCIAÇÃO, 2014; SOUZA; LAU; CARMO, 2011).

1.4 Shantala: retratos de um novo sentido de cuidado

A Shantala é uma massagem sistematizada em uma sequência de movimentos que estimulam automaticamente diversos pontos, de forma que se consegue influenciar benéficamente todos os órgãos do corpo de uma criança, harmonizando-os ou ativando-os. Além disso, o método Shantala, na qualidade de toque terapêutico, promove a estimulação cutânea e o desenvolvimento neuropsicomotor da criança (MOREIRA; VICTOR, 2004).

Em seu estudo, Souza (2017) destaca a satisfação dos pais relativa aos efeitos da massagem, e como a veem seus usuários. É uma prática rápida, de fácil aplicação e baixo custo, que promove benefícios para o desenvolvimento, melhora do sono, do controle intestinal, da interação entre a criança e o aplicador, além de acalmar o bebê.

Na MS, a pele é estimulada através do toque, de modo que se produzam enzimas necessárias à síntese proteica. Outro efeito da massagem é a produção de substâncias encarregadas da ativação da diferenciação de linfócitos T, responsáveis pela imunidade celular. Ainda no contexto biológico, ocorre a diminuição dos níveis de catecolaminas (epinefrina, norepinefrina e cortisol) e ativação da produção de endorfinas, responsáveis pelas sensações de bem-estar e alegria. Diante desses processos biológicos, o método Shantala, conseqüentemente, promoverá, na criança, relaxamento e bem-estar, o sono não sofrerá interferências do ambiente externo, porquanto a criança que recebe a MS tem o sono mais calmo e resistente a barulhos. Outro benefício à criança que recebe a massagem é a amamentação facilitada em virtude da ampliação do vínculo entre mãe e filho, além da diminuição das ocorrências de cólicas (MOREIRA; VICTOR, 2004).

Segundo Souza, Lau e Carmo (2011), e Anunciação (2014), ser guiado, embalado, acariciado e massageado torna-se “alimento” indispensável à criança, mais do que as proteínas, vitaminas e sais minerais encontrados na alimentação, pois o toque é um nutriente fundamental para o desenvolvimento das crianças. Se a criança for privada de tudo isso e do cheiro, do calor e da voz que ela conhece bem, mesmo cheia de leite não terá um desenvolvimento saudável, vigoroso e cômico.

A MS é composta por uma série de movimentos que beneficiam determinadas partes do corpo da criança. Quando executada por completo, promove equilíbrio e harmonia para quem a recebeu. Ao massagear as costas, por exemplo, ocorre alívio das tensões acumuladas entre as vértebras devido ao fato de o bebê ficar muito tempo deitado. Além disso, porque é comum recém-nascidos sentirem cólicas nos primeiros meses de vida, massagear-lhes a barriga com leve pressão ajuda a eliminar gases e tonifica a musculatura do abdômen. Cada parte do corpo

da criança massageada com a Shantala ganha inúmeros benefícios. Por conta disto, é importante iniciar o hábito nos primeiros meses de vida. A massagem em braços, pernas, mãos e pés estimula o fortalecimento dos músculos, articulações e do sistema nervoso, preparando o bebê para engatinhar, depois andar. O método Shantala deve ser sempre seguido de banho, que complementará o sentimento de intenso relaxamento e terá o papel de limpeza do excesso de gordura não absorvida pela pele (SOUZA; LAU; CARMO, 2011).

O toque, o tato, o contato com o outro é vivenciado como uma intensa carga emocional promovida através da estimulação tátil adequada e do vínculo, da efetividade entre a criança e mãe, ou cuidador. A partir desta ligação se iniciam as experiências de vida e se constitui a base sólida para o padrão de relacionamentos sociais de uma pessoa. Esta teoria é explicada através de estudos que apontam que uma massagem atinge muito mais profundamente a mente de uma pessoa quando acompanhada de outros atributos que reforcem a prática, como, por exemplo, o toque, a intensidade da voz e o contato visual. Todos os atos citados acima auxiliam o processo de desenvolvimento humano, pois a prática colabora para promoção do bem-estar físico, emocional e social. A quantidade, e, principalmente, a qualidade do toque na vida infantil podem ter repercussões positivas no decorrer da sua evolução (ANUNCIAÇÃO, 2014; SOUZA; LAU; CARMO, 2011).

São inúmeros os benefícios da técnica, como em relação ao desenvolvimento da comunicação entre mãe, ou cuidador, e a criança, visto que o processo favorece tanto o bebê que recebe a massagem quanto quem a aplica. As vantagens geradas por essa prática produzem nos pais alegria, prazer, comunicação, confiança, relaxamento e alívio da ansiedade. A massagem cria um fluxo energético metafísico, um fluxo do amor entre mãe, ou cuidador, e a criança, de uma energia que intensifica a comunicação entre os dois, conexão que pode durar a vida toda (ANUNCIAÇÃO, 2014; SOUZA; LAU; CARMO, 2011).

A Shantala pode ativar vários sistemas corporais, como o respiratório, o digestório, o imunológico, o osteomioarticular e o circulatório. Além disso, pode influenciar processos bioquímicos e fisiológicos. Os estudos mostram que a MS tem efeitos positivos nas habilidades motoras de crianças com necessidades especiais, evidenciando que a criança com síndrome de Down submetida à Shantala, ao fim da intervenção, melhora sua capacidade de preensão, transferência manual, bem como o controle cefálico, torácico e a marcha. Além disso, a mãe da criança relatou melhora também entre a aceitação da condição de saúde da criança e, conseqüentemente, melhora do vínculo entre mãe e bebê (CARVALHO *et al.*, 2010 apud SOUZA, 2017, p. 10; SOUZA, 2017).

De acordo com Bernsmüller (2012), a criança tratada com afeto, compreensão e respeito registra esses estímulos positivos, que lhe permitem abrir-se para amar e ser amada. Se amorosamente tocada, será espontânea com suas expressões afetivas, receptivas e amorosa. Sendo assim, é fundamental que mãe ou cuidador sejam receptores atentos e cuidadosos em relação ao novo ser que chega ao mundo, e precisa que lhe sejam oferecidos, gradativamente, sentimentos bons, que remetam a boas impressões do passado, reduzindo ao máximo o desconforto, pois é através do contato com o corpo que essas sensações podem ser revividas. Desta forma, em um universo totalmente desconhecido e hostil, algo familiar poderá tranquilizá-lo (LEBOYER, 1999 apud BERNSMÜLLER, 2012, p. 17).

A MS proporciona o despertar e amplia o mundo vivenciado pelo bebê no útero. Além de uma prática preventiva (de neuroses e doenças em geral, por fortalecer o sistema imunológico), resgata o aconchego do ventre materno e a ligação direta com a mãe, o que, conseqüentemente, permite o desenvolvimento do vínculo entre mãe e lactente. Através da Shantala, o bebê pode sentir que, do lado de fora, receberá a mesma energia que o mantinha durante os nove meses iniciais de sua formação. Por meio disto, é possível ocorrer a transmissão do amor intuitivo através do toque, primordial à troca de energia para uma perfeita comunhão entre mãe e bebê. Ambos são beneficiados física, emocional, mental e espiritualmente. A MS configura-se como a integração fisiológica natural e consciente por meio da qual o bebê suporta o trauma do parto, tendo em vista a transição de ambientes. Os bebês massageados revigoram seus corpos, seus meridianos e suas almas, tornando-se seres especialmente saudáveis, afetivamente seguros e com a autoestima desenvolvida (BERNSMÜLLER, 2012).

A Shantala, mais que uma simples manipulação tecidual, é considerada uma arte tradicional indiana, na qual o toque pode transmitir amor, melhorar o vínculo afetivo entre aplicador e lactente, permitindo que a criança relembre os momentos vivenciados no útero materno por meio dos movimentos lentos realizados durante a técnica. Além disso, promove relaxamento muscular, diminuição da ocorrência de cólicas, e torna o sono do lactente mais tranquilo (SOUZA, 2017).

2 Metodologia

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica a partir de um levantamento literário em periódicos on-line nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *ScienceDirect*, *Cochrane*, PubMed e *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO). Durante as buscas, utilizaram-se os seguintes descritores em saúde: “terapias

complementares”, “crescimento e desenvolvimento” e “intervenção precoce”. Os critérios de escolha das fontes selecionadas foram pela apresentação de conteúdos que abordassem o contexto histórico/político no qual se inseriu a PNPIC, bem como as perspectivas de mudanças sobre os paradigmas de um sistema de saúde diferenciado, o SUS, cujo alcance não se limita apenas a um contexto técnico-científico. A partir de um espectro mais generalista sobre práticas integrativas e complementares, as abordagens sobre Shantala foram o foco das discussões, alicerçadas em textos com evidências sobre os aspectos histórico/culturais, efeitos e benefícios promovidos pela utilização dessa técnica.

3 Resultados e discussão

A Shantala é uma técnica indiana milenar de massagens em crianças que estimula o equilíbrio fisiológico, permitindo o resgate da carícia, maior interação, afetividade e vínculo, propiciando um crescimento biopsicossocial adequado. Atualmente, a referida técnica pode ser utilizada na atenção primária à saúde como prática integrativa para qualificar a promoção do cuidado em puericultura, pois representa a democratização do acesso a um maior equilíbrio entre corpo e mente, por não depender de recursos especiais, estimular carinho e amor pelo toque das mãos (FERREIRA *et al.*, 2017).

A MS mostra-se demonstra vários benefícios para a saúde, proporcionando numerosas benfeitorias no desenvolvimento físico, motor, fisiológico e emocional. 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 à criança quanto a quem interage com ela. A massagem em bebês proporciona alívio contra cólicas, acalma e relaxa o bebê, além de reforçar o vínculo mãe-filho, através do contato físico que auxilia no desenvolvimento psicomotor do bebê (BIDDULPH, 2003; SATO; NASCIMENTO, 2000).

O contato físico, além de ser um sinal de afeto e intimidade para tranquilizar e estimular o desenvolvimento do indivíduo em vários aspectos, é uma necessidade biológica primária. Os bebês que recebem toque materno mostram-se mais seguros e mais capazes de lidar adequadamente com situações novas. Até os dois anos de idade, a aprendizagem conta com o movimento que, combinado ao contato físico e ao afeto, potencializa o desenvolvimento, influenciando diretamente o cérebro, e, conseqüentemente, a aprendizagem, reforçando a ideia de que o aprendizado sofre influência da estimulação sensorial (LIMA, 2004; MONTAGU, 1988).

4 Conclusão

O objetivo primordial da prática da Shantala é a aproximação afetiva, buscando-se um elo de amor e carinho conquistado através do toque. A Shantala atua como um estímulo externo do contato diário entre cuidador e criança, com inúmeros benefícios através da massagem realizada pelo aplicador, tais como: a tranquilidade, a segurança e a autoestima necessária ao bebê, como também a eliminação de gases, alívio de cólicas, tranquilidade no sono, bem como auxilia o sistema nervoso, o sistema digestivo, o sistema musculoesquelético, o sistema respiratório e o sistema imunológico.

Nesse contexto, espera-se que um retrato bem executado mostre a essência do sujeito através dessa nova cultura do cuidado na saúde pública. Além disso, torna-se importante salientar a necessidade da introdução de práticas integrativas no SUS. O conhecimento e implantação adequados da MS em ampla escala na atenção primária poderá proporcionar um maior vínculo entre parentes. Assim, são necessários mais estudos com o mesmo objetivo, por se tratar de um recurso de baixo custo e efetivamente positivo, pois são utilizadas somente as mãos, sendo pouco investigada e disseminada tanto para o desempenho motor quanto para a interação entre familiares.

Referências

ANUNCIACÃO, Héide Santos. **Benefícios da Shantala para bebês**. 2014. 13 f. TCC (Graduação em Estética) — Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, 2014.

AUCKETT, Amelia D. **Massagem para bebê**. Curitiba: Ao Livro Técnico, 1983. (Enfermagem).

BERNSMÜLLER, Liége dos Santos. **Shantala: o toque como mediador no fortalecimento e na qualidade do vínculo mãe/bebê**. 2012. 53 f. TCC (Graduação em Psicologia) — Curso de Psicologia, Centro Universitário Univates, Lajeado, 2012.

BERTOLDI, Maria Eugênia; CURVACHO, Danielle. Shantala como facilitador de holding do laço mãe-bebê: o início do amor. *In*: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVENÇÃO BRASIL/LATINO-AMÉRICA, 13., 8., 2., 2008, Curitiba. **Anais [...]**. Curitiba: Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: 31 jan. 2019.

BIDDULPH, S. **O segredo das crianças felizes**. São Paulo: Fundamento Educacional, 2003.

BRASIL. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS — PNPIC-SUS**. Brasília: Ministério da Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde; Departamento de Atenção Básica, 2006. 92 p. (Série B. Textos Básicos de Saúde). Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 29 jan. 2019.

FERREIRA, Vanessa Duque *et al.* Impacto da implantação da massagem Shantala para crianças: ensaio de campo randomizado. **Ciência ET Práxis**, Passos, v. 10, n. 19, p. 63-70, 2017.

GUIMARÃES, *et al.* Shantala, massagem terapêutica para bebês. **Fisioterapia em movimento**, Curitiba, v. 9, n. 2, out./mar. 1997.

LEBOYER, Frédérick. **Shantala**: massagem para bebês — uma arte tradicional. São Paulo: Ground, 2009.

LIMA, P. L. S. **Estudo exploratório sobre os benefícios da Shantala em bebês portadores de Síndrome de Down**. 2004. Dissertação (Mestre em Psicologia da Infância e Adolescência) — Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2004.

MONTAGU, A. **Tocar, o significado humano da pele**. São Paulo: Summus, 1988.

MOREIRA, Thereza Maria Magalhães; VICTOR, Janaína Fonseca. **Integrando a família no cuidado de seus bebês**: ensinando a aplicação da massagem Shantala. 2004. TCC (Graduação) — Universidade Estadual do Ceará, Maringá, 2004.

SALLES, Lilian Beatriz. Shantala. 2009. Disponível em: <http://www.sitemedico.com.br/sm/materiais/index/php?mat=76>. Acesso em: 31 jan. 2019.

SATO, G.; NASCIMENTO, M. J. P. Estímulo ao vínculo mãe e filho através do toque. **Rev. Enferm. UNISA**, São Paulo, v. 1, p. 59-62, 2000.

SORIANO, Juliana *et al.* **A influência da Shantala para o desenvolvimento de bebês**. 2013. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Pedagogia) — Universidade Estadual Paulista Júlio Mesquita Filho, Rio Claro, 2013.

SOUSA, Leandra Andréia; BARROS, Nelson Filice de. Práticas integrativas e complementares no sistema único de saúde: avanços e desafios. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 26, 2018.

SOUZA, Larissa de. **Benefícios da massagem Shantala no desenvolvimento motor grosso de lactentes**. 2017. TCC (Graduação em Fisioterapia) — Universidade Federal de Santa Catarina, Araranguá, 2017.

SOUZA, Nilzemar Ribeiro de; LAU, Nathália da Cunha; CARMO, Tânia Maria Delfraro. **Shantala massagem para bebês**: experiência materna e familiar. 2011. TCC (Graduação em Enfermagem) — Faculdade de Enfermagem da Fundação de Ensino Superior de Passos, Passos, 2011.

TEIXEIRA, Maria de Lourdes da Silva. **Shantala – massagem oriental para bebês**. Guia de abordagens corporais. São Paulo: Summus, 1997.

WALKER, Peter. **O livro de massagem do bebê**. Barueri: Manole Ltda, 2000.