

## Sentimentos maternos envolvidos na aplicação da Shantala

Janyelle Maria De Andrade Teotonio<sup>1</sup>, Jessica Morgana Silva Xavier<sup>2</sup>, Marília Cruz Gouveia Câmara Guerra<sup>3</sup>, Vanessa Juvino de Sousa<sup>4</sup>.

### Resumo:

**Objetivo:** Analisar os sentimentos maternos após a aplicação da Shantala e suas influências na relação mãe e filho. **Métodos:** estudo exploratório, descritivo, de campo com abordagem qualitativa. Para coleta de dados foram realizadas entrevistas individuais gravadas com 15 mulheres. Para organização dos dados, adotou-se a análise temática, conforme a proposta de Bardin. **Resultados:** ao analisar os sentimentos maternos emergiram três categorias: A Shantala promove felicidade e bem-estar, sensação de tranquilidade, paz e fortalecimento do vínculo mãe-filho. **Conclusão:** A aplicação da Shantala repercutiu de forma positiva na relação mãe e filho, assim como foi evidenciado a satisfação e o carinho das mães durante e após aplicação da massagem, proporcionando maior aproximação e sintonia através do toque.

**Descritores:** Massagem; Toque terapêutico; Relações Mãe-Filho

**Descriptors:** Massage; Therapeutic Touch; Mother-Child Relations

Centro Universitário Tabosa de Almeida – ASCES UNITA. Caruaru, PE, Brasil

Autor correspondente: Jessica Morgana Silva Xavier

Endereço completo: CEP: 55030053 – jessicamorgana12@hotmail.com

## **Introdução**

O primeiro ano de vida da criança é dedicado à sua adaptação com o meio externo. Durante este período ela se desenvolve em um ambiente, formado por dois componentes, a mesma e a sua mãe, o resultado deste processo é a criação de um vínculo afetivo entre mãe e filho <sup>(1)</sup>.

A interação mãe-filho é hoje conhecida como um processo o qual a mãe entra em comunicação com o filho, enquanto que a criança por sua vez, responde a sua genitora com a ajuda de seus próprios meios. Nesta relação, as palavras e frases são substituídas por mensagens extra verbais como os gestos, sorrisos e carinho. Assim é de suma importância a criação do vínculo para um desenvolvimento saudável <sup>(2)</sup>.

A relação afetiva entre mãe e filho também é fundamental para a construção da identidade do bebê, sendo considerado de suma importância para uma boa convivência familiar, pois o carinho, afeto e atenção proporcionam um sentimento de segurança ao escutar a palavra ou sentir o toque materno <sup>(3)</sup>.

Uma forma de favorecer a construção de vínculo e da criança sentir-se protegida é com o toque, pois é essencial, uma vez que a mãe devolve o sentimento de proteção. Tocar e ser tocado, olhar nos olhos, sorrir, conversar e estar presente torna-se uma forma de demonstrar amor e carinho, permitindo a reciprocidade do afeto e do calor humano.

Para criação de um vínculo e a estimulação do toque, existe a técnica de massagem Shantala, originada na Índia, em uma região chamada Caucutá, considerada uma das favelas que nos últimos anos se multiplicaram com o afluxo de refugiados. O método foi transmitido para os moradores, primeiro nos mosteiros pelos monges e posteriormente tornou-se uma tradição natural, aplicada pelas mães para com os filhos <sup>(4)</sup>.

A Shantala enquanto toque terapêutico, é uma forma de estimular automaticamente vários pontos, visando um equilíbrio fisiológico através de informações sensório-proprioceptivas, capaz de estimular a mobilidade futura bem como mobilização dos músculos e articulações, podendo influenciar beneficentemente todos os órgãos de uma criança <sup>(5)</sup>.

São vários benefícios da massagem, começando pelo aperfeiçoamento da comunicação com a mãe, como consequência, há o relaxamento, o sono fica mais calmo e mais resistente à

barulhos externos, a amamentação é facilitada, a ocorrência de cólicas diminui e o vínculo mãe e filho é ampliado <sup>(6-7)</sup>.

Para realização da massagem, é necessário um ambiente tranquilo com uma temperatura agradável e preferencialmente que a criança esteja despida. Deve-se posicionar o bebê sobre o colo, ou se o mesmo for maior que seis meses, colocá-lo sobre um colchonete ou cama para que fique mais acomodado. Iniciando-se com movimentos leves e suaves, porém realizados com firmeza, sempre do centro as extremidades ou de baixo para cima, valorizando também a forma de olhar, tocar e falar para que os resultados sejam satisfatórios, podendo fazer a utilização de músicas de ninar que os transmitam tranquilidade <sup>(8-9)</sup>.

A massagem pode ser realizada sem restrição de horário, podendo ser finalizada com um banho morno, com isso, os bebês apresentam, um melhor temperamento emocional contribuindo também para minimizar o estresse do cuidador, onde muitas vezes se sentem impotente por não saber como ajudar a criança, uma vez que o choro é reflexo de algum tipo de dor <sup>(6)</sup>.

Sendo assim, a massagem Shantala é reconhecida como uma das terapias mais eficazes para o alívio de dores e prevenção de doenças. A mesma tem como proposta de trabalho, a partir de uma visão ampla, tornar a criança consciente do seu corpo, assim como aproximar e fortalecer o vínculo mãe-filho. Tornando-se assim uma estratégia de baixo custo e de grande impacto para população atendida nas estratégias de saúde da família <sup>(10)</sup>. Desta forma, delimitou-se como objetivo do estudo analisar os sentimentos maternos após à aplicação da Shantala e suas influências na relação mãe e filho.

## **Métodos**

Procedeu-se de um estudo exploratório, descritivo, de campo com abordagem qualitativa.

A pesquisa foi desenvolvida na Unidade Básica de Saúde (UBS) José Carlos de Oliveira II, situada no município de Caruaru-PE, no período de Janeiro de 2017 após a devida aprovação do projeto no comitê de Ética e pesquisa do Centro Universitário ASCES-UNITA, com o seguinte parecer 1.8884.956.

Os sujeitos do estudo foram mães e crianças, que estavam na UBS para realização da consulta de puericultura e foram convidadas para participar da pesquisa. Sendo necessário três encontros para obtenção dos dados.

Foram adotados como critérios de inclusão: mães e bebês adscritos na unidade básica de saúde e como critério de exclusão mães de crianças com idade inferior à 01 mês ou superior à 02 anos, Pois o Ministério da saúde, prioriza a consulta de puericultura na faixa etária descrita.

Os dados foram coletados em janeiro de 2017. Para coleta de dados, foi utilizado roteiro de entrevista semiestruturado elaborado pelos pesquisadores, realizou-se por meio de um instrumento composto de perguntas norteadoras, sendo aplicado após a realização da técnica.

Para garantir o sigilo dos nomes das mulheres envolvidas na pesquisa, foi atribuído à todas a codificação de M de mãe e um numeral que indica a sequência da entrevista. Desta forma a primeira mãe ficou como M1 e assim sucessivamente

Durante a coleta de dados aplicou-se o critério de saturação das falas das mães para definição amostral, sendo necessárias 15 entrevistadas. Todas as entrevistas foram gravadas após consentimento das mães e transcritas na íntegra. A análise foi Temática, conforme a proposta por Bardin, a qual constituída por algumas etapas para consecução da análise de conteúdo, organizadas nas fases de pré-análise, exploração do material e tratamento, interferência e interpretação dos resultados <sup>(11)</sup>.

O estudo respeitou as exigências formais contidas nas normas nacionais e internacionais regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.

## **Resultados**

Ao analisar os sentimentos maternos após à aplicação da Shantala, percebe-se que emergiram duas categorias: A Shantala promove felicidade e bem-estar e Sensação de tranquilidade e paz, já em relação as suas influências na relação mãe e filho têm-se Fortalecimento de vínculo mãe e filho, totalizando três categorias e 15 entrevistadas.

## Discussão

O estudo limitou-se à pesquisa qualitativa para melhor compreender as respostas das entrevistadas, e realizada em apenas uma unidade de saúde, pois a mesma oferecia suporte para a realização da técnica.

A pesquisa desenvolvida contribuiu de forma satisfatória para o conhecimento das mães quanto a massagem e seus benefícios para a saúde da criança, sendo considerada uma técnica de baixo custo para acalmá-los durante a consulta de puericultura, como também no dia-dia.

### Categoria 1: A Shantala promove felicidade e bem-estar:

*Feliz, me sinto bem, por que é bom né?! Fazer uma massagem assim é bom né... Feliz (risos) M1.*

*Mas ele gostou que eu fiz... a massagem nele me senti bem. M3.*

*É muita felicidade... Momento único né, a pessoa fica fazendo carinho, fazendo massagem né, muito bom, importante pra eles M4.*

*Foi bom, um sentimento bom. Ela gosta (risos)... eu percebi que ela gosta. Ela ficou assim olhando pra mim... Eu me senti bem, senti bem, é bom fazer essa massagem né, senti carinho M11.*

O toque é umas das formas de expressar felicidade e bem-estar. O ato de tocar e ser tocado é apontado como uma forma de aproximação, com isso, é visto como uma das maneiras mais importantes e fundamentais de comunicação não verbal, através dele é possível transmitir mensagens positivas, afeto, segurança e proteção<sup>(13)</sup>.

Uma das formas de se estabelecer o toque é através da massagem, que além de ser um sinal de afeto, intimidade e tranquilidade, é uma necessidade biológica. Os bebês ao receberem o toque materno sentem-se mais seguros e capazes de lidar com situações novas, enquanto as mães ficam realizadas em conseguir proporcionar uma sensação de bem-estar para os filhos<sup>(10)</sup>.

### Categoria 2: Sensação de tranquilidade e paz:

*É tranquilidade, tranquilizou bastante.. tanto ela como eu assim, passou uma tranquilidade. Ela ficou bem calma, e o sono dela ficou mais profundo deu para perceber, que ela sempre acorda assim... sempre ai ela dormiu mais , ficou mais calma M6.*

*É um momento de tranquilidade.. e de paz também, é... e transmite alegria para o bebê M7.*

*Ah... muito bom... Achei ele mais calmo, relaxado. Maravilhoso M8.*

*Melhor, acho que ficou mais conectado assim, acho que a gente ficou mais juntos, com as mãos, mais conectado a ele... Eu acho que continuando a massagem, ele fica mais calmo, mais tranquilo. Único, é o momento que só eu e ele estamos juntinhos, pertinho um do outro, contato com contato M9.*

*Eu nem sei te explicar... Com certeza ela ficou bem mais calma. É um momento ótimo M13.*

*Ele ficou mais tranquilo, mais quietinho. Eu achei legal, por que vai fazendo a massagem, vai conversando e ele fica mais tranquilo M14.*

O efeito oriundo do toque superficial e suave, deslizando no corpo da criança, é capaz de atingir as terminações nervosas sensitivas, produzindo um efeito calmante, deixando-os tranquilos, o que facilita o sono. Portanto faz parte do processo que a massagem proporciona. (12).

A Shantala é reconhecida como uma técnica que transmite paz e produz tranquilidade para os bebês. Ao receber o toque materno com suavidade, amor, e carinho a criança mostra-se mais suave e plena. Além da criança sentir-se mais segura pela aproximação que a mesma proporciona, todo calor e energia materna se propaga pelo corpo do bebê ao ser tocado. E para as próprias mães é uma ocasião na qual, têm-se a oportunidade de expor sentimentos e participar deste momento incrível. A massagem proporciona todo um envolvimento do vínculo afetivo deixando as mães encantadas com o método e entendendo sua importância no dia-dia. (13).

### Categoria 3: Fortalecimento do vínculo mãe-filho:

*É... deixa ver como te explico.. Acho que me aproximou mais né e achei tão bonitinho, mas...acho que aumenta mais o carinho... . Eu acho que é um momento único. A pessoa vê ele tão calminho, e aproxima, um serzinho tão bonitinho, mas que é único assim M2.*

*Agora ficou mais relaxado, mais, ficou mais leve o clima... de harmonia... Muito amor, uma tranquilidade maior, muito bom... Um momento que a gente tem para ficar com ele, se comunicar, no olhar, fazendo uma massagem pra ele ficar calminho, é muito bom esses momentos, são pequenos momentos... pouco tempo, mais que valem muito a pena M5.*

*Eu gostei muito da massagem, por que mesmo a gente, mãe, cada coisa ajuda mais a gente, o afeto por eles, carinho e é muito carinhoso essa massagem, eu gostei. Eu acho que ele ficou, pela movimentação , ele ficou mais calminho... Muito bom, por que a gente conhece mais , o corpinho deles, onde eles gostam mais da massagem M10.*

*É eu observei que ele gostou, e principalmente massageando o pezinho. Como eu descrevo... Muito importante assim por que vê. Tanto tempo corrido que a gente vai vivendo, ai as vezes a gente passa o dia todinho fazendo*

*aquela coisa automática, e quando você passa assim fazer a massagem só você e seu bebê ... aí passa a relaxamento M12.*

*Ah é ótimo, é uma sensação de alívio de conforto , que você está passando para ele, de relaxamento mesmo, e assim é um vínculo tão forte que você sente a reação dele na hora que a gente tá fazendo a massagem... dá um vínculo bem maior, por que eu sinto ele e creio que ele também me sente, por que ele sente minha mão quente... que é o amor e carinho que passo pra ele M15.*

A formação do apego entre mãe e filho deve ser criada logo após o nascimento e o vínculo deve ser construído no decorrer dos primeiros anos de vida, sendo considerado um sentimento indispensável para a saúde mental de indivíduos adultos. Deste modo, o contato precoce e a estimulação do vínculo devem ser estimulados no cotidiano profissional <sup>(14)</sup>.

As experiências afetivas na relação mãe-filho agem como um caminho inicial para o desenvolvimento da criança e suas atitudes com os que o cercam. O vínculo após criado influencia na qualidade dos laços futuros que a criança terá com outros indivíduos, com isto percebe-se que a presença da mãe, bem como a sua ausência, provocam alterações do estado emocional da criança <sup>(14)</sup>.

A aproximação entre mãe e filho segue um fluxo contínuo, um é o complemento do outro, enquanto a mãe envolve o bebê com o toque, carinho e amor, o bebê fornece afeto apenas com o olhar. É essencial na infância ter o acompanhamento da genitora e este pode ser intensificado através do toque <sup>(1,15)</sup>.

A massagem proporciona a vivência de sentimentos maternos e fortalece o binômio mãe-filho repercutindo positivamente no crescimento da criança, visto que a forma como a mãe se posiciona na infância influencia na vida adulta. A partir do momento que esses sentimentos são estimulados através da Shantala, as mães percebem a importância de permanecer fortalecendo o vínculo.

## **Conclusão**

Os resultados evidenciam a satisfação e o carinho das mães durante e após a aplicação da Shantala, deixando-as mais tranquilas e aliviando tensões. Um fato importante que foi relatado pelas mães, é a tranquilidade e paz que a mesma proporciona, bem como a aproximação de ambos que são sintonizados pelo toque, olhar e ternura transmitida através do sorriso. Acredita-se que os resultados desse estudo poderão colaborar para o conhecimento dos profissionais sobre a temática, bem como, estimulá-los a implementar a

técnica em suas unidades básicas de saúde, visando o bem estar físico da criança e o fortalecimento do vínculo mãe-filho.

### **Referências:**

1. Franquinello P, Collet N. Vínculo afetivo mãe/filho na unidade de alojamento conjunto pediátrico. *Rev Gaúcha enferm.* 2003; 24(3):294-304.
2. Brum EHM, Schermann L. Vínculos iniciais e desenvolvimento infantil: abordagem teórica em situação de nascimento de risco. *Rev Ciênc Saúde Colet.* 2004; 9(2):457-467.
3. Fonsceca BCR. A construção do vínculo afetivo mãe-filho na gestação. *Rev Rce Psi.* 2010; 05(14):01-17.
4. Moreira NRTL, Duarte MDB, Carvalho SMCR. A percepção da mãe após aprendizado e prática do método de massagem Shantala no bebê. *Rev Bras Ciên Saúde.* 2011; 15(1):25-30.
5. Linkevicius TAK, Meneghetti CHZ, Silva PL, Batistela ACT, Júnior LCF. A influência da massagem Shantala nos sinais vitais em lactentes no primeiro ano de vida. *Rev neurocienc.* 2012; 20(4):505-510
6. Victor JF, Moreira TMM. Integrando a família no cuidado de seus bebês: ensinando a aplicação da massagem Shantala. *Rev Acta sci, Health sci.* 2004; 26(1):35-39.
7. Barbosa KC, Sato SN, Alves EGR, Fonseca ALA, Fonseca FLA, Junqueira VBC, Marques A, Carvalho TD, et al. Efeitos da Shantala na interação entre mãe e criança com Síndrome de Dawn. *Rev Bras Crescimento Desenvolvimento Hum.* 2111; 21(2): 369-374.
8. Felisbino I, Souza EK, Micos AP, Veiga TP, Santos MF, Motter AA. Contribuições da massagem Shantala aplicada a bebês de uma unidade de terapia intensiva pediátrica. *Rev Ter Man.* 2012; 10(47):75-80.
9. Cruz CMV, Caromano FA. Características das técnicas de massagem para bebês. *Rev. Ocup. Univ. São Paulo.* 2005; 16(1):47-53.
10. Voorman C, Dandekar G. *Massagem em bebê: Toque – Calor – Carinho.* São Paulo: Alles Trade; 2004.p. 8.
11. Bardin L. *Análise de conteúdo.* Lisboa: Edições 70-Brasil; 1977.p.18.
12. Cruz CMV, Caromano FA. Características das técnicas de massagem para bebês. *Rev Ter Ocup Univ.* 2005; 16(1):47-53.



13. Costeira CRB. O toque na relação interpessoal – Uma reflexão teórica sobre as relações interpessoais. Rev de psic. 2008; 1(4):325-330.
14. Rosa R, Martins FE, Gasperi BL, Monticelli M, Sibert ERC, Martins NM. Mãe e filho: primeiros laços de aproximação. Rev enferm. 2010; 14(1):105-12.
15. Gutman L. A maternidade: e o encontro com a própria sombra. Rio de Janeiro: Best Seller; 2012.p.103-4.