



ciência plural

PERCEÇÃO DAS MÃES SOBRE A SHANTALA COMO RECURSO TERAPÊUTICO NAS CÓLICAS INTESTINAIS EM LACTENTES

*Mother's perception of shantala as a therapeutic resource on
intestinal colics in infants*

*Percepción de las madres de shantala como recurso terapéutico
sobre los cólicos intestinales en lactantes*

Ester Moreira da Silva • Graduanda do Curso de Bacharelado em
Enfermagem • Centro Universitário Tabosa de Almeida - ASCES/UNITA •
E-mail: 2018106286@app.asc.es.edu.br

Letícia Rodrigues do Vale • Graduanda do Curso de Bacharelado em
Enfermagem • Centro Universitário Tabosa de Almeida - ASCES/UNITA •
E-mail: 2017202147@app.asc.es.edu.br

Rayane da Silva Sousa • Graduanda do Curso de Bacharelado em
Enfermagem • Centro Universitário Tabosa de Almeida - ASCES/UNITA •
E-mail: 2017102045@app.asc.es.edu.br

Gêssyca Adryene de Menezes Silva • Professora Mestre • Centro
Universitário Tabosa de Almeida - ASCES/UNITA • E-mail:
gessycasilva@asc.es.edu.br

Alecsandra Gomes de Lucena Oliveira • Professora Especialista •
Centro Universitário Tabosa de Almeida - ASCES/UNITA • E-mail:
alecsandralucena@asc.es.edu.br

RESUMO

Introdução: No primeiro trimestre de vida dos lactentes, a cólica intestinal é um fenômeno frequente, como forma de tratamento existem fármacos específicos, porém há risco de intercorrências para o bebê. Existem algumas opções não farmacológicas que podem trazer melhora neste incômodo, dentre elas pode-se citar as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), ressalta-se destas, a shantala, que é uma técnica de massagem em bebês. **Objetivo:** Descrever a percepção das mães sobre a shantala como recurso terapêutico nas cólicas intestinais em lactentes. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa, realizado em março de 2020 a novembro de 2021, nos dias de consulta de puericultura do Centro de Saúde Ana Rodrigues, Caruaru-PE, através da aplicação de dois formulários com as mães de cinco lactentes com faixa etária entre 1 mês e 26 dias a 3 meses. As mães foram ensinadas sobre a técnica da shantala e orientadas a realizá-la duas vezes ao dia, durante 15 dias nos seus filhos. Além disso, foi criado um grupo de suporte pelo aplicativo WhatsApp para esclarecimento das dúvidas ao longo das semanas. As entrevistas foram gravadas e para análise dos dados foram transcritas na Grelha de Bardin. **Resultados e Discussões:** Observou-se, a partir da percepção materna que após a realização da shantala regularmente nos lactentes os sintomas relacionados às cólicas intestinais diminuíram, sendo dispensado até o uso de medicamentos. Também foi evidenciado outros benefícios, tanto para o bebê quanto para a mãe, sendo eles: o relaxamento, melhora na qualidade do sono, melhor funcionamento do intestino e fortalecimento do vínculo mãe-filho. **Conclusões:** Levando em consideração todos esses benefícios, faz-se necessário maior disseminação da shantala na área da saúde, principalmente na atenção básica, para que cada vez mais mães tenham conhecimento da técnica e assim possam usufruir dos benefícios junto ao seu filho.

Palavras-chave: Massagem; Cólicas; Lactentes.

ABSTRACT

Introduction: In the first trimester of life of infants, intestinal colic is a frequent phenomenon and as a form of treatment there are specific drugs, but there is a risk of complications for the baby. There are some non-pharmacological options that can improve this discomfort, among them we can mention the Integrative and Complementary Practices in Health (ICPH), shantala stands out from these, which is a massage technique for babies. **Objective:** To describe the perception of mothers about shantala as a therapeutic resource for intestinal colic in infants. **Methodology:** This is a descriptive study with a qualitative approach, carried out from March 2020 to November 2021, during childcare consultation days at the Ana Rodrigues Health Center, Caruaru-PE, through the application of two forms with the mothers of five

infants aged between 1 month and 26 days to 3 months. The mothers were taught about the shantala technique and instructed to perform it twice a day for 15 days on their children. Furthermore, a support group was created through the WhatsApp app to clarify doubts over the weeks. The interviews were recorded and for data analysis they were transcribed in the Bardin Grid. **Results and discussions:** It was observed, from the maternal perception, that after performing shantala regularly in infants, symptoms related to intestinal colic decreased significantly, with the use of medication being dispensed with. In addition other benefits were evidenced, both for the baby and for the mother, they were: relaxation, improvement in sleep quality, better bowel function and strengthening of the mother-child bond. **Conclusions:** Taking all these benefits into account, greater dissemination of shantala in the health area is necessary, especially in primary care, so that more and more mothers are aware of the technique and thus enjoy the benefits with their child.

Keywords: Massage; Colic; Infants.

RESUMEN

Introducción: En el primer trimestre de vida de los lactantes, el cólico intestinal es un fenómeno frecuente, como forma de tratamiento existen fármacos específicos, pero existe riesgo de complicaciones para el bebé. Existen algunas opciones no farmacológicas que pueden mejorar este malestar, entre ellas podemos mencionar las Prácticas Integrativas y Complementarias en Salud (PICS), de las que destaca la shantala, que es una técnica de masaje para bebés. **Objetivo:** Describir la percepción de las madres sobre shantala como recurso terapéutico para el cólico intestinal en lactantes. **Metodología:** Se trata de un estudio descriptivo con abordaje cualitativo, realizado de marzo de 2020 a noviembre de 2021, en los días de consulta de puericultura en el Centro de Salud Ana Rodrigues, Caruaru-PE, mediante la aplicación de dos formularios con las madres de cinco lactantes de entre 1 mes y 26 días a 3 meses. Se les enseñó la técnica del shantala y se les instruyó para que la realizarán dos veces al día durante 15 días con sus hijos, además se creó un grupo de apoyo a través de la aplicación whatsapp para aclarar dudas a lo largo de las semanas. Las entrevistas fueron grabadas y para el análisis de datos se transcribieron en el Bardin Grid. **Resultados:** Se observó, desde la percepción materna, que luego de realizar shantala de manera regular en los lactantes, los síntomas relacionados con el cólico intestinal disminuyeron significativamente, prescindiendo del uso de

medicamentos. Además se evidenciaron otros beneficios, tanto para el bebé como para la madre, que fueron: relajación, mejora en la calidad del sueño, mejor función intestinal y fortalecimiento del vínculo madre-hijo. **Conclusiones:** Teniendo en cuenta todos estos beneficios, es necesaria una mayor difusión de la shantala en el área de la salud, especialmente en la atención primaria, para que cada vez más madres conozcan la técnica y así disfruten de los beneficios con su hijo.

Palabras clave: Masaje; Obstáculo; Infantes.

Introdução

Segundo o Ministério da Saúde (MS)¹, lactente é o termo utilizado pela pediatria para caracterizar a criança do 29º dia de vida até os 24 meses de idade, portanto, trata-se de um ser dependente e frágil que desde o momento de seu nascimento necessita de cuidados especiais o tempo todo, cuidados estes que envolvem os aspectos físico, emocional e mental. Desta forma, o lactente usa o choro nos seus primeiros meses de vida para expressar seus sentimentos, vontades e necessidades, sendo este, segundo Murahovschi², na maioria das situações, uma ferramenta fisiológica para comunicação da criança com genitores/cuidadores.

No entanto, o choro também pode ser indicativo de o bebê estar sentindo dor ou algum desconforto, principalmente quando o choro é intenso e prolongado. Geralmente estas situações estão relacionadas aos episódios de cólicas, os quais são dores relacionadas à vísceras ocas, como o estômago e intestino. As cólicas estão presentes nos lactentes até seus 4 meses incompletos de vida e são definidas pelo choro e/ou inquietação por pelo menos três horas, em três dias da semana e com duração superior a três semanas. Algumas explicações possíveis para as causas das cólicas, segundo Kosminsky e Kimura³ são o sistema digestório do lactente ainda estar em desenvolvimento, causando desconforto, assim como a presença de gases. Há também as repercussões de fatores emocionais como: depressão materna, insegurança dos pais, problemas na interação mãe-bebê e até mesmo o ambiente.

Além disso, algumas pesquisas sugerem alergias alimentares à alérgenos aos quais os lactentes são expostos no leite materno ou nas fórmulas. Contudo, além do sofrimento que ocasiona no lactente, a cólica intestinal pode desencadear nos pais estresse e com isso, redução na qualidade de vida da família, visto que Girão⁴ menciona que a cólica infantil é uma das principais causas de ansiedade dos pais.

Atualmente para o tratamento das cólicas intestinais em lactentes existem fármacos que agem no estômago e no intestino diminuindo a tensão superficial dos líquidos digestivos, atuando assim no alívio dos sintomas destas cólicas. Todavia, há alguns revés pelo uso da medicação que podem ser citados, a exemplos, as reações adversas, erros na prescrição e administração desses fármacos, trazendo

complicações para os bebês, ademais, a questão da dificuldade do mesmo engolir o remédio. Tais situações tendem a abalar o estado emocional dos pais. Entretanto, existem algumas opções não farmacológicas que podem estar trazendo melhora neste incômodo, dentre elas pode-se citar as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), as quais são recursos terapêuticos que podem atuar em diversos incômodos, quadros álgicos e até mesmo em várias patologias e doenças.

Segundo Seubert e Veronese⁵, muitas PICS abordam a massagem como técnicas a serem utilizadas, visto que ela é um dos recursos terapêuticos e também é reconhecida como uma das técnicas mais eficazes para alívio de dores e prevenção de doenças, além de melhorar a nutrição dos tecidos pelo aumento da circulação sanguínea e linfática e outros benefícios físicos e emocionais. Mazon e Araújo⁶, relatam que entre as PICS, ressalta-se a shantala que é uma técnica de massagem em bebês, composta por movimentos realizados de forma suave e lenta no corpo nu da criança, que fica sobre o colo da mãe, permitindo assim ampliar e desenvolver o vínculo mãe-bebê. Desta forma, Lima⁷ traz a shantala como uma massagem preventiva, restabelece o conforto que existia no ventre e a ligação direta com a mãe.

Dado o exposto, é notório que as cólicas intestinais causam sofrimentos tanto para os bebês como para os pais, principalmente para as mães, que comumente é quem está em contato direto com os lactentes. Levando em consideração essa fase de adaptação dos familiares do lactente e as intercorrências do uso da medicação, os mesmos podem estar sujeitos a tensões, instabilidade emocionais, conflitos, além de outras condições de caráter semelhantes a essas, o que provavelmente os levam a se sentirem impotentes por não saberem como aliviar o mal-estar do filho, prejudicando a saúde de ambas as partes. Portanto, compreende-se que é importante estudar sobre os impactos dos recursos não farmacológicos, como a shantala. Com isso, o objetivo do estudo é descrever a percepção das mães sobre a shantala como recurso terapêutico nas cólicas intestinais dos lactentes, visto que a mesma pode vir a ter repercussão quanto aos sistemas fisiológicos dos lactentes.

Metodologia

Foi realizado um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, a partir de uma pesquisa de campo, desenvolvida no período de março de 2020 a novembro de 2021 com a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) do Centro Universitário Tabosa de Almeida - Asces-Unita, de acordo com o parecer nº 4.599.403. Para esse estudo, foram convidadas a participar da pesquisa 15 mães com lactentes do Centro de Saúde Ana Rodrigues, localizado no município de Caruaru- PE, destas, 6 recusaram e 4 não atendiam aos critérios de inclusão, participando do estudo 5 mães.

As participantes selecionadas por amostragem intencional foram 5 participantes que atendiam aos seguintes critérios de inclusão: mães com lactentes de idade entre 29 dias e 4 meses incompletos, que apresentavam cólicas intestinais e que realizavam consultas de puericultura regularmente no Centro de Saúde Ana Rodrigues e foram excluídas as mães com lactentes prematuros, hospitalizados, febris, resfriados, com diarreia, com presença de erupções cutâneas que impediam o toque, bem como lactentes que no dia da aplicação do instrumento haviam tomado em até 72 horas vacinas injetáveis.

O tamanho amostral utilizou o critério de saturação teórica do dado que é operacionalmente definido como a suspensão de novos participantes quando os dados obtidos passam a apresentar, na avaliação do pesquisador, uma certa redundância ou repetição⁸.

Para iniciar a coleta de dados foi estabelecido um cronograma, no qual foi determinado a realização da coleta nas quintas-feiras de cada semana, visto que, era o dia dos atendimentos de puericultura no Centro de Saúde Ana Rodrigues. Foram realizadas duas entrevistas com cada mãe, as quais foram gravadas com o consentimento das mesmas, sendo os instrumentos facilitadores da coleta, dois formulários. Com isso, foi destinado 1 hora de entrevista para cada mãe e estabelecido um limite de atendimento de 3 mães por dia. Dessa forma, a coleta aconteceu por partes, no primeiro instante as pesquisadoras se deslocaram até o centro de referência, adotando as normas de biossegurança da UBS e do Procedimento Operacional Padrão (POP) protocolo de biossegurança para prevenção do COVID-19, e convidaram as mães dos lactentes, que preenchiam os critérios estabelecidos pela pesquisa, a fazerem parte da pesquisa.

No segundo momento, logo após a apresentação da pesquisa, as pesquisadoras explicaram às mães dos lactentes todo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), enfatizando os riscos e benefícios, a forma como a pesquisa seria conduzida e a liberdade de desistir a qualquer momento, por conseguinte, foram coletadas as assinaturas do TCLE das mesmas. Na sequência, as mães passaram pela primeira entrevista, e para tal foi utilizado o formulário com 6 questões, cujo o intuito foi saber o que as mães conheciam sobre a shantala, e em seguida, a mesma foi conceituada, como também, foram elucidados seus possíveis benefícios para os lactentes. Posteriormente, houve a demonstração em um boneco de como é realizada a massagem e entregue um folheto com o Procedimento Operacional Padrão (POP) da Shantala, no qual contém todo o passo-a-passo da técnica da massagem. Ademais, essas mães foram orientadas a fazerem a massagem duas vezes ao dia, uma vez pela manhã e outra à noite, durante duas semanas.

No momento da pesquisa, também foi perguntado às mães se elas gostariam de participar de um grupo de suporte via o aplicativo WhatsApp, onde as pesquisadoras entraram em contato com as mães dos lactentes para esclarecer as dúvidas que surgiram ao longo da semana, ofertar orientações quanto à realização da técnica através de vídeos explicativos e acompanhar todo o processo e desenvoltura dessas mães quanto a realização da shantala naquele respectivo dia, além disso também foi disponibilizado todos os dias uma escala de face para que elas demonstrassem qual a expressão facial do seu bebê durante a massagem.

Passado o período de 15 dias, as pesquisadoras encontraram as mães dos lactentes no Centro de Saúde Ana Rodrigues, para realizar a segunda entrevista, sendo esta a respeito da percepção das mesmas sobre efeitos da shantala nas cólicas intestinais de seus filhos, através de um formulário contendo 4 perguntas.

Com a finalização da coleta, as falas coletadas foram transcritas na íntegra e analisadas na análise de conteúdo de Bardin na modalidade temática.

Ressalta-se que a pesquisa seguiu as referências da Resolução nº 466/12, a qual visa assegurar os direitos e deveres que dizem respeito aos participantes da pesquisa, como também, obedeceu os aspectos éticos e legais estabelecidos pela Resolução nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde, que rege através de normas e

diretrizes a realização de pesquisas com seres humanos. Respeitando os princípios éticos da pesquisa, os entrevistados foram identificados pela letra M e associados por numeração que correspondem a ordem das entrevistas com o intuito de manter o sigilo dos participantes.

Resultados e Discussão

A pesquisa foi composta por 5 mães, com seus filhos na faixa etária de 1 mês e 26 dias a 3 meses, que estavam nas consultas de puericultura no Centro de Saúde Ana Rodrigues e apresentavam sintomas de cólicas intestinais. Dessas, 4 lactentes faziam uso de medicações para o alívio dos incômodos intestinais e apenas 1 não utilizava medicação. As mães ao serem questionadas se já haviam realizado algum tipo de massagem em seus filhos, 2 mães responderam que sim e 3 que não. À respeito do conhecimento da técnica da shantala, 2 mães relataram que já tinham ouvido falar sobre a técnica e 3 que não, e de forma unânime, todas afirmaram que não praticavam a técnica.

Após a análise das respostas obtidas pela segunda entrevista emergiram 4 categorias temáticas, sendo elas: necessidade do período de adaptação do lactente a shantala, shantala como facilitador no fortalecimento do binômio mãe-filho, benefícios da shantala durante e após a realização da técnica e percepção materna quanto à shantala no alívio das cólicas.

Categoria 1 - Necessidade do período de adaptação do lactente a shantala:

Esta categoria denominada “Necessidade do período de adaptação do lactente a shantala” surgiu por abordar a compreensão das mães entrevistadas sobre o comportamento do lactente durante a massagem.

Diante da percepção das mães sobre o comportamento dos seus filhos durante a massagem, foi evidenciado em algumas falas que seus bebês inicialmente estranharam a introdução da técnica em sua rotina, mas tendo passado o período de adaptação do lactente à shantala, descreveram os seguintes resultados:

“Logo no começo eu achei difícil para o meu bebê se adaptar, porque ele ficava chorando logo no começo, só que depois ele foi se adaptando, aí foi normal, bem tranquilo, deu pra ir fazendo[...]" M1

“Quando ele se adaptou, deixava eu fazer, ele gostava, assim que eu terminava a massagem ele geralmente dormia [...]" M2

Em vista do que foi dito pelas mães, é preciso compreender que para que a shantala ocorra de forma tranquila, deve-se respeitar o período de adaptação de cada bebê, observando os limites do mesmo e interrompendo a massagem, caso ele demonstre irritabilidade por algum motivo específico. Além disso, para que a massagem ocorra como o esperado e o lactente reaja de forma positiva, Cruz⁹ destaca que a pessoa que for realizar a massagem deve estar livre de preocupações e relaxada, pois através das mãos pode-se transmitir sentimentos negativos como insegurança, indiferença, raiva e irritabilidade. Segundo Brêtas e Silva¹⁰, o bebê deve ser conquistado durante cada massagem, ao aplicar a shantala, deve-se olhá-lo nos olhos, sorrir, conversar, estar presente. Assim, a massagem será mais tranquila e as chances do bebê se adaptar mais facilmente serão maiores.

Categoria 2 - Shantala como facilitador do estreitamento de laços entre mãe/bebê

Esta categoria denomina-se “Shantala como facilitador do estreitamento de laços entre mãe/bebê” por abordar sobre os sentimentos das mesmas durante a massagem. Diante de tal percepção, elas expressaram proximidade com seus filhos e até mesmo vínculo, como ilustram as frases a seguir:

“Assim... eu me senti mais próxima, porque assim... quando a gente tem um bebezinho, qualquer toquezinho, qualquer olhar dele pra gente que é mãe, a gente já se sente mais próxima, é tipo a ligação né... da mãe pro filho... Aí eu me senti mais próxima.” M1

“Eu gostava, principalmente porque eu não amamenteei ele, então a shantala, na hora da massagem né.. era o momento que eu tinha com ele!” M3

Esses aspectos, observados pelas mães dos lactentes, trazem à confirmação de Domenico e Wood¹¹, onde relata que a massagem ajuda a estabelecer uma relação calorosa e positiva entre os pais e a criança, proporcionando prazer, confiança, comunicação, relaxamento e incentivo por meio do contato com a pele, desenvolvimento da percepção corporal e tranquilidade. Portanto, a massagem contribui para uma maior aproximação entre a mãe-bebê, uma vez que a shantala é uma demonstração de carinho e afetividade. Segundo Leboyer¹², quando uma mãe toca o corpo de seu filho ela transcende o contato físico, ela fornece o que é mais importante para a criança, afeto, amor e carinho através da comunicação entre mãe e bebê.

Diante disso foi possível comprovar que a shantala estreita os laços afetivos entre mãe-bebê, proporcionando momentos de bem-estar para ambos, através de suaves toques, de acordo com Vargas e Pereira¹³ através dessa sabedoria oriental o bebê é estimulado em diversos pontos em seu corpo, acarretando em benefícios para ele, tanto de forma fisiológicas como emocionais, além de também ser um meio de acalmar e confortar o lactente.

Categoria 3 - Comportamentos percebidos pelas mães dos lactentes durante e após a massagem

Esta categoria denomina-se “Comportamentos percebidos pelas mães dos lactentes durante e após a massagem” por abordar a percepção das entrevistadas em relação ao comportamento do bebê durante a realização da shantala. O propósito dessa categoria é discutir a percepção materna sobre o efeito da shantala em seus bebês.

Diante esta categoria, percebeu-se que as mães relataram relaxamento e tranquilidade durante e após a massagem, podendo ser evidenciados a partir das seguintes falas:

“Bem tranquilo,[...] ele até ficava brincando com as perninhas algumas vezes.” M1

“[...] ele fica muito relaxado.” M2

“[...] ele gostava, assim que eu terminava a massagem ele geralmente dormia.” M3

“Ele ficava feliz[...] e às vezes ele terminava até dormindo.” M4

“[...] ele ficou bem calminho, muito calmo ele dormiu!” M5

Esses aspectos, salientados pelas mães dos lactentes, podem ser explicados por a shantala proporcionar benefícios a todos os órgãos do corpo, relaxando o bebê, e facilitando o sono, tornando-o mais calmo e mais resistente a barulhos externos. Segundo Seubert e Veronese⁵ o sono fica mais tranquilo podendo ser explicado pelas respostas bioquímicas e psicológicas advindas da massagem, como diminuição dos níveis de catecolaminas e cortisol, e produção ativa de neurotransmissores responsáveis pelas sensações de alegria e bem-estar.

Corroborando com achados de outras pesquisas, assim como as mães desse estudo relataram que seus filhos ficaram mais tranquilos e com melhor qualidade do sono após a realização da técnica, Vargas e Pereira¹³ obtiveram resultados semelhantes aos do presente estudo, pois, verificaram que após a aplicação da shantala, as mães participantes também relataram melhor qualidade no sono de suas crianças.

Outro efeito percebido pelas mães foi a diminuição das cólicas intestinais dos lactentes, o que pode ser evidenciado na categoria abaixo.

Categoria 4 - Relação da shantala na cólica intestinal baseado na percepção materna.

A categoria denominada “Relação da shantala na cólica intestinal baseado na percepção materna” surgiu por abordar a compreensão das entrevistadas a respeito da shantala nas cólicas intestinais.

Perante as informações colhidas das entrevistadas sobre a relação da shantala nas cólicas intestinais, foram percebidos resultados de alívio aos sintomas de cólica e diminuição do uso de fármacos, como ilustram as frases a seguir:

“[...] aí depois que comecei a fazer a massagem ele não teve mais cólica não, nem cólica, nem gases não teve não.” M1

“[...]antes eu precisava ir pra um remédio, que era uma coisa que não gostava muito, mas como eu tava fazendo a massagem regularmente, eu não precisei que ele tomasse remédio.” M2

“[...]ele parou de sentir cólica e nem precisei dar medicamento a ele porque com as massagens já aliviava bastante.” M3

“[...]a massagem ajuda ele a fazer cocô também, aí ajudava bastante e reclamava bem menos de cólica.” M4

“Percebi que diminuíram bastante as cólicas e na mesma hora que eu realizei a massagem ele já fez cocô.” M5

As mães trazem, além dos outros benefícios já verificados com aplicação da shantala, o alívio das cólicas intestinais, que pode ser explicado de acordo com o que diz Souza et al¹⁴, os quais afirmam que os movimentos ritmados do toque sobre o abdome do bebê, normalizam os movimentos peristálticos e, conseqüentemente, facilitam o melhor funcionamento do intestino e eliminação dos gases, ocasionando um alívio para as cólicas e diminuindo a necessidade da utilização de remédios. Segundo Medina¹⁵, estudos apontam que a shantala é capaz de influenciar nos processos fisiológicos, ativando os sistemas respiratório, digestório, imunológico, musculoesquelético e circulatório, refletindo na diminuição de quadros álgicos, promovendo relaxamento global da musculatura, melhorando o sono, reduzindo irritabilidade e maior vínculo do bebê com os pais e familiares.

Conclusões

Diante das informações coletadas, a partir da percepção das mães entrevistadas, foi observado que a shantala proporcionou o alívio dos sintomas das cólicas intestinais de todos os lactentes, além disso, promoveu o relaxamento, sono mais tranquilo, melhor funcionamento intestinal, diminuição do uso de fármacos e fortalecimento do vínculo mãe-filho. Sendo assim, mostrou-se que a shantala promove benefícios físicos e emocionais, tanto para o bebê quanto para a mãe. Ademais, foi percebido que são escassos os estudos sobre essa temática, como

também a disseminação da técnica da shantala e outras PICS. Em vista disso, esse estudo se faz muito importante por empoderar a utilização da shantala e permitir que mais pessoas conheçam e usem a técnica, uma vez que seus benefícios foram comprovados.

Portanto, faz-se necessário a realização de mais estudos nessa área, assim como, maior disseminação da shantala e outras terapias não farmacológicas, que podem ser utilizadas desde a atenção primária à saúde até a média e alta complexidade, com o intuito de que mais famílias possam usufruir dos benefícios de tais práticas.

Referências

- 1- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Caderno de Atenção Básica n.11: Acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil. Brasília, 2002. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/acompanhamento_crescimento_desenvolvimento_infantil_cab11.pdf. Acesso em: 10 nov. 2021.
- 2- Murahovschi J. Colic in infants. *Jornal de Pediatria*. Rio de Janeiro, 2003; 79(2):101-2.
- 3- Kosminsky FS, Kimura AF. Cólica em recém-nascido e lactente: revisão da literatura. *Rev Gaúcha Enferm*. 2004; 25(2):147-56.
- 4- Girão RAN. Cólica infantil: causas, sintomas e tratamento [monografia]. Coimbra: Faculdade de Farmácia, Universidade de Coimbra; 2016. 30p.
- 5- Seubert F, Veronese L. A massagem terapêutica auxiliando na prevenção e tratamento das doenças físicas e psicológicas. In: *Anais do Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro, Convenção Brasil/Latino-América, XIII, VIII, II, 2008*. Curitiba: Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [ISBN - 978-85-87691-13-2].
- 6- Mazon K, Araújo JCO. *Uso da Shantala como técnica terapêutica na melhora do sono, variações de humor e cólicas em bebês*. Santa Catarina, 2002.

- 7- Lima PS. Estudo exploratório sobre os benefícios da Shantala em bebês portadores de Síndrome de Down. Curitiba, 2004. Disponível em: <http://dspace.c3sl.ufpr.br:8080/dspace/bitstream/handle/1884/2270/Mestrado-defesa.pdf?sequence=1>. Acesso em: 10 nov. 2021.
- 8- Denzin NK, Lincoln YS. Handbook of qualitative research. Chicago: Thousand Oaks: Sage Publications, 1994.
- 9- Cruz CMVD. Fatores relacionados com a adesão a duas formas de orientação fisioterapêutica para prática de massagem em bebês. São Paulo, 2008. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5163/tde-28012009-141309/pt-br.ph>. Acesso em: 11 nov. 2012.
- 10- Brêtas JRS, Silva MGB. Massagem em bebês: um projeto de extensão comunitária. Acta Paul. Enf., São Paulo, v. 11, Número Especial, p. 59-63, 1998.
- 11- Domenico GD; Wood EC. Técnicas de massagem de Beard. 4 ed. Barueri, SP: Manole, 1998.
- 12- Leboyer F. Shantala: massagem para bebês: uma arte tradicional. 5 ed. São Paulo: Ground, 1995.
- 13- Vargas A, Pereira PF. Importância e benefícios do toque através da Shantala: acompanhamento de caso, 2013, setembro; vol 186.
- 14- Souza NR, Lau NC, Carmo TMD. Shantala Massagem para Bebês: experiência materna e familiar. Rev Ciência et Praxis. 2011; 7(4):55-60.
- 15- Medina SAH. Efectividad del masaje shantala en niños de alto riesgo, atendidos en salud III Chimbote, Julio - noviembre 2017. Tese, Universidad San Pedro, Chimbote, Perú. Disponível em: http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/4684/Tesis_56430.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em: 13 nov. 2021.

