

Shantala - Oficina para grupo de pais com análise e relato de experiência

Amanda Franciele Valandro¹

Débora Killes Firme¹

Jenifer Cemim¹

Jéssica Cardoso Steyer¹

Éder Kröeff Cardoso²

A shantala, técnica milenar de massagem em bebês originada na Índia, foi popularizada pelo francês Dr. Frédérick Leboyer, médico ginecologista e obstetra, que numa viagem à Calcutá observou uma mulher aplicando em seu filho, chamando sua atenção pela tamanha calma passada para a criança e o aconchego que era proporcionado. Assim, fotografou a moça durante dias e batizou a técnica com o nome dela. Os benefícios deste procedimento são amplos, gerando tanto relaxamento quanto alívio de desconfortos. Os movimentos proporcionam melhor funcionamento do intestino e estômago, respiração adequada, estimulação da coluna vertebral e também auxiliam no ganho da consciência corporal. Indica-se que as técnicas sejam aplicadas pelo pai ou mãe, auxiliando na maior aproximação pelo contato, sendo de fundamental importância para a criança. O toque afetivo tem mais efeito e os resultados são mais imediatos, pois pela cumplicidade presente o bebê sente-se mais seguro e a massagem torna-se satisfatória e prazerosa. Dura em torno de uma hora e os movimentos devem ser repetidos de três a dez vezes, podendo ser aplicados desde o primeiro mês de vida. É usado óleo e quem aplicar deve estar sentado no chão com as costas apoiadas e o bebê sobre as pernas esticadas. O objetivo do presente estudo foi promover uma oficina com figuras paternas, maternas e seus filhos, com a intenção de apresentar a Shantala e fazê-los vivenciar a técnica, proporcionando uma melhor qualidade de vida aos envolvidos. Trata-se de um relato de experiência de uma oficina de Shantala que era composta por pais e cinco bebês, dentre os quais tinham três, sete e dez meses de vida. Foram escolhidos dezessete movimentos, envolvendo tronco anterior e posterior, abdômen, membros superiores e inferiores e face. Os pais receberam todo o auxílio, material e ambiente adequado para realização da Shantala. No momento imediato foi avaliado se houve aprendizado, como foi a experiência e se surtiu efeito nas crianças. Os pais responderam perguntas após o término das técnicas, para que pudesse ser analisado a opinião

¹ Acadêmicas do curso de Fisioterapia.

² Professor orientador do trabalho.

Conhecimento e Diversidade: Caminhos para novas descobertas

destes sobre o que foi proposto. Dentre os pais, somente uma mãe já tinha tido contato com a Shantala e todos recomendaram fazer mais oficinas para alcançar mais famílias. Disponibilizamos cartilhas com a descrição das técnicas para que a massagem pudesse ser repetida no dia a dia. Ao decorrer dos dias, será mantido contato, para que possa ser acompanhado se os pais continuaram com a aplicação assim como explicado, para finalizarmos o estudo concluindo a eficácia da aplicação da técnica.

Palavras-chave: Shantala, Técnica, Crianças.