



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

O TOQUE COMO CONDIÇÃO PARA FORTALECER A DIGNIDADE HUMANA POR MEIO DA SHANTALA MASSAGEM PARA BEBÊS E CRIANÇAS

Sirlene Magalhães Oliveira

RESUMO

Como mamíferos, necessitamos de contato físico regular e continuado para sobreviver. A pele humana é um imenso órgão de delimitação entre o nosso mundo interno e o externo, meio pelo qual manifestamos nosso estado psicológico e fisiológico. A Shantala Massagem para Bebês e Crianças ajuda a fortalecer o vínculo pessoal com correção emocional, pois quem aplica também é beneficiado. Além disso, ela promove outros grandes benefícios ao bebê, favorecendo o seu desenvolvimento do ponto de vista físico, emocional, energético e espiritual. Há grandes evidências da importância das boas experiências iniciais da vida, incluindo a vida pré-natal, no desenvolvimento de adultos saudáveis. Como a massagem deve ser aplicada na primeiríssima infância, torna-se um poderoso recurso terapêutico e preventivo de males da pessoa humana, desde que praticada com regularidade.

Palavras-chave: Desenvolvimento Humano. Frédéric Leboyer. Primeira Infância. Relação Mãe-Bebê. Massagem Shantala.

De acordo com o Artigo 1º da Declaração Universal dos Direitos Humanos "todos os seres humanos nascem livres e iguais em dignidade e direitos. São dotados de razão e consciência e devem agir em relação uns aos outros com espírito de fraternidade". Princípios estes reforçados pelo terceiro artigo, assegurando que "todo indivíduo tem direito à vida, à liberdade e à segurança pessoal."

Falando especificamente sobre a criança, sujeito contemplado nesse trabalho, no Capítulo II do Estatuto da Criança e do Adolescente, que trata Do Direito à Liberdade, ao Respeito e à Dignidade, o Art. 15 relata que "a criança e o adolescente têm direito à liberdade, ao respeito e à dignidade como pessoas humanas em processo de desenvolvimento e como sujeitos de direitos civis, humanos e sociais garantidos na Constituição e nas leis."

Partindo dessas referências fundamentais de garantia de direitos ao ser humano, traz-se à luz o conceito de dignidade para justificar o título desse artigo. O resultado das pesquisas realizadas pela autora sobre esse conceito revela que dignidade é uma qualidade moral que infunde respeito e consciência do próprio valor, tratando-se de uma necessidade humana que garanta sua boa convivência com outras pessoas. Tem a ver com amor próprio, devendo por princípio garantir uma existência humana adequada.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Para além das necessidades básicas que garantem a sobrevivência da pessoa, Eva Reich (1998, p. 13) fala do "direito a uma existência humana pacífica, o que também significa entrar em contato com os próprios sentimentos, ter uma postura sincera e transparente, para não perder a relação com o corpo emocional, o 'eu verdadeiro'. Esse é um direito de nascença dos seres humanos." Trazendo esse conceito para o universo da criança, Dalmo Dallari (1986, p. 21) diz que:

toda criança nasce com o direito de ser. É erro muito grave, que ofende o direito de ser, conceber a criança como apenas um projeto de pessoa, como alguma coisa que no futuro poderá adquirir a dignidade de um ser humano. É preciso reconhecer e não esquecer em momento algum, que, pelo simples fato de existir, a criança já é uma pessoa e por essa razão merecedora do respeito que é devido exatamente na mesma medida a todas as pessoas.

Infelizmente, nem sempre foi dessa forma que a criança foi vista. Houve experiências, em séculos passados, nas quais a criança não era considerada um ser humano, sendo vítima de descaso, menosprezo e atrocidades das mais diversas. Em tempos não tão longínquos, "médicos consideravam os bebês prematuros como coisas sem sensações, com as quais se podia realizar, por exemplo, intervenções cirúrgicas sem anestesia", como atesta Reich (1998). Certamente, a humanidade está em processo de evolução, ao defender a ideia do direito primordial à criança de proteção e cuidado, dando visibilidade a esse ser humano em desenvolvimento, compreendendo que é justamente olhando para a primeira infância que se garante a existência de adultos integralmente saudáveis e com liberdade para manifestar sua individualidade, por meio de pensamentos, sentimentos e ações coerentes.

O presente trabalho tem como objetivo defender a ideia de que, dependendo de como a criança é vista, tratada e cuidada na primeiríssima infância, garante-se um desenvolvimento saudável ou não. Como o tema desse artigo diz respeito à importância do toque como condição para fortalecer a dignidade humana, por meio do recurso da massagem que deve ser aplicado, especialmente, em bebês e crianças, faz-se necessário introduzir o assunto, trazendo contribuições, principalmente de Ashley Montagu, a respeito da pele humana e da importância do contato físico entre os mamíferos.

Como mamíferos que somos, o vínculo é a nossa primeira necessidade. É por meio da pele que ele é estabelecido, quando nós nos regulamos uns com os outros. A pele, como o maior órgão do corpo humano, promove a conexão entre o mundo interno e o externo. De acordo com Montagu (1988, p. 30), ela "é o espelho do funcionamento do organismo: sua cor, textura, umidade, secura, e cada um de seus demais aspectos refletem nosso estado de ser psicológico e também fisiológico."



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Ainda sobre a importância desse imenso órgão de nosso corpo, o qual nos envolve por completo, Montagu (1988, p. 34) diz que "o ser humano pode passar sua vida toda cego, surdo e completamente desprovido dos sentidos do olfato e do paladar, mas não poderá sobreviver de modo algum sem as funções desempenhadas pela pele."

Quando Montagu escreveu o livro "Tocar, O Significado Humano da Pele" (1988) quis compreender qual a influência do contato físico no comportamento e na saúde do indivíduo, principalmente no início da vida, assim como também entender as consequências da falta dessa estimulação tátil.

Nesse livro, o autor transmite o conhecimento sobre a relevância do sentido do tato, da estimulação contínua da pele para a manutenção da saúde e da preservação das espécies animal e humana. Dentre muitos conhecimentos importantes, resultados de grandes pesquisas realizadas, ele revela com clareza a importância do contato físico quando, por exemplo, os animais mamíferos, ao lamberem suas crias, não estão apenas praticando um hábito de higiene, mas contribuindo para a sobrevivência dos filhotes porque, ao realizar esse gesto, a mãe favorece o desenvolvimento urogenital do organismo deles.

Sobre o hábito de lambar dos animais, Montagu declara:

[...] que o animal recém-nascido deve ser lambido para sobreviver, pois se, por qualquer motivo, não o for, especialmente na região do períneo (área entre os genitais externos e o ânus), ele provavelmente morrerá de defeito funcional no sistema geniturinário e/ou no sistema gastrointestinal. (MONTAGU, 1988, p. 39)

Quando ele questiona sobre o comportamento humano equivalente ao lambar dos animais, sugere as contrações uterinas ocorridas durante o longo período de trabalho de parto, suportado pela fêmea humana parturiente.

A partir desse momento, introduzindo o tema da massagem, como uma forma de garantir o fortalecimento do vínculo entre mãe e filho, Reich diz que:

Se a energia entre a mãe e o filho flui de maneira viva durante a suave massagem de bebês, e ambos, na profundidade de seus corpos, experienciam essa troca de energia de maneira curadora, como amor, e se também o ambiente participa, o que pode ser considerado uma espiritualidade viva ('sagrada'). (REICH, 1998, p. 122)

Eva Reich foi uma atuante pediatra, tendo realizado um trabalho significativo com gestantes, mães e bebês pelo mundo afora, defendendo a regulamentação da profissão de parteira, do aleitamento materno e da importância de se manter o contato físico próximo entre



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

mãe e bebê após o parto, porque ambos estão profundamente ligados por uma lei da natureza bioenergética. O conceito de bioenergética é a chave de seu trabalho, com aplicação na "prevenção à neurose, os cuidados com a gestante e o recém nascido e a introdução, na psicoterapia, de métodos delicados sem estresse" (Reich, p. 7), como a chamada Massagem da Borboleta, relativa à delicadeza no trato do recém nascido, de sua mãe e da relação entre ambos, pois, como ela diz, "a fonte de nosso bem-estar é o curso livre da energia vital no organismo, da cabeça à ponta dos pés." (Reich, 1998, p.13)

Antes de dar início, de forma mais consistente, ao tema específico da massagem, é importante abordar a questão do vínculo, trazendo à luz um breve comentário sobre a teoria do apego, conhecimento desenvolvido e introduzido ao longo dos anos de 1950-1960 e na década de 1970 e que atualmente ganhou força em outras abordagens psicológicas.

O sistema de apego é inerente ao ser humano, um processo natural que se relaciona com tudo o que fazemos na vida, especialmente no que diz respeito ao nosso relacionamento com os outros. Dependendo do tipo de relação que os cuidadores têm com a criança, esta desenvolverá um tipo de apego que norteará os seus relacionamentos na vida. Se o apego é seguro, certamente ela viverá as experiências de sua vida, relativas a situações e relações interpessoais, de forma mais equilibrada e saudável.

Falando da importância das relações de apego, Johnson e Whiffen (2012) relatam que "os apegos têm efeitos únicos e poderosos sobre o funcionamento geral. Os bebês humanos sofrem consequências duradouras se não lhes é dada a oportunidade de se vincularem a uma figura de apego ou quando um laço estabelecido é rompido."

Esses autores dizem ainda que:

[...] nossas primeiras experiências de intimidade física são com os cuidadores durante a infância, e que os efeitos do contato físico íntimo parecem ter a mesma base química nos pares adultos e na relação mãe-bebê. A oxitocina, hormônio que provoca o trabalho de parto em mulheres grávidas e a descida do leite em mães em amamentação, promove o apego infantil, assim como o cuidado materno, por induzir a um estado de contentamento e estimular o desejo de contínua proximidade física. A imaturidade e a vulnerabilidade do bebê, juntamente com os instintos nutricionais dos cuidadores, ajudam a assegurar que ambos terão o tipo de contato físico íntimo para promover a formação do vínculo. (JOHNSON; WHIFFEN, 2012, p. 52)



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

E uma das maneiras de estabelecer esse contato físico íntimo é através da massagem. O toque afetuoso no bebê ou na criança faz diferença na sua regulação emocional, ajudando o sistema nervoso do bebê a entrar em equilíbrio. Regula-se o bebê e corregula-se quem o toca. Isso quer dizer que quando o adulto toca o bebê, este está tocando-o de volta. Sendo dois sistemas nervosos entrando em sintonia, promove-se um ambiente de corregulação.

A massagem Shantala foi trazida ao ocidente pelo médico obstetra francês Frédérick Leboyer, com quem Eva Reich teve contato. A Shantala tem esse nome em homenagem à mãe indiana, observada por aquele médico realizando em plena rua da cidade de Calcutá a massagem em seu bebê Gopal, sendo ainda uma prática corriqueira, transmitida de mãe para filha, no dia-a-dia das famílias indianas. O médico ficou tão encantado com a experiência que, com a autorização de Shantala, trouxe a massagem para o ocidente na década de setenta. Ele escreveu um belo livro contando sobre a prática, e produziu um filme, que corresponde a uma sessão completa de Ayurveda, o sistema ancestral de medicina indiano, adaptada para bebês. Nesse filme Shantala massageia o seu então bebê. (Leboyer, 2009)

Frédérick Leboyer, relatando a sua experiência ao ver a mãe Shantala massageando seu bebê, encantado com a magia desse momento, disse que "parecia um ritual, tão grave e investido de extraordinária dignidade era o ato." (Leboyer, 2009. p. 147)

Como diz Leboyer, "a massagem dos bebês é uma arte tão antiga quanto profunda. Simples, mas difícil. Difícil por ser simples. Como tudo o que é profundo." Continuando, ele revela que "em toda arte há uma técnica que é preciso aprender a dominar. A arte só aparecerá depois." (Leboyer, 2009)

A expressão da arte na massagem fica evidente quando Leboyer fala sobre as mãos que massageiam:

Estas mãos que, portadoras de uma força estranha, agora seguem o caminho sozinhas, caminho esse que vem de bem mais longe que você. Transformadas estão as mãos, hábeis, inteligentes. Delicadas e sensíveis. Animadas por um ritmo tão prudente quanto inevitável. A massagem fez-se dança. (LEBOYER, 2009)

A técnica compreende uma sequência de movimentos que devem ser realizados pelo adulto no corpo nu do bebê para que ele aproveite a experiência do toque em sua totalidade, sem interferências externas, como a fralda, por exemplo. Os movimentos são relativamente simples, realizados em toda a extensão corporal da criança, mas são poderosos. Ao realizar a prática deve ser usado um óleo de boa procedência, específico para massagem.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Inicia-se com um determinado número de repetições de cada movimento, podendo aumentar gradativamente, chegando a um número limite. É importante seguir todos os passos da massagem, na sequência sugerida, com possíveis alterações temporárias.

Existem condições específicas que devem ser seguidas para que o bebê e a mãe aproveitem a experiência da melhor forma possível, como por exemplo, quem pode aplicar, idade de início, local e posição da mãe e do bebê, tempo e duração da prática, etc.

Uma informação digna de nota diz respeito ao silêncio que deve ser cultivado no momento da massagem. Pode-se falar com o bebê antes, mas durante a prática é importante não conversar com ele. É preciso trabalhar o silêncio. “Muitas vezes, a intensidade do olhar e o calor do toque sustentam a relação entre o adulto e a criança.” (Trindade, 2016). Além disso, a mãe deve estar relaxada por ser ela um canal de energia.

A Shantala também pode ser um recurso facilitador de um maior envolvimento familiar, para ajudar, por exemplo, a lidar com ciúme entre irmãos. Neste caso a criança mais velha pode fazer a massagem no bebê.

Acima de tudo, a massagem é um gesto de amor, que estreita os laços entre a mãe e o bebê, fortalecendo o vínculo e propiciando a ele muitos benefícios. Ela pode ser aplicada em qualquer criança, mesmo nas portadoras de necessidades especiais, como por exemplo, naquelas com Autismo ou Síndrome de Down. No Brasil a Shantala tem o reconhecimento do Ministério da Saúde, assim como outras Práticas Integrativas e Complementares, conforme Portaria número 849 de 27 de março de 2017.

A massagem provoca um estímulo físico que desencadeia um reflexo nervoso com efeitos terapêuticos no corpo, aumentando a redistribuição de sangue entre os órgãos e as vísceras. Através da massagem produzem-se endorfinas que podem reforçar as sensações de calor e amor. As tensões se esvaem, o sono fica mais profundo e o corpo mais resistente às doenças.

O médico José Eduardo de Lima Souza realiza um trabalho com bebês em Osteopatia, defendendo a importância da massagem com grandes benefícios à saúde deles. Em sua página, numa rede social, diante da pergunta de uma mãe sobre por que o seu bebê melhora com a massagem, ele respondeu de forma didática. Disse que o corpo humano é capaz de gerar analgesia, produzindo substâncias que reparam as lesões. Partindo do princípio de que, para a Osteopatia, quando o sangue flui livremente ocorre a cura, o médico fez uma analogia, comparando as artérias e o fluxo sanguíneo, com uma rodovia e o trânsito de veículos, respectivamente. Num exercício de imaginação, sugeriu que uma árvore caiu nessa rodovia,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

impedindo quase que totalmente o trânsito dos carros. Portanto, essa árvore passou a ser um obstáculo, representando um impedimento para a auto cura. Há duas maneiras possíveis de buscar uma solução para essa situação. Uma pode ser retirando-se a árvore, imaginando que ela seja uma tensão ou uma compressão do tecido que impede o livre fluxo sanguíneo. Quando a massagem é realizada com o toque no lugar certo, com a força adequada e executando o movimento correto das mãos, resulta na retirada do obstáculo.

Na imagem sugerida, a árvore é retirada do local, permitindo o livre trânsito dos veículos na rodovia. E existe uma segunda maneira de retirar o obstáculo, o uso de medicamentos, que geram um efeito colateral, o aumento do tamanho da rodovia, mantendo a árvore no mesmo local. Isso corresponde, no corpo, a uma ação vasodilatadora. Por um tempo a rodovia vai se alargar, dando passagem, pela lateral, a uma certa quantidade de carros. Essa medida é capaz de gerar resultados, porém, quando o efeito do medicamento passar, a rodovia voltará ao tamanho original e a árvore continuará lá. Fazer isso por um longo período traz consequências nocivas ao organismo. Reforçando a importância da massagem, dr. José Eduardo diz que o papel do Osteopata, da mãe ou do pai, quando toca o bebê, é o de retirar os obstáculos que impedem a capacidade dele de se autocurar, ou seja, impedem a livre circulação de substâncias benéficas em seu corpo para a autocura.

Ainda, corroborando essa explicação do médico Osteopata, segundo Rubens Kignel, "ao reforçar o sistema imunológico, os impulsos energéticos da sensação de prazer aumentam a pulsação em todos os sistemas e órgãos do corpo, trazendo alívio e cura." (Reich, 1998)

Quando Reich (1998 p.123) descreve o seu método suave para curar bebês, através da massagem, diz que "os acaricia, faz com que a pele vibre de forma suave e fala muito mansamente com eles, a fim de que a 'onda respiratória volte a fluir' e os bebês fiquem rosados e quentes e se movimentem para poderem se comunicar novamente com o entorno por meio da 'ponte de energia' vital." Essa descrição faz lembrar a autora desse artigo sobre uma rica experiência que viveu, quando atendeu dezenas de bebês acolhidos numa instituição da cidade de Curitiba.

O Lar Dona Vera acolhe crianças retiradas da guarda dos pais pelo Conselho Tutelar, devido a denúncias de maus tratos e violência, procurando atender a todas as necessidades das crianças, com idade entre zero e dez anos. A instituição conta com três casas, cada uma atendendo a uma determinada faixa etária. Por tratar-se de uma entidade privada sem fins lucrativos, ela é mantida com apoio de diferentes profissionais e voluntários.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Essa experiência foi realizada no período de setembro de 2016 a março de 2020, com base na aplicação da técnica de massagem Shantala em cerca de 50 bebês, da faixa etária entre um mês a dez meses de vida. O trabalho foi executado com atendimento semanal, cada bebê recebendo a massagem durante o período de dez minutos em média.

Seguindo os princípios do Reiki, intensificando uma energização feita antes das massagens, a aplicadora tornava-se um canal para condução desse calor amoroso, divino e primordial ao desenvolvimento humano.

Praticamente todos os bebês recebiam muito bem a massagem, permanecendo tranquilos, sorridentes, serelepes, na maioria das vezes interagindo com sorrisos, atividade de pernas e braços, emitindo vocalizações ou simplesmente brincando, muitas vezes encantados com as próprias mãozinhas, numa demonstração clara de tranquilidade com os toques recebidos.

Tendo o privilégio de testemunhar o poder encantador e transformador dos bebês, a profissional deparava-se com gestos que enchiam os olhos e acalentavam a alma: um pezinho que, inadvertidamente, invadia o seu jaleco, seu braço envolvido pelas perninhas de um deles, um “caminhãozinho” emitido enquanto massageava os bracinhos de outro, a descoberta das mãozinhas ou um olhar direto, responsivo a uma fala da adulta. Além disso, no início da prática, um amontoado de mãozinhas, pezinhos, dedinhos, deliciosamente atrapalhavam o começo dos movimentos, mas nada que um respeitoso pedido de licença não resolvesse e assim era iniciado esse momento mágico, permitindo que a energia caminhasse pelos corpinhos angelicais, na esperança de levar harmonia e tranquilidade a cada um deles.

Fica claro, pela descrição realizada, a nobreza dessa experiência e o quanto ela foi (e continua sendo) significativa para a profissional e o quanto a prática da massagem é reveladora de grandes benefícios para o bebê, principalmente, mas também para quem aplica, lembrando do que foi expresso em parágrafo anterior sobre a correção emocional. O toque nutre a pele do bebê, assim como o alimento nutre o corpo. Esse toque praticado, com a resposta apresentada pelo bebê, nutre a alma de quem aplica.

A massagem, por si só, é especial, mas foram vivenciados momentos, ao longo dos três anos de prática na referida instituição, dignos de relato. Como foi dito anteriormente, os bebês, geralmente, respondem bem à massagem. Dadas as condições em que são levados ao Lar, retirados de sua família, de sua mãe, considerando todas as difíceis experiências vividas nessa sua chegada ao mundo, aconteceu de alguns não responderem inicialmente, de forma positiva. Foi o que ocorreu com Felipe (nome fictício).



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Como ocorreu com todos, assim que ele completou um mês de vida foi iniciada a massagem. Seu comportamento tão rígido chamou a atenção da aplicadora. Ele tinha os braços, as pernas e os olhos voltados para dentro. Num determinado dia, provavelmente na segunda ou terceira tentativa de realizar a massagem, a profissional decidiu proceder de maneira diferente. Ele foi retirado do berço, envolvido com seus cobertores, com a intenção de não removê-lo daquele aconchego e, desta forma, colocado deitado sobre o colchonete usado para realizar as massagens, quando o bebê não estava no seu colo. A profissional conversou com ele, pronunciando frases como “aqui você é cuidado, é amado, é protegido”. Permaneceu um tempo conversando com o bebê, até que num determinado momento seus olhos encontraram-se com os dela que, então, percebeu claramente como estavam conectados em perfeita sintonia.

A partir desse momento, Felipe se soltou, recebendo muito bem a massagem. Pouco tempo depois, naquele mesmo dia, a profissional foi informada por duas funcionárias do Lar sobre o quanto ele estava mais relaxado, tanto na prática terapêutica que recebia regularmente, como durante o banho. Na semana seguinte, ao perceber que ele estava novamente enrijecido, a profissional ficou surpresa e pensando o que poderia ter acontecido. Ela entendeu que esse comportamento de Felipe foi uma maneira que ele encontrou de se defender. À menor alteração no ambiente, que promovesse insegurança, remetendo-o àquilo que o fez ficar tão tenso, ele reagiu, voltando ao comportamento anterior, mas, felizmente, tornando a responder de forma positiva à medida em que recebia mais massagens. Desde então ele passou a receber a massagem normalmente, como os demais bebês, mostrando-se uma criança saudável.

Numa outra situação, ao perceber uma certa tristeza num outro bebê, a quem será chamado de Luís, a profissional decidiu pronunciar as frases que faziam parte desse bonito ritual: “você é luz, você é amor, você é força, você é coragem, você é confiança”. Fez isso com Luís sentado em seu colo, olhando para ela. A partir de um determinado momento, tendo escutado algumas vezes aquelas frases, seus olhos marejaram, revelando uma emoção genuína. Ele estava muito bem, tinha recebido bem a massagem, sem ter demonstrado qualquer desconforto que pudesse justificar aquelas lágrimas, o que a fez concluir que se tratou de pura emoção, momento que também foi encantador.

Essas vivências, por si só, são reveladoras de intensas emoções presentes nesse processo, expressando a importância de uma linda prática sanadora, restauradora e promotora



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

do resgate da centelha divina de cada anjo desse que passou pelas mãos da profissional, nesses toques de amor.

Esse relato revela momentos marcantes, encantadores, atestando a força e a qualidade da Shantala como expressão de amor, sendo este sentimento o propulsor dessa experiência, resultado inspirador, o que leva esta profissional a aproveitar a oportunidade desta publicação para expressar uma imensa gratidão ao povo indiano por essa grande contribuição humana.

O relato acima confirma a importância da Shantala Massagem para Bebês e Crianças como um poderoso recurso terapêutico, que quando praticado regularmente, favorece o apego seguro para esse bebê nas relações interpessoais que ele estabelecer ao longo de seu desenvolvimento. E ela também pode e deve ser aplicada nos casos de bebês nascidos por meio de parto cesariano; nos bebês que não são amamentados no peito; em filhos de mães que trabalham fora. Nesse caso, o contato regular durante a massagem oferece a ambos, mãe e filho, relaxamento, alimento energético e proximidade. É surpreendente a ação da massagem de bebês no desenvolvimento de prematuros (nesse caso com a Massagem da Borboleta desenvolvida por Eva Reich). (Reich, 1998. p. 122-123).

Pode-se pensar também em situações inesperadas vivenciadas pela mãe no momento do parto, intercorrências as mais diversas, que podem interferir na experiência do vínculo. Quando as coisas acontecem de forma não programada, não esperada, as relações também são afetadas. Isso pode comprometer o contato inicial entre mãe e bebê ou pai e bebê. Nesse caso, a prática da massagem também pode ser benéfica, pois vai auxiliar no desenvolvimento do vínculo, favorecendo a conexão afetiva.

Um outro dado importante a ser considerado nas indicações para a realização da massagem em bebês e crianças diz respeito à possibilidade de fortalecimento de vínculo com o pai também. A mãe tem exclusividade na vivência de experiências, como gerar, parir e amamentar, as quais são naturalmente impossibilitadas ao pai. Ao massagear seu filho, ele pode vivenciar uma profunda experiência de conexão amorosa.

A massagem pode promover no bebê ou na criança um efeito estimulante ou relaxante, além de reforçar as sensações de calor, amor, pertencimento. Nas palavras de Eva Reich:

A pele da criança necessita de toques. Os toques a carregam energeticamente, ela fica rosada, quente, vibra e um sentimento de bem estar invade ambos, a criança e a mãe que a massageia, e chega a um ponto máximo. A pele da criança está satisfeita, a excitação vai diminuindo, ela se deita feliz e relaxada nos braços da mãe: 'você me sente, eu o sinto, nós pertencemos um ao outro'. Este é um 'diálogo primordial' dos viventes: toque e pertencimento - um rio ritmado e energético entre os dois. (REICH, 1998, p. 120)



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Além disso, a Shantala também pode prevenir e aliviar cólicas, pois ajuda a evitar a formação de gases e a eliminá-los; auxiliar no desenvolvimento psicomotor; trabalhar os sistemas circulatório e respiratório; proporcionar equilíbrio geral no bebê (ou na criança) físico, emocional energético e espiritual.

Ao se falar em massagem nossas mãos protagonizam a prática, pois é através delas que a arte se manifesta, são elas as condutoras do calor transmitido ao bebê e é exatamente esse calor que o expande, alargando-o para o reconhecimento de si mesmo. "O toque de uma mão humana é muito mais eficiente do que a aplicação de um aparato mecânico impessoal, sendo um dos melhores exemplos a ordenha." (Montagu, 1988)

Jaques Martel, falando do que representam simbolicamente os braços e o coração, traz a seguinte informação importante sobre a mão humana:

Meus braços comunicam e expressam minhas atitudes e sentimentos interiores. Os braços estão muito próximos e relacionados ao coração. Então, quando estou aberto, as pessoas sentem que o amor e a energia vêm do meu coração. Em cada mão há um centro de energia (na palma) que representa um dos vinte e um centros de energia menores (ou chakras). Os dois centros de energia das mãos estão diretamente ligados ao coração. Assim, posso expandir meu coração através dos braços e levar amor, física e energeticamente, para fora. (MARTEL, 2006, p. 51)

Desta forma, podemos imaginar nossos braços e nossas mãos como uma extensão do nosso coração.

Ao falar em massagem para bebês, é inevitável entrar no universo das experiências iniciais da vida, pois já se sabe o quanto os inícios são determinantes no desenvolvimento humano. Segundo Reich, "o que acontece no início da vida determina substancialmente o que somos hoje, se temos a confiança primordial do que se constitui num direito humano". Ou simplesmente: "A paz começa na barriga da mãe". (Reich, 1998, p. 123).

Favorecendo o crescimento saudável do bebê e contribuindo para o desenvolvimento de seu sistema nervoso, a massagem torna-se um poderoso recurso para a promoção e o fortalecimento de vínculos afetivos saudáveis, ajudando na formação de pessoas mais calorosas e empáticas. Se o bebê recebe regularmente esse calor de seus cuidadores, ele internaliza um grande bem estar, tem seu sentido do tato desenvolvido de forma a se tornar, quando adulto, uma pessoa calorosa, e com a condição de olhar o outro como um semelhante, tão digno como ele. Sob essa perspectiva, seria possível imaginar uma grande transformação humana, caso uma prática como essa fosse amplamente disseminada.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Vivemos tempos difíceis, nos quais o ser humano enfrenta grandes desafios do ponto de vista existencial, ecológico e político. Presenciamos injustiças e guerras, vivenciamos pouco contato com a natureza, excesso de estímulos inadequados e superficialidade nas relações. O homem cada vez mais distante do humano. Nesse contexto torna-se imperiosa a necessidade de se humanizar o humano. Estabelecer vínculos afetivos saudáveis e relações de apego seguro na primeira infância, sobretudo na primeiríssima infância, pode nos ajudar a vislumbrar um futuro melhor para todos nós.

Citando novamente o conceito de dignidade, com base em todas as considerações feitas nesse artigo, relacionando a importância do desenvolvimento individual para o coletivo, um trecho de um texto do Instituto Brasileiro de Coaching (IBC), diz que "ser digno é tratar a todos da mesma forma que gostaria de ser tratado, ser respeitoso, não subestimar, enganar ou realizar qualquer tipo de mal a um terceiro. Um valor que é realmente abrangente e que deve ser considerado nas mais diferentes situações".

Para corroborar essa reflexão, Montagu diz que "as comunicações que transmitimos por meio do toque constituem o mais poderoso meio de criar relacionamentos humanos, como fundamento da experiência." Quando falamos de Shantala, de massagem em bebês e em crianças, "consideramos a linguagem dos sentidos, na qual podemos ser todos socializados, sendo capazes de ampliar nossa valorização do outro e do mundo em que vivemos, e de aprofundar nossa compreensão em relação a eles." (Montagu, 1988, p. 19)

A conclusão desse trabalho pode ser permeada por duas importantes reflexões. Uma seria a de encontrarmos caminhos para humanizar o humano e a outra de atestarmos que, independente do recurso encontrado, é fundamental que ele seja aplicado no início da vida.

Desta forma esse artigo pode ser finalizado com a mensagem da médica psiquiatra Eleanor Madruga Luzes, que defende a ideia de que é preciso se preparar para ser pais e mães conscientes, desenvolvendo sentimentos positivos em relação à concepção de seus filhos, desejando-os, e assim criar uma humanidade pacífica, harmônica, inteligente e fraterna. (Verny; Weintraub, 2014)

‘A multiplicação de trabalhos com a disseminação de práticas terapêuticas preventivas, como a massagem em bebês, pode auxiliar mães e pais a se conscientizarem sobre a importância de seu papel no desenvolvimento saudável de seus filhos, pois é por meio do contato físico que se estabelece conexão humana. E é através da conexão humana que se promovem equilíbrio e bem estar nas relações interpessoais.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Experiências como aquela vivenciada pela profissional no Lar Dona Vera com a prática da Shantala, são a mais pura expressão de que, reproduzindo uma frase atribuída a Paracelso, “o melhor remédio para o ser humano é o ser humano; o mais elevado grau desse remédio é o amor”. E é este amor que deve ser multiplicado em cada gesto de cada ser humano bem intencionado, mostrando assim que a transformação é possível e que a dignidade humana pode e deve ser sempre resgatada.

Assim, mais do que nunca faz-se necessário reiterar o apelo de Eva Reich: “Os delicados inícios da vida são de grande importância. São o fundamento do bem-estar da alma e do corpo. Gostaria de pedir-lhes o apoio a esses esforços. Precisamos de paz sobre a Terra - paz que começa no ventre da mãe.” (Reich, 1998, p. 7)

REFERÊNCIAS

- DALLARI, D. A.; KORCZAK, J. **O Direito da Criança ao Respeito**. São Paulo: Summus, 1986
- LEBOYER, F. **Shantala: Uma Arte Tradicional**. Massagem para Bebês. 8ª. Edição. São Paulo: Editora Ground, 2009
- MARTEL, J. **Mein Körper - Barometer der Seele**: Das psychosomatische Lexikon das schon beim Lesen hilft. 3ª ed., Deutschland. Freiburg: VAK Verlags GmbH, 2006
- MONTAGU, A. **Tocar: O Significado Humano da Pele**. 6ª Edição. São Paulo: Summus, 1988
- REICH, E.; ZORNÀNSZKY, E. **Energia Vital pela Bioenergética Suave**. São Paulo: Summus, 1998
- TRINDADE, A. **Gestos de Cuidado, Gestos de Amor**. 3ª. Edição. São Paulo: Summus Editorial, 2016
- VERNY, T. R.; WEINTRAUB, P. **O Bebê do Amanhã**. Um novo paradigma para a criação dos filhos. São Paulo: Barany, 2014
- SHANTALA: Uma Arte Tradicional, Massagem para Bebês. O Filme. Versão Original. Dirigido por Frédérick Leboyer. São Paulo: Editora Ground. DVD
- ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Declaração Universal dos Direitos Humanos, 1948. Disponível em: <https://www.unicef.org> Acesso em: 8 ago 2022
- Lei Federal n. 8069, de 13 de julho de 1990. ECA_Estatuto da Criança e do Adolescente
- O QUE É DIGNIDADE E QUAL SUA IMPORTÂNCIA EM NOSSAS VIDAS? Disponível em: <https://www.ibccoaching.com.br/porta/compportamento/o-que-e-dignidade-e-qual-sua-importancia-em-nossas-vidas/> Acesso em: maio de 2023



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

OLIVEIRA, Sirlene Magalhães. O Toque como Condição para Fortalecer a Dignidade Humana por meio da Shantala Massagem para Bebês e Crianças. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. 26º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 000-00-00000-00-0]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

SOUZA, J. E. L. O Poder das Massagens. Instagram. @dr.joseeduardo. Disponível em: <<https://www.instagram.com/p/CocPOa6pUi7/>>

AUTORA

Sirlene Magalhães Oliveira | Curitiba | PR | Brasil

Psicóloga (CRP 08/23367), Psicoterapeuta Familiar e Individual Sistêmica, Psicopedagoga e Instrutora de Shantala Massagem para Bebês e Crianças.

E-mail: sirlenemagalhaespsicologa@gmail.com