

SHANTALA: O TOQUE NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA EM BEBÊS QUE FREQUENTAM UMA ESCOLA NO MEIO-OSTE CATARINENSE

Data de aceite: 02/10/2024

Gisele Locatelli

Fisioterapeuta, egressa do curso de Fisioterapia, Universidade Alto Vale do Rio do Peixe

Liamara Dala Costa

Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Alto Vale do Rio do Peixe

Talita Padilha Machado

Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Alto Vale do Rio do Peixe

Daniela dos Santos

Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Alto Vale do Rio do Peixe

Área Temática: Saúde e Bem-Estar: Uma Abordagem Integrativa.

Palavras-chave: Massagem, Shantala e Bebês.

Introdução: A Shantala é uma técnica que foi criada por uma mãe indiana, com o objetivo de massagear o bebê. **Objetivos:** Analisar a eficácia da aplicação da técnica de massagem Shantala em um grupo de bebês matriculados em uma escola no meio-oeste catarinense. **Metodologia:** Pesquisa experimental. Sete bebês com idade de 4 a 12 meses, de ambos os sexos participaram da pesquisa. A pesquisa recebeu aprovação pelo comitê de ética em pesquisa sob protocolo 5.497.786. Os participantes receberam dez sessões de Shantala. A avaliação foi aplicada através de um questionário de percepção dos comportamentos dos bebês, e do Questionário de Hábitos de Sono das Crianças, sendo respondido pelos seus responsáveis, e aplicados pré e pós-tratamento. **Resultados e discussão:** Foi observado que o hábito alimentar dos bebês melhorou quando comparado pré e pós-tratamento. No pré-tratamento 14,3% bebês foram classificados com um comportamento social excelente e ao final 57,1% apresentaram esta classificação.

Nenhuma criança apresentou sintoma de cólica intestinal, ansiedade e estresse após as aplicações, sendo esses presentes na pré aplicação. A qualidade do sono também melhorou no pós-tratamento, apresentando uma melhora desse hábito em relação a hora de deitar-se e acordar, inclusive no decorrer da noite. **Considerações finais:** A pesquisa demonstrou que a técnica de Shantala promoveu a redução dos níveis de estresse, ansiedade, diminuiu os sintomas de cólica intestinal e melhorou a qualidade do sono, o hábito alimentar e o convívio social, qual consecutivamente gera uma melhor qualidade de vida nas crianças.

Instituições financiadoras/apoiadoras e agradecimentos: Os agradecimentos ficam ao Fundo de Apoio à Pesquisa (FAP), a UNIARP, ao Colégio de Aplicação e aos professores do curso de Fisioterapia pela possibilidade de viabilizar a pesquisa sobre o assunto escolhido, e a professora Daniela dos Santos pela orientação e ajuda com o desenvolvimento da pesquisa e a todos os participantes da pesquisa.