

# Relação da massagem com o desenvolvimento do bebê

**Dr. Fernando M. F. Oliveira**

Pediatra e homeopata

CRM/SP 29.204



Johnson's<sup>®</sup>  
baby



Johnson & Johnson®

## Referências bibliográficas

1) Shepherd RB. Fisioterapia em pediatria. 3. ed. São Paulo: Livraria Santos Editora, 1995. 2) Marcondes E. Pediatria básica. V.1. 8. ed. São Paulo: Sarvier, 2004. 3) Domenico G, Wood EC. Técnica de massagem de Beard. 4. ed. São Paulo: Manole, 1998. 4) Field TM, Schamberg SM, Scafidi F, Bauer CR, Veja LN. Tactile-Kinesthetic stimulation effects on preterm neonates. *Pediatrics*. 1986;77(5):654-8. 5) Lopes RD, Faria MBR. Intervenção precoce em bebês prematuros. *Temas sobre desenvolvimento*. 1994;3(15-16):45-63. 6) Barbosa KC, Sato SN, Alves EGR, Fonseca ALA, Junqueira VBC, Marques A, et al. Efeitos da shantala na interação entre mãe e criança com síndrome de Down. *Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano*. 2011;21(2):369-74. 7) Carvalho, RL, Moreira, TM, Pereira, MAG. Shantala no Desenvolvimento Neuropsicomotor em Portador da Síndrome de Down. *Pensamento Plural: Revista Científica do UNIFAE, São João da Boa Vista, v.4, n.1, 2010*. 8) Auckett AD. Massagem para bebê. 1. ed. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1983/1986. 9) Schneider EF. Your baby: the joy of touch time – Effective techniques for a healthier, happier, more relaxed child & parent. New York: Square One, 2006. 10) Frédérick Leboyer. Loving hands – The traditional art of baby massage. New York: Newmarket, 1997. 11) Bretas JQS. A arte de massagear bebês: qualidade no tocar. *Acta Revista de Enfermagem*. 1999;12(2):16-26. 12) Cruz CMV, Caromano FA. Características das técnicas de massagem para bebês. *Revista Terapia Ocupacional*. 2005;16(1):47-53. 13) Oliveira CEN, Salina ME, Annuncatto NF. Fatores ambientais que influenciam a plasticidade do sistema nervoso central. *Acta Pediátrica*. 2001;8(1):6-13. 14) Victor JF, Moreira TMM. Integrando a família no cuidado de seus bebês: ensinando a aplicação da massagem shantala. *Acta Scientiarum. Health Sciency*. 2004;26(1):35-9. 15) Bretas JRS, Silva MGB. Massagem em bebês: um projeto de extensão universitária. *Acta Paulista de Enfermagem*. 1998;11:15-63. 16) Fogaça MC, Carvalho WB, Peres CA, Lara MI, Hayashi LF, Veneschi ITN. Salivary cortisol as an indicator of adrenocortical function in healthy infants using massage therapy. *Med J*. 2005;123(5):215-8. 17) Fogaça MC, Carvalho WB, Peres CA, Lara MI, Hayashi LF, Veneschi ITN. Salivary cortisol as an indicator of adrenocortical function in healthy infants using massage therapy. *Med J*. 2005;123(5):215-8. 18) Moreira LMA, Gusmão FAF. Aspectos genéticos e sociais da sexualidade em pessoas com síndrome de Down. *Rev Bras Psiquiatria*. 2002;24(2):94-9. 19) Annunziato NF. O processo plástico do sistema nervoso. *Temas sobre desenvolvimento*. 1994;3(17):4-12. 20) Sciammarella AF, Hirano DE, Colombelli F. O estudo do método shantala na redução do atraso motor de crianças de 0 a 2 anos institucionalizadas. *Reabilitar*. 2002;4(16):24-9.

As opiniões emitidas nesta publicação são de inteira responsabilidade do autor e não refletem, necessariamente, a opinião da Conectfarma Publicações Científicas Ltda.



©2012 Conectfarma® Publicações Científicas Ltda. | Rua Alexandre Dumas, 1.562, cjs. 23/24, Chácara Santo Antônio | 04717-004 | São Paulo/SP | 55 11 5181-2618  
www.conectfarma.net | Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial sem a autorização, por escrito, dos editores. MM 2360C/12.



**Dr. Fernando M. F. Oliveira**

Médico pediatra e homeopata,  
Coordenador da Residência  
Médica do Hospital Infantil  
Menino Jesus e da Saúde da  
Criança da Organização Social  
de Saúde Santa Marcelina em  
Itaquaquecetuba e Professor  
do Internato da Faculdade de  
Medicina da Cidade de São  
Paulo (Unicid)  
CRM/SP 29.204

## Introdução

A pele é o maior órgão do corpo humano e tem uma função interessante, entre tantas: ela nos limita. Separa o espaço exterior do nosso espaço interno e é nossa fronteira. Ao mesmo tempo que separa, também interage com o meio externo, por isso necessita de sensibilidade e resistência. Sua integridade é condição básica para manter nossa proteção. A pele, entretanto, tem o poder de revelar. Revela nossa idade, nossa tristeza, status social, nossa ansiedade, nosso medo, nosso esforço e nossa amargura. Ela aproxima e também afasta. Ela esconde e também revela, por isso podemos encontrar “lobos em pele de cordeiro”. A pele se presta a revelar nossas emoções, por isso “coramos de vergonha” ou ficamos “lívidos de medo”.

Transparecemos na pele. Em sua música “Flor da pele”, Zeca Balero captou essa realidade:

**“Ando tão à flor da pele, qualquer beijo de novela me faz chorar.**

**Ando tão à flor da pele que teu olhar flor na janela me faz morrer.**

**Ando tão à flor da pele, meu desejo se confunde com a vontade de nem sei.**

**Ando tão à flor da pele que a minha pele tem o fogo do juízo final”.**

A linguagem capta uma das principais qualidades desse maior órgão do corpo humano, que é a capacidade de sentir. Há uma infinidade de sensores sob a pele que respondem a estímulos táteis, de pressão, de temperatura e de dor. A pele é um verdadeiro sismógrafo.

## Massagem e desenvolvimento do bebê

A pele das mãos talvez seja a região mais sensível do corpo quando não calejada pelo trabalho árduo, por isso o toque tem um papel surpreendente nas relações humanas. O toque tem o poder de acalmar, tranquilizar, compartilhar, incentivar, conferir poder, curar e transformar.

A imposição das mãos com fins terapêuticos é um dos mais antigos métodos para reduzir a dor daqueles que sofrem. Em 1970, nos Estados Unidos, na Universidade de Nova York, Dra. Dolores Krieger desenvolveu o método do “toque terapêutico”, que vem sendo utilizado em vários centros pelo mundo para auxiliar o tratamento de doentes com câncer, com distúrbios psiquiátricos, entre outras abordagens.

“Senti na pele a mão do teu afeto”, além de transmitir afeto como na canção “Foguete”, interpretada por Maria Bethânia, mãos que tocam podem auxiliar no desenvolvimento infantil.

O desenvolvimento é um processo contínuo que

ocorre durante toda a vida à medida que o ser humano aprende e se adapta ao ambiente em que vive. Desenvolvimento não é apenas aumento de tamanho, mas também o fato de certos elementos se modificarem e se adaptarem de acordo com os processos de maturação determinados pelo código genético, com as experiências da criança e as exigências do ambiente<sup>3</sup>. É aumento da capacidade do indivíduo para realizar funções cada vez mais complexas, envolvendo controle neuromuscular, destreza e traços de caráter<sup>2</sup>.

A aplicação da massagem exerce efeitos positivos em todos os bebês e crianças pequenas. A massagem é útil, sobretudo para o bebê com cólica, com obstipação, que chora ao ser alimentado, para o bebê ansioso, que não gosta de rápidas mudanças de posição, que é hipersensível aos estímulos externos, para o bebê irritável ou que exhibe sinais neurológicos anormais<sup>3</sup>, prematuros<sup>4-5</sup> e bebês com síndrome de Down<sup>6-7</sup>, para alívio do desconforto da dentição<sup>8</sup>, para facilitar a interação entre a criança adotada e os novos pais, para amenizar os efeitos nocivos da exposição a substâncias tóxicas durante a vida intrauterina, para crianças internadas em unidade de terapia intensiva e para aquelas com necessidades especiais<sup>9</sup>.



O obstetra francês Frédérick Leboyer, numa visita à Calcutá, Índia, observou uma mãe massageando seu bebê (tradição milenar oriunda da região de Kerala) e foi arrebatado pela cena e a beleza sutil dos movimentos. Em 1970, levou a massagem para o Ocidente, denominando a sequência da massagem com o nome da mulher indiana: Shantala. “O toque é a primeira comunicação que um bebê recebe. A primeira linguagem para seu desenvolvimento é através da pele”<sup>10</sup>.

Essa técnica de massagem, em geral bem aceita pela criança, se caracteriza por movimentos circulares, utilizando-se a palma das mãos e as pontas dos dedos de ambas as mãos, com pressão moderada. Cada sessão pode durar até 15 minutos ou enquanto a criança permitir. Pode ser feita uma ou duas vezes ao dia, em especial naquelas horas em que o desconforto da criança se repete com frequência. Para a aplicação da massagem, deve-se escolher um ambiente sem ruído, sem grande circulação de ar e com temperatura ambiente estável e agradável. Uma música suave pode ser interessante. Para essa realização, deve-se aquecer as mãos para promover melhor aceitação ao toque por parte da criança. Inicia-se perguntando-se a ela se está preparada para receber a massagem. Esfregar as mãos perto do ouvido do bebê já sinaliza que está chegando o momento da massagem. Primeiramente no rosto da criança, se ela permitir, sem a utilização de óleo e com as pontas dos dedos. Logo em seguida, utilizando-se um óleo vegetal ou de frutas, os movimentos devem ser direcionados para os membros superiores, mediante um deslizamento superficial, torção giratória em sentido oposto e movimentos circulares em “bracelete”. No tronco superior, faz-se o deslizamento na vertical e na diagonal, e no tronco inferior, além deste, adicionam-se manobras circulares no sentido horário. Na região dorsal, as mãos espalmadas devem percorrer todo o dorso, da nuca às nádegas. Após a massagem, realizam-se exercícios específicos, como movimentos

passivos com os braços em adução horizontal, com braços e pernas contralaterais aproximando-se na diagonal e com as pernas em movimentos circulares com quadril e joelhos fletidos<sup>1,11</sup>. Massageie, também, mãos, pés e dedos. Durante todo o processo, é importante falar com o bebê e manter contato visual.

A massagem proporciona um maior contato entre os pais e o bebê, maior aproximação da família e pode tornar a criança mais calma e menos agressiva<sup>12,13</sup>.

As interações afetivas e o toque corporal são fatores decisivos para o desenvolvimento infantil<sup>13</sup> em todas as suas áreas: motora, psicossocial e linguagem.

A massagem suscita respostas bioquímicas e psicológicas, como diminuição dos níveis de catecolaminas e produção ativa de neurotransmissores responsáveis pelas sensações de alegria e de bem-estar, ou seja, a criança é beneficiada pelo relaxamento, sensação de confiança e acolhimento gerado pela massagem, obtendo um sono mais calmo e mais resistente a barulhos externos<sup>14</sup>. Estudos sugerem que o sistema nervoso autônomo e o eixo hipotálamo-hipófise-adrenocortical sejam os mediadores desses efeitos. Assim, a massagem interfere nos hormônios do estresse e neuropeptídeos relacionados à dor, relaxando e alterando o estado emocional da criança<sup>1</sup>.

Acredita-se que com a melhor percepção corporal advinda da comunicação tátil-cinestésica, ou seja, por meio da interação entre estímulo externo e interpretação cortical<sup>6,16-17</sup> e pelo bom desenvolvimento do tônus muscular e da coordenação motora<sup>6,18</sup>, a criança se sente mais segura para explorar seu corpo e o ambiente, favorecendo, assim, o desenvolvimento neuropsicomotor<sup>6</sup>. Interfere, também, no aumento do apetite, favorecendo um ganho de peso mais rápido, e fortalece a imunidade<sup>4</sup>.

O sistema nervoso possui uma enorme capacidade plástica de modificar algumas das suas propriedades morfológicas e funcionais em resposta às alterações do ambiente, daí a importância da intervenção



precoce em crianças mediante a utilização da massagem. A massagem ativa a circulação e regula a frequência cardíaca, combate a ansiedade, o estresse e transmite segurança à criança<sup>8,18-20</sup>. A massagem nos bebês, essa arte de tocar com qualidade, é uma grande oportunidade de crescimento para o binômio cuidador-criança. Ambos aprendem a se conhecer, a identificar necessidades e suas reações emocionais. É um momento de diálogo, de comunicações não verbal e verbal, de troca, em especial de amor e respeito. Os efeitos dessa interação perduram pela vida toda, na medida em que os laços afetivos e espirituais são fortalecidos. A massagem pode ser utilizada em qualquer idade, mas é crucial nos três primeiros anos. Proporciona aos pais uma parada no tempo cronos (quantitativo), abrindo espaço para o fluir do tempo kairós (de qualidade), em que o tato, o olho no olho, o balbuciar de palavras doces, o sorriso e a brincadeira vão construindo os alicerces sólidos para um relacionamento verdadeiro e sincero. Brincando de dar carinho dá-se amor de forma diferente. Filhos que se submetem ao processo desse toque terapêutico tendem a ser na vida adulta pessoas mais generosas, prestativas e mais extrovertidas. É um momento em que pais aprendem a ser melhores pais, mais seguros e têm a oportunidade de apresentar a seu bebê um mundo mais acolhedor e protetor.

Pude comprovar em minha experiência em mais de 25 anos em consultório que a massagem é um método simples, barato e universal de dar saúde por meio das próprias mãos.