



INSERSÃO DA SHANTALA NO COTIDIANO DO BEBÊ E SEUS BENEFÍCIOS

JANAÍNA ALVES SOUSA PEREIRA

INTRODUÇÃO: A Shantala é uma massagem milenar indiana, sem registro de quando surgiu exatamente em Querala no Sul da Índia, porém, sabe-se que chegou ao Brasil no ano de 1978. Foi descoberta quando o médico francês Frédérick Leboyer, de passagem pela Índia, se deparou com a cena de uma mulher massageando seu bebê. É uma massagem que contribui para o bem-estar do bebê, auxilia na digestão, na evacuação, a diminuir a ansiedade, a reduzir dores nas pernas, a diminuir a sensação de inchaço, a melhorar o sono e a reduzir as cólicas. **OBJETIVO:** Descrever a inserção dessa prática no cotidiano do bebê junto com a mãe e os seus benefícios. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo revisão integrativa da literatura realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os descritores utilizados Shantala; Massagem; Saúde bebê; Intervenções. Empregou-se na busca dos dados a estratégias PICO (P: população ou paciente; I: intervenção; C: comparação; O: resultados), a parti da qual elaborou-se a equação geral de busca: (tw: Shantala) and (tw: Massagem) and (tw: Saúde bebê) and (tw: Intervenções). Foram encontrados 374 resultados. Os critérios de inclusão foram: Artigos com texto completo, disponíveis em português, acima de 2018 e que abordassem a Shantala e seus benefícios. Restaram 5 artigos para análise. **RESULTADOS:** No estudo pode se vislumbrar que a Shantala tem como benefícios a promoção da saúde tanto para o bebê quanto para mãe, contribuindo para desenvolvimentos físico, psíquico, emocionais e bem-estar, além de contribuir de modo benéfico no desenvolvimento cognitivo linguístico, tendo como foco principal a conexão mãe/bebê. **CONCLUSÃO:** A Shantala é uma técnica massagem com fins abordagem terapêutico para bebês, de fácil manuseio e aprendizagem, seu uso em bebês tem benefícios com técnica simples que oferta uma inclusão entre esse contato direto. A participação dessa pesquisa deverá proporcionar a ampliação do conhecimento técnico científico para os participantes.

Palavras-chave: Massagem, Shantala, Saúde bebê, Intervenções, Benefícios.