



COORDENAÇÃO LÚCIA FREITAS / LEONOR MELO
/ CARMEN ANDRADE - sracores@ordemenfermeiros.pt

MASSAGEM INFANTIL: COMUNICAÇÃO DE AFECTOS

A massagem tem impacto positivo na saúde do bebé

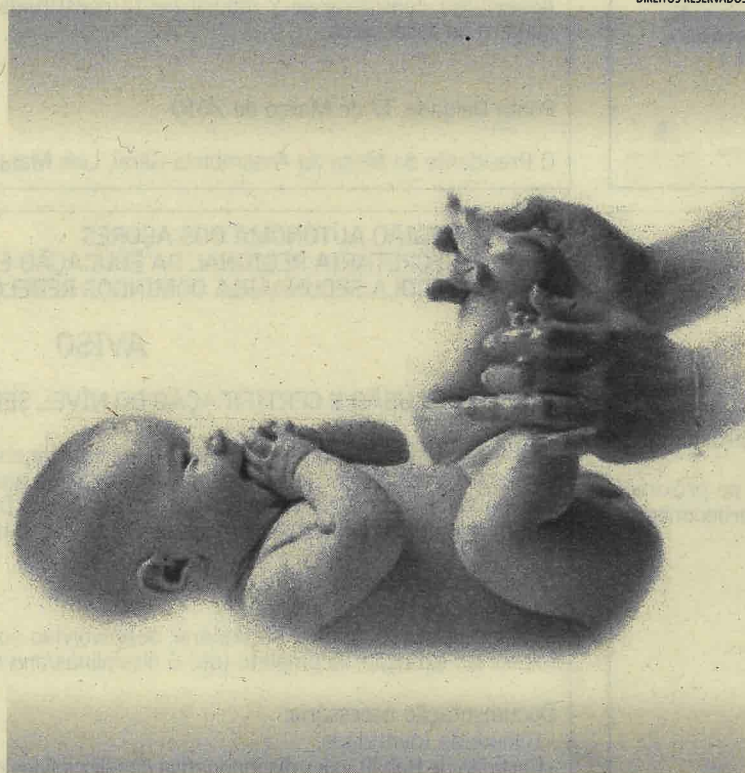
● Mais que um conjunto de técnicas, a massagem infantil é uma prática cujo objectivo se centra, fundamentalmente, no fortalecimento da relação pais-filhos

HÉLIA SOARES
PROF.ª ADJUNTA - ESENFAP UAC

Massajar os bebés é uma prática milenar realizada em todo o mundo, independentemente da cultura. Na maioria das situações, resulta de um conhecimento empírico que vai passando de geração em geração.

Mais do que um conjunto de técnicas, a massagem infantil é uma prática cujo objectivo se centra, fundamentalmente, no fortalecimento da relação pais-filhos. A linguagem do toque é poderosa, ela serve de intermediário entre o bebé e os pais. Através de um processo de interacção, os pais (figuras parentais) e os bebés iniciam um caminho de descoberta mútua. Sob uma riquíssima teia de emoções/sentimentos, os parceiros têm a possibilidade de desfrutar de momentos de qualidade, que servirão de alicerce para o desenvolvimento futuro. Por este facto, a valorização junto dos pais da estimulação táctil e da comunicação no desenvolvimento dos bebés constitui-se como principal missão da International Association of Infant Massage (IAIM), representada em Portugal pela Associação Portuguesa de Massagem Infantil (APMI).

Os benefícios resultantes da massagem e do toque nutritivo têm sido analisados através de diferentes estudos científicos. Os resultados demonstram existir um impacto fisiológico positivo que se reflecte na saúde do bebé. Não obstante, a forma de perspectivar o efeito da massagem deve ser muito mais abrangente, porque a sua prática afecta o bebé, os pais/família e também a própria sociedade em geral. Nesta medida, Vimala McClure (fundadora, em 1992, da IAIM) defende que a massagem e o toque podem assumir diferentes dimensões, nomeadamente, interacção, estimulação, relaxamento e alívio. A interacção promove a vinculação, a comunicação, a atenção individualizada, o respeito, o amor, o toque nutritivo, a empatia. A estimulação interfere positivamente nos diferentes sistemas vitais, designadamente, circulatório, digestivo, imunológico e nervoso. Promove o desen-



Massajar os bebés é uma prática milenar em todo o mundo...



A linguagem do toque é poderosa...



Cursos de formação em massagem infantil promovem o fortalecimento das competências parentais

volvimento da linguagem, integração sensorial e a consciência mental/corporal. O relaxamento conduz a uma melhoria nos padrões de sono, na diminuição do estadiamento comportamental de choro, no aumento da flexibilidade e na redução das hormonas do stress. Por fim, o alívio da dor, de cólicas, obstipação, muco em excesso, tensão e desconforto resultantes da erupção dentária.

Os benefícios da massagem infantil estendem-se aos pais e à

família alargada. Assim, através da massagem, os pais melhoram o conhecimento do seu filho, a auto-estima, a confiança, o sono e as competências parentais; aprendem a respeitar os sinais. Para além disso, a massagem promove o tempo de qualidade, o envolvimento do pai, o estabelecimento de laços afectivos e uma vinculação segura. Estudos científicos sustentam que a Massagem Infantil diminui as hormonas do stress e a depressão pós-

parto; aumenta as hormonas de relaxamento (ocitocina e prolactina) e estimula a lactação.

No que respeita à sociedade em geral, esta beneficia da massagem, na medida em que se verifica um aumento do toque positivo, a intensificação do respeito e da empatia, a redução do abuso, violência, vandalismo e crime e, consequentemente, uma redução dos custos do sistema nacional de saúde, devido a uma sociedade mais saudável.

● Os estudos demonstram que a massagem e o toque no bebé podem assumir diferentes dimensões, nomeadamente, interacção, estimulação, relaxamento e alívio

A parentalidade, enquanto processo de transição, faz-se pautar por múltiplos desafios e aprendizagens. Tornar-se pai e/ou tornar-se mãe pode, na maioria dos casos, ser considerada uma experiência inesquecível pelo impacto exercido na vida de um homem ou de uma mulher. As primeiras experiências relacionais, ocorridas durante os primeiros anos de vida de uma criança, são marcantes no que se refere à sua saúde futura. O facto dos enfermeiros terem uma proximidade com as famílias, permite-lhes, muito precocemente, identificar necessidades no cliente/família e, num trabalho de parceria, agir preventivamente, desenvolvendo um conjunto de intervenções, designadamente, cursos de formação em massagem infantil, no sentido de fortalecer as competências parentais, transformando o exercício da parentalidade numa experiência bem sucedida e sustentada na construção de uma relação afectiva e segura. ♦