



Mackenzie



Mães e bebês em casa e os desafios na fase de isolamento decorrente do Covid-19:

A massagem como estratégia para fortalecer o vínculo e facilitar o funcionamento intestinal

Aline A. Lando, Marina Monzani Rocha, Silvana M. Blascovi-Assis

Link para o trabalho completo:

<http://tede.mackenzie.br/jspui/bitstream/tede/3965/5/Aline%20Lando.pdf>



*Estar em **quarentena** e não saber como e quando tudo se resolverá traz algumas angústias e incertezas e não é fácil estar atento e responder com calma e sensibilidade às necessidades do bebê!*

Mesmo entendendo que o contato físico nesse momento é de grande importância para o elo entre mãe e bebê, muitas vezes a gente se perde diante de tantas demandas.

*Além da necessidade de leite, os bebês têm necessidade de ser amados e receber carinho. **A criança precisa ser alimentada também na pele.***



É por meio da pele que a criança descobre o seu ambiente. O tato é um meio de comunicação e uma linguagem que se baseia nas relações de troca, sendo preciso nutrir esses circuitos após o nascimento para favorecer o desenvolvimento físico e afetivo.

*A massagem para bebês é uma arte antiga e profunda, que envolve cuidados como local em temperatura agradável, tranquilidade, interação e entrega de quem massageia, que favorece justamente a **construção do vínculo com o bebê.***



Vamos propor aqui um protocolo de massagem de 2 etapas, que poderá, além de fortalecer esse vínculo, favorecer o bom funcionamento intestinal de seu filho nos primeiros meses e anos de vida.

*Para a realização do presente protocolo utilizamos uma parte da massagem preparatória do **Método Busquet**, concentrando-se apenas na região do tronco, assim como uma massagem específica na região abdominal (intestinos), que pode ser executada em casa diariamente.*

CARTILHA DE MASSAGEM

Orientações:

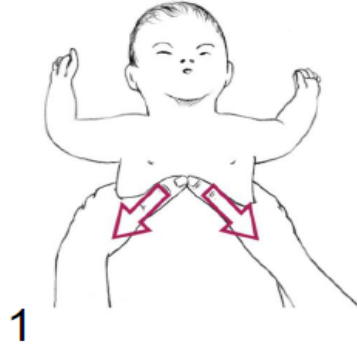
- Certificar-se de que a criança tenha se alimentado há pelo menos uma hora antes da massagem;
- Garantir condições ambientais adequadas, como temperatura e iluminação agradáveis e o mínimo possível de ruídos;
- Dar preferência para que a massagem seja feita diretamente sobre a pele, podendo utilizar um óleo ou creme de acordo com a preferência, atentando-se à possibilidade de alergias, mas se não for possível pode ser feita sobre a roupa;
- Escolher um momento tranquilo e de vigília calma para fazer a massagem, mantendo preferencialmente o mesmo horário, para a criação de uma rotina;
- Posicionar a criança em decúbito dorsal (barriga para cima) para massagear a região anterior do tronco, com a cabeça elevada sobre um travesseiro e em decúbito ventral (de barriga para baixo) para as manobras na região posterior do tronco;
- Fazer a massagem com suavidade e firmeza em um ritmo regular;
- Executar cada etapa (massagem de introdução e na barriga) quatro vezes;
- A massagem na região abdominal deverá ser realizada em movimentos circulares, sentido horário, conforme ilustrações da cartilha,
- **Não realizar a massagem** no caso de lesões na pele, cicatrizes recentes, febre e mal-estar geral.

A duração pode variar de acordo com a receptividade da criança, que não hesitará em demonstrar sua insatisfação quando desejar que o procedimento acabe.

PARTE 1: MASSAGEM - RELAXAMENTO

Seguindo a orientação das setas, realizar deslizamentos dos dedos ou mãos (conforme as figuras), de preferência diretamente sobre a pele, mas se não for possível pode ser sobre a roupa. O toque deve ser suave, porém firme. Deve ser um pouco mais profundo e firme do que um carinho. Serão **4 repetições** de cada imagem.

Durante a massagem mantenha o contato com seu filho (a), converse com ele, cante, aproveite esse momento de interação.



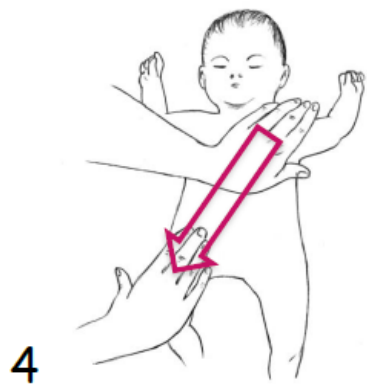
1- Abaixo das últimas costelas, levar lentamente os polegares do meio até as laterais. Repetir 4x



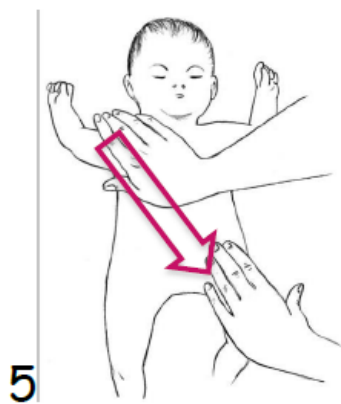
2- Desça as mãos dos ombros até o peito. Volte e repita 4x



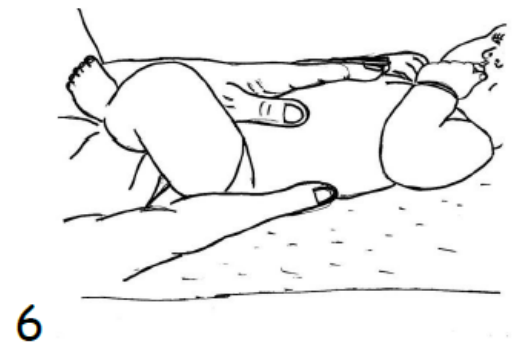
3- Massageie a barriga de cima para baixo com uma mão e depois a outra. Repita 4x



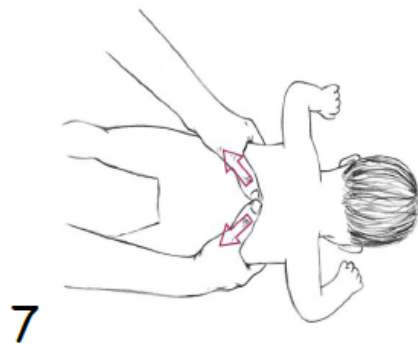
4- Massageie de um ombro ao quadril oposto (conforme a seta), com uma mão em seguida da outra. Repita 4x



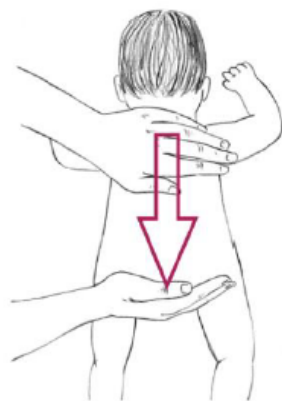
5- Igual à anterior, mas no outro lado. Repita 4x



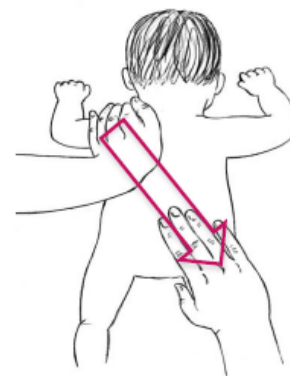
6- Coloque 1 das mãos atrás para apoiar o quadril e a outra na barriga. Com a mão de cima, aperte suavemente a barriga e gire lentamente para o lado direito (sentido horário). Repita 4x



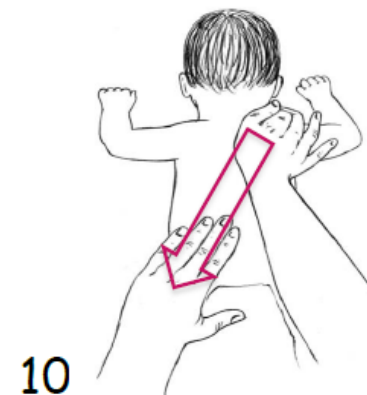
7 - Abaixo das últimas costelas, levar lentamente os polegares do meio até as laterais. Repetir 4x



8 - Massagear da nuca até o bumbum. Uma mão após a outra. Repetir 4x

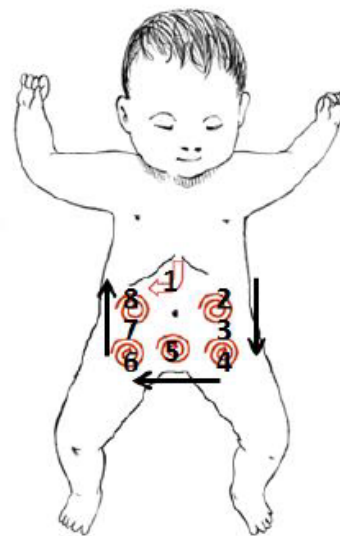


9 - Massageie de um ombro ao quadril oposto (conforme a seta). Com uma mão em seguida da outra. Repita 4x.




10 - Igual à anterior, mas do outro lado. Repita 4x

PARTE 2: MASSAGEM NA BARRIGA



Fonte: Busquet-Vanderheyden (2011) - adaptada por LANDO (2019)

- 1- Apoie 2 dedos na parte alta da barriga, logo abaixo do osso do peito (esterno), onde está a seta: 
Aperte os dedos suavemente e gire no sentido da seta (horário). Repita 4x lentamente.
- 2- Nas outras regiões da barriga você deve fazer movimentos CIRCULARES, no SENTIDO HORÁRIO, ou seja, da esquerda para direita, LENTAMENTE. REPITA 4 X EM CADA REGIÃO. Comece do lado esquerdo da barriga, depois na parte debaixo e depois suba pelo lado direito, seguindo os números e o sentido das setas pretas.

ATENÇÃO: Se o seu bebê tiver menos de 1 mês de vida, NÃO FAÇA a massagem nas regiões 7 e 8, devido ao tamanho do fígado.

REFERÊNCIAS

BUSQUET-VANDERHEYDEN, M. Bébé au coeur de vos mains: methode des chaînes physiologiques. Éditions Busquet: 2011.

BUSQUET-VANDERHEYDEN, M. Méthode Busquet. Déroulement d'une séance en pédiatrie. Les chaînes physiologiques bébé. Profession kiné, n 38, mars-avril-mai, 2013.

CRUZ, C. M. V.; CAROMANO, F. A. Levantamento de conteúdos para fundamentação do ensino dos efeitos psico-comportamentais da massagem para bebês. In Acta Fisiatr. v.14, n.1,p.11- 16, 2007.

LANDO, A.A. Investigação dos hábitos intestinais de crianças, jovens e adultos com Síndrome de Down e proposta de intervenção por meio de um protocolo fisioterapêutico em crianças até os três anos.

Dissertação apresentada à Universidade Presbiteriana Mackenzie, PPG Distúrbios do Desenvolvimento.

Orientadora: Prof.^a Dra. Silvana Maria Blascovi de Assis Coorientadora: Profa. Dra. Marina Monzani Rocha

LEBOYER, F. Shantala: uma arte tradicional: massagem bebês. São Paulo: Ground, 2001.