



## Depoimento de Ação Extensionista

### Projeto Shantala em tempos de pandemia

*Shantala Project in times of pandemic*

Carolina Corrêa Giron<sup>1</sup>

Ana Carolina Cunha Leal<sup>1</sup>

Nuno Miguel Lopes Oliveira<sup>2</sup>

#### Resumo

Devido à pandemia da Covid-19, o projeto de extensão “Massagem Shantala nos Centros de Referência em Assistência Social (CRAs) e Creches Municipais (CEMEIs)”, da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), teve que se reinventar para manter suas atividades e proporcionar aos integrantes uma experiência positiva e construtiva. Os objetivos principais do projeto, no momento, são capacitar os membros à distância, por meio de discussões de artigos acadêmicos e de treinamentos com bonecas, e disseminar informações, por meio da criação de uma página em rede social, sobre a massagem Shantala e questões relativas à Covid-19 importantes para o público-alvo do projeto: mães, pais, cuidadores e funcionários de creches. Dessa forma, pretende-se preservar a proposta original do projeto e sanar possíveis dúvidas da sociedade quanto ao contexto atual. Apesar das limitações impostas pela pandemia, o projeto conseguiu utilizar as ferramentas tecnológicas para viabilizar sua continuação.

**Palavras-chave:** Massagem. Educação em saúde. Educação à distância.

#### Abstract

Due to the Covid-19 pandemic, the extension project “Massagem Shantala nos Centros de Referência em Assistência Social (CRAs) e Creches Municipais (CEMEIs)”, of the Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), had to reinvent itself to maintain its activities and provide the members with a positive and constructive experience. The main objectives of the project, at the moment, are to instruct the members remotely, through discussions of academic papers and training with dolls, and to disseminate information, through the creation of a social network page, about the Shantala massage and issues related to Covid-19 that are important to the project's target audience: mothers, fathers, caregivers and daycare workers. Hence, we intend to preserve the

<sup>1</sup> Alunas do curso de Medicina da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM) - carolinacorrea@uftm.edu.br; anacarolinacunhaleal@uftm.edu.br

<sup>2</sup> Docente do Departamento de Fisioterapia Aplicada da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM) - nuno.oliveira@uftm.edu.br



project's original proposal and clarify any doubts society may have regarding the current context. Despite the limitations imposed by the pandemic, the project was able to use the technological tools to enable its continuation.

**Keywords:** Massage. Health education. Distance education.

## 1. Introdução

A massagem Shantala, trazida ao ocidente pelo médico obstetra francês Frédéric Leboyer em meados de 1970, consiste em uma tradição indiana passada de geração em geração nas famílias (LEBOYER F.,1995). Além do poder de relaxamento proporcionado pela prática, ela traz benefícios para o bebê, auxiliando no ganho de peso de prematuros, no sono, reduz a dor relacionada a dentição e a cólicas e, principalmente, proporciona a criação de um vínculo entre massageador e massageado (FERBER et al., 2002; FIELD, 2014). Ademais, a massagem é um recurso terapêutico de baixo custo e de efetividade comprovada (RIBEIRO-LIMA, 2020).

O projeto de extensão “Massagem Shantala nos Centros de Referência em Assistência Social (CRAs) e Creches Municipais (CEMEIs)” de Uberaba é coordenado por um professor do Departamento de Fisioterapia Aplicada da Universidade Federal do Triângulo Mineiro e cadastrado no Sistema de Informação e Gestão de Projetos (SIGProj).

Desde 2009, o projeto de extensão universitário se renova anualmente e é composto por discentes dos cursos de Enfermagem, Fisioterapia, Medicina, Psicologia e Terapia Ocupacional. O projeto já beneficiou mais de 400 pessoas e foi idealizado a partir da identificação da necessidade de uma articulação entre teoria e prática de sala de aula voltando-se para a utilização de uma Prática Integrativa e Complementar (PIC) na rede municipal de Uberaba, permitindo aos alunos dos cursos de graduação da universidade uma atividade extensionista em comunicação plena com a comunidade.

O objetivo é desenvolver ações de orientação e educação em saúde voltadas aos participantes do projeto Shantala. As informações são oferecidas por meio de capacitação para o público-alvo, que são mães, gestantes, puérperas, pais, cuidadores, professores e interessados em disseminar os conhecimentos dessas práticas que visam



uma maior integração afetiva, física e emocional com os seus filhos. No período que antecedeu a pandemia, o projeto era realizado em CRAs, CEMEIs, no Ambulatório de Pediatria do Hospital de Clínicas/UFTM, no Centro de Atendimento Integral à Saúde da Mulher (CAISM) e em diversas Ligas Estudantis voltadas para áreas de Pediatria, Obstetrícia e Humanização da UFTM.

Atualmente, em decorrência da pandemia da Covid-19, todas as atividades presenciais foram suspensas. Portanto, a fim de viabilizar a continuação do projeto, atividades à distância foram propostas, entre elas, discussões de artigos relacionados ao tema, proposição de dinâmicas tanto para os pais/cuidadores quanto para os bebês, capacitação dos novos membros por meio de vídeos e de reuniões para sanar as dúvidas, adaptação dos questionários utilizados anteriormente e criação de uma página de divulgação em uma rede social para compartilhar assuntos pertinentes ao tema massagem Shantala e ao contexto atual. Os cuidadores de crianças pequenas, sejam eles pais, parentes ou terceiros, relatam ter dúvidas e queixas semelhantes, relacionadas a alimentação, sono ruim e choro (VICTOR, 2008). Dessa forma, é possível sanar dúvidas frequentes e recorrentes, visando cumprir o objetivo de instruir a comunidade.

## 2. Desenvolvimento

Consoante com a resolução nº 7, de 18 de dezembro de 2018, que estabelece as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira, a interação dialógica da comunidade acadêmica com a sociedade é de extrema importância para a formação integral dos estudantes. Tal interação proporciona a troca de conhecimentos e estimula o desenvolvimento crítico e responsável desses cidadãos. No que tange à articulação do ensino/pesquisa/extensão nas universidades, é evidente sua notoriedade, já que auxilia na promoção de uma relação de proximidade entre a produção de conhecimento e sua aplicação, bem como a capacitação da comunidade. Portanto, a articulação desses três pilares da universidade pública promove o desenvolvimento social, equitativo e sustentável de toda a sociedade.



Dessa forma, diante das limitações impostas pela pandemia da Covid-19 no ano de 2020, o projeto de extensão “Massagem Shantala nos Centros de Referência em Assistência Social (CRAs) e Creches Municipais (CEMEIs)” foi adaptado para auxiliar na promoção de educação em saúde. Tendo como princípio a articulação do projeto com as demandas da sociedade, as reuniões, antes feitas de forma presencial, passaram a ocorrer através de plataformas *online* semanalmente.

Nessas reuniões, o docente responsável pelo projeto, juntamente com o discente coordenador e as demais participantes, totalizando 12 integrantes, discute-se as pautas estabelecidas e, assim, cumpre-se o cronograma estabelecido. As participantes são todas do sexo feminino e discentes da Universidade. Até 22/07/2020, o grupo teve 14 encontros, em que foram discutidos os benefícios, as indicações e as contraindicações da massagem Shantala e como realizar as técnicas, além da apresentação de artigos atuais referentes ao assunto. Ademais, foram trabalhadas temáticas referentes à educação em saúde e à capacitação da população e foi discutida a importância do vínculo do massageador com os bebês. Até o final do ano de 2020, estima-se que o grupo se reunirá mais 22 vezes de forma remota.

O primeiro desafio enfrentado foi a adaptação das capacitações teóricas e práticas, antes feitas de maneira presencial, para um ambiente virtual. O conteúdo teórico, de grande importância para o entendimento dos benefícios, das indicações e das contraindicações da massagem, foi ensinado às novas discentes com o auxílio do material já preparado por ex-participantes do projeto. Dessa forma, após estudarem a contextualização e a relevância da massagem, as alunas foram instigadas a discutir os tópicos abordados nos encontros. Com essa interação, tiveram a oportunidade de desenvolver as habilidades referentes ao ensino, que são essenciais para o treinamento da população em uma futura ocasião.

Já em relação à capacitação prática, as alunas tiveram o auxílio do material já escrito e vídeos explicativos de antigos participantes do projeto. A apostila enviada à equipe, além do conteúdo teórico já citado, contém fotos e descrições dos movimentos que devem ser realizados nos bebês e nas crianças. Ademais, foram compartilhados com as discentes vídeos gravados por ex-alunos em que ensinam a massagem Shantala



utilizando bonecas. Assim, as participantes foram convidadas a realizar os movimentos em bonecas, baseadas no conteúdo assimilado. Por fim, no encontro *online*, as novas discentes também receberam uma aula prática da massagem, ministrada por participantes mais experientes do projeto. Para avaliação da técnica, cada aluna foi convidada a praticar a massagem em uma boneca a fim de que todos pudessem assistir e apontar possíveis erros ou melhorias.

O embasamento científico é imprescindível para a adequada instrução da população. Diante disso, as dez participantes foram instruídas a selecionarem artigos científicos acerca da massagem Shantala e os apresentarem ao restante da equipe nas reuniões semanais. Como o projeto é formado por alunas de cinco cursos de graduação da universidade, cada discente teve a oportunidade de expor novos estudos da prática Shantala relacionados à sua área de formação acadêmica. Dessa forma, o conhecimento foi consolidado de maneira integral, ressaltando a importância do trabalho em equipe, não se limitando às barreiras de cada especialidade do conhecimento.

Entretanto, um desafio do projeto foi como compartilhar o conhecimento de maneira não presencial, haja vista que a massagem é feita por meio de toque e vínculo. Adaptou-se a capacitação ao isolamento físico, por meio da criação de uma página em rede social para o Projeto Shantala. A partir dela, o projeto de extensão pôde ter um contato mais próximo com o público-alvo e interessados em geral e disseminar informações baseadas em evidências científicas. Inicialmente, buscou-se compartilhar com a população a página de rede social por meio de uma publicação no site da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (<http://www.uftm.edu.br/component/content/article?id=2553>). Ademais, as Ligas Acadêmicas também foram notificadas da novidade, para que assim mais pessoas pudessem divulgar e acompanhar a nova forma de interação. Por fim, as acadêmicas participantes do projeto também compartilharam a página com pessoas que possuíam influência e contato com cuidadores, gestantes e puérperas.

No perfil criado pelo projeto de extensão, a população-alvo tem acesso a textos, vídeos, enquetes e dicas. Buscou-se, inicialmente, apresentar aos seguidores da página os objetivos do Projeto Shantala e os seus integrantes, com a intenção de iniciar novos



vínculos. Posteriormente a essa introdução, compartilhou-se a história da massagem Shantala e seus benefícios, assim como suas indicações e contraindicações. Toda a informação foi divulgada através de textos em linguagem acessível e de rápida leitura. Além disso, o perfil do projeto também é utilizado para sanar as principais dúvidas que gestantes e puérperas possuem acerca da mudança pela qual seus organismos estão passando e acerca da Covid-19.

As gestantes e seus fetos representam um grupo vulnerável em quaisquer crises de saúde de caráter infeccioso, devido às mudanças fisiológicas e mecânicas que acontecem no corpo das mulheres (DASHRAAT, 2020). Apesar de o risco de transmissão vertical ainda ser teórico e baseado nas epidemias anteriores de vírus da família *coronavidae* de 2003 e 2011 (SARS - Severe Acute Respiratory Syndrome, e MERS - Middle East Respiratory Syndrome), devido ao número reduzido de estudos e à contemporaneidade da questão, é imprescindível que tanto profissionais de saúde quanto as próprias grávidas encontrem meios confiáveis de obtenção de informações (ZHOU et al., 2020; DASHRAAT, 2020). Dessa forma, a disseminação de informações pautadas cientificamente e em linguagem acessível a esse grupo, pela nossa rede social, tornou-se um meio coerente para a comunicação do conhecimento nesse período.

Sabe-se que a educação em saúde requer o desenvolvimento de um pensar reflexivo e crítico, capaz de levar o indivíduo à sua autonomia e emancipação, para que, a partir de toda a sua bagagem de conhecimento, ele consiga atuar nas suas decisões de saúde e da sua coletividade (MACHADO et al., 2007). Nesse contexto, os participantes do projeto de extensão pesquisaram evidências científicas com o intuito de desenvolver o questionário aplicado no final da atividade. Assim, os discentes poderão detectar lacunas e dúvidas ainda existentes após os encontros, com a finalidade de saná-las e aperfeiçoarem as próximas práticas com a comunidade. Além disso, será possível conhecer melhor o público-alvo, identificar se os participantes aprenderam e aplicaram as técnicas em suas crianças.

Outro assunto abordado foi a discussão de dinâmicas para facilitar a interação entre os participantes, proporcionando vivências de contato social, o exercício e o



desenvolvimento da criatividade, além de auxiliar na saúde emocional de todos os envolvidos (ORTOLAN et al., 2018). Tendo isso em vista, a realização de atividades que proporcionam uma maior interação entre os participantes foi um dos objetivos do projeto de extensão nesse período.

Necessita-se maior diálogo entre as famílias das crianças e os profissionais dos locais visitados. Desse modo, selecionaram-se dinâmicas que visassem maior compatibilidade com esses participantes para que, com isso, se sentissem mais acolhidos e aderissem à prática. Já em relação às crianças, foram escolhidas atividades lúdicas e brincadeiras que favorecessem o contato inicial e o desenvolvimento de um vínculo entre elas e os discentes, de forma que essa nova interação pudesse facilitar a realização posterior da massagem.

Quando as ações presenciais forem novamente permitidas, espera-se que a utilização das atuais dinâmicas à distância entre os discentes e os cuidadores/profissionais, bem como entre os estudantes e as crianças, possam facilitar a interação no grupo, promover o bem-estar e aumentar o vínculo com o projeto.

### 3. Conclusão

O projeto de extensão “Massagem Shantala nos Centros de Referência em Assistência Social (CRAs) e Creches Municipais (CEMEIs)”, ativo desde 2011, enfrentou dificuldades devido à pandemia da Covid-19, haja vista que a atividade fim, isto é, a instrução das técnicas de massagem, foi impossibilitada. Além disso, por se tratar de um projeto cíclico que se renova anualmente com o ingresso de novos membros, foi necessário realizar a transição dos antigos para os novos membros de maneira totalmente não presencial.

Essas dificuldades foram superadas por meio da utilização de ferramentas tecnológicas que viabilizaram a realização das atividades selecionadas para esse período. Dentre elas, vale ressaltar a discussão de artigos científicos a respeito da massagem Shantala, a capacitação dos novos membros de maneira *online* por meio de vídeos com bonecas e material didático produzido por ex-membros, a adaptação dos



questionários utilizados nas práticas e proposição de dinâmicas interativas - tanto às crianças quanto aos adultos. Tanto os participantes do projeto quanto o coordenador docente consideraram eficaz a estratégia adotada para o contexto.

Por fim, para comunicar ao público-alvo do projeto de extensão todas as mudanças realizadas, bem como para integrá-lo às práticas do grupo, criou-se uma página de divulgação em uma rede social. Aproveitou-se a oportunidade para compartilhar informações de saúde, em geral, e especificamente sobre a Covid-19 no que tange a gestantes, puérperas e recém-nascidos. Atualmente, a página de divulgação social atinge um público de 250 pessoas.

## Referências

BRASIL. Ministério da Educação. **Resolução N° 7, de 18 de dez.** 2018. Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=104251-rces007-18&category\\_slug=dezembro-2018-pdf&Itemid=30192](http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=104251-rces007-18&category_slug=dezembro-2018-pdf&Itemid=30192). Acesso em: 09 jul. 2020.

DASHRAATH, P.; et al. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic and pregnancy. **American Journal of Obstetrics & Gynecology**, v. 222, p. 521-531, n. 6, junho 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0002937820303434>. Acesso em: 08 jul. 2020. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.03.021>

FERBER, S. G., et al. Massage therapy by mothers and trained professionals enhances weight gain in preterm infants. **Early Human Development**, v. 67, p. 37-45, n.1-2, abril 2002. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0378378201002493?via%3Dihub>. Acesso em: 08 jul. 2020. [https://doi.org/10.1016/S0378-3782\(01\)00249-3](https://doi.org/10.1016/S0378-3782(01)00249-3)

FIELD, T. M. Touch in Early Development. **Psychology Press**, 25 de fev. de 2014  
LEBOYER, F. Shantala uma arte tradicional para bebês. São Paulo, **Ground**, 1995.  
MACHADO, M. DE F. A. S. et al. Integralidade, formação de saúde, educação em saúde e as propostas do SUS: uma revisão conceitual. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 12, n. 2, p. 335-342, abr. 2007. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232007000200009&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232007000200009&lng=pt&nrm=iso) . Acesso em: 10 jul. 2020

ORTOLAN, M. L. M.; LIMA, A. L. de; MAIRENO, D. P. e SEI, M. B.. Grupos de dinâmica infantil e os efeitos terapêuticos do brincar. **Rev. SPAGESP [online]**, v.19, n.2, p. 23-33, 2018. Disponível em





<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702018000200003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702018000200003&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 10 jul. 2020.

RIBEIRO-LIMA, T. V.; CAVALCANTE, L. I. C. Shantala para promoção da saúde e conforto de bebês: revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 48, p. e2375, 7 maio 2020. Disponível em:

<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/2375>. Acesso em: 08 jul. 2020.

VICTOR, J. F.; MOREIRA, T. M. M. Integrando a família no cuidado de seus bebês: ensinando a aplicação da massagem Shantala. **Acta Scientiarum. Health Sciences**, v. 26, n. 1, p. 35-39, 4 abr. 2008. Disponível em:

<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciHealthSci/article/view/1609>. Acesso em: 09 jul. 2020.

ZHOU, P.; et al. Pneumonia outbreak associated with a new coronavirus of probable bat origin. **Nature**, v. 579, p. 270-273, 03 fev. 2020. Disponível em:

<https://www.nature.com/articles/s41586-020-2012-7>. Acesso em 09 jul. 2020.