ISSN **2965-7067**

ARTIGO ORIGINAL

DOI 10.24859/cp.2026v4n3.2072

A Shantala como Prática Integrativa e Complementar em Saúde: promoção do cuidado e fortalecimento de vínculos na Atenção Primária à Saúde

Shantala as an Integrative and Complementary Health Practice: Promoting Care and Strengthening Bonds in Primary Health Care

Teissa de Freitas Pinto Martins[1]

Gilmara Leal Lamanna[1]

Cíntia Valéria Galdino[1]

[1]Centro Universitário de Valença – Valença/RJ

Autor correspondente:

Teissa de Freitas Pinto Martins
e-mail: teissa.martins@faa.edu.br

Como citar este artigo:

MARTINS, T.F.P.; LAMANNA, G.L.; GALDINO, C.V.; A Shantala como Prática Integrativa e Complementar em Saúde: promoção do cuidado e fortalecimento de vínculos na Atenção Primária à Saúde. **Revista Cadernos de Pesquisa,** v. 4, Edição Especial, e20260401, 2026.

Data de Submissão: 01/10/2026
Data de aprovação: 05/11/2026
Data da publicação: 13/11/2026

Esta obra está licenciada com uma licença
http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/

RESUMO: Introdução: A Shantala é uma prática integrativa e complementar que utiliza o toque e a massagem como recursos de cuidado, favorecendo a interação e o fortalecimento do vínculo entre o bebê e seu cuidador. A oferta de intervenções acolhedoras e pedagógicas funciona como estratégia de retenção, motivando a participação ativa da mãe na vigilância à saúde da criança em um período de maior vulnerabilidade e descontinuidade do acompanhamento. O objetivo do presente estudo foi relatar a experiência no desenvolvimento da massagem Shantala como estratégia de educação em saúde na Estratégia Saúde da Família (ESF) de João Bonito, em Valença-RJ. **Atividade realizada**: A atividade realizada na ESF João Bonito, em Valença-RJ, com atuação conjunta da Enfermagem e Fisioterapia, utilizando a massagem Shantala houve a promoção do acolhimento, educação em saúde e fortalecimento do vínculo mãe-bebê. Os encontros incluíram avaliação inicial dos bebês, orientações e demonstração da técnica, com participação ativa das mães em ambiente acolhedor e seguro, além de espaço para escuta e esclarecimento de dúvidas. Foram realizados quatro encontros mensais, com participação positiva das famílias, favorecendo a interação mãe-bebê, a troca de experiências e a aproximação das famílias com a unidade de saúde. **Considerações finais**: A prática mensal e interprofissional da Shantala na ESF João Bonito fortaleceu os vínculos familiares, humanizou o acompanhamento infantil e ampliou a adesão da comunidade à Atenção Primária.

Palavras-chave: Shantala; Terapias complementares; Atenção Primária à Saúde.

ABSTRACT: Introduction: Shantala is an integrative and complementary practice that uses touch and massage as care resources, favoring interaction and strengthening the bond between the baby and their caregiver. The provision of welcoming and pedagogical interventions works as a retention strategy, motivating the mother's active participation in monitoring the child's health in a period of greater vulnerability and discontinuity in monitoring. The objective of the present study was to report the experience in developing Shantala massage as a health education strategy in the Family Health Strategy (ESF) of João Bonito, in Valença-RJ. **Activity performed:** The activity carried out at ESF João Bonito, in Valença-RJ, with joint action between Nursing and Physiotherapy, using Shantala massage, promoted welcoming, health education and strengthening the mother-baby bond. The meetings included initial assessment of babies, guidance and demonstration of the technique, with active participation of mothers in a welcoming and safe environment, as well as space for listening and clarifying doubts. Four monthly meetings were held, with positive participation from families, favoring mother-baby interaction, the exchange of experiences and bringing families closer to the health unit. **Final considerations**: Shantala's monthly and interprofessional practice at ESF João Bonito strengthened family bonds, humanized child care and increased the community's adherence to Primary Care.

Keywords: Shantala; Complementary therapies; Basic Health Care.

INTRODUÇÃO

A primeira infância é um período fundamental para o desenvolvimento da criança e para a construção do vínculo entre o bebê e seus cuidadores. O toque constitui uma importante forma de comunicação e interação, proporcionando ao bebê contato, conforto, segurança e afeto.

Nesse contexto, a Shantala apresenta-se como uma prática integrativa e complementar que utiliza o toque e a massagem como recursos de cuidado, podendo favorecer a aproximação entre mãe e bebê e contribuir para o bem-estar infantil (NASCIMENTO et al., 2023).

No âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS), as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) ampliam as possibilidades de cuidado, valorizando ações de promoção da saúde, prevenção e educação em saúde.

A Shantala foi incluída na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (PNPIC) por meio da Portaria nº 849, de 27 de março de 2017, passando a integrar oficialmente o conjunto de práticas reconhecidas pela política nacional (BRASIL, 2017).

Estudos realizados no contexto da Atenção Primária à Saúde relatam benefícios associados à prática, como maior tranquilidade do bebê, melhora do sono, alívio de gases e cólicas, além de favorecer momentos de interação e troca de afeto entre mãe e filho.

Também são descritos sentimentos maternos de proteção, dedicação e satisfação durante a realização da massagem (NASCIMENTO et al., 2023; SOUZA; PINHEIRO; MOURA, 2023).

Além dos possíveis benefícios relacionados ao bebê, a realização da Shantala pode constituir uma oportunidade de educação em saúde, permitindo que profissionais orientem as famílias e estimulem sua participação ativa no cuidado da criança.

Na experiência relatada por Souza, Pinheiro e Moura (2023), a realização de oficinas de Shantala na Atenção Primária possibilitou a aproximação entre gestantes, mães, profissionais e serviços de saúde.

Diante da importância de fortalecer o vínculo entre mãe e bebê e de favorecer a continuidade do acompanhamento das famílias pela equipe de saúde após o nascimento, surgiu, na Estratégia Saúde da Família (ESF) João Bonito, em Valença-RJ, a proposta de desenvolver uma atividade utilizando a Shantala.

A iniciativa buscou proporcionar um espaço de acolhimento, orientação e troca de experiências, aproximando as mães e seus bebês da unidade de saúde e fortalecendo as ações de cuidado integral na primeira infância.

O objetivo do presente estudo é relatar a experiência no desenvolvimento da massagem Shantala como estratégia de educação em saúde na Estratégia Saúde da Família (ESF) de João Bonito, em Valença-RJ.

ATIVIDADES REALIZADAS

Trata-se de um relato de experiência desenvolvido na Estratégia Saúde da Família (ESF) João Bonito, em Valença-RJ, envolvendo a atuação conjunta da enfermeira e da fisioterapeuta da unidade.

A atividade foi organizada com o objetivo de proporcionar às mães e aos bebês um momento de acolhimento, cuidado e fortalecimento do vínculo, utilizando a massagem Shantala como estratégia de educação em saúde.

Entendida como uma tecnologia leve de cuidado integrativo no estímulo tátil e na massagem, a Shantala fortalece a interação interpessoal e o apego seguro entre o bebê e quem o cuida (NASCIMENTO et al., 2023; SOUZA; PINHEIRO; MOURA, 2023).

A proposta surgiu a partir da percepção da equipe sobre a importância de fortalecer o vínculo entre mãe e bebê e, ao mesmo tempo, estimular a continuidade da participação das famílias na unidade de saúde após o nascimento da criança.

Nesse sentido, a atividade foi planejada como uma forma de aproximar as mães e os bebês da equipe, criando um espaço de cuidado, orientação e acompanhamento.

Inicialmente, os bebês eram acolhidos pela equipe de Enfermagem, que realizava a escuta da mãe e o acompanhamento de medidas como peso e comprimento.

Esse primeiro momento possibilitava acompanhar o crescimento da criança e identificar dúvidas e necessidades relacionadas ao cuidado com o bebê.

Após esse primeiro atendimento, as mães e seus bebês eram encaminhados para uma sala previamente preparada pela fisioterapeuta. O ambiente foi organizado de forma a proporcionar segurança, conforto e tranquilidade, contando com iluminação adequada e som agradável, favorecendo um espaço acolhedor para a interação entre mãe e bebê.

Nesse momento, a fisioterapeuta apresentava e demonstrava a sequência da massagem Shantala, orientando as mães quanto aos movimentos e à forma adequada de realizá-los.

Em seguida, as próprias mães eram estimuladas a realizar a massagem em seus bebês, sob orientação e acompanhamento da profissional, possibilitando o aprendizado da técnica de maneira prática e participativa.

A literatura aponta que as mães percebem benefícios que vão além do afeto, relatando ganhos no bem-estar físico do lactente, tais como maior relaxamento, melhora do sono, alívio de dor associada a cólicas e flatulências e regulação do fluxo intestinal (NASCIMENTO et al., 2023; SOUZA; PINHEIRO; MOURA, 2023).

Durante a atividade, buscou-se respeitar o ritmo e as respostas individuais de cada bebê, observando sinais de conforto ou desconforto. As mães também eram orientadas quanto à importância de realizar a prática em ambiente tranquilo e em momentos adequados, além de terem espaço para compartilhar dúvidas, experiências e percepções relacionadas ao cuidado com seus filhos.

A proposta foi estruturada de forma contínua, com encontros realizados mensalmente, possibilitando o acompanhamento das mães e dos bebês, a retomada da técnica e o esclarecimento de dúvidas que surgissem ao longo do período.

Até o momento, foram realizados quatro encontros. A continuidade da atividade possibilitou que as mães relatassem suas experiências com a Shantala, compartilhassem dificuldades e percepções e recebessem novas orientações de acordo com as necessidades apresentadas.

A experiência tem apresentado resultados positivos, especialmente no que se refere à participação das mães, à interação com os bebês e à aproximação das famílias com a unidade de saúde.

A realização dos encontros também favoreceu momentos de troca entre as participantes e a equipe, fortalecendo o espaço de escuta e educação em saúde.

Dessa forma, a atividade buscou ultrapassar o ensino pontual de uma técnica de massagem, constituindo-se como um espaço contínuo de acolhimento, educação em saúde, escuta e fortalecimento do vínculo mãe-bebê, além de favorecer a continuidade do acompanhamento das crianças pela equipe da Estratégia Saúde da Família.

A aplicação da Shantala na Atenção Básica ultrapassa o cuidado individual, servindo como um dispositivo pedagógico para aproximar os profissionais dos usuários. Conforme observado por Souza, Pinheiro e Moura (2023) em vivências com gestantes e puérperas, as

oficinas dessa massagem fortalecem ações preventivas e promocionais em saúde, além de estreitar os laços entre a população local e as unidades de saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência desenvolvida na ESF João Bonito demonstrou que a utilização da Shantala pode constituir uma estratégia de cuidado, acolhimento e educação em saúde no contexto da Atenção Primária à Saúde.

A atividade possibilitou não apenas o ensino de uma técnica de massagem, mas também a criação de um espaço de aproximação entre mães, bebês e profissionais de saúde.

A realização dos encontros de forma mensal permitiu a continuidade do acompanhamento, o esclarecimento de dúvidas e a troca de experiências entre as mães e a equipe.

Até o momento, os quatro encontros realizados apresentaram participação e interação positivas, contribuindo para a aproximação das famílias com a unidade de saúde.

A atuação conjunta da enfermeira e da fisioterapeuta mostrou-se importante para a construção da atividade, possibilitando integrar o acompanhamento do crescimento e desenvolvimento da criança à educação em saúde e ao fortalecimento do vínculo mãe-bebê.

Nesse sentido, a experiência reforça a importância de ações simples, acessíveis e acolhedoras na Atenção Primária à Saúde, capazes de valorizar a participação da família no cuidado e ampliar as possibilidades de acompanhamento da criança.

A continuidade da proposta poderá contribuir para manter esse espaço de cuidado e fortalecer a relação entre as famílias e a equipe da Estratégia Saúde da Família.

DECLARAÇÃO DE CONFLITO DE INTERESSES

Os autores declaram não haver conflitos de interesses relacionados à concepção, ao desenvolvimento, à análise dos dados ou à publicação deste manuscrito.

SUPORTE FINANCEIRO

Os autores declaram que este estudo não recebeu financiamento de agências de fomento públicas, privadas ou sem fins lucrativos. Sendo todo o financiamento recurso próprio dos autores.

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Teissa de Freitas Pinto Martins: Conceituação e contextualização da temática; descrição e discussão da experiência; construção das considerações finais. **Gilmara Leal Lamanna**: Conceituação e contextualização da temática; descrição e discussão da experiência; construção das considerações finais. **Cintia Valéria Galdino:** Orientação e revisão geral do material.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 849, de 27 de março de 2017**. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 28 mar. 2017. p. 68-69. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html. Acesso em: 21 set. 2026.

NASCIMENTO, Thamires Rosa Freitas do; MENDES, Iza Belle Rodrigues; CARDOSO, Aline Mendes; LIMA, Yara Macambira Santana. **Massagem Shantala: uma prática integrativa como ferramenta terapêutica do vínculo mãe-filho**. *Research, Society and Development*, v. 12, n. 3, e4512340332, 2023. DOI: 10.33448/rsd-v12i3.40332. Disponível em: https://rsdjournal.org/rsd/article/view/40332. Acesso em: 21 set. 2026.

SOUZA, Carina Cardoso de; PINHEIRO, Paloma Andrade; MOURA, Thamis Maciel. **Shantala na atenção primária à saúde: relato de experiência**. *Revista Baiana de Saúde Pública*, v. 47, n. 2, p. 283-294, 2023. DOI: 10.22278/2318-2660.2023.v47.n2.a3950. Disponível em: https://rbsp.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/view/3950. Acesso em: 21 set. 2026.