

**29 - MASSAGEM KIDS BRASIL – PROGRAMA DE MASSAGEM EM CRIANÇAS NA ESCOLA**PAULA DE CAMPOS MELO EVANS<sup>1</sup>ANDRÉ LEONARDO DA SILVA NESSI<sup>2</sup>

Fisioterapia na UNIVAP – São José dos Campos – SP <sup>1</sup>Monitora  
Educação Profissional – SENAC – São José dos Campos – SP <sup>1</sup>  
Mestre em Gerontologia - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo  
– PUC<sup>2</sup>

**doi:10.16887/92.a1.29****Introdução**

Massagem é definida, segundo Cassar (2007), como um grupo de manobras, geralmente realizada com as mãos nos tecidos externos do organismo, com o propósito de produzir efeitos terapêuticos. E para Nessi (2021), como ação das mãos com riqueza de movimentos, como manobras e manipulações sobre a pele, com objetivos preventivos, relaxantes, psicológicos, esportivos, educacionais, estéticos e clínicos. De forma metódica e orientada. Estimula através do toque das mãos, todo o sistema circulatório, musculoesquelético, neurológico, digestório, bem como o sistema imunológico. Além disso, a massagem pode produzir efeitos psico-comportamentais, como, por exemplo, melhorar ou ampliar o relacionamento e a interação pais- filhos.

Num interessante relato do médico, Leboyer (2009), cita que no extremo oriente, nos países como China, Japão, Índia é bastante comum utilizar a massagem para bebês. Especificamente na Índia, observado por ele, a técnica é transmitida de mãe para filha com objetivo de proporcionar segurança e confiança para o bebê que, segundo a cultura do país, ficou desprotegido do ventre da mãe após o nascimento. Frederick Leboyer trouxe os conhecimentos de uma destas técnicas para o Ocidente, denominada “*Shantala*” (nome da indiana que massageava seu bebê e se deixou fotografar por Leboyer), esta é a técnica de massagem para bebês mais conhecida e divulgada (se não a única) entre a população leiga. No entanto, para Cruz e Caromano (2005), existem outras técnicas como a massagem praticada no sul da Ásia e a massagem clássica adaptada para bebês como a técnica Toque da borboleta (JARERO & ARTIGAS, 2009). Também citado por Giannotti (2001), que refere sobre o Toque Borboleta, técnica que utiliza manobras da massagem clássica associadas a mobilizações de segmentos corporais com objetivos terapêuticos.

No Brasil, o ensino de massagem para bebês, tanto em situação acadêmica quanto em

situações de ensino de condutas de saúde para população, não tem fortes vínculos nem com as escolas da área de saúde, nem com os hábitos e costumes do povo. No entanto, os benefícios desta conduta são relevantes do ponto de vista de desenvolvimento neuromotor, físico e emocional da criança quanto do estabelecimento de uma relação mãe-filho forte e saudável. Da pesquisa e publicação de Leboyer, somente na década de 90, os estudos sobre a importância do toque para os bebês e crianças, foram retomados, entre tantos pesquisadores, um notável, foi Montagu (1998), que descreve inúmeros experimentos sobre a pele, seus significados e suas emoções, através do toque.

Entre os experimentos, a quantidade maior de estudos foi realizada avaliando os efeitos psico-comportamentais da massagem, respeitando-se um mínimo de rigor científico. Sabe-se que a massagem proporciona relaxamento e cria uma mudança no estado emocional. Geralmente ocorre a substituição de sentimentos internos como tensão, estresse e ansiedade pela calma e tranquilidade. Frequentemente, a maioria dos relacionamentos entre duas pessoas tende a ter uma relação de contato físico, principalmente entre pais e filhos. Salvo raras exceções como, por exemplo, a rejeição ou a depressão que ocorrem no pós-parto, os pais gostam de ter contato físico com o filho desde seu nascimento, de acariciá-lo e abraçá-lo, além de brincarem com o bebê.

O bebê, futura criança, é dependente dos pais e tem necessidade desta estimulação para que possa ter um desenvolvimento saudável. Assim como na rotina das crianças, ocorre a necessidade de contato físico com a mãe, as crianças que apresentam qualquer alteração, disfunção ou doenças que acarretam deficiências, como a mental ou física, necessitam, além de cuidado e atenção, de muita estimulação adequada para que possam atingir um desenvolvimento neuropsicomotor mais próximo ao normal para sua autonomia.

Um estudo apresentado por Escalona et al. (2001), descreve a experiência de vinte crianças com autismo, com idade entre três e seis anos, que receberam massagem. Os pais das crianças foram treinados para massagearem seus filhos durante quinze minutos, todas as noites antes de dormir, por um mês. Os pais do grupo controle liam histórias para os filhos no mesmo período. Os resultados sugeriram que as crianças do grupo massageado apresentaram uma diminuição dos comportamentos estereotipados e demonstravam maior relacionamento social durante as brincadeiras realizadas e observadas na escola, bem como melhora no padrão do sono em relação ao grupo não massageado.

Provavelmente ocorreu uma diminuição da ansiedade destas crianças em decorrência da massagem. Segundo Cassar (2009), crianças hiperativas geralmente acabam sentindo-se frustradas, rejeitadas pelos colegas, deprimidas, com baixa autoestima e autoconfiança. Nestes casos, o autor indica a massagem para produzir relaxamento e reduzir a fadiga nos músculos,

além de satisfazer a necessidade de contato físico, aumentar a proximidade entre as crianças, bem como, reduzir os níveis de estresse. Giannotti (2001), utilizou a massagem com crianças desnutridas e com crianças na faixa entre três a seis anos que apresentavam comportamento rude e relacionamento agressivo com os companheiros em creches. Os resultados obtidos foram à rápida recuperação das crianças desnutridas e diminuição do comportamento agressivo e até a substituição deste por um comportamento mais carinhoso, bem como melhora da concentração destas crianças nas atividades propostas na creche, atendendo ao objetivo de aprendizagem (EI03EO05) da BNCC da educação infantil.

Além destes resultados, é possível encontrar estudos que relatam a melhora do sono, maior atividade respiratória diafragmática, diminuição dos soluços, maior sensação de segurança com os pais e cuidadores.

Na preocupação no bem-estar das crianças nas creches e pré-escolares, a profa. Paula Evans, em 2019, realizou seus estudos na busca de fundamentação, encontrando nos Estados Unidos, a MISA- Massage in Schools Association, apresentada pelas fundadoras Sylvie Héту e Mia Elmsater, um programa “Touch in Schools”. Hetu e Elmsater (2009), apresentam como Lema do Programa: “Uma estratégia revolucionária para melhorar a qualidade de vida, saúde e bem-estar das crianças e adolescentes”. Como Missão: “O programa proporciona que todas as crianças experimentem o toque positivo todos os dias”. E como Visão: “Promoção de momentos de bem-estar em contexto na sala de aula e em família. - Destina-se a crianças e adolescentes”.

A proposta é apresentar um Programa de Massagem Kids Brasil para Crianças na Escola para resgatar valores diminuídos como afetividade pelo outro, promover o bem-estar, melhora da autoestima, auto segurança e confiança, com resgate de atividades que utilizam o toque orientado, as brincadeiras táteis, convívio e interação lúdico social e a massagem com metodologia, de começo, meio e fim trabalhando os objetivos de aprendizagem EI03EO01 e EI03EO03 da BNCC da educação infantil.

## **Metodologia**

A metodologia descritiva de um Programa de Massagem Kids Brasil para crianças na Escola. O programa é composto pelas seguintes etapas:

Apresentação de todo o Programa para direção da creche ou escola, aprovada esta etapa, será apresentada para todo o corpo docente da escola.

Uma vez compreendida a implantação, é apresentada aos pais, que vão ler a autorização e assinar, cientes das atividades propostas para as crianças, que participaram do Programa de

## Massagem Kids Brasil.

A realização principal da Massagem Kids Brasil é feita em duplas (criança com criança). A massagem é aplicada por cima da roupa, nas costas, cabeça, braços e mãos das crianças com duração de 15 a 20 minutos. O Programa de Massagem Kids Brasil é bem estruturado, simples e de fácil aprendizado pelas crianças, que vivenciam uma rotina de movimentos e bem-estar, no ciclo estudantil anual.

Como primícias e metas, utilizar as melhores estratégias para melhorar a qualidade de vida, saúde e bem-estar das crianças e adolescentes (EI03CG04), com muita interação e convívio social, positivo através da massagem.

Através do Programa de Massagem Kids Brasil, além do toque, da massagem orientada, é primordial a diminuição do bullying e melhor cooperação na sala de aula, que são coletadas através de métricas, com observação e feedback dos professores e pais das crianças.

## Resultados e Discussões

Os benefícios do Programa de Massagem Kids Brasil nas crianças na Escola são fundamentados pelos relatos e pesquisas descritas nos Estados Unidos, Canadá e Europa. Para Hetu e Elmsater (2009), citam que tendemos a ter visões carregadas de emoção sobre o toque. Diferentes tipos de toque podem desencadear rápida e facilmente um amplo espectro de emoções. Portanto, também associamos o toque às emoções. Às vezes, o toque pode ser assustador e pode ser usado para nos machucar. Por outro lado, o toque pode nos ajudar a relaxar, pode trazer uma sensação de amor e ser carinhoso. O toque é, portanto, "sentido" em muitas diferentes maneiras. O toque e a forma como é fornecido têm efeitos fisiológicos no corpo. E antigas formas de pensar dividindo a mente, corpo e coração, estão dando lugar, para uma percepção completa do ser, através deste toque bem orientado. As inúmeras escolas e famílias que vivenciaram este Programa que foi implementado tem testemunhado os seguintes benefícios para as crianças, famílias, sociedade, como para a escola: (baseado em estudo e comprovação científica): As crianças vêm para a escola com suas próprias "Bagagem emocional" sendo influenciada por vários fatores. O estado emocional em que uma criança entra em uma sala de aula pode ter um efeito drástico em suas próprias capacidades de aprendizagem, no comportamento e no relacionamento com seus colegas de classe ou o professor. Um exemplo notável é o dos fenômenos de ligação e apego. Desde o trabalho do conhecido britânico psiquiatra John Bowlby na década de 1950, citado por Hetu e Elmsater (2009), centenas de pesquisadores têm investigado as teorias de vínculo e apego. O MISP incorpora muitos elementos de ligação, os principais sendo toque, ritmo e respeito. Professores implementando o programa são instruídos a serem estratégicos no emparelhamento de

crianças, o que lhes permite influenciar e contribuir para a habilidade de uma criança para desenvolver vínculos seguros. O emparelhamento estratégico pode ajudar as crianças a criar laços um-a-um com outras crianças e melhorar o vínculo coletivo de toda a turma. Em vez de se conectar com apenas um ou dois filhos, o que pode levar comportamentos anti sociais, as crianças aprendem a criar laços com várias crianças. Quando as crianças em uma sala de aula ou mesmo uma escola inteira têm a oportunidade de experimentar um contato simples e estimulante com todos seus colegas, um maior senso de segurança pode se desenvolver.

Exemplo de uma das atividades do programa do Massagem Kids Brasil: promover a segurança do local, além de manter ambiente calmo, pode utilizar música suave, com aplicação dos movimentos entre cinco a sete em um tempo de quinze minutos. As crianças que executam os movimentos, entre eles o de “Roda Gigante” devem fazer movimentos circulares amplos ao redor das escápulas. O Programa por ser uma proposta anual, apresenta diversos movimentos organizados e planejados para atender e diversificar a rotina das crianças. Onde cada movimento tem uma história, uma proposta, um objetivo, com seus efeitos e resultados. Durante a execução a ergonomia postural é orientado aos praticantes. Cientes, que esta é uma proposta descritiva, que almejamos aplicar e coletar dados futuros.

### **Considerações finais**

A importância do toque é notável através da observação do cotidiano, sendo ela evidenciada no relacionamento entre as pessoas. Neste Programa, entre filhos e pais, crianças e crianças, crianças e professores. O toque orientado e humanizado potencializa os resultados, porque as crianças são conjuntas de corpos, mentes e sentimentos.

Nossas considerações para com este Programa de Massagem Kids Brasil é que ele permite ao profissional remodelar a interpretação que a criança faz do mundo, para trabalhar suas dores, seus medos, suas inseguranças, abrindo-se a um estado sócio emocional de maior equilíbrio. É através do contato que as crianças se encontram com exclusividade, dando assim mais qualidade de vida as suas relações e transmitindo uns aos outros confiança e segurança, para chegar em um entendimento muito mais profundo, que os acompanhará durante toda a vida. O carinho que eles recebem através da massagem vai influenciar sua autoimagem, sua autoestima, segurança e respeito, com todos com quem vão se relacionar, fazendo com que ela se sinta querida, bonita e aceita; e mais tarde possa se relacionar e superar mais facilmente os problemas.

### **Referências Bibliográficas**

**CASSAR**, Mário Paul. Manual de Massagem Terapêutica. Barueri: Ed. Manole; 2007.

**CRUZ**, Cláudia Marchetti Vieira da; **CAROMANO**, Fátima Aparecida. Características das técnicas demassagem para bebês. Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 47-53, jan. /abr., 2005. **GIANNOTTI**, Maria Aparecida Alves. Massagem para bebês e crianças. São Paulo: Loyola; 2001.

**HETU**, Sylvie., **ELMSATER**, Mia. Touch in Schools: A revolutionary approach to replace bullying by respect and to reduce violence. England. 1st edition. UR Publications & Programmers Inc.; 2009 **JARERO**, I., & **ARTIGAS**, L. EMDR Integrative Group Treatment Protocol. Journal of EMDR Practice & Research, 3 (4), 287-288 (2009).

**LEBOYER** Frederick. Shantala - massagem para bebê: uma arte tradicional. São Paulo: Ground; 2009.

**MONTAGU** Ashley. Tocar: O significado humano da pele. 10ª Edição. São Paulo: Summus; 1998. **NESSI**, André. Massagem Antiestresse – Uma abordagem teoria e prática para o bem-estar. 6ª edição:revisada e atualizada. São Paulo: Phorte; 2021.

## **KIDS BRAZIL MASSAGE - SCHOOL CHILDREN'S MASSAGE PROGRAM**

### **Summary:**

In the last years between 2020 and 2021, the lives of Brazilian children were changed by the pandemic, due to the worldwide contamination by COVID-19, with the interruption of in-person classes, day care centers, pre-schools and schools did not have their in-person classes. Even with their rights guaranteed in their multiple possibilities, such as social, political, health, economic, historical and cultural, they were changed with the imposed isolation, closing their broader bodily movements to a reduced space in their homes. The impact on health and quality of life were affected by the lack of contact with other children in the same age group, which is important for the psychophysiological and socio-emotional development of children, who were forced to avoid physical contact and wear masks. Such imposed rules favored the children, losing contact with schoolmates, physical contact, playing during breaks for snacks, lack of stimulation on their skin, the largest organ of the human body, they are no longer stimulated as living beings. and social. The Kids Brasil Massage, as a proposal for a Massage Program for children at school, aims to rescue diminished values such as affection for others, promoting well-being, improving self-esteem, self-security and confidence, with the rescue of activities that use the oriented touch, tactile games, social interaction and social play, and massage with methodology, beginning, middle and end.

**Key words:** Massage, Children, School.

## **MASSAGE ENFANTS BRÉSIL - PROGRAMME DE MASSAGE SCOLAIRE POUR ENFANTS**

### **Résumé:**

Au cours des dernières années entre 2020 et 2021, la vie des enfants brésiliens a été changée par la pandémie, en raison de la contamination mondiale par COVID-19, avec l'interruption des cours en personne, les garderies, les écoles maternelles et les écoles n'ont pas ont leurs cours en personne. Même avec leurs droits garantis dans leurs multiples possibilités, telles que sociales, politiques, sanitaires, économiques, historiques et culturelles, ils ont été transformés avec l'isolement imposé, mettant fin à leurs mouvements corporels plus larges à un espace réduit dans leurs maisons. L'impact sur la santé et la qualité de vie a été affecté par le manque de contact avec d'autres enfants du même groupe d'âge, ce qui est important pour le développement psychophysiologique et socio-émotionnel des enfants, qui ont été

contraints d'éviter les contacts physiques et de porter des masques. De telles règles imposées favorisaient les enfants, perte de contact avec les camarades de classe, contacts physiques, jeux pendant les pauses pour les collations, manque de stimulation sur leur peau, le plus grand organe du corps humain, ils ne sont plus stimulés en tant qu'êtres vivants et sociaux. Le Kids Brasil Massage, en tant que proposition de programme de massage pour les enfants à l'école, vise à sauver des valeurs diminuées telles que l'affection pour les autres, la promotion du bien-être, l'amélioration de l'estime de soi, la sécurité et la confiance en soi, avec le sauvetage de activités qui utilisent le toucher orienté, les jeux tactiles, l'interaction sociale et le jeu social, et le massage avec méthodologie, début, milieu et fin.

**Mots clés:** Massage, Enfants, École.

## **MASAJE INFANTIL BRASIL - PROGRAMA ESCOLAR DE MASAJE INFANTIL**

### **Resumen:**

En los últimos años entre 2020 y 2021, la vida de los niños brasileños se vio alterada por la pandemia, debido a la contaminación mundial por COVID-19, con la interrupción de clases presenciales, guarderías, preescolares y escuelas no tener sus clases presenciales. Aún con sus derechos garantizados en sus múltiples posibilidades, tales como sociales, políticas, sanitarias, económicas, históricas y culturales, se cambiaron con el aislamiento impuesto, poniendo fin a sus movimientos corporales más amplios a un espacio reducido en sus hogares. El impacto en la salud y la calidad de vida se vio afectado por la falta de contacto con otros niños del mismo grupo de edad, lo que es importante para el desarrollo psicofisiológico y socioemocional de los niños, quienes se vieron obligados a evitar el contacto físico y usar máscaras. Tales reglas impuestas favorecieron a los niños, perdiendo el contacto con los compañeros, el contacto físico, jugando durante los descansos para la merienda, falta de estimulación en su piel, el órgano más grande del cuerpo humano, ya no son estimulados como seres vivos y sociales. El Masaje Kids Brasil, como propuesta de un Programa de Masaje para niños en la escuela, tiene como objetivo rescatar valores disminuidos como el afecto por los demás, promover el bienestar, mejorar la autoestima, la seguridad y la confianza en uno mismo, con el rescate de actividades que utilizan el tacto orientado, juegos táctiles, interacción social y juego social, y masaje con metodología, principio, medio y final.



**Palabras clave:** Masaje, Infantil, Escolar.

**MASSAGEM KIDS BRASIL – PROGRAMA DE MASSAGEM EM CRIANÇAS NA ESCOLA****Resumo:**

Nos últimos anos entre 2020 e 2021, as vidas das crianças brasileiras foram alteradas pela pandemia, devido a contaminação mundial pelo COVID-19, com a interrupção das aulas presenciais, as creches, pré-escolas e escolas, não tiveram suas aulas presenciais. Mesmo com seus direitos garantidos em suas múltiplas possibilidades, como social, políticas, saúde, economia, histórica e cultural, foram alterados com o isolamento imposto, encerrando os seus movimentos corporais mais amplos para um espaço reduzido em suas casas. O impacto na saúde e qualidade de vida, foram afetados, pela ausência do convívio com outras crianças na mesma faixa etária, importante para o desenvolvimento psicofisiológicas e socioemocional das crianças, que foram obrigadas a evitarem contatos físicos e usarem máscaras. Tais regras impostas, favoreceram com que as crianças, fossem perdendo o convívio com colegas da escola, contato físico, as brincadeiras nos intervalos para os lanches, falta de estímulo na sua pele, maior órgão do corpo humano, deixam de serem estimulados como seres vivos e sociais. A Massagem Kids Brasil, como proposta de um Programa de Massagem para crianças na escola, tem como objetivo resgatar valores diminuídos como afetividade pelo outro, promover o bem-estar, melhora da autoestima, auto segurança e confiança, com resgate de atividades que utilizam o toque orientado, as brincadeiras táteis, convívio e interação lúdico social e a massagem com metodologia, de começo, meio e fim.

**Palavras-chave:** Massagem, Crianças, Escolar.

Rua Heitor de Andrade, 1122 Jardim das  
Indústrias São José dos Campos – SP – CEP.

12.241-000 Brasil

Tel. (012) 981719105

E-mail: [paulacampos\\_fisio@hotmail.com](mailto:paulacampos_fisio@hotmail.com)