

## Metoda Shantali – włączmy rodzica w proces rehabilitacji i optymalnej pielęgnacji dziecka!

Na świat przychodzi dziecko. Dla każdego rodzica – spełnienie marzeń, dla lekarza – mały pacjent. Wszyscy chcą zapewnić małej istocie jak najlepszy start. Stworzyć warunki prawidłowego rozwoju. To łatwe, jeśli dziecko jest zdrowe, o wiele bardziej złożone – jeśli urodziło się z „deficytami”. Pediatra, neurolog, ortopeda – cały sztab specjalistów diagnozujących i próbujących usprawnić malucha. Przy nich zatroskany, przejęty rodzic. Czy można włączyć go w proces aktywnej rehabilitacji?

### Powrót do źródeł

Przed kilkoma laty dotarł do Polski nowatorski sposób wspomagania rehabilitacji medycznej przez rodzica, opiekuna lub osobę bliską. Był to słabo wówczas znany, ale głośny dzięki rewelacyjnym efektom tzw. masaż Shantali. Jego twórcą i propagatorem był Friderique Leboyer, francuski położnik, który w czasie jednej ze swoich wypraw do Indii spotkał młodą kobietę, Shantalę, przy pomocy masażu walcząca o zdrowie swojego przedwcześnie narodzonego dziecka. Metoda, którą posługiwała się Shantala, okazała się głęboko osadzona w tradycji. Hinduska nauczyła się jej od matki, a matka od swojej babki. Ku zdumieniu Leboyera wcześniak rozwijał się prawidłowo. Masaż matki dostarczał mu niezbędnych bodźców słuchowych, dotykowych i wzrokowych. Odpowiednia stymulacja zapewniała prawidłowy rozwój.

Do Europy masaż Shantali dotarł w latach 80. Rozwinął się zwłaszcza w USA, Kanadzie i Holandii, gdzie instruktorzy tej metody są dziś do dyspozycji w każdym ośrodku zdrowia. W Polsce ta metoda nadal jednak jest mało znana, a bywa wręcz niedoceniana. Instruktorów przeszkolonych do prowadzenia kursów masażu dziecięcego można dosłownie policzyć na palcach jednej ręki.

### Wszechstronność masażu Shantali

Masaż Shantali ma walory terapeutyczne, tonizujące, stymulujące. Skierowany jest do dzieci:

- znajdujących się w grupie ryzyka – narażonych na niepowodzenia w rozwoju psychoruchowym,

- z nadmiernym napięciem mięśniowym,
- po urazach mózgowo-czaszkowych,
- nadmiernie pobudzonych,
- z zaburzeniami gastrycznymi (kolkami),
- upośledzonych intelektualnie.

Masaż ma wiele walorów terapeutycznych. Stanowi silną formę komunikacji, wzmacniającą więź emocjonalną między rodzicem a dzieckiem. Masowanie sprawia maluchowi radość, uspokaja i relaksuje, pomaga w rozwoju fizycznym. Uważa się, że masaż niemowlęcia ma pozytywny wpływ na wszystkie układy. Jego praktykowanie może:

- pomóc dziecku w oddychaniu,
- usprawnić jego układ odpornościowy,
- przyspieszyć usuwanie produktów przemiany materii i toksyn przez skórę,
- wspomóc trawienie i przynieść ulgę w kolce i zaparciu,
- sprzyjać dobremu napięciu mięśni,
- uzupełnić rehabilitację medyczną,
- uspokoić dziecko i pomóc zasnąć.

Instruktorzy masażu metodą Shantali zwracają także uwagę na korzyści dla osoby wykonującej masaż:

- poprawia pewność siebie rodzica, wiarę w jego umiejętności opieki nad dzieckiem,
- uspokaja,
- łagodzi lub zapobiega depresji poporodowej u matek,
- poprawia więź z dzieckiem,
- pomaga w zrozumieniu dziecka, tego, co komunikuje, jakie potrzeby próbuje przekazać.

Jak widzimy, stosując metodę Shantali, rodzic może efektywnie stymulować dziecko do rozwoju w środowisku przyjaznym, bezpiecznym, domowym. Warto stosować masaż także profilaktycznie, aby mieć pewność, że pociecha rozwinię się harmonijnie.

### Lekarzu – informuj rodzica o kursach masażu!

Propagując masaż metodą Shantali, należy zwrócić uwagę na doniosłą rolę lekarza. Może on uświadomić rodziców o istnieniu tej metody i korzyściach z niej wypływających. Warto zwłaszcza podkreślić, że kursy masażu odbywają się zazwyczaj w środowisku znanym rodzicom i przyjaznym dziecku. Instruktor dobiera indywidualnie dopasowane sekwencje masażu. Uczy wykonywania ich spokojnie, zręcznie i z wyczuciem. Dzięki metodzie Shantali rodzic staje się aktywnym ogniwem w procesie rehabilitacji i usprawniania.



FOT. ARCHIWUM

MGR ANNA HARTMAN  
 CERTYFIKOWANY INSTRUKTOR MASAŻU SHANTALI  
 PEDAGOG SPECJALNY, TERAPEUTA  
 0691 514 567  
 WWW.MASAZDZIECIECY.ZAFRIKO.PL  
 MASAZDZIECIECY@ZA.PL