



**ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA**

**CURSO DE LICENCIATURA EM ENFERMAGEM**

**FLÁVIA MARQUES CUNHA**

**INÊS PESSOA DE JESUS**

**RUTE MARISA CANAS DOS SANTOS SILVA**

**SANDRA ISABEL ALMEIDA GASPAR**

**SARA RAQUEL SILVA E SILVA**

# **O TOQUE TERAPÊUTICO NO RECÉM-NASCIDO**



Trabalho elaborado no âmbito da unidade curricular de Técnicas de Intervenção para a Promoção do Bem-estar Sócio-Emocional, do 2º ano e do 1º semestre, orientado pela professora Maria Isabel Dias Marques.

Coimbra,

janeiro, 2016

*“A Massagem é uma coisa que se passa entre si  
e o seu bebé – é um partilhar de sentimentos,  
e até de pensamentos no mundo íntimo”*

Dr. Alan Heath & Nicki Bainbridge

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b> .....		<b>4</b>
<b>1 - TOQUE TERAPÊUTICO: BREVE ABORDAGEM HISTÓRICA</b> .....		<b>5</b>
<b>2 - OS BENEFÍCIOS DA MASSAGEM TERAPÊUTICA</b> .....		<b>8</b>
2.1 – OS BENEFÍCIOS PARA O RECÉM NASCIDO .....		8
2.2 – OS BENEFÍCIOS PARA OS PAIS DO RECÉM-NASCIDO .....		9
2.3 – VINCULAÇÃO ENTRE PAIS E RECÉM NASCIDO .....		10
<b>3 – A MASSAGEM TERAPÊUTICA</b> .....		<b>11</b>
3.1 – A PREPARAÇÃO DA MASSAGEM.....		11
3.2 – A TÉCNICA DE EXECUÇÃO .....		11
<b>4 – ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE MASSAGEM INFANTIL</b> .....		<b>14</b>
<b>5 – IMPORTÂNCIA DO PROGRAMA “BABY LIFE TOUCH”</b> .....		<b>16</b>
<b>CONCLUSÃO</b> .....		<b>18</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....		<b>19</b>

## ANEXOS

**ANEXO I** – Tabelas de atividades da Associação Portuguesa Massagem Infantil

**ANEXO II** – Programa “Baby Life Touch”



## INTRODUÇÃO

O toque é um gesto que faz parte do quotidiano e por intermédio dele muitas mensagens são transmitidas, podendo ser, por isso, considerado um meio facilitador ou agravante na comunicação e na formação de vínculos.

Segundo Pacheco, Viegas and Rosa (2007), o toque terapêutico é um método holístico, que se baseia na concepção de que o ser humano possui um campo de energia abundante, que se pode estender além da pele e flui em alguns padrões que se pretendem equilibrados.

Escolhemos este tema, pois é uma temática pouco divulgada, mas que possui grande importância e benefícios para todas as faixas etárias. Neste sentido, o toque terapêutico deve ser efetuado no recém nascido para que este comece a estabelecer vínculos afetivos com os seus progenitores e para ajudar no seu desenvolvimento.

Com este trabalho pretendemos aprofundar o conhecimento acerca do tema, abordando o contexto histórico, os benefícios do toque terapêutico, a técnica de massagem terapêutica e o que integra a Associação Portuguesa de Massagem Infantil (APMI) sobre esta temática. Para atingir os objetivos propostos, recorreu-se a informação em artigos científicos, PowerPoint, livros e visualização de demonstrações reais. Ao longo do trabalho é abordado o tema da massagem terapêutica tendo em consideração a definição de toque.

O trabalho está dividido em quatro capítulos, onde no primeiro capítulo é abordado o contexto histórico, no segundo capítulo são abordados os benefícios do toque terapêutico, bem como a importância do vínculo criado por este, no terceiro capítulo é descrito o procedimento da massagem terapêutica no recém nascido e, por fim, no quarto capítulo referimo-nos à APMI.



## **1. TOQUE TERAPÊUTICO: BREVE ABORDAGEM HISTÓRICA**

O Toque Terapêutico deriva da imposição das mãos com fins terapêuticos e espirituais, uma arte antiga com base religiosa, de acordo com as citações da bíblia. Já em 1800 a.C, os hindus (povo Hinduísmo) utilizavam a massagem para redução de peso, indução do sono, combate à fadiga e relaxamento. Foram encontrados registos desta prática escrita pelos médicos egípcios por volta dos 1552 a.C no Papiro Ebers.

Existem artigos escritos por Hipócrates no século V a.C, por Avicena no século X d.C e por Ambrose Pare no século XVI d.C.

Por volta de 1970, Dolores Krieger, enfermeira e professora na escola de Enfermagem da Universidade de New York, e a terapeuta Dora Van Gelder Kunz desenvolveram a disciplina que chamaram "o toque terapêutico", para ajudar os pacientes a melhorar a saúde física e emocional.

Dolores Krieger, em 1975, apresentou os benefícios do Toque Terapêutico através da medição de índices fisiológicos em seres humanos após estudos laboratoriais. Comprovou que após a aplicação do Toque Terapêutico ocorrem significativas alterações fisiológicas em doentes hospitalizados por diferentes tipos de patologias.

De acordo com o Instituto Nacional de Saúde de Washington, com base em cerca de trinta teses de doutoramento foi atribuído ao Toque Terapêutico, em 1994, a comprovação da sua eficácia como terapia alternativa.

A partir dos excelentes resultados alcançados pelos primeiros praticantes, esta técnica foi rapidamente divulgada para outros países.

A massagem infantil é uma prática com raízes na Ásia. Esta foi popularizada na Europa e nos Estados Unidos da América (E.U.A.) pelo médico francês Frédéric Leboyer e divulgada de um modo mais sistemático por Vimala McClure. (McCLURE, 2008)

Vimala McClure aprendeu as técnicas de massagem infantil num orfanato indiano onde trabalhou no início dos anos 70. No final dessa década desenvolveu os primeiros programas de formação para instrutores de massagens e em 1986 fundou a Associação Internacional de Massagem Infantil (AIMI), iniciando assim um programa com pais e

bebés utilizando a prática antiga da massagem infantil que interliga a Massagem Indiana, com a Massagem Sueca, com Reflexologia e Yoga. (McCLURE, 2008)

## **2 - OS BENEFÍCIOS DA MASSAGEM TERAPÊUTICA**

### **2.1 – OS BENEFÍCIOS PARA O RECÉM NASCIDO**

Massajar um recém nascido é fácil de aprender e executar e necessita de pouco material e nada custa, exceto tempo e dedicação. É uma maneira de o conhecer, observando as suas expressões e reações aos diferentes toques, as formas do seu corpo e a sensação que lhe é transmitida através dos dedinhos das mãos e dos pés. A massagem auxilia também o bebê a atingir um “estado de sossego e de alerta”, onde este fica calmo, receptivo e procurará uma ligação (olhos nos olhos), criando assim, um sentimento de intimidade entre ambos.

Os bebês que usufruem da massagem possuem vários benefícios, imediatos e futuros, a nível emocional, social e físico, sendo que alguns desses benefícios são:

- **Segurança**

Um bom contato físico entre pais e filho, faz com que este se sinta amado e valorizado, sentimentos estes que desenvolverão a sua autoestima e autoconfiança. Fornecer-lhe-á a estabilidade que o bebê vai precisar para vir a ser um adulto feliz, confiante e emocionalmente maduro.

- **Bem- Estar Geral**

Os bebês que recebem toques com amor, adoecem e choram menos do que os outros. A massagem também favorece a circulação, o sistema imunitário (facilita os movimentos da linfa, que expulsa substâncias perigosas ao organismo), alivia a dor, estimula a descontração, auxilia a regular o sono, a reduzir o stress, ajuda a tranquilizar o bebê quando está a chorar e ainda, alivia os sintomas de complicações vulgares, tais como: cólicas, sinusite, excesso de muco, constipações, flatulência, prisão de ventre, dentição e pele seca.

- **Crescimento**

A massagem promove a autoconsciência do corpo, tonifica os músculos, flexibiliza as articulações, estimula o sistema nervoso, a digestão e a respiração.

- Aptidões Sociais

Ao tocar no bebê, ensina-se este a comunicar e a interagir, dando-lhe competências para desenvolver a autoestima e a sociabilidade.

## 2.2 – OS BENEFÍCIOS PARA OS PAIS DO RECÉM-NASCIDO

Muitos pais têm dificuldades nos primeiros tempos a desempenhar o seu papel, uma vez que receiam tocar no seu filho por não possuírem experiência e/ou não entenderem o que este necessita quando chora. Assim, a frustração decai sobre os pais e cria-se uma espiral viciosa e negativa.

Através da massagem, os pais obtêm maior confiança em tocar no filho, aprendem a observar e a interpretar a reação deste ao contato, fazendo-os reconhecer os ritmos naturais do bebê, o que gosta ou detesta e, por vezes, compreendendo-o melhor. Os benefícios que a realização da massagem traz para os pais são:

- Relaxamento

Ao realizar a massagem ao seu bebê, o progenitor/a estará com a sua atenção focada nele e, ao mesmo tempo a interagir com ele. Assim, proporciona um processo relaxante e agradável para os pais.

- Confiança

Os progenitores compreendendo o seu bebê, tendem a sentir-se confiantes no seu papel. O contato físico que a massagem possibilita, torna favorável o conforto ao lidar com o corpo do bebê.

- Sensibilidade

Não sabendo se um determinado toque não agrada ao bebê ou que determinada pressão o incomoda, pois este não lhe pode dizer, os pais devem observar as reações do bebê e interpretá-las. Assim, as suas aptidões como progenitores irão ser desenvolvidas, aprendendo a fazer leituras daquilo que o seu bebê lhe mostra, ou seja, a percebê-lo.

- Relação Pais/Bebé

A intercomunicação não-verbal através da massagem suscita relações bilaterais que futuramente continuarão a existir. A massagem propicia também momentos de intimidade entre ambos, criando sólidos alicerces entre eles para o futuro.

### 2.3 – VINCULAÇÃO ENTRE PAIS E RECÉM NASCIDO

O toque terapêutico tem várias finalidades sendo uma delas a criação de vínculos entre o recém nascido e os pais, realçados na execução da massagem terapêutica ao mesmo. A massagem terapêutica vai permitir que o recém nascido permaneça continuamente junto aos pais, beneficiando, através desta aproximação e do contato físico prolongado, a satisfação das necessidades afetivas, sociais e biológicas do recém nascido e dos pais promovendo assim, um forte laço entre estes. Sato and Nascimento (2000, p.59) referem que “[...]é o primeiro passo da felicidade familiar, onde pais e filhos criam laços afetivos que irão influenciar a vida de ambos e, conseqüentemente, se refletirá na sociedade.”

Segundo, Austregésilo apud BRÊTAS; SILVA (1998, p.61), “a massagem é a linguagem do tato[...].É uma forma íntima de contato entre duas pessoas.” Esta é fundamental para que o bebê cresça, pois estimula os sistemas músculo esquelético, nervoso e circulatório, afetando, dessa forma, os processos bioquímicos e fisiológicos regulados também por esses sistemas, bem como para estabelecer segurança, carinho e para melhorar ou evitar uma variedade de problemas de saúde.

O objetivo principal da massagem é manter o contato regular, tanto para que o bebê se sinta acarinhado e seguro como também para que os pais estabeleçam uma relação de vínculo com o filho. O toque é o meio de comunicação mais íntimo e poderoso que se pode ter, pois possibilita um canal de comunicação importante, a partir de um diálogo corporal. Este proporciona uma experiência rica em estímulos sensorio-motores, principalmente tátil, assim como afeto, segurança e aprendizagem, sendo uma linguagem universal que o bebê compreende bem.

### **3 - A MASSAGEM TERAPÊUTICA**

#### **3.1 – A PREPARAÇÃO DA MASSAGEM**

A massagem deve ser efetuada quando o recém nascido estiver num estado de alerta tranquilo, sendo que os pais não devem ter qualquer tipo de adorno nas mãos e as unhas devem estar cortadas, de modo a não causarem nenhum ferimento ao recém nascido. Além disto, os pais devem estar o mais calmos e relaxados possíveis, uma vez que as suas energias são transmitidas ao bebé durante a massagem.

A massagem deve ser efetuada num sítio calmo e sem ruídos, pois este é um momento de partilha de emoções entre os pais e o recém nascido. A temperatura é também um aspecto muito importante, sendo que está deverá proporcionar o bem-estar do bebé e dos pais, por isso, não deverá ser muito elevada nem muito baixa.

A preparação do material e do local onde vai ser efetuada a massagem deverá ser efetuada antes de iniciar a massagem, para que durante esta não existam interrupções. O local para realizar a massagem deve conter colchões, toalhas e almofadas, de modo a que o bebé se pode deitar e os pais estejam sentados confortavelmente. Em relação ao material necessário para a massagem os pais deverão ter ao seu alcance o óleo natural (morno), fraldas e toalhetes. O objetivo do óleo é evitar a fricção entre a pele do recém nascido e dos progenitores e hidratar a pele do bebé.

Em suma, estando reunidas as condições do ambiente e o bebé preparado para receber a massagem, os pais estão prontos para começar a realizá-la e a proporcionar uma troca de energias prazerosa.

#### **3.2 – A TÉCNICA DE EXECUÇÃO**

Após a preparação do ambiente (espaço aquecido e confortável), do local exato onde vai ocorrer a massagem (colocação de toalhas, almofadas, colchões para os pais se sentarem

e o recém nascido estar deitado), dos pais (estes devem estar calmos e relaxados) e do recém nascido (este têm que estar no seu estado alerta tranquilo, calmo, despido e disponível para receber a massagem), os pais estão prontos para iniciar a massagem terapêutica. Antes de iniciar esta técnica, os pais devem questionar o recém nascido se ele quer receber a massagem.

A massagem terapêutica começa pelos membros inferiores, onde a mãe ou o pai, dependendo de quem vai efetuar-la, deverá colocar o óleo natural nas suas mãos e, posteriormente, começar a realizar a massagem. Nas pernas começamos com afluoramentos, onde a pessoa que realiza a massagem deve abrir a sua mão, agarrando a perna do recém nascido e deslizando ao longo de todo o membro inferior, repetindo várias vezes o movimento primeiro numa perna e depois na outra. De seguida, efetua-se o movimento de torções nas pernas, onde através da colocação das mãos lado a lado, envolvendo as pernas, o progenitor deverá efetuar movimentos suaves ao longo de todo o membro através da rotação das suas mãos. Posteriormente, começasse a massajar o pé, onde, inicialmente, se desliza e fazem movimentos de rotação pela região plantar, de seguida massaja-se a região dorsal do pé e, por fim, os pais deverão puxar suavemente cada dedo do pé do recém nascido.

Seguidamente, passasse para a barriga onde são efetuados movimentos circulares no sentido do cólon, sendo estes repetidos várias vezes. É importante, deste modo, que o formador mostre uma imagem do cólon, para que os pais percebam o porquê de os movimentos circulares terem de ser feitos no sentido do cólon e não poderem ser efetuados no sentido contrário. Depois, o pai ou a mãe deverá deslizar com as suas mãos ao longo do peito do recém nascido, no sentido descendente e ascendente.

Após deslizar as mãos sobre o peito do recém nascido, passasse para os membros superiores onde se inicia com o deslizamento das mãos da pessoa que está a massajar ao longo de todo o membro superior do recém nascido, repetindo várias vezes e em ambos os membros superiores. Depois, efetua-se a torção dos membros superiores, em que esta é realizada seguindo os princípios utilizados no membro inferior, e em seguida, passasse para as mãos onde são efetuados movimentos de extensão das mesmas e os puxões suaves nos dedos do recém nascido.

Por fim, passasse para a cabeça e a cara, que constituem os últimos locais a serem massajados no decúbito dorsal, sendo que nestes não é aconselhável a utilização de óleo natural e, por isso, se os pais tiverem óleo nas suas mãos deverão limpá-las à toalha. A

cara e a cabeça são os locais onde, geralmente, os recém nascidos não gostam de receber a massagem, por isso, se os pais verificarem que o bebê não está a gostar, devem parar imediatamente de efetuar a massagem e passar para outra região do corpo. Na cara, inicia-se a massagem com afluoramentos na testa e nas sobrancelhas, em que se efetua o deslizar de cada polegar exteriormente (ou seja, no sentido das orelhas do recém nascido), de seguida são efetuados os afluoramentos no nariz, onde as mãos deslizam ao longo do nariz, depois são efetuados os afluoramentos na parte superior do lábio e nas bochechas e terminasse nas orelhas onde deverão ser efetuados movimentos circulares descendentes. Após a massagem na cara e na cabeça, os pais devem colocar o bebê em decúbito ventral e massajar as costas, começando com movimentos descendentes ao longo de todas as costas e terminando com movimentos circulares de cada lado da coluna vertebral. É importante que durante a massagem os pais estabeleçam contacto visual com o recém nascido e que comuniquem com ele, falando ou cantando à medida que vão realizando a massagem.

#### **4 – ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE MASSAGEM INFANTIL**

A APMI foi criada em Portugal com as linhas da AIMI e é uma associação sem fins lucrativos de âmbito nacional em que todos os seus instrutores/ formadores são certificados pela AIMI.

A AIMI, existe desde 1986, com o objectivo de promover o toque através do programa de Vimala McClure, que já existe em 69 países.

A APMI visa a promoção dos objectivos da AIMI adaptando-os às directrizes da associação portuguesa, realizando formação com formadores creditados pela AIMI, como já foi referido anteriormente. Esta cria e incentiva formas de voluntariado social na área da massagem infantil, o que tem vindo a ser cada vez mais necessário, uma vez que existem mães cada vez mais jovens ou até mesmo de idade avançada que não sabem como tocar no seu bebé. Esta associação surgiu com vista a dar resposta às necessidades evolutivas do nosso país, para que os pais, educadores e tutores possam conhecer as suas crianças das várias maneiras que estes conseguem comunicar enquanto não expressam verbalmente o que necessitam.

Esta associação organiza anualmente um plano de formação de cursos de instrutores de massagem infantil por todo o país e ilhas, em que participam duas trainers, que são formadoras que residem em Portugal. À medida que estes cursos decorrem no nosso país, a AIMI tem conhecimento e no seu site também é divulgado para que os restantes países tenham conhecimento das atividades realizadas por Portugal. Assim, isto ajuda-nos a afirmar que existe sempre um canal de comunicação entre a AIMI e a APMI, que divulga todas as formações, workshops e congressos internacionais que vão decorrendo ao longo do tempo. Desta forma, a APMI pretende, de uma forma homogénea, credenciada e qualificada, divulgar junto à população Portuguesa a massagem do bebé e a sua importância no desenvolvimento biopsicossocial.

Como qualquer associação, a APMI também realizou e realiza diversas atividades ao longo do ano (**ver anexo I**).

A principal missão da APMI é a promoção do toque e a comunicação através de cursos, educação e investigação, para que pais, educadores e adultos responsáveis por crianças,

possam valorizar o toque nas diferentes comunidades mundiais e incentivar as próprias crianças a tocar no próximo. Com este principal objectivo, temos implícito o conceito de vinculação que se torna fundamental nesta temática.

## **5 – IMPORTÂNCIA DO PROGRAMA “BABY LIFE TOUCH”**

Um dos aspectos importante para o bebê são as sensações da pele, onde os pais fornecem estimulação sensorial através dos meios tátil, visual, auditivo (manipulados através da massagem) e da comunicação. A privação desses estímulos por parte dos pais poderá acarretar problemas fisiológicos e psicológicos para o bebê no futuro.

A qualidade do toque na vida infantil pode gerar tendências positivas no decorrer do seu crescimento, levando à formação de uma personalidade terna e amorosa. As pontas dos dedos no bebê fornecem a existência de um universo, levando-o ao desenvolvimento da consciência do seu próprio corpo e o dos pais, favorecendo a comunicação e a ligação com o outro.

Normalmente, o bebê emite comportamentos para procurar o toque e toda a atenção dos progenitores. Quando este se manifesta frustrado por não conseguir o contacto que necessita, acaba por ter outros comportamentos como chuchar no dedo, agarrar partes do seu corpo, balançar-se, entre outros. Estes comportamentos são uma regressão do recém nascido perante a vida intra-uterina.

A massagem é uma forma ampliada de tocar com qualidade, sendo bastante adequada aos bebês, uma vez que saíram da sua posição fetal e, por isso, necessitam de exercitar os seus músculos e articulações. Esta, ainda, possui benefícios a nível da respiração, da frequência cardíaca e da digestão do bebê.

Assim, quando se fala em necessidades do bebê, fala-se também do toque, dos carinhos e dos mimos, do amor compartilhado entre os pais e o bebê. E que melhor forma de transmitir esse amor do que através do toque? As massagens são uma das melhores formas de dizer ao seu filho que o ama e que lhe quer muito. Estas permitem, também, transmitir ao seu bebê toda a energia que circula entre ambos. O bebê sente o calor da sua mãe através das suas mãos e é este calor que lhe transmite harmonia, paz e imenso amor, sendo que ele recorda inconscientemente todos os sentimentos que tinha dentro do ventre materno e acalma-se. A realização da massagem permite aos pais conhecerem o seu filho e, deste modo, os pais devem reservar um tempo para massajá-lo com calma e paciência.

Conclui-se que existe a necessidade de tocarmos com carinho os recém nascidos, os bebês e as crianças no quotidiano e que esse toque favorece o desenvolvimento das capacidades afectivas e emocionais que vão influenciar a personalidade destes futuros adultos para o resto da sua vida.

Após a explicação da importância do programa “Baby Life Touch”, abordaremos alguns aspectos importantes do programa que elaboramos com base no programa da Enfermeira Amélia (**ver anexo II**). O principal objectivo deste programa é dar a conhecer os pais aos recém nascidos e vice-versa, através do toque que atualmente é cada vez mais valorizado.

O nosso programa é dividido em três sessões distintas, em que os pais para além de praticarem a massagem e o toque terapêutico com o seu recém nascido, podem também partilhar experiências com outros casais e esclarecer dúvidas com toda a equipa de enfermagem. A primeira sessão contempla a apresentação de todo o programa e a primeira abordagem ao recém nascido, que será pelas pernas, pés e abdómen através do toque de relaxamento. O enfermeiro efetua a demonstração inicial num manequim e, posteriormente, os pais devem realizar e ele vai auxiliando. A segunda sessão consiste na abordagem a um protocolo de cólicas, continuação da massagem do abdómen, peito e braços, com recurso ao toque terapêutico, em que tal como na primeira sessão primeiro o enfermeiro executa no manequim e depois os pais efetuam no seu filho. Por fim, na terceira sessão é feita uma abordagem à cabeça, costas e nádegas utilizando toque de relaxamento e técnicas de contenção.

Em suma, batizamos o programa como o seguinte nome “Baby Life Touch”, em que pretendemos reforçar a ideia de que durante a massagem terapêutica os pais estabelecem vínculos fortes com os seus filhos, e que esse estabelecer de vínculos fará com que os pais percebam cada choro, cada expressão e cada necessidade dos seus filhos.

## CONCLUSÃO

Em cada bebê que chora insistentemente, sem que haja uma causa física aparente, há quase sempre um pedido de ajuda que precisa de ser escutado e atendido com a máxima empatia, respeito e compreensão. Quando atendemos a um pedido de ajuda, a necessidade deixa de ser gritada, uma vez que ninguém grita desesperado por algo que já tem. Desta forma, queremos sensibilizar todos os pais para saberem escutar os seus bebês, pois um choro mais forte pode apenas estar a pedir companhia, um mimo, algo que satisfaça o bebê e conforte também o coração dos pais.

Coisas tão simples como o toque e a massagem, podem ser tudo o que o bebê necessita. Por isso, pretendemos transmitir a importância do toque a cada pai, mãe, educadora, enfermeiro e todas as pessoas que lidam com bebês.

Podemos, então, concluir que há a necessidade de tocarmos com carinho nos recém nascidos, pois este vai se tornar num adulto mais seguro e feliz. O toque possui numerosos benefícios que geram um melhor desenvolvimento físico, emocional e social, e que potenciam uma personalidade terna e amável.

Com a realização deste trabalho, conseguimos atingir todos os objetivos a que nos propusemos na introdução, sendo que as principais dificuldades sentidas foram o encontrar informação pertinente para o trabalho em artigos, encontrar livros com informação do nosso tema e escolher um nome e elaborar um logótipo para o programa.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Associação Portuguesa de Massagem Infantil. (n.d.). Recuperado de <http://www.apmi.org.pt/site/index.php>
- Bainbridge, N., & Heath, A. (2000). *Bebé Guia Ilustrado da Massagem: O poder calmante do toque*. Portugal: Livraria Civilização Editora
- Benefícios – Comunicando amor através do toque. (2016). Recuperado de Enfª Amélia Cunha
- Mario-Paul Cassar. (2001). *Manual de Massagem Terapêutica*. Recuperado de <http://www.esenfc.pt/site/>
- McClure, Vimala S. (2008). *Manual for Infant Massage Instructors*. Associação Internacional de Massagem Infantil
- Pacheco, S., Viegas, S., Rosa, Z. (2007). Toque Terapêutico – fundamentação e aplicabilidade em enfermagem. *Nursing Edição Portuguesa*, nº224. Recuperado de <http://www.forumenfermagem.org/dossier-tecnico/revistas/item/3099-toque-terapeutico-fundamentacao-e-aplicabilidade-em-enfermagem#.Vn6qK9KsX1Y>
- Projeto de Pesquisa: Toque Terapêutico na Clínica de Enfermagem Unaerp Guarujá.(n.d.). *I Simpósio internacional de ciências integradas*. Recuperado de <http://www.unaerp.br/sici-unaerp/edicoes-anteriores/2004/secao-1/799-toque-terapeutico-na-clinica-de-enfermagem-da-unaerp-guaruja/file>
- Sato, G., & Nascimento, M. J. P. (2000). Estímulo ao vínculo mãe e filho através do toque. *Revista de Enfermagem UNISA*, 1, 59-62. Recuperado de <http://www.unisa.br/graduacao/biologicas/enfer/revista/arquivos/2000-14.pdf>