



# Os riscos ocultos das boias de pescoço para bebês

***Françoise Freedman  
Shawn Tomlinson***

*Tradução feita pelo INATI para o artigo original*  
The hidden risks of floating neck rings for babies

## Introdução a tradução do artigo

Resolvemos traduzir o artigo “Os riscos ocultos das boias de pescoço para bebês” (The Hidden Risks of Floating Neck Rings for Babies) para ajudar os profissionais que atuam com natação infantil no entendimento sobre o material conhecido em inglês como *Floating Neck Ring* (em tradução literal *Anel de Flutuação de Pescoço*), mas que é chamado popularmente no Brasil de *Boia de Pescoço*.

O artigo, de 2017, foi escrito por duas renomadas profissionais especializadas em natação para bebês, Françoise Freedman e Shawn Tomlinson (já palestrou no CBNI), radicadas na Inglaterra e com o aval de duas instituições de alto gabarito, Birthlight e STA. Ele parte da percepção de crescimento do uso do produto em países como Austrália e Inglaterra, depois de ter sido criado na China para uso em spas e, em alguns casos, como uma alternativa as aulas de natação para bebês.

Há alguns anos as boias de pescoço estão sendo comercializadas em nosso país, especialmente por canais na internet, e tem gerado discussões sobre suas possíveis virtudes e defeitos.

Na nossa realidade a utilização principal da boia é por bebês em piscinas e banheiras de residências. Com o crescimento de utilização, alguns professores de natação têm se mostrado interessados em entender se o material pode ter um uso pedagógico nas aulas.

O artigo traz muitas informações fundamentadas valiosas para subsidiar os profissionais na formação de uma opinião sobre a utilidade da boia de pescoço, seja para aplicação no trabalho ou na orientação dos clientes.

Um ponto que não é abordado, mas é importante realçar, é a questão da segurança, visto que a análise feita no artigo leva em consideração boias de pescoço produzidas em espuma, enquanto no Brasil, a maioria das boias importadas é de plástico, com uma grande propensão a furar e ou esvaziar, aumentando o risco para a segurança do bebê na água. Vale ainda salientar que, independentemente do tipo de matéria prima, nenhuma boia pode ser considerada material de segurança aquática e, por isso, não dispensa a supervisão atenta e constante de um adulto.

Boa leitura,  
Sandra Rossi Madormo  
Diretora Técnica - INATI

## Os riscos ocultos das boias de pescoço para bebês

*Françoise Freedman*, Birthlight - fundadora

*Shawn Tomlinson*, Birthlight e STA - tutora de natação para bebês

---

*STA e Birthlight gostariam de emitir uma mensagem de cautela sobre o uso de boias de pescoço para bebês como auxílio de flutuação, na perspectiva de professores de natação para bebês preocupados em promover atividades aquáticas que melhor apoiem o desenvolvimento infantil.*

Imagens do primeiro spa para bebês inaugurado na Austrália (Perth), alguns anos depois do início dos spas para bebês ganhando popularidade na China, mostra bebês de várias idades flutuando apoiados em boias de pescoço roxas em banheiras, após o que recebem uma massagem. As fotos evocam um sonho de pais ocupados: bebês calmos flutuando com segurança sob supervisão, seus rostos mantidos com segurança acima da água, enquanto os adultos podem relaxar e bebericar drinks, confiantes de que os bebês estão tendo um deleite. Tanques flutuantes para adultos estão ganhando popularidade em todo o mundo após pesquisas confirmarem os benefícios de flutuar em água quente, mas esses benefícios se aplicam a bebês? E as boias de pescoço podem ter efeitos prejudiciais no desenvolvimento das espinhas dos bebês e, portanto, no sistema nervoso e no desenvolvimento cerebral? Neste dispositivo está faltando o ponto sobre o que o bebê pode ganhar por estar na água? STA e Birthlight gostariam de emitir uma mensagem de cautela sobre o uso das boias de pescoço para bebês como um auxílio de flutuação, na perspectiva de professores de natação de bebês preocupados em promover atividades aquáticas que melhor apoiem o desenvolvimento infantil.

No mundo de hoje, os bebês passam muito tempo em engenhocas que os isolam dos contatos humanos. Algumas são necessárias, como cadeiras seguras de bebês para carros. Outros gostam de berços de balanço elétricos, cadeiras e carrinhos, são comercializados como agradável economia de trabalho para os pais, e até mesmo positivas para bebês. As boias de pescoço fazem parte desta cultura global de engenhocas de bebês. Os pais não precisam entrar na água e os bebês são mantidos a salvo de submersão acidental, mas vejamos os custos e riscos ocultos. Estes são físicos, neurológicos e psicológicos, e como tudo com bebês, eles estão interligados.

Quando os bebês ficam pendurados verticalmente na água com as cabeças apoiadas por uma estrutura de espuma semirrígida - particularmente aqueles com menos de 5 meses - surge a preocupação com a compressão das vértebras suaves e sutis em seus pescoços e tensão nos ligamentos e músculos. Desenvolvimento infantil é céfalo-caudal (procedendo da cabeça para baixo), e o controle da cabeça é a primeira grande tarefa que os bebês dominam em seus primeiros meses, seguido de rolamentos. Os principais movimentos corporais que ajudam bebês para atingir esses primeiros marcos são restringidos pelas boias no pescoço. Mesmo permitindo flutuabilidade, chute ativo (primeiro involuntário e depois voluntário), pode colocar pressão indevida sobre o pescoço porque a boia de pescoço torna difícil, senão impossível, a integração dos movimentos da parte superior e inferior do corpo. Além disso, tem um impacto no desenvolvimento ideal das curvas da coluna vertebral. Os bebês nascem com coluna em C, sem curvas lombares ou cervicais<sup>1</sup>. Isto é, movimentos integrados de todo o corpo que auxiliam na formação da curvatura da coluna vertebral, que os ajudará a sentar, levantar e andar. Ao manter uma posição travada da parte superior, músculos das costas e peitorais envolvidos nos movimentos iniciais da cabeça, as boias de pescoço criam artificialmente uma extensão da coluna vertebral que pode enfraquecer em vez de fortalecer a parte inferior das costas dos bebês, no médio e longo prazos. As conexões craniossacrais<sup>2</sup> são agora bem reconhecidas. Poucos bebês nascem sem alguma compressão em seu pescoço e crânio, devido à sua posição fetal no útero na hora do nascimento, mesmo que sejam de parto cesáreo. Alguns podem até experimentar o cordão umbilical em volta do pescoço. Parece uma pena perder o potencial afrouxamento da tensão que estar na água pode permitir e talvez até adicionar mais compressão usando uma boia de pescoço.

Alternar entre extensão e flexão da coluna é essencial para ajudar os reflexos primitivos dos bebês que integram e apoiam o surgimento de reflexos posturais. Estas são camadas fundamentais para os padrões de movimento que se desenvolvem posteriormente. Os bebês precisam ser mantidos livres o máximo possível, para praticar as sequências de movimentos, permitindo padrões mais maduros que substituem os reflexos

primitivos. Como apontado por Sally Goddard Blyth, “A integração reflexa é escrito no projeto de desenvolvimento de cada bebê normal. Desde que o bebê tenha espaço e oportunidade para se mover, para exercitar e praticar movimentos, os reflexos da infância devem aumentar e diminuir de acordo com o plano de desenvolvimento da natureza”<sup>3</sup>. Fixando a posição da cabeça do bebê, a boia no pescoço impede o desenvolvimento saudável dos neuro-caminhos que acompanham o surgimento dos reflexos posturais, enquanto, possivelmente, estimule uma dependência prolongada de reflexos primitivos anteriores. Isso é particularmente importante no caso de um dos principais reflexos primitivos, o reflexo tônico assimétrico que leva os bebês a estender e virar seus membros para o lado oposto de suas cabeças. Este reflexo mais tarde dá lugar ao reflexo de rolamento segmentar postural, o início de rotações divertidas e, possivelmente, o movimento fundamental da natação precoce. Bebês flutuando em boias de pescoço podem mover seus braços e suas pernas, isso é verdade, mas eles o fazem em um plano linear com quase nenhum espaço para movimento lateral. As boias de pescoço inibem a rotação do corpo inteiro. Além do que, a posição vertical artificial mantida pela boia de pescoço prejudica o equilíbrio preferido dos bebês na água, geralmente em um ângulo de cerca de 30 a 45 graus com a superfície da água, até seu segundo ano. A rotação também é fundamental para o desenvolvimento saudável do sistema vestibular, do qual nosso senso de equilíbrio e nossa propriocepção, a capacidade de sentir os estímulos que surgem dentro do corpo em relação à posição, movimento e equilíbrio, dependem desde o meio da gravidez. A estimulação vestibular é um dos grandes benefícios da natação para bebês, pois a água permite rotações em 3D em contraste com os movimentos terrestres determinados pela gravidade. Se os bebês são encorajados a girar cedo na água, eles trabalham exclusivamente para chegar à superfície para respirar depois de ganhar força e coordenação dos movimentos das pernas e braços no segundo ou terceiro ano.

Quando bebês com mais de três meses são colocados em boias de pescoço, isso também pode interferir com os neuro-caminhos associados ao reflexo de endireitamento da cabeça que ajuda bebês com idade entre 3 e 6 meses responderem ao desejo espontâneo de se sentar. É preciso um esforço desproporcional e tensão muscular para bebês com boias no pescoço tentarem se endireitar, o que eles são naturalmente levados a fazer. As boias no pescoço não apenas falham em auxiliar a evolução fundamental dos reflexos primitivos posturais, mas também tornam os bebês passivos, em vez de capacitá-los a aproveitar fisicamente os desafios e oportunidades enquanto estiverem na água. Um dispositivo que reivindica total segurança e aparente conforto para os bebês, mas os priva da liberdade de movimento que agora sabemos que pode ter implicações de longo prazo,<sup>4</sup> não pode ser promovido para uso rotineiro sem advertências sérias a todos os pais.

Um dos principais benefícios da natação para bebês, em que os bebês são apoiados nos braços dos pais, é precisamente que os bebês podem desfrutar da liberdade de movimento em um espaço ilimitado, mas dentro de apoios que não são estáticos, mas respondem constantemente às propriedades fluidas da água. O toque, tanto na água como na terra, é de vital importância para permitir que os bebês se expressem de maneira segura por meio da linguagem corporal.<sup>5</sup> Segundo a segundo, os ajustes mútuos dos pais e dos bebês na água, particularmente se os pais estão relaxados, não são apenas propícios para movimentos espontâneos dos bebês que correspondem ao seu estágio de desenvolvimento, mas também fazem parte de comunicação e aprendizagem mútua. O fato de que os bebês são sociais e aprendem por meio de relações interpessoais e íntimas mediadas por cuidado amoroso<sup>6</sup> agora é muito conhecido para ser ignorado por causa do uso de um novo dispositivo no mercado. Os benefícios de estar em uma grande banheira ou piscina com um dos pais são incomparáveis com os estímulos sensoriais limitados que bebês flutuando em boias de pescoço podem receber; além de maior liberdade de movimento, o contato tátil com uma pessoa amada é fundamental para promover a integração dos sentidos, ou ‘sinestesia’ que sublinha a aprendizagem dos bebês como um processo intersubjetivo<sup>7</sup>. Na água, os momentos de intimidade sem distração que permitem que os pais conheçam, entendam e respondam a seus bebês são gatilhos mágicos para mais neuro-caminhos, aqueles que consolidam a sensação dos bebês de serem amados com segurança. Recentemente, a memória dos bebês demonstrou ser muito mais desenvolvida, mesmo antes do nascimento, do que pensávamos ser possível até duas décadas atrás<sup>8</sup>. A experiência fetal de flutuar na segurança do corpo da mãe, com períodos alternados de atividade e descanso, precisa ser continuada dessa forma após o nascimento. A conexão com o ambiente aquático pode aumentar a união e pertencimento em um envolvimento dinâmico com os pais para construir confiança, fortalecer o processo de vínculo e levar a um apego seguro.

A experiência de um vínculo estreito é talvez o que atrai cada vez mais os pais para a natação de beb es como uma "coisa" dos homens com seus beb es. A neurofisiologia do apego   possivelmente uma das áreas mais interessantes da pesquisa científica do final do século XX sobre a paternidade<sup>9</sup>. Colocar os beb es em boias de pescoço na água por conta própria   seriamente perder o que a água, exclusivamente, pode oferecer para promover e mediar uma conexão dinâmica entre pais e seus beb es. Como diz Shawn Tomlinson, "uma boia no pescoço cria um vácuo onde o bebê fica incapacitado e não consegue se conectar com nada ou ninguém. Não há limites seguros para tocar ou sentir. A autoexpressão através da linguagem corporal, que a água idealmente facilita,   perdida porque os movimentos são restritos." Seguindo Tiffany Fields, Shawn aponta ainda que o contato tátil, crucialmente ausente na experiência do spa do bebê, "fornece um ciclo de feedback para consciência corporal e mapeamento corporal. Isso acontece especialmente na água, onde a integra o ou disfun o sensorial pode acontecer facilmente devido a todos os sentidos serem expostos e estimulados." Embora libertar-se do mundo em tanques flutuantes possa ser maravilhosamente relaxante para adultos estressados, não   o que os beb es querem nem precisam.

Quando não estão dormindo, os beb es desejam crescer sendo ativos. Em seu intenso primeiro ano de vida, os beb es aprendem encontrando sua linha média, rolando, sentando, engatinhando e, finalmente, caminhando. A  gua expande as oportunidades dos beb es de explorar os reflexos, padrões de movimento e caminhos para o desenvolvimento sensorial e motor que os ajudam a alcançar e integrar esses marcos, e os pais na água facilitam a autoconsciência, o movimento eficaz e os relacionamentos integrados. Os riscos associados ao uso frequente de um dispositivo que restringe o movimento e a proximidade de beb es na água devem ser avaliados cuidadosamente, para que os pais possam tomar decisões mais informadas - uma visão que   apoiada pela STA, como principal fornecedor de ensino de natação para beb es (no Reino Unido).

1 Elliott, L. 1999. *What's going on in there: How the Brain and Mind Develop in the First Five Years of Life*. New York: Bantam Books.

2 <https://www.craniosacraltherapy.org/Whatis.htm>. *Introduction to Biodynamic Craniosacral Therapy*. by Michael Kern, D.O., R.C.S.T., M.I.Cr.A., N.D. *Life and motion. Life expresses itself as motion*.

3 Goddard Blyth, Sally. 2002. *Reflexes Learning and Behaviour: A Window into the Child's Mind*. p.27. Goddard Blyth, Sally. 2005. *What babies and children really need: How Mothers and Fathers Can Nurture Children's Growth for Health and Wellbeing (Early Years)*. Stroud: Hawthorn Press. p.154.

4 Hannaford, Carla. 2007 (1995) *Smart Moves: Why Learning is not All in your Head*. Great River Books.

5 Fields, Tiffany. 2014. *Touch (updated second edition)*. MIT Press. P.5. See also Miami Touch Research Institute: [www6.miami.edu/touch-research](http://www6.miami.edu/touch-research)

6 Murray, Lynne. 2014. *The Psychology of Babies: How relationships support development from birth to two*. London: Constable. Gerhardt, Sue. 2004. *Why Love Matters: How affection shapes a baby's brain*. London: Routledge.

7 Bullowa, Margaret ed. *Before Speech: The Beginning of Interpersonal Communication*. (See chapter by C. Trevarthen on synaesthesia and inter-subjectivity)

8 Dirix, C et al. 2009. *Aspects of Fetal Learning and Memory*. *Child Development Volume 80, Issue 4*. Pages 1251–1258

9 Sunderland, Margo. 2016 (second updated edition). *The Science of Parenting*. Dorling Kindersley.

### **Sobre a Birthlight**

*Nos últimos 20 anos, a metodologia de ensino da Birthlight tem se concentrado na crença de que um amor ao longo da vida pela água e o prazer de nadar são mais bem gerados por um manuseio confiante e amoroso dos beb es na água, nadando com beb es e transmitindo métodos progressivos gentis para nadar sem ajuda, sem nunca recorrer ao condicionamento forçado.*

### **Sobre a STA**

*Fundada em 1932, a STA   uma institui o de caridade registrada cujo objetivo   "A preserva o da vida humana através do ensino de natação, técnicas de salvamento e sobrevivência". Como uma entidade certificadora credenciada, a STA também   reconhecida internacionalmente por sua gama de qualifica es de ensino de natação, salvamento, primeiros socorros e gerenciamento de instala es aquáticas - e   a principal especialista do Reino Unido no ensino de natação para beb es.*