

UMA ANÁLISE DOS BENEFÍCIOS DA EQUOTERAPIA MODALIDADE PRÉ-ESPORTIVA APLICADA A PESSOAS COM DISTÚRBIOS DE ORDEM NEUROLÓGICA

Nilton José Gruber¹

Antonio Luiz Gubert²

RESUMO

A Equoterapia é considerada um método terapêutico, o qual visa o desenvolvimento biopsicossocial de pessoas, principalmente aquelas com deficiência. A equipe de especialistas que atua em programas de Equoterapia é geralmente composta por psicólogos, fisioterapeutas ou terapeutas ocupacionais e instrutores de equitação além de outros profissionais ligados na área da saúde e educação, o tratamento pode ser organizado em programas sendo divididos em: Hipoterapia, Educação e Reeducação e o Pré-esportivo. Cada um desses programas pode ser desenvolvido de forma individual levando-se em conta o histórico do paciente. Nesse sentido, o objetivo deste estudo é analisar as contribuições da aplicação do programa de Equoterapia, modalidade pré-esportiva, na reabilitação de pacientes com distúrbios de ordem neurológica, compreendendo os benefícios do programa para melhora da autoestima e autoconfiança de seus praticantes. Para tanto, foram feitas buscas em materiais diversos, como livros, artigos científicos e sites. Após análise, o presente estudo concluiu que pacientes que participaram de seções de reabilitação com auxílio da Equoterapia tiveram resultados positivos e melhoras significativas na sua saúde física, mental e social.

Palavras-Chave: Equoterapia. Pré-esportivo. Distúrbio Neurológico.

¹ Aluno do curso de Especialização em Intervenções Assistidas por Animais do Instituto Federal de Santa Catarina – IFSC Câmpus Xanxerê. E-mail: niltongruber839@gmail.com

² Professor do curso de Especialização em Intervenções Assistidas por Animais do Instituto Federal de Santa Catarina – IFSC Câmpus Xanxerê. E-mail: antonio.gubert@ifsc.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A palavra *Equoterapia* foi criada pela Associação Nacional de Equoterapia (ANDE-BRASIL) através da união das palavras *Equus*, (cavalo, em latim), e *Therapeia* (terapia, do grego) em citação ao pai da medicina ocidental, o grego Hipócrates de Loo (458 à 377 a.c.); que, em seu “Livro das Dietas” fez menção pela primeira vez a práticas equestres para tratamento de insônia.

A Equoterapia tem como base fundamental o uso do cavalo como instrumento cinesioterapêutico, promovendo o desenvolvimento global de quem o utiliza, porque favorece o acesso a estímulos — senso perceptivos, além de toda a relação envolvida no processo, tanto com o animal quanto com os profissionais da equipe (Neves; Malta, 2002, p. 57)

De acordo com Katcher (1986), os animais induzem o paciente a um estado de relaxamento imediato, psicologicamente tranquilizador pelo simples jeito de atrair e manter nossa atenção. Assim, a presença do animal faz com que o ambiente terapêutico pareça menos ameaçador e conseqüentemente estimula o paciente a ficar mais disposto a colaborar, principalmente, no início do processo em que o vínculo terapeuta paciente ainda está em formação e o espaço de atendimento se mostra por vezes assustador. Nesse contexto, o animal gera o efeito tranquilizador, reduzindo o nível de ansiedade.

Ao se buscar referências sobre os benefícios da Equoterapia na história, é possível citar Galeno (130 - 199 d.C.) médico particular do Imperador Marco Aurélio, monarca que era um pouco lento nas suas decisões. Galeno recomendou-lhe a prática da equitação como forma de fazer com que se posicionasse com mais rapidez frente às questões.

Goethe (1740-1832), poeta alemão, cavalgava diariamente até seu 55º ano de vida e reconheceu o valor salutar das oscilações do corpo, acompanhando os movimentos do animal, a distensão benéfica da coluna vertebral, determinada pela posição do cavaleiro sobre a sela e o estímulo delicado, porém constante, feito à circulação sanguínea. Em seu estudo, o poeta utilizava uma cadeira em seu escritório, semelhante a uma sela de cavalo (Rodrigues; Silva, 2012).

Na modalidade pré-esportiva da Equoterapia, o cavalo é utilizado principalmente como instrumento de inserção social que se caracteriza por ser um programa em que o praticante exerce maior influência sobre o animal, através da

condução livre ou executando atividades desenvolvidas pelos profissionais. Nessa fase, o praticante pode realizar alguns exercícios de hipismo com objetivo de interação do paciente com outros praticantes. Conforme cita a Ande – Brasil (2016, s. p.), “a pessoa com deficiência e o cavalo estabelecem, entre si, relacionamento cordial e amistoso, confiante e alegre. Se um é frágil e possui limitações, o outro é forte, leal e dócil”. (ANDE – BRASIL, ano2016).

Estudar o animal e provar que existe uma relação entre a sua utilização e a melhoria no bem-estar físico, mental e social do paciente, faz com que a Educação Física ultrapasse os preconceitos e seja analisada não somente como esporte entre quatro linhas ou condicionamento do corpo, mas também como terapia em que se pode contar com a ajuda de animais.

Sendo assim, o objetivo deste estudo é analisar as contribuições da aplicação do programa de Equoterapia, modalidade pré-esportiva, na reabilitação de pacientes com distúrbios de ordem neurológica, compreendendo os benefícios do programa para melhora da autoestima e autoconfiança de seus praticantes.

Para tanto, utilizou-se a pesquisa bibliográfica como forma de obtenção de dados, buscando dados tanto em livros, artigos científicos, sites e plataformas de consultas (como o Google Scholar), privilegiando obras publicadas mais recentemente ou que não excedessem dez anos de publicação.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Histórico da Equoterapia

O cavalo tem ocupado uma posição de destaque na história da humanidade. É sabido que o primeiro contato do homem com o cavalo ocorreu na era medieval, ou seja, quando aconteceu a sua domesticação (Andronicos, Chatzidakis e Karageorghis, 1975).

Muitos autores acreditam que o destino do cavalo e do homem é inseparável. Para Uzun (2005), é conhecido e admirado o valor do cavalo na vida do homem e o quanto tem sido útil no progresso da humanidade associado à nossa evolução. O cavalo foi utilizado como meio de conquista, de imigração, de transporte, de trabalho, de veneração e crença na mitologia, na fabricação de soro e vacina, no lazer e no

esporte. Além destes ricos aspectos, atualmente, lhe é dado um grande destaque como instrumento de reabilitação e educação.

Segundo Severo *et al.* (2010), há 400 anos a.C. o uso do cavalo de forma terapêutica já era utilizado por Hipócrates para regenerar a saúde de seus pacientes. O uso de animais para tratamento médico é hoje conhecido como Intervenção Assistida por Animais (IAA)³.

Em 1901, o primeiro hospital ortopédico do mundo foi fundado em função da guerra dos Boers, na África do Sul. Na época, uma dama inglesa resolveu levar seus cavalos para o referido hospital a fim de quebrar a rotina do trabalho, despertando nos pacientes uma sensação de descontração e bem-estar, aliviando as dores do tratamento (Severo *et al.*, 2010).

Por conseguinte, a Equoterapia teve um impulso através dos trabalhos desenvolvidos por Liz Hastel, uma dinamarquesa que na infância teve poliomielite e que por muitos anos ficou se locomovendo por cadeira de rodas. Liz sempre praticou equitação, mesmo sendo contrariada por todos. Passados oito anos ela competiu nos jogos olímpicos de 1952 em Helsinki, onde ganhou a medalha de prata em adestramento, chamando a atenção de outras pessoas portadoras de deficiência sobre esse benefício terapêutico de montar a cavalo (Severo *et al.*, 2010).

Em 1954, na Noruega, surgiu a primeira equipe destinada a desenvolver o tratamento de anomalias utilizando-se o cavalo. Essa equipe, inicialmente, foi formada por uma fisioterapeuta e um psicólogo. Em decorrência dos sucessos obtidos, essa terapia foi se espalhando pelo mundo, atingindo a França em 1956, a Itália em 1985 e o Canadá em 1988 (Severo *et al.*, 2010).

O avanço dessa terapia alcançou status significativo no mundo. Tanto é que em 1989 foi fundada no Brasil a ANDE-BRASIL - Associação Nacional de Equoterapia, que tinha entre suas metas a de criar doutrinas acerca do tema e orientar a implantação de organizações de pesquisa e desenvolvimento de Equoterapia, atingindo hoje mais de quatrocentos centros espalhados pelos Estados.

A palavra *Equoterapia* foi criada pela ANDE-BRASIL em 1989, órgão responsável pela Equoterapia no Brasil, termo que caracteriza todas as atividades equestres com a finalidade de reabilitação, educação ou reeducação.

³ Intervenções Assistidas por Animais – IAA – é um termo genérico utilizado para incorporar três categorias: Terapia Assistida por Animais (TAA), Educação Assistida por Animais (EAA) e Atividade Assistida por Animais (AAA).

Segundo a ANDE-BRASIL (2016), a Equoterapia é um método terapêutico, objetivando benefícios físicos e psicológicos no tratamento de pessoas com deficiências causadas por lesão neuromotora (cerebral ou espinal), deficiências sensoriais (áudio, fono e visual) e patologias ortopédicas (congenitas ou acidentais).

Apesar de a Equoterapia ser indicada para diversos tipos de tratamento, há algumas contraindicações para este trabalho, tais como: desvio e instabilidade acentuada na coluna; luxação de ombro e quadril; lassidão de ligamentos das vértebras atlas-axis; escaras e úlceras de decúbitos em MMI – Membros Inferiores.

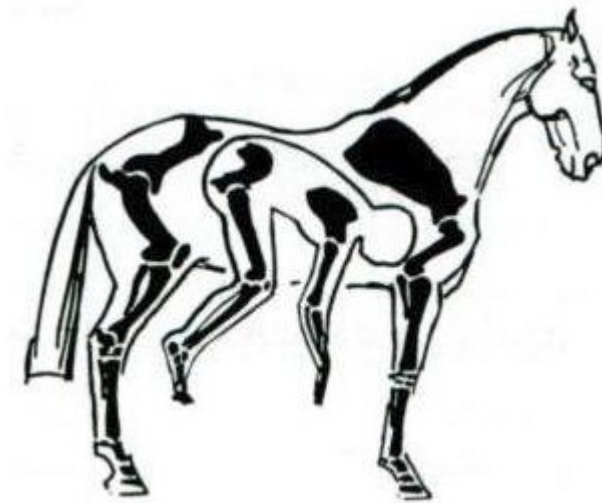
Ainda segundo a ANDE-BRASIL (2016), a atividade *Equoterapia* exige a participação do corpo inteiro, contribuindo para o desenvolvimento da força, causando flexibilidade e relaxamento muscular, aperfeiçoamento da coordenação motora e do equilíbrio, além de permitir o conhecimento sobre o próprio corpo humano.

2.2 O cavalo e a Equoterapia

O uso do cavalo na prática da Equoterapia gera uma integração dele com o paciente. Esse contato inicia-se com o ato de montá-lo e prossegue até o seu manuseio final. Durante essas atividades são criadas formas de socialização, possibilitando ao paciente adquirir autoconfiança e autoestima.

A familiaridade com o cavalo desperta no praticante uma relação de amizade e afeto pelo animal, na qual irão trilhar um caminho de descobertas e conquistas (Uzun, 2015). O cavalo possui três andaduras naturais que são oriundas do próprio instinto do animal, onde cada uma desenvolve uma ação diferente sobre quem o monta. Esses andaduras são classificados em: galope, trote e o passo.

FIGURA 1 - Semelhança anatômica entre homem e cavalo



Fonte: Scientific Journal of Therapeutic Riding (1997, p. 17).

O galope e o trote são andaduras saltadas entre um lance e outro, ou seja, o cavalo executa um salto e durante esse salto existe um tempo de suspensão, em que ele não toca com seus membros no solo, conseqüentemente seu esforço é maior e seus movimentos mais rápidos e bruscos. Quando ele retoma as patas ao solo exige do cavaleiro mais força para se segurar e maior desenvolvimento corporal para poder acompanhar os seus movimentos. Esses andaduras podem ser utilizados com praticante em estágio avançado (Severo, 2010).

A andadura do passo é a mais básica na equitação e é com ela que se executa a maioria dos trabalhos de Equoterapia. Ela consiste no que se denomina andadura rolado ou marchado, isto é, sempre existe mais de um membro em contato com o solo. O passo pode ser ainda do tipo ritmado, o qual produz sempre o mesmo ritmo e a mesma cadência, ocasião em que o elevar e o pousar de um membro podem ser ouvidas quatro batidas distintas, nítidas e compassadas. Por fim, nessa categoria inclui-se ainda a andadura simétrica, caracterizada pelas variações da coluna vertebral em relação ao eixo longitudinal do cavalo em perfeita simetria. O passo, portanto, é a andadura mais lenta, por conseqüência as reações são mais duradouras, permitindo uma melhor observação e análise dos movimentos.

Para a Equoterapia não existe uma raça específica ou indicada de cavalo, porém deve ter características propícias de um bom trote, pois esse diferencial é

importante na realização do passo. É preciso salientar que o passo de um cavalo marchador não é o mesmo do cavalo de trote (Favaro, 2007).

A escolha do cavalo deve recair também sobre outros elementos importantes, haja vista que ele deve ser manso e dócil, elementos que podem variar de acordo com a sua índole.

Não obstante, somente o cavalo ideal não garante um bom desenvolvimento da terapia. A pista a ser praticada deve ser adequada para os trabalhos, sendo exigidos: uma localização acessível; ambiente arejado e interativo ao praticante; solo com areia, grama ou terra batida; e com as dimensões estabelecidas pelos padrões mundiais 20 de largura e 40 de comprimento.

2.3 As aplicações da Equoterapia

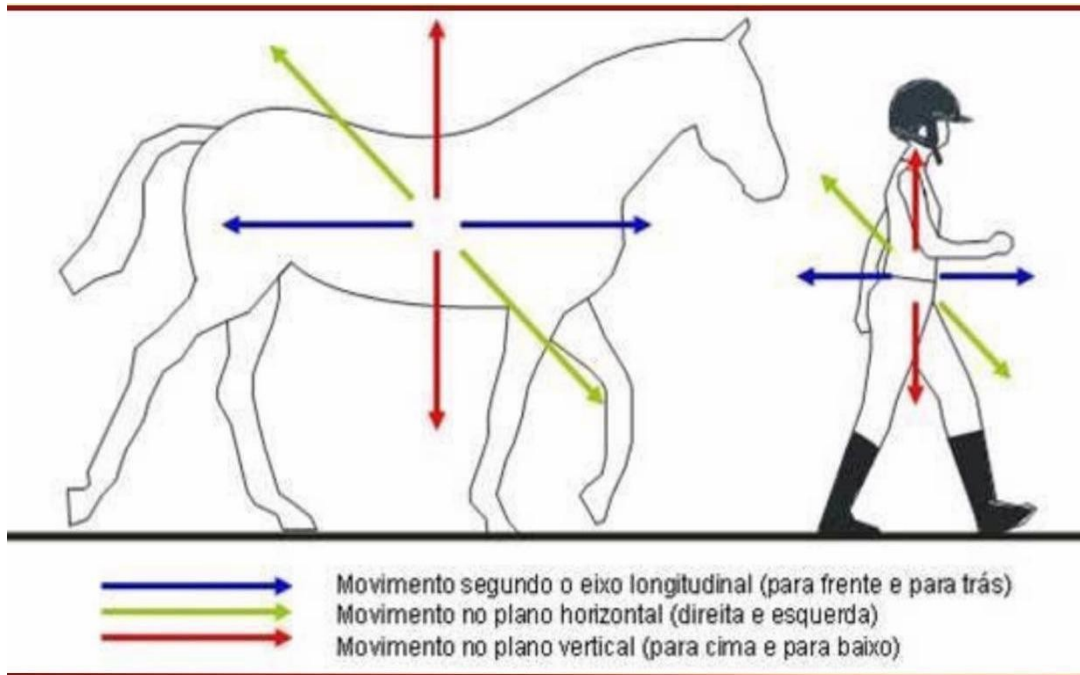
A Equoterapia tem um papel muito importante na conquista do equilíbrio e na eficácia da melhoria de todo o sistema funcional do praticante. O corpo quente do cavalo, a pressão sobre as articulações da pélvis e da coluna vertebral e as modificações no tempo e no espaço são percepções sensoriais proporcionadas ao paciente que constituem em uma intensa estimulação motora. Para Cirillo (1992, p. 1), “Equoterapia é um tratamento de reeducação e reabilitação motora e mental, através da prática de atividades equestres e técnicas de equitação”.

Sendo assim, é possível definir a Equoterapia como uma atividade em que a utilização de equinos atua de forma complementar para potencializar positivamente os tratamentos terapêuticos melhorando os resultados físicos e psicológicos dos pacientes.

As terapias utilizando cavalo podem ser consideradas como um conjunto de técnicas reeducativas que agem para superar danos sensoriais, motores, cognitivos e comportamentais, através de uma atividade lúdico-desportiva, que tem como o meio o cavalo (Cittério, 1991, p. 33)

Durante o passo, o dorso do cavalo proporciona movimentos tridimensionais e ritmados que deslocam o tronco e a pelve em três direções: para cima e para baixo, de um lado para outro, para frente e para trás, ajudando assim o desenvolvimento do equilíbrio e o reajuste postural.

Figura 2 - O caminho dos estímulos recebidos durante a montaria



Fonte: Rancho Cambará (s. d.).

“Ao se deslocar, passo a passo, o cavalo realiza movimentos semelhantes à marcha humana, provocando o movimento na região da bacia e pélvica de quem está no seu dorso” (Uzun, 2015). Nesse movimento tridimensional do passo, é realizada uma sessão equoterápica de 30 minutos, a qual pode atingir cerca de 1.800 a 2.250 ajustes tônicos e 3.400 oscilações. É em razão desses dados que se afirma ser o passo a andadura mais benéfica no tratamento.

A aplicação da Equoterapia é desenvolvida de forma interdisciplinar com outras áreas como, por exemplo, as áreas da saúde, educação e psicologia, todas elas aliadas à equitação, garantindo num único tratamento a transmissão de ganhos físicos, mentais e educacionais ao praticante.

A metodologia de aplicação dessas áreas fundamenta-se em desenvolver exercícios de coordenação motora, aperfeiçoamento da agilidade e flexibilidade, constância do ritmo, poder de concentração e percepção da lateralidade (UZUN, 2015).

O paciente em tratamento conta com o acompanhamento de uma equipe interdisciplinar, com alguns momentos de transdisciplinaridade. Esta pode ser formada por profissionais da Área da Saúde, Educacional e de Equitação e do trato animal (Severo, 2010).

A fisioterapia, sob a ótica da Equoterapia, tem como finalidade proporcionar ao praticante a sua reabilitação e o desenvolvimento de seu estado atual, por meio do uso do cavalo. O fisioterapeuta é quem posiciona o praticante sobre o cavalo e também o estimula a escolher os acessórios de montaria, além de instruí-lo sobre os cuidados de como montar e desmontar o animal (Uzun, 2015).

Outro profissional da equipe é o Psicólogo, que orienta e acompanha as sessões e o uso do cavalo propondo atividades e brincadeiras com o intuito de que o praticante pegue em suas mãos as rédeas, trabalhando dessa forma com conflitos, traumas e desorganizações comportamentais. Essa metodologia se dá por meio da conscientização de suas potencialidades, resgatando assim a autoestima e autoconfiança. O papel do psicólogo também é propiciar o bom entrosamento e a harmonia da equipe, pois este é o fator fundamental para aquisição de bons resultados (Severo, 2010).

Igualmente, o papel do pedagogo é criar situações que encaminhem a utilização dos recursos disponíveis durante as sessões de Equoterapia para as atividades escolares, objetivando trabalhar as dificuldades resultantes do processo ensino aprendizagem, assimilação, concentração e atenção (Uzun, 2015).

Cada profissional tem a sua particularidade e centro de atuação, o psicomotricista, por exemplo, atua na conscientização do movimento como percepção espaço temporal, lateralidade e coordenação motora do ser humano (Uzun, 2015).

Por outro lado, e eis a razão de ser interdisciplinar, o fonoaudiólogo realiza trabalhos para estimular a fala, a deglutição e o fortalecimento orofacial, pois o andar do cavalo auxilia no trabalho da musculatura oral. Utiliza, ainda, dos recursos presentes no próprio corpo do animal paralelo as músicas que, conjuntamente com o ritmo do cavalo, estimula a sonorização. (Uzun, 2015).

O terapeuta ocupacional contribui com a promoção de uma série de atividades que auxiliam na aquisição da coordenação motora e funcionalidade do praticante, bem como desenvolve práticas de contato com o animal, cito o preparo do alimento do cavalo, o seu manejo, higienização e da própria montaria, como o posicionamento, trocas posturais e técnicas de condução (Severo, 2010).

Como a Equoterapia trabalha com a parte física, nada melhor que ter na equipe o Educador Físico que irá trabalhar com atividades constituídas através de exercícios ao indivíduo, promovendo o bem-estar, o conforto e o seu desenvolvimento músculo

esquelético. Quanto aos exercícios, a equipe médica fará ou não a indicação no tratamento, tendo em vista as condições físicas necessárias para essa prática.

É importante salientar que nem todos os profissionais da equipe de Equoterapia se esgotaram nas explicações acima, existindo muitos profissionais que a compõem, como o auxiliar guia que conduz o cavalo do praticante, o auxiliar lateral que acompanha o praticante ao lado do cavalo dando-lhe segurança, entre outros especialistas de cada área (Severo, 2010).

Torna-se extremamente essencial ter uma equipe bem entrosada, sabendo a hora certa de atuar, procurando não invadir o espaço de outro profissional (Uzun, 2015).

O praticante quando chega ao serviço da Equoterapia passa por uma avaliação desses profissionais citados, os quais emitem um diagnóstico do indivíduo paciente. Conhecendo o quadro clínico do paciente, as seções serão agendadas de acordo com o diagnóstico médico, mesclando as atividades oferecidas pelo terapeuta. A duração da terapia por seção varia de 30 a 40 minutos, respeitando assim a grande quantidade de estímulos recebidos nesse período. (Uzun, 2015).

2.4 Programas da Equoterapia

Cada indivíduo tem características pessoais diferentes uns dos outros, isto é, organismos diferentes, reações diversas e, principalmente, necessidades especiais peculiares. Visando atender a todos esses perfis, a Equoterapia teve que implantar programas específicos e individualizados que pudessem amparar cada perfil de deficiência.

Com base nesse raciocínio, a Equoterapia organizou o seu tratamento em três programas desenvolvidos de forma individual, atendendo cada indivíduo, seja com deficiências físicas ou necessidades especiais, levando-se em conta o seu perfil. Esses três programas são: Hipoterapia, Educação e Reeducação e Pré-esportivo (ANDE- BRASIL, 2016).

O primeiro desses é a Hipoterapia, a qual consiste num programa essencialmente direcionado à reabilitação e voltada para pessoas portadoras de deficiência física ou mental. As características deste praticante são ausência de condições físicas e mentais para se manter sozinho sobre o animal, necessitando de

um auxílio para conduzir o cavalo. É importante considerar que o paciente não pratica a equitação.

A ênfase das ações praticadas nesse programa é exclusiva dos profissionais da área da saúde, precisando de um fisioterapeuta, seja montado ou a pé, para acompanhar os exercícios do paciente. O cavalo atua como principal “agente cinesioterapêutico”, ou seja, o principal executor da terapia através dos seus movimentos (Severo, 2010).

O segundo programa a ser explanado é o da Educação/Reeducação, o qual é direcionado para as áreas da saúde e educacional. No contexto desse programa o praticante apresenta condições de conduzir o cavalo dependendo menos do auxílio de outra pessoa e os exercícios são praticados com maior intensidade.

A ação dos profissionais de equitação é mais afetiva embora todos os exercícios devam ser programados por toda a equipe. O cavalo continua atuando como instrumento pedagógico e psicológico em razão dos seus movimentos tridimensional e multidirecional (Severo, 2010).

O último programa que pode ser desenvolvido, atendendo aos requisitos do perfil do indivíduo, é o intitulado de “Pré-esportivo”, onde o paciente tem maior ênfase nas áreas de socialização, mas também pode acabar sendo implantada nas áreas de reabilitação e/ou educação.

O objetivo principal desse programa é estimular o praticante de maneira prazerosa a melhorar sua autoestima, a autoconfiança proporciona inserção social, e se possível preparar atletas.

O praticante dessa modalidade apresenta boas condições para conduzir o cavalo sozinho podendo assim participar de exercícios de equitação e hipismo. Para se definir as boas condições, o futuro praticante deve passar por exames médicos e avaliações específicas.

Apesar de essa prática ser autônoma, a equipe interdisciplinar continua atuando de forma direta ou indireta durante todo o programa, exercendo as seguintes funções: opinar sobre quais os processos mais adequados, detectar as fases de transição dos processos, promover e acompanhar o praticante e aconselhar a exclusão ou a alta dos programas equestres (Severo, 2010).

2.5 O Pré-esportivo na reabilitação de pacientes com distúrbios neurológicos

2.5.1 Doenças neurológicas

Trata-se de uma degeneração generalizada das células nervosas que transmitem aos músculos os sinais elétricos para o movimento. A transmissão nervosa vai cessando e os músculos vão perdendo a atividade e se atrofiando. O grau mais grave é a esclerose lateral amiotrófica, que pode evoluir em 4 anos com morte por parada respiratória (Academia Brasileira de Neurologia, 1988)

A simples definição citada acima sobre doenças neurológicas pela Academia Brasileira de Neurologia norteará nossa compreensão destas patologias.

2.5.2 Pacientes com sintomas e distúrbios neurológicos

O paciente com distúrbio neurológico teve o seu sistema nervoso afetado e em virtude disso apresenta alguns dos sintomas ou doenças citadas a seguir:: Cefaleias, Dores Craniofaciais; Doenças Cerebrovasculares (Derrames); Distúrbios do Movimento (Tremores, Doença de Parkinson, Coréia, etc.); Epilepsias; Demências (vide doenças psiquiátricas); Doenças Desmielinizantes (Gillain Barré, Esclerose Múltipla); Neuropatias; Trauma Cranioencefálico; Trauma Raquimedular; Neuro infecção; Neuro oncologia (Tumores Cerebrais e Medulares); Doenças Neurodegenerativas (Esclerose Lateral Amiotrófica); Doenças Neurogenéticas; Malformação Congênita do Sistema Nervoso Central; Neuropatias Periféricas (Rowland, 1997).

É preciso ressaltar que não são todos os distúrbios que serão abordados em tratamentos com o Pré-esportivo, pois a inclusão do paciente depende de uma avaliação médica interdisciplinar, seguida de uma evolução da terapia até ser encaminhado para a aplicação do programa em estudo.

Entretanto, os distúrbios do movimento, como sendo um dos sintomas citado acima é composto por tremores, déficit de força muscular ou paralisias, distúrbios da coordenação e do equilíbrio, movimentos involuntários, entre outros, são o alvo principal do programa Pré-esportivo (Rowland, 1997).

2.5.3 Dificuldades motoras decorrentes dos distúrbios neurológicos

Acometendo-se o paciente dos distúrbios do movimento, esse irá apresentar dificuldades motoras que podem ser notadas pelos pais ou responsáveis e em seguida diagnosticado e indicado o tratamento correto do Pré-esportivo.

Uma das dificuldades consiste em interpretar a informação que está sendo recebida através da visão, tato, equilíbrio, articulações ou pelo movimento dos músculos, não sabendo escolher o tipo de ação motora apropriada para a situação, como por exemplo, quando o paciente está se aproximando para subir na calçada ele deve compreender que dar um passo para cima é mais ou menos como subir escada, tendo ele que transferir o peso para uma perna antes de levantar a outra.

Outra dificuldade facilmente diagnosticada é relativa à mensagem que está sendo enviada aos músculos, a qual tem que especificar a velocidade, força, direção e a distância a que tais músculos vão ser movimentados. Quando o paciente tem que se movimentar ou responder a alguma bola em movimento, essas mensagens também têm que mudar, com isso há dificuldade para monitorar essa informação ou modificar as mensagens, para guiar e controlar os movimentos, enquanto eles ainda estão ocorrendo.

Dificuldade em escrever, essa é uma atividade que envolve interpretação contínua da resposta dos movimentos da mão, enquanto novos movimentos são planejados, o que é muito difícil para a maioria dos pacientes com distúrbios do movimento. Atividades como recortar com tesoura, cortar alimento usando faca e garfo, fazer polichinelo, segurar um bastão com duas mãos para acertar na bola, ou manejar o bastão de hockey, são missões difíceis de serem cumpridas.

Em síntese, o paciente pode ter dificuldade para analisar as informações sensoriais do ambiente, usar essas informações para selecionar o plano de ação desejada, dar sequência aos movimentos motores individuais da tarefa, enviar a mensagem correta para produzir uma ação coordenada; ou integrar todas essas ações de modo a controlar o movimento enquanto ele está ocorrendo. O resultado de qualquer um desses problemas é o mesmo. Nota-se que o paciente vai parecer incoordenado, desajeitado, e vai ter dificuldade para aprender e desempenhar tarefas motoras novas. (Rowland, 1997).

2.5.4 Como o Pré-esportivo pode auxiliar na recuperação do paciente:

Cabe aqui lembrar que a Equoterapia é um método terapêutico e educacional que utiliza o cavalo dentro de uma abordagem interdisciplinar nas áreas de saúde, educação e equitação, buscando o desenvolvimento biopsicossocial do praticante.

Para o paciente atingir o programa Pré-esportivo torna-se necessário as duas etapas anteriores com progresso no seu tratamento e apresentar-se apto a montar no animal e desenvolver habilidades esportivas, com movimentos mais rigorosos e sem o auxílio do guia.

A prática da modalidade Pré-esportivo auxilia a recuperação do paciente, pois o movimento tridimensional do cavalo se assemelha ao passo humano, o qual transmite estímulos, repetidamente, para o Sistema Nervoso Central, desencadeando respostas positivas, benefícios múltiplos como será demonstrado adiante.

O cavalo é o grande responsável pela promoção social do praticante, como afirmam Medeiros e Dias (2019), citando que o paciente possui total domínio sobre o animal. A ação do profissional de equitação é mais efetiva, porém a orientação e o acompanhamento de profissionais da área da saúde continuam necessários.

Ainda com base nos ensinamento, a ação motora desenvolvida constitui em sentir, perceber e realizar o movimento, e a Equoterapia facilita a aprendizagem motora pelos estímulos ofertados aos sistemas sensoriais responsáveis pelo ato motor, o que leva às mudanças na organização neural (plasticidade neuronal, propiciando o desenvolvimento do tônus e da força muscular, relaxamento, conscientização do próprio corpo, equilíbrio, aperfeiçoamento da coordenação motora, atenção, autoconfiança e autoestima).

Quando o praticante monta no cavalo existe uma mudança no seu ponto de observação habitual, isto é, ele percebe o mundo olhando por cima ou no mesmo nível das pessoas que estão lateralmente, e os objetos ganham novos contornos à medida que o cavalo progride (Gouvêa, 2016).

Recomenda-se que as sessões de Equoterapia sejam realizadas em local amplo, ao ar livre e na companhia de um animal dócil. O praticante desperta sua imaginação e criatividade, o que facilita a abordagem lúdica.

O espaço a que se refere deve ter amplitude disponível para a prática de atividades variadas e dispor de diferentes materiais para auxiliar a execução destas atividades, tornando-as mais atrativas e potencializando os objetivos almejados.

Uzun (2015) apresenta uma série de atividades que podem ser desenvolvidas pelo praticante do Pré-esportivo, dentre as quais se destacam:

- Escovar o cavalo: com uma escova retira-se a poeira do animal objetivando a rapidez corporal e organização corporal;
- Acariciar o cavalo: tocar afetivamente o animal por meio do tato, através de um esquema corporal, fazendo com que o paciente sinta as diferentes temperaturas e pelagem animal;
- Trançar a crina do animal: separar uma parte da crina do cavalo e separá-la em partes para em seguida trançar, visando uma motricidade fina;
- Atividade de basquete: montado no animal o paciente arremessa uma bola em direção a cesta, desenvolvendo os princípios do equilíbrio, lateralidade e organização espacial;
- Bastão: com um bastão de 90 cm realiza-se flexão de ombro até 90 ou 180°, rodar o tronco para a direita e para a esquerda com os ombros flexionados a 90°, elevar o bastão até 180°, passar por detrás da cabeça e posicionar o bastão ao nível das escápulas. Cada posição é mantida por alguns segundos. Com isso aperfeiçoa-se o equilíbrio, o alinhamento postural e alongamento muscular;
- Volteio: mudança de postura sobre o dorso do animal, onde o paciente é posicionado de frente, de lado e de costas para a cabeça do cavalo parado, gerando um giro completo, focando a percepção sensorial dos movimentos;
- Aviãozinho: o paciente abre os braços a 90°. e permanece com eles erguidos por alguns segundos, podendo ser realizado com olhos abertos ou fechados;
- Encilhar e desencilhar: trata-se de arreamento do animal, consiste em separar os arreios de cabeça e de montaria. Colocar o buçal (cabeçada, freio, cabresto) na cabeça do cavalo. Em seu dorso, colocar a sela adaptada e prender a cincha (faixa de couro presa na cela que é passada pela barriga do cavalo, sendo apertada no lado oposto). Para desencilhar, soltar a cincha, tirar a sela adaptada e, por último, o buçal. Aumentam os níveis de organização temporal, motricidade fina, motricidade global e independência;

- Massinha: montado no animal utiliza-se as duas mãos para criar livremente algo com a massa de modelar e verbalizar o que fez ou modelar um objeto pré-determinado, estimulando a motricidade fina e modelagem;
- Galho na árvore: o cavalo é conduzido até uma árvore e o praticante solicitado a alcançar um galho, exigindo motricidade, equilíbrio e organização do espaço;
- Zigue Zague: completar um trajeto fazendo curvas montadas no animal ao redor de cones, como uma baliza.
- Ficar de pé sobre o estribo: o paciente apoiando-se na sela ou nos laterais eleva-se até ficar na posição ortostática sobre o estribo, fortalecendo os músculos inferiores;
- Montar e apelar do animal: é o ato de subir e descer do dorso do animal dominando a esquema corporal, o equilíbrio, fortalecimento muscular de membros inferiores e superiores, além da sua independência;
- Redondel: etapa avançada em que o paciente conduz o cavalo sozinho e recebe orientações de equitação à distância, gerando uma independência do usuário. A velocidade do andamento do cavalo é aumentada conforme o domínio do montador.

Para Uzun (2015), a Equoterapia, como facilitador da socialização, permite que o indivíduo se relacione com o coletivo, ou seja, suas ideias e valores adquiridos passam a constituir o indivíduo e ele adapta-se aos grupos que fazem parte.

Além disso, a autoestima, que é caracterizada pelas crenças auto significante, como por exemplo, "Eu sou competente/incompetente", e emoções como triunfo/desespero, orgulho/vergonha, é facilmente desenvolvida no decorrer da Equoterapia.

Em outras palavras, a autoestima é, simultaneamente, composta pela: a) capacidade de sentir a vida e estar em harmonia com ela; b) confiança no modo de pensar e agir; c) habilidade em lidar com as adversidades; d) busca da felicidade.

Da mesma forma, a autoconfiança é despertada através da capacidade de se montar e conduzir um animal de grande porte, como é o caso do cavalo, propiciando a quem monta a sensação de que é competente e independente em suas ações.

Nesse sentido, a Equoterapia busca através de suas atividades estimular o desenvolvimento motor, adequar o tônus muscular, melhorar a coordenação motora, o controle da cabeça e tronco, o ganho de equilíbrio, do uso da linguagem oral, da

atenção, memória, pensamento e raciocínio, percepção, inteligência emocional, enfim, todos os fatores necessários para que o próprio paciente se sinta confiante e ciente de suas próprias capacidades.

A Equoterapia forma um alicerce para serem feitas aproximações e amizades motivadas pelo interesse em aprender mais sobre cavalos e as atividades que envolvem equitação.

Normalmente há uma diminuição do medo do paciente e um aumento da segurança e da independência na sua realização das atividades durante a prática da Equoterapia, isso facilita a aproximação com colegas e instrutores, gerando um convívio social rico em comunicação.

Diante do que aqui já foi demonstrado entende ser que o foco da Equoterapia é proporcionar ao paciente o bem-estar físico, corrigindo suas debilidades mentais, agindo direto em suas emoções e, social, aproximando-o do convívio social e harmônico entre seus pares.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou analisar os efeitos positivos causados no paciente da Equoterapia, desse modo, vale a pena frisar a perfeição atingida quanto ao equilíbrio motor dos praticantes e a sua socialização.

A prática da modalidade Pré-esportiva ainda não é tão difundida entre os especialistas da área e carece de trabalhos pedagógicos mais abrangentes para o desenvolvimento da prática.

A análise sobre o gênero Equoterapia e a modalidade Pré-Esportiva garante a afirmação de que a sua aplicação ao paciente de qualquer idade e moléstia neurológica, seguida dos procedimentos terapêuticos específicos, pode contribuir para elevar a saúde do paciente, resgatar os princípios de ordem social e possibilitar o avanço mental na busca pelo crescimento e evolução como ser humano, capacitando-o para a vida, tornando-os conhecedores de seus limites e estimulando a agirem com independência e confiança em suas ações.

Por fim, a aplicação da Equoterapia pode ser adotada nas instituições de ensino e até mesmo no tratamento de quaisquer classes de idade que careçam de estímulos físicos, mentais e sociais, pois ele permite recuperar ou aperfeiçoar esses elementos

no paciente. Portanto, instituições de ensino, órgãos públicos, centros de treinamentos, entre outras entidades, deveriam intensificar suas metodologias voltadas para os benefícios do programa elucidado neste trabalho.

REFERÊNCIAS

ACADEMIA BRASILEIRA DE NEUROLOGIA, Comissão de Ensino. **Ensino da neurologia no curso médico: conceitos e recomendações**. In: Congresso Brasileiro de Neurologia XIII: Relatório da Comissão de Ensino. São Paulo: 1988.

ANDE-BRASIL. [Associação Nacional de Equoterapia]. **Curso Básico de Equoterapia**. São Paulo, 2016.

FAVARO, TC. **A Equoterapia na Reabilitação da Síndrome Vestibular Periférica**. Psicologia. Piracicaba, 2007, p.1-3.

GOUVÊA, V. C. B. **Contribuições da psicomotricidade à Equoterapia**. Monografia (Pós-graduação em Psicomotricidade), Universidade Candido Mendes, Rio de Janeiro, 2016.

LEITÃO, L. G. Sobre a equitação terapêutica: Uma abordagem crítica. **Análise Psicológica**, jan. 2018, vol.26, nº.1, p. 81-100. ISSN 0870-8231.

MEDEIROS, M.; DIAS, E. **Equoterapia: bases e fundamentos**. Rio de Janeiro: Revinter, 2019.

ROWLAND, L. **Tratado de neurologia**. 9. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1997.

SEVERO, J. T. et al. **Equoterapia: equitação, saúde e educação**. São Paulo, 2010.

UZUN, A. L. L. **Equoterapia: aplicação em distúrbios do equilíbrio**. São Paulo: Vetor 2015.