

# EQUITACÃO TERAPÊUTICA

## Terapia Esporte e Lazer



**O hipismo torna o deficiente menos dependente aos próprios olhos. É bom para o corpo e para a mente, melhora o equilíbrio físico e aprimora a capacidade de controle**

**J**á não é de hoje que o cavalo vem sendo utilizado como instrumento no tratamento de deficiências físicas e mentais.

Em nosso país, vários centros estão habilitados a prestar este tipo de auxílio. Veja do que se trata e saiba a quem recorrer.

A Escola de Equitação do Exército, fundada no início do século, em Realengo, RJ, conta com um serviço de equitação terapêutica, que desde 1991 vem atuando na reabilitação de deficientes físicos e mentais. Esta equipe é constituída de fisioterapeutas, psicopedagogos, psiquiatra, professores de educação física e equitação.

Esses quatro anos de trabalho permitiram à equipe experiências com pacientes portadores de variadas patologias, tais como: paralisia cerebral, síndrome de Down, autismo, acidente vascular cerebral, traumatismo crânio encefálico, deficiências auditivas, visual e mental.

### O QUE É EQUITACÃO TERAPÊUTICA ?

É uma terapia alternativa para o tratamento de deficiências mentais e físicas, que utiliza cavalos e técnicas reeducativas para superar danos sensoriais, motores, cognitivos e comportamentais, através de uma atividade lúdico-desportiva.

O uso do cavalo com fins terapêuticos vem de longa data. Hipócrates (478-370 a.C) prescrevia a equitação como remédio contra a insônia e Asclepiades (124-40 a.C) a aconselhava para epilepsia e em diferentes casos de paralisia.

Entretanto, a equitação terapêutica caiu no esquecimento durante séculos, e só voltou a ser retomada por volta do século XVI. Mas é no século XX, imediatamente após a 1ª Guerra Mundial, que o cavalo entra definitivamente no rol das terapias.

Os primeiros a utilizarem a equitação terapêutica foram os países escandinavos, seguidos pela Alemanha, França e Inglaterra. Hoje o cavalo é tratamento em cerca de 30 países.



### TERAPIA E INDICAÇÕES

No nível neuro-psicológico, é possível aproveitar as ações do cavalo e o comportamento intencional da criança em se equilibrar, para adequar as reações de orientação, melhorar os tempos de reação e atenção, potencializar a ca-

pacidade executiva e o discernimento espacial (direção, distância, seqüencialidade, alinhamento, lateralidade), provoca melhoria da atenção, extroversão, vigilância, otimismo, expressividade e controle da agressividade.

O movimento tridimensional do dorso do cavalo, durante a execução do passo, é transmitido para o corpo do cavaleiro. Este movimento, verificado através de pesquisas, é similar ao da marcha humana. Devido a este fator a equitação terapêutica passou a ser indicada para todos os pacientes com problemas neuromotores.

A reeducação através da equitação, que pressupõe a capacidade de manter uma andadura e uma boa receptividade do paciente às propostas do terapeuta, é particularmente indicada para as pessoas com incapacitações evolutivas de linguagem e aprendizado.



A equitação terapêutica exige para cada paciente um programa personalizado, que leve em consideração as exigências específicas daquele indivíduo, numa determinada fase do seu processo patológico.

A equitação terapêutica exigirá do terapeuta uma compreensão aprofundada da intensidade e amplitude das



deficiências, além de um conhecimento na área de equitação.

Em pacientes com alterações motoras, a técnica depende de suas possibilidades, conforme o caso, se eles não tem condições de conduzir o cavalo, pode-se usar a atividade motora criada pela integração paciente-cavalo, e que irá funcionar como estímulo à resposta da terapia. Na fase seguinte, quando o praticante conquistou a faculdade de controlar o animal, o montar e o desmontar ficam muito mais fáceis. Quando o paciente tiver alcançado uma boa integração e organização espaço-temporal, pode-se passar à fase de domínio do cavalo que pode ser localizada nos vários momentos da equitação: passo, trote, galope, e assim sucessivamente. A relação terapia/paciente é acompanhada de outras pessoas, no máximo quatro devem estar envolvidas.



#### OBJETIVO DA TERAPIA

O objetivo da terapia, do ponto de vista psicológico, quando há problemas motores, é melhorar a relação com os pais e outras pessoas, facilitar a solução dos problemas através de estímulos mais positivos.

A última fase, a do esporte, é a mais gratificante. Nela se diminuem ou se superam problemas potenciais até o nível máximo: o deficiente passa a controlar o animal, a própria emoção, o ambiente social, entre outros fatores.

A terapia a cavalo não pode ser improvisada. A técnica e a preparação da equipe terapêutica são vitais. Trata-se de uma técnica especial de reabilitação com indicações e contra-indicações específicas e com pressupostos de base.

O cavalo, e isso é de suma importância, não é um instrumento terapêutico absoluto. É fundamental a atuação do terapeuta que verifica a postura do cavaleiro, a resposta dos músculos do praticante e o seu comportamento.



#### OS BENEFÍCIOS

A equitação terapêutica proporciona uma variedade de estímulos fáceis de serem percebidos. O estímulo tátil, por exemplo, se dá através do contato direto com o cavalo, quer seja montado ou em terra. Desse modo, pode-se pensar na grande variedade de estímulos visuais, auditivos, proprioceptivos que ocorrem na terapia.

As características do local, a posição do cavaleiro sobre o cavalo, que lhe dá uma visão do conjunto, irão proporcionar uma melhor noção espacial das relações acústicas e cinésicas. O movimento oscilatório do cavalo, transmitido por sua anca, seu dorso, pela aceleração da andadura, desenvolve a noção tridimensional do espaço.

As sessões de terapia têm uma duração de 30 minutos, com frequência semanal. E, para codificação da

evolução do tônus muscular, foi utilizado o método de "Hel", o mais funcional num ambiente equestre, e que codifica de zero a quatro um músculo espástico submetido a estiramento.

Esse método de testagem de tônus não é muito conhecido, mas é funcional. Ver quadro abaixo.



#### SEGURANÇA

Com relação ao uso de equipamento em pacientes com déficit de equilíbrio, a escolha de uma sela profunda, que dê apoio especial ao quadril, leva a um empenho gravitacional menor, proporcionando mais segurança ao praticante.

Já em pacientes com tônus aumentado, deve-se evitar o uso do feltro porque este exige um empenho gravitacional importante, criando uma situação parecida com aquela em que se tem o paciente de pé no chão, onde se estimula o reflexo de extensão, causando aumento da espasticidade. Estímulos controláveis vão despertar as reações de equilíbrio, endireitamento e controle postural. No caso de pacientes graves, pode-se facilitar a postura, que deve ser de retroversão, flexão e rotação externa dos quadris.

Porém é a andadura do cavalo que determina o ritmo do exercício. Assim, o passo é a andadura ideal para relaxamento muscular. Já um ritmo mais rápido leva ao aumento do tônus muscular.

### Codificação da evolução do tônus muscular,

O método de Hel, codifica de zero a quatro um músculo espástico submetido a estiramento:

- 0 - não há aumento do tônus muscular;
- 1 - aumento leve do tônus muscular, movimento passivo completo;
- 2 - tônus aumentado, movimento passivo ainda fácil;
- 3 - tônus aumentado, movimento passivo difícil;
- 4 - partes afetadas rígidas em flexão ou extensão.



## A ESCOLHA DO TERRENO

A terapia é praticada sobre areia ou serragem, para se controlar melhor o cavalo e evitar que ele se choque com o movimento do praticante. Ou seja, para se monitorar o movimento sem choque.

## CUIDADOS TERÁPICOS

Na equitação, tenta-se alinhar o centro de gravidade do cavaleiro com o do cavalo, havendo portanto um maior empenho gravitacional. Já na equitação terapêutica, os centros de gravidade têm de ser afastados, para evitar o aumento dos esquemas patológicos e a situação de desequilíbrio.

## O QUE OCORRE EM RELAÇÃO À FAMÍLIA/CRIANÇA/CAVALO

Ao introduzir o cavalo na vida de uma criança excepcional, forma-se um triângulo: não é mais família e criança, mas, família-criança-cavalo e o que acontece? Nesse momento, o cavalo cria uma separação entre indivíduo e

família, porque esta terá que separar-se para que o cavalo possa assumir. A família descobre então a real capacidade do doente, antes despercebida pela relação de dependência total.

Dessa forma, é feita uma redefinição das relações familiares e do comportamento, que se tornam mais adequados, por parte da criança. Interrompe-se assim o círculo vicioso patológico (hiperproteção ou desqualificação na relação família e criança).



## CONCLUSÃO

Com a correta utilização do cavalo e aplicação de conhecimentos técnico-científicos, a equipe da Escola de Equitação do Exército em Realengo, no Rio de Janeiro pôde observar, através de avaliações funcionais, do próprio relato do paciente e familiares os progressos conquistados pelos pacientes portadores de deficiências.



Os interessados poderão contatar o CETA - Centro de Equitação Terapêutica, à Avenida Bartolomeu de Gusmão, 453, Realengo, Rio de Janeiro, RJ ou pelo telefone (021) 248-1279.