

EFEITO DA EQUOTERAPIA NA AUTO-ESTIMA

Marina P. DIAS¹; Luis Gustavo SILVA¹; Luis Henrique A. MERANTE²; Daiane M. SILVA³; Gleysson Roberto SILVA⁴; Pedro Acácio RODRIGUES⁵; Danilo O. REIS⁵

RESUMO

A equoterapia utiliza o cavalo para promover desenvolvimento biopsicossocial de pessoas com necessidades especiais. O objetivo desse estudo foi avaliar a influência da equoterapia na auto-estima. Uma adolescente que possuía baixa-estima, déficit de aprendizagem e rigidez nas pernas realizou sessões de equoterapia. Concluiu-se que além dos ganhos físicos, a equoterapia é importante para elevar a auto-estima, garantindo ao praticante, melhor inserção social.

Palavras-chave: equinoterapia, reabilitação, inclusão social.

INTRODUÇÃO

A equoterapia constitui-se em um recurso terapêutico que utiliza o cavalo através de conceitos de equitação para o tratamento de pessoas com necessidades especiais. Para a realização da terapia, é necessária a formação de uma equipe multidisciplinar, com profissionais habilitados e treinados para o atendimento do paciente e o manejo do cavalo.

O sucesso do tratamento está intimamente relacionado à diversificação das atividades, retirando os pacientes das salas de clínicas de saúde, colocando-os em contato com a natureza e levando-os à realização de exercícios físicos e psicológicos.

Segundo Barreto et al. (2007), a equoterapia além de trazer benefícios físicos, gera benefícios psíquicos e sociais provendo atenção e memória, mudança no perfil de personalidade e socialização.

O objetivo deste estudo foi verificar o efeito da equoterapia na auto-estima e no estímulo das funções psicomotoras.

¹ Estudante de Técnico em Agropecuária do IFSULDEMINAS – Câmpus Machado;

² Estudante de Engenharia Agrônômica do IFSULDEMINAS – Câmpus Machado;

³ Professora de Zootecnia do IFSULDEMINAS – Câmpus Machado, daiane@mch.ifsuldeminas.edu.br;

⁴ Estudante de Licenciatura em Ciências Biológicas do IFSULDEMINAS – Câmpus Machado;

⁵ Responsável técnico do Setor de Equinocultura – Câmpus Machado.

MATERIAL E MÉTODOS

O estudo foi realizado entre maio de 2011 e novembro de 2012, no Centro de Equoterapia do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais – Câmpus Machado com a portadora de paralisia cerebral Taynara Ribeiro, natural de Machado com 15 anos de idade, e aluna da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE) de Machado.

Taynara possuía baixa-estima, déficit de aprendizagem e rigidez nas pernas, por isso, ela realizou as práticas equoterapêuticas com objetivos de alongar músculos das pernas, promover dissociação de cintura, melhorar questões emocionais globais e de auto-imagem e principalmente elevar a auto-estima.

A família de Taynara autorizou a mesma a participar das sessões de equoterapia bem como a divulgar dados e imagens através do IFSULDEMINAS.

A primeira sessão foi realizada de acordo com metodologia do programa inicial de equoterapia, a hipoterapia, na qual o praticante não tem a capacidade de se manter sozinho em cima do cavalo. Posteriormente, Taynara foi enquadrada no programa educação/reeducação.

Foram realizadas 20 sessões de 30 minutos, às quartas-feiras no período vespertino. Em todas as sessões, foi utilizado um cavalo castrado, sem raça definida, com idade aproximada de 10 anos. Foram utilizadas manta, sela e rédeas como encilhamento do animal.

A praticante utilizava vestimentas apropriadas para a prática de equoterapia, como capacete com queixeira, calça comprida e calçado fechado.

O cavalo foi conduzido ao passo durante as sessões com o auxílio de uma equipe multidisciplinar constituída por fisioterapeuta, psicólogo e equitador. Além desses profissionais, alunos dos cursos Técnico em Agropecuária e Engenharia Agrônômica atuaram nas sessões como auxiliares guias e auxiliares laterais.

Foram utilizadas as seguintes estratégias durante a terapia: uso de bastão e bambolê para favorecer alongamento e equilíbrio, montaria invertida e posição esporte, auto visualização em espelhos, cuidados com o cavalo (pentear, trançar, escovar, lavar, etc). A praticante também foi induzida a cantar, desenvolvendo seu talento nato e conseqüentemente, a auto-estima.

Após cada sessão, registros foram feitos em ficha de avaliação diária para possibilitar a reavaliação da praticante de equoterapia e estipular o momento da alta.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A praticante Taynara apresentou bom comportamento durante as sessões, mantendo-se ativa, comunicativa, colaborativa e interagindo com as atividades propostas, além disso, sempre demonstrou estar muito contente. Realizou atividades utilizando membros superiores, trabalhando equilíbrio, atenção, concentração e consciência corporal. Em certos momentos, realizou montaria utilizando as rédeas para guiar o animal.

Em algumas sessões, foi utilizada apenas a manta como encilhamento (sem a sela) para que houvesse exercícios para dissociação de cintura escapular, diversos alongamentos e mobilização ativa de tornozelo e pé.

Arruda (2002) comprovou que ao final de meses de equoterapia, uma praticante aprendeu a ler e escrever; obteve melhora na auto-estima, auto-afirmação e segurança; obteve também, grande desenvolvimento no raciocínio lógico matemático; alcançou vínculos fortes e genuínos com os animais e com os terapeutas, inclusive a praticante disse, ao final, que amava os cavalos e os terapeutas.

O mesmo ocorreu com Taynara, pois além dos resultados físicos, houve ganhos psicológicos, sociais e emocionais consideráveis e após dar um depoimento emocionado na inauguração de outro Centro de Equoterapia em Machado – MG, ressaltando que a partir da equoterapia ela descobriu que é capaz de realizar seus sonhos, recebeu alta.

CONCLUSÃO

Concluiu-se que além de ganhos físicos e psicológicos, a equoterapia eleva a auto-estima de praticantes. Além disso, a equoterapia transmite valores para toda a equipe colaboradora, fazendo com que haja cada vez menos preconceito na sociedade.

AGRADECIMENTO

Ao IFSULDEMINAS - Câmpus Machado, a APAE de Machado e a todos os participantes da APEC/Projeto em Equinocultura.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARRUDA, K. P. O cavalo como agente libertador do fluxo ao desenvolvimento completo dos indivíduos. In: 1º Congresso ÍBERO AMERICANO E 3º CONGRESSO NACIONAL DE EQUOTERAPIA, 2004, Salvador. **Anais...** Brasília: Associação Nacional de Equoterapia, 2004.

BARRETO, F.; GOMES, G.; SILVA, I.A.S.; GOMES, A.L.M. Proposta de um programa multidisciplinar para portador de Síndrome de Down, através de atividades da equoterapia, a partir dos princípios da motricidade humana. **Fitness and Performance Journal**, v. 6, n. 2, p. 82-88, 2007.