



COLÉGIO JOÃO PAULO I – UNIDADE SUL
INTRODUÇÃO À METODOLOGIA CIENTÍFICA 2023
TURMA: 9B

EQUOTERAPIA

Aluno: Joana Leroy Teló
Orientador: Maria Eduarda Miranda Pellicoli Dias

Porto Alegre/RS
2023

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	3
Justificativa	4
Objetivo	4
2. METODOLOGIA	5
3. RESULTADOS	5
4. CONCLUSÃO	6
5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	8

1. INTRODUÇÃO

A equoterapia, também conhecida como hipoterapia ou terapia assistida por cavalos, consiste em um método terapêutico e educacional com a utilização de equinos dentro de uma abordagem interdisciplinar. Os cavalos são os agentes promotores de ganhos em nível físico, psíquico, educacional e social para os pacientes portadores de deficiência e/ou de necessidades especiais. Esta prática surgiu por volta de 458-370 a.C., quando o médico Hipócrates fez referência à equitação como tratamento de diversas patologias e como instrumento benéfico para a saúde de forma geral.

A equoterapia no Brasil começou a ser praticada somente em 1983, na Granja do Torto, em Brasília, e, até os dias atuais, esse local é a sede da Associação Nacional de Equoterapia. Atualmente, a equoterapia tem se expandido mundialmente como uma abordagem complementar de reabilitação e terapia. Os cavalos utilizados na equoterapia devem seguir alguns padrões para ter melhor desempenho nas suas tarefas, como: ser um animal dócil; ter idade superior a 10 anos; ter boa andadura; ter inteligência; não deve ser muito alto e nem muito forte e, caso seja macho, deve ser castrado para que, assim, o animal aceite os comandos e tenha paciência com os pacientes (Ciras, 2021; OLIVEIRA *et al*, 2011).

Atualmente, terapeutas estão utilizando cavalos como uma terapia complementar, para que os pacientes superem desafios e possam perceber, ao ar livre, emoções, medos e traumas escondidos que precisam ser trabalhados. A equoterapia também é muito indicada para pessoas que possuem deficiência física, mental ou necessidades especiais, como a síndrome de Down, o Transtorno do Espectro Autista, a paralisia cerebral e a ELA (Esclerose Múltipla Amiotrófica). A técnica também auxilia a tratar e prevenir distúrbios emocionais, como depressão, ansiedade, fobia social, EPT (Estresse Pós Traumático) e TDAH (Transtorno do déficit de atenção e hiperatividade) (Zenklub, 2022).

Muitas pessoas acham que, na equoterapia, os pacientes vão apenas montar no cavalo, mas, na verdade, eles também podem ajudar no tratamento do animal, escovando, dando petiscos, dando banho e realizando algumas tarefas de lazer. Essas tarefas ajudam a criar um vínculo e uma afetividade entre o ser humano e o cavalo. E é esse relacionamento que se faz muito importante na equoterapia, pois

ajuda no âmbito emocional do paciente. Este vínculo que ocorre entre as pessoas e os equinos acontece porque eles são animais sensitivos que percebem com facilidade alterações de humor, por exemplo medo, alegria ou raiva, sem precisar colocá-las em palavras. Eles sentem as emoções humanas, assim estabelecendo um vínculo e uma conexão entre o cavalo e o ser humano. O principal meio de comunicação com os cavalos é a linguagem corporal, e eles também têm a capacidade de distinguir emoções e expressões faciais que os humanos transmitem (Padovan, 2017; Alanutri, 2009).

Enquanto a pessoa monta no cavalo, ela tem a sensação de liberdade, independência e autonomia, assim, tornando-se mais independente, criando novas formas de socialização e também ganhando mais autoestima e autoconfiança, deste modo, esse tipo de tratamento auxilia psicologicamente o paciente.

Outra vantagem da equoterapia é que ela diminui a ansiedade e aumenta a atenção e a concentração. Hoje em dia, muitas crianças e adolescentes têm dificuldade de socializar e amar o próximo, e uma forma terapêutica de combater essas dificuldades é por meio da equoterapia. Nesse sentido, nota-se que o convívio com os cavalos acelera e desperta o desejo de amizade, e, a partir disso, começam os desafios. Essa amizade entre o cavalo e a pessoa necessita de cuidados e exige determinados limites, assim formando um novo vínculo (Cavalo Amigo, 2023).

Além da ajuda psicológica, a equoterapia auxilia fisicamente o paciente, desenvolvendo força muscular, provendo relaxamento, além de estimular a sensibilidade do tato, a visual e a auditiva, por exemplo. O cavalo é o animal que tem a andadura mais parecida com a dos humanos no mundo, sendo suas semelhanças de 95%, ou seja, o homem e o cavalo possuem movimentos rítmicos ao caminhar muito semelhantes, pois os dois fazem o movimento tridimensional que nada mais é que o deslocamento do corpo para frente e para trás, para cima e para baixo. Ao montar o cavalo, a pessoa, por conta destes movimentos tridimensionais, recebe, em seu corpo, a todo instante estímulos que aguçam o deslocamento do corpo, melhorando a coordenação motora, o equilíbrio e a postura (Ciras, 2021; Queiroz, 2009).

1.1 Justificativa

O presente trabalho aborda um tema relativamente novo, a equoterapia, que nada mais é que um método terapêutico e educacional com a utilização de cavalos. Essa terapia com cavalos busca o desenvolvimento biopsicossocial de pessoas com deficiências ou necessidades especiais, estando entre elas as doenças genéticas, as neurológicas, as ortopédicas e as musculares, além de sequelas de traumas e cirurgias, as doenças mentais, os distúrbios psicológicos, de aprendizagem e linguagem, entre outros.

A equoterapia gera muitos ganhos em níveis físicos, como o desenvolvimento da força muscular, o relaxamento, a conscientização do corpo, a melhoria da coordenação motora e o equilíbrio. Além disso, traz benefícios psíquicos, como a interação com o cavalo, as novas formas de socialização e a melhora da autoestima. Portanto, nota-se que o conhecimento sobre este tipo de tratamento é muito importante, e, por isso, o objetivo deste trabalho é explicar o que é e como funciona a equoterapia e ressaltar os resultados obtidos pelos pacientes.

1.2 Objetivo.

O objetivo geral deste trabalho é mostrar os benefícios da equoterapia no tratamento de crianças e adolescentes. Os objetivos específicos da pesquisa são:

- Entender como funciona a equoterapia;
- Entender como os cavalos atuam neste meio;
- Compreender quais são os benefícios da equoterapia;
- Descobrir em quais casos a equoterapia pode ajudar.

2. METODOLOGIA

Este trabalho foi realizado por meio de pesquisas bibliográficas em sites e artigos científicos disponibilizados no Google e no Google Acadêmico, sendo as palavras-chaves: equoterapia, cavalos, equinos e terapia assistida por cavalos.

Também foram utilizadas reportagens disponibilizadas no Youtube. O critério de inclusão utilizado foi artigos em português.

3. RESULTADOS

Dentro de uma abordagem interdisciplinar, nas áreas de saúde, educação e equitação, a equoterapia é um método terapêutico e educacional com o auxílio de cavalos que busca melhorar e tratar aspectos ligados a problemas físicos e mentais e também busca o desenvolvimento biopsicossocial de pessoas portadoras de necessidades especiais ou deficiência. Com o passar do tempo, a equoterapia vem ganhando reconhecimento, pois ela proporciona benefícios extraordinários aos praticantes. Apesar de aparentar ser uma prática simples, os mínimos movimentos que o cavalo executa refletem no corpo do paciente. Assim, ele é considerado instrumento essencial para a equoterapia (OLIVEIRA *et al*, 2011; SILVA, 2008).

Os resultados obtidos através da equoterapia são comprovados pela ciência, e o trabalho realizado não é destinado somente à parte física, mas também ao psicológico dos pacientes. Nesse sentido, entre os benefícios físicos estão desenvolvimento da força muscular, relaxamento, estímulo de sensibilidade do tato, visual e auditivo, estímulo do deslocamento do corpo, melhora da coordenação motora, melhora do equilíbrio, dos reflexos e da postura. E alguns dos benefícios psicológicos da equoterapia são ganho de independência, autonomia, autoconfiança e autoestima, novas formas de socialização, diminuição de ansiedade e aumento de atenção e concentração (Cavalo Amigo, 2023; Zenklub, 2022).

Neste trabalho também foi visto que a equoterapia traz resultados para diversos tipos de necessidades especiais ou deficiências, como à síndrome de Down, ao Transtorno do Espectro Autista, à paralisia cerebral e à ELA (Esclerose Múltipla Amiotrófica). Ademais, ela também auxilia a tratar e prevenir distúrbios emocionais, como depressão, ansiedade, fobia social, EPT (Estresse Pós Traumático) e TDAH (Transtorno do déficit de atenção e hiperatividade) (Zenklub, 2022).

O ser humano, por natureza, sente atração e carinho por animais. Os cavalos, particularmente, apesar de serem grandes, transmitem ao ser humano uma

sensação de bem-estar, segurança e carinho. Essas particularidades podem ajudar as pessoas com certos distúrbios a se sentirem mais seguras. Com isso, a interação entre o cavalo e o paciente forma laços de amizade, que irão refletir na relação destas pessoas no cotidiano, proporcionando a elas uma autoconfiança e uma melhora da socialização. Toda essa interação será benéfica não só para o paciente, mas também para a sua família e seus conhecidos, pois estes irão ver que os pacientes, que antigamente eram considerados limitados e afastados da sociedade, hoje em dia, podem conviver e participar da sociedade normalmente.

4. CONCLUSÃO

A equoterapia é uma técnica de tratamento que pode ser muito boa em diversos casos como foi citado anteriormente, mas, para ela funcionar, é necessário que haja especialistas na área de equitação e psicologia, além um cavalo que se encaixe nas necessidades exigidas pela prática terapêutica.

Com este trabalho, conclui-se também que a equoterapia traz diversos benefícios psicológicos, como ganho de independência, autonomia, autoconfiança e autoestima, novas formas de socialização, diminuição de ansiedade e aumento de atenção e concentração. Também apresentam diversos benefícios físicos, como desenvolvimento da força muscular, relaxamento, estímulo de sensibilidade do tato, visual e auditivo, estímulo do deslocamento do corpo, melhora da coordenação motora, melhora do equilíbrio, dos reflexos e da postura.

A pesquisa feita também mostra que a equoterapia traz resultados para diversos tipos de necessidades especiais ou deficiências, como a síndrome de Down, Transtorno do Espectro Autista, paralisia cerebral e ELA (Esclerose Múltipla Amiotrófica). Também auxilia a tratar e prevenir distúrbios emocionais como depressão, ansiedade, fobia social, EPT (Estresse Pós Traumático) e TDAH (Transtorno do déficit de atenção e hiperatividade).

Concluindo, existem, atualmente, inúmeros trabalhos científicos e também exemplos práticos comprovando todas essas teses. Isso reforça ainda mais a significativa melhora dos pacientes que são submetidos a esta técnica bonita, harmônica e inovadora, que nos mostra uma conexão entre o cavalo e o ser

humano, que ainda, certamente, irá evoluir para tratamento de outros possíveis distúrbios, ajudando de uma forma natural a melhorar a qualidade de vida dessas pessoas necessitadas e, que muitas vezes, não respondem de forma eficiente a tratamentos tradicionais com medicamentos.

Apesar de tudo que foi dito neste trabalho, ainda há muito o que discutir sobre este assunto, por exemplo como um cavalo é treinado e preparado para atuar nessa prática, assim, deixa-se espaço para trabalhos futuros.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALINUTRI. Cavalos sentem amor pelos humanos descubra a linguagem dos equinos, 2016. Disponível em:

<https://nutriave.com.br/blog/cavalos-sentem-amor-pelos-humanos-descubra-a-linguagem-dos> Acessado em: 28/04/2023

ASSOCIAÇÃO EQUOTERAPIA SANTOS. Benefícios, 2023. Disponível em:

<https://associacaoequoterapia.com.br/beneficios/> Acessado em: 12/04/2023

CAVALO AMIGO EQUOTERAPIA. Os cavalos são grandes aliados contra a solidão, 2023. Disponível em:

<https://cavaloamigo.com.br/os-cavalos-sao-grandes-aliados-contr-a-solidao/> Acessado em: 26/04/2023

CIRAS. O que é a equoterapia, 2021. Disponível em:

<https://ciras.org.br/posts/o-que-e-a-equoterapia>. Acessado em: 16/03/2023

CORREIO BRAZILIENSE. Com os cavalos podem ser usados em terapias, 2017. Disponível em:

https://www.correiobraziliense.com.br/app/noticia/revista/2017/04/30/interna_revista_correio,592101/como-os-cavalos-podem-ser-usados-em-terapias.shtml Acessado em: 10/04/2023

EFDEPORTES. Efeito da equoterapia sobre o padrão motor da marcha em crianças com síndrome de down: uma análise biomecânica, 2006. Disponível em:

<https://www.efdeportes.com/efd96/equot.htm> Acessado em: 07/06/2023

INSTITUTO FEDERAL SUDESTE DE MINAS GERAIS. Equoterapia história geral, ANO? Disponível em:

<https://sites.google.com/a/ifsudestemg.edu.br/equoterapia/historia/geral> Acessado em 02/07/2023

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Dia nacional da equoterapia, 2019. Disponível em:

<https://bvsms.saude.gov.br/09-8-dia-nacional-da-equoterapia/> Acessado em: 12/04/2023

OLIVEIRA, E. M.; RODRIGUES, L. M. CEACERO T. M; PEREIRA V. M; TEODORO I. F; OLIVEIRA F. A. G; TEIXEIRA R. B. Equoterapia: O uso do cavalo em práticas terapêuticas, 2011. Disponível em:

<https://www.bambui.ifmg.edu.br/semanacet2011/resumos/zootecnia/73.pdf> Acessado em 10/04/2023

QUEIROZ, C.O.V. Visualização da semelhança entre os movimentos tridimensionais do andar do cavalo com o andar humano, 2009. Disponível em:

<https://edif.blogs.sapo.pt/58442.html> Acessado em: 24/04/2023

SAÚDE PLENA. Com sua imponência os cavalos são grandes aliados na superação de transtornos, 2017. Disponível em:

<https://www.uai.com.br/app/noticia/saude/2017/07/17/noticias-saude,209740/com-sua-imponencia-os-cavalos-sao-grandes-aliados-na-superacao-de-tra.shtml>

Acessado em: 28/04/2023

SILVA, J.P. Equoterapia em crianças com necessidades especiais, 2008. Disponível em:

<https://portalidea.com.br/cursos/2c810f13c221d6dd357c674b95b2a5b5.pdf>

Acessado em 06/06/2023

SOCIEDADE HÍPICA PORTOALEGRENSE. Equoterapia, 2023. Disponível em:

<https://shpa.com.br/equoterapia/> Acessado em: 26/04/2023

SOCIEDADE MILITAR. Comando do exército e apae se unem em projeto inclusivo com equoterapia, 2023. Disponível em:

<https://www.sociedademilitar.com.br/2023/04/comando-do-exercito-e-apae-se-unem-em-projeto-inclusivo-com-equoterapia-frz.html> Acessado em: 27/04/2023

ZENKLUB. Equoterapia, 2022. Disponível em:

<https://zenklub.com.br/blog/trabalho/equoterapia/#:~:text=A%20equoterapia%20tamb%C3%A9m%20%C3%A9%20conhecida,tamb%C3%A9m%20ELA%20%E2%80%93%20Esclerose%20M%C3%BAltipla%20Amiotr%C3%B3fica>. Acessado em:

11/04/2023