



A equoterapia, nome dado ao tipo de exercício realizado em cima de cavalos, "é um método terapêutico e educacional que visa o desenvolvimento físico, psicológico e social de pessoas com necessidades especiais. Todo o tratamento se baseia no relacionamento entre o cavalo e o paciente", explica a fisioterapeuta Letícia Junqueira.

Os movimentos do cavalo são 95% semelhantes ao andar humano, o que é chamado de tridimensional, pois produzem deslocamentos para direita e para esquerda, para cima e para baixo e para frente e para trás, tudo acontecendo ao mesmo tempo.

Durante o deslocamento do animal, a pessoa que está realizando o exercício recebe de 1800 a 2200 estímulos cerebrais e ajustes tônicos – movimento automático de adaptação do praticante ao movimento do cavalo - que percorrem a coluna através da medula espinhal, chegando ao sistema nervoso central (SNC).

"No SNC, os neurônios se unem, gerando novas células nervosas, que servirão como "ponte" na realização de uma determinada atividade motora dificultada por uma lesão cerebral", esclarece a fisioterapeuta.

O tratamento é indicado para pacientes com necessidades especiais, causadas por paralisia cerebral, acidente vascular encefálico, atraso no desenvolvimento neuropsicomotor, síndrome de down, dificuldade de aprendizagem ou linguagem, esclerose múltipla, disfunção na integração social, traumatismo cranioencefálico e problemas psicológicos.

### **O tratamento está dividido em três fases**

**Hippoterapia:** o praticante não consegue montar sozinho no dorso do animal, necessitando de um terapeuta montado ou ao lado, para ajudar nas atividades direcionadas ao seu tipo de tratamento.

**Educação/Reeducação:** nesta fase, o praticante já consegue efetuar exercícios sozinho e até conduz o animal, necessitando às vezes do condutor na lateral.

**Pré-esportivo:** neste momento, o praticante já consegue realizar alguns exercícios de hipismo sozinho.

### **Resultados**

A equoterapia é quase sempre uma terapia complementar, não eliminando a necessidade de outros tratamentos, como o fisioterapêutico, o fonoaudiológico e o psicoterapêutico, por exemplo. No entanto, na terapia com cavalos, os resultados aparecem muito rapidamente. "É claro que a evolução de cada paciente é sempre individual, mas em grande parte, inclusive por conta dos aspectos motivacionais, os resultados aparecem já nos primeiros meses de atendimento", finaliza a especialista.

### **A origem**

Embora tenha sido identificada como método terapêutico na década de 60, a equoterapia tem antecedentes mais distantes. Hipócrates, 377 a.C., no livro "Das Dietas", já reconhecia a equitação como uma atividade de regeneração à saúde. Entretanto, apenas séculos depois é que pesquisadores na França admitiram os benefícios da equitação e incluíram o assunto nos meios acadêmicos.

*Fisioterapeuta - Letícia Junqueira - Jockey Club de São Paulo*