

A hipoterapia na escola e algumas proposições de circunstância

A manhã é claramente diferente... Aos poucos... Estes alunos... Aparentemente ou quase sempre... Tão distantes e alheados... Aguardam ansiosamente pela saída rumo ao objectivo traçado - Clube Hípico de Loulé.

O grupo de cerca de quinze alunos... Revela uma motivação distinta das outras... Dissemelhante de tudo o que para estes costuma ser habitual e rotineiro... Não fora a sua condição... Débil e descoincidente... Já de si... Uma ode à imperfeição... À indiferença e até à exclusão...

Nesse dia... E estranhamente... A paciência parece predominar face ao costume de não a ter... Algo maior se avizinha... Há compromisso... Satisfação e muita vontade... O trajecto é uma aula... Atulhado de automóveis... Pessoas e passadeiras para atravessar... Repleto de informação... Há estímulo... Luz e oxigénio...

O caminho é feito a pé...



Os cavalos, pela sua essência, são animais que possuem uma enorme capacidade de adaptação a distintas situações - basta verificar a sua utilização ao longo dos tempos como máquinas de trabalho, potentes e eficazes, assim como, toda a sua contribuição para o progresso social. Para além disto, o cavalo apresenta um movimento muito semelhante ao andar do ser humano - conferindo deslocamentos ao cavaleiro e obrigando a constantes acertos ao nível do equilíbrio (ajuste tónico).

A intervenção terapêutica utilizando o cavalo é indicada para pessoas com necessidades especiais, que apresentem: deficiência mental/intelectual, autismo, paralisia cerebral, distrofia muscular, distúrbios de comunicação, entre outros...

A riqueza deste tipo de intervenção... É seguramente um argumento válido... Ainda que possa ser verdadeiro ou falso... Isto porque... Subsiste uma enorme controvérsia acerca da sua eficácia ou eficiência... Contudo... E ainda assim... Já existem muitos estudos que atestam os benefícios da hipoterapia... Assim sendo... E se pesarmos todas as proposições de circunstância... Talvez estas mesmas se transformem em premissas... E chegaremos à nossa conclusão... Fundamento sólido ou aceitável?... Enfim... A consistência de toda a intervenção... Como premissa sujeita à análise dos resultados... Garantirá seguramente a verdade da conclusão...

De acordo com Lubersac & Lallery (1973): A hipoterapia é um método de intervenção terapêutica global e analítico, extremamente rico, que engloba o indivíduo no seu complexo psicossomático, quer seja praticado com deficientes físicos ou mentais.

De uma forma geral... O relacionamento entre o ser humano e qualquer tipo de animal de estimação apresenta uma componente biopsicossocial... Sendo útil e saudável para a vida social... Afectiva e intelectual...

Para J. Fitzpatrick & J. Tebay (1998), o termo hipoterapia deriva da palavra grega hippos, significando cavalo, montar a cavalo, sendo usado com uma forma do tratamento. O cavalo, com o seu movimento rítmico, dinâmico será usado para influenciar na postura do praticante, equilíbrio e mobilidade. Isto é, a hipoterapia, como terapia para crianças e jovens com deficiência, poderá auxiliar no desenvolvimento e/ou recuperação da motricidade global, assim como, contribuir para uma melhoria efectiva da cognição, da autonomia pessoal e social, da comunicação, da responsabilidade, das atitudes, etc...

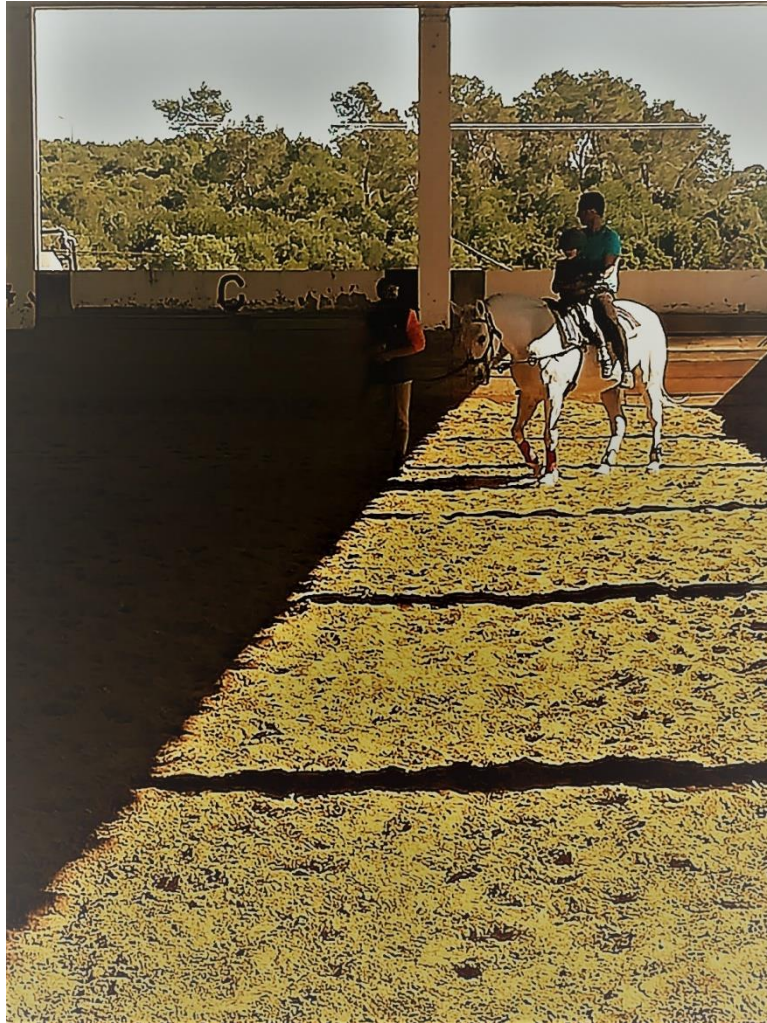


*O tipo de passada do cavalo... Pelo ritmo que impõe... Poderá ser mais longa ou curta...
Variar a intensidade... Manipular-se e induzir-se... Consoante a necessidade do paciente...*

Seixas (2011), define a hipoterapia como um método único que estimula crianças a superar os seus problemas; melhora o seu estado psicológico; estende os seus horizontes; desenvolve uma sensação de orgulho e vitória contra a doença e, conseqüentemente, facilita a remoção do complexo de inferioridade.

Curiosamente, no seu deslocamento, o cavalo produz movimentos tridimensionais. Ou seja, para cima e para baixo, para a esquerda e para a direita, para a frente e para trás - muito semelhantes aos do ser humano. Estes estímulos actuam directamente no sistema nervoso central - Contribuindo seguramente para uma melhoria efectiva do padrão motor e da integração sensorial.

*Na sua natureza... Existe todo um processo organizativo da informação vinda do exterior...
Absorvendo-a e tratando-a... Possibilitando e estimulando a capacidade de produção de
respostas adaptativas ao meio onde o ser humano está inserido...*



A Associação Americana de Hipoterapia, define o termo hipoterapia como a forma ou o modo intencional como os profissionais usam e manipulam os movimentos do cavalo (de uma forma controlada) como uma ferramenta de terapia que envolve os sistemas sensoriais, neuromotores e cognitivos para promover resultados funcionais.

No fundo, a hipoterapia não é mais do que um tipo de intervenção que combina as valências pedagógica e terapêutica no sentido melhorar os domínios e áreas mais fragilizadas do indivíduo.

Os medos e receios iniciais... Das primeiras sessões... Rapidamente desapareceram... Convertendo-se em desejo... Desinibição e querença... Há no ar um sentimento de jubilo...

Por alguns momentos... As cores do dia ganham um ambiente cinematográfico... Bem ao estilo de um cowboy insolente... Sete magníficos... Ou até... De uma mulher de sonho... Num rio bravo repleto de actos de heroísmo... Imperdoáveis... Como nós... Actos de pura coragem e amor... Danças com lobos... Histórias por contar... Ou viver... Enfim... Rábulas fugazes que

nos transportam e elevam... Para fora daqui... Cada um à sua maneira... Do seu modo e de acordo com a sua percepção e entendimento... Sonhando... Experimentando e sobretudo... Vivendo...

A Associação Nacional de Equoterapia - ANDE-Brasil (2002), esclarece que o cavalo possui três andamentos (ou andaduras) naturais e instintivos, que são: o passo, o trote e o galope. Como tal, e devido às suas características de ritmo e de cadência, o passo é o andamento mais utilizado neste tipo de terapia, isto porque, existe uma maior produção de movimentos tridimensionais.



Se pensarmos em benefício como uma vantagem ou um privilégio... Podemos ir directamente aos eixos... Físico... Cognitivo... Emocional e até social... Apanágio de ideias e ganhos para o aluno... Autoconfiança e autoconceito... Coordenação geral... Comunicação e linguagem... Atenção e memória... Postura... Equilíbrio... Destreza... Conhecimento do corpo no espaço... Autonomia pessoal e social... Independência... Socialização... Controlo das emoções... Propriocepção... Enfim... Prerrogativas que confirmam a tese...

Sabendo que as verdades absolutas... Apresentam um valor delicado e insuficiente... Talvez seja necessário validar a tese destes benefícios... Alicerçando a nossa fundamentação na coerência e na probabilidade... Isto porque... Existe um incremento notório do orgulho e da força interior... Superando a pequenez natural de quem... Já de si... Apresenta características de menoridade...

O cavalo proporciona uma panóplia de estímulos ao nível das sensações... Através do toque... Na textura do pelo... No sentir da sua temperatura... Pela cadência incutida pelos movimentos tridimensionais... Que normalizam o tônus muscular... Aumentam a integração sensorial... Fortalecem a musculatura... Melhoram a mobilidade articular... A lateralidade... A saúde em geral... E... Promovem uma estranha sensação de liberdade...

Ainda assim... No sentido de validar esta tese... E se pensarmos de uma forma não formal... No que se refere à argumentação... Teremos sempre de considerar tudo o que existe a favor e contra...

As sessões de hipoterapia devem ser devidamente planificadas por uma equipa multidisciplinar e obedecer a uma estrutura centrada em objectivos - tendo sempre por base o aluno e as suas condicionantes. Assim sendo, existem vários aspectos que deverão ser tidos em conta, como a duração das sessões (para não esgotar o cavalo nem o paciente), a segurança das mesmas (a utilização do capacete e a gestão dos alunos nos tempos de espera), a escolha dos objectos lúdicos (que devem ser apelativos e seguros).

Também é importante a utilização de roupa confortável (para facilitar a mobilidade) e o uso de um cobertor no lugar da sela (para facilitar a montada dupla e para proporcionar um maior contacto com o cavalo). A escolha do local também deve ser valorizada (picadeiro coberto ou ao ar livre), assim como a acessibilidade (acessos ao picadeiro e ao cavalo e adaptações dos materiais).

A planificação deverá conter objectivos a atingir a médio e/ou longo prazo, ter características prescritivas (reajustada sempre que necessário) e deve obrigar a uma avaliação no final (de cada aluno e do projecto).

Até à entrada no picadeiro... Um estado de ansiosa vontade agiganta-se... Alguns deles perdem-se em atropelos de uma vontade desmesurada...

Começam por escovar o cavalo... Misturando festas... Afagos e beijos... Os mais limitados são ajudados... Existe contacto... Experimentam-se sensações de calor... Cheiro e tacto... Há energia...

A visão e o cheiro... São formas de tocar à distância... Existe uma separação e um afastamento... Todavia... É tocando que se atesta a existência real das coisas...

Para colocar em prática um projecto deste género, é imperioso que se prepare e estructure uma equipa multidisciplinar que acompanhe e participe no processo, de uma forma presente e profissional.

Watson (1995) refere que: “(...) a hipoterapia deverá ser realizada por uma equipa interdisciplinar que saiba avaliar os défices e o potencial do paciente, e um instrutor que conheça bem os cavalos, os seus movimentos e as suas reacções”.

Podemos reunir profissionais de várias áreas, como: professores de educação especial, de educação física, monitores de equitação, fisioterapeutas, terapeutas da fala e ocupacionais, psicólogos, assistentes operacionais, entre outros... O envolvimento da família, no apoio às sessões é fundamental. Todos são válidos e necessários, contudo, é ainda mais importante a vontade e a disponibilidade para a aprendizagem e a participação de cada um deles no processo (não desfazendo, como é óbvio da importância da formação).

A formação de todos os intervenientes também desempenha um indispensável papel, porém, é escassa, inacessível e cara. É imprescindível que a equipa se forme a ela própria, ou seja, contorne as adversidades da inexistência da mesma - investigando, discutindo e reflectindo - afinal, trata-se de uma equipa multidisciplinar composta de profissionais de educação, saúde e de equitação.



Escovar o cavalo...

Os adultos... Ou melhor... Os alunos mais velhos... Auxiliam os futuros cavaleiros na realização das actividades... Próximos e presentes... Protegendo das inconveniências e compensando as limitações... Mão na mão... Equilibram e amparam... Indicando movimentos e proporcionando sensações de carácter único... Harmonizando a cadência ou até... Influenciando o ritmo... Novas trajectórias... Rudes... Arredondadas... Renovadas... Numa demonstração de compaixão e de entrega... Trabalha-se a mudança...

Durante a sessão, podemos verificar algumas etapas elementares ao nível da intervenção, ou melhor, formas de abordagem, como:

Escovar - nesta fase, o objectivo principal é criar ou reforçar o contacto com o animal - proporcionando a experimentação de várias sensações. Alguns critérios de êxito e condições de realização: auxiliar os alunos mais limitados mão na mão, ao colo (se necessário), ou posicionando cadeiras no sentido de aumentar a proximidade e o contacto, criar condições de segurança para a actividade, dar indicações e dicas de abordagem.

Montar sozinho - aqui é imperioso manter a segurança, como tal, e para além do monitor (que cuida e conduz o cavalo), é importante (consoante o grau de comprometimento do aluno) acompanhá-lo ao lado - para transmitir confiança. Um deles, deve ser o responsável pela condução da sessão - coordenando, indicando e orientando o aluno na realização dos exercícios.

Montar acompanhado - para além dos restantes recursos humanos, teremos mais um adulto que monta o cavalo com o aluno. Poderá caber a este, ou não, a responsabilidade da condução da sessão. O objectivo, deste elemento, é proporcionar segurança, estabilidade e corrigir posturas - os exercícios podem ser realizados em conjunto ou não.

Em suma, a ajuda e a participação da equipa multidisciplinar, pode ser diversa e variada sempre que as condições o exijam - professores, técnicos e assistentes podem e devem participar de forma a ganhar maior experiência, prática e enriquecer as sessões. Porém, quem coordena e planifica as mesmas, deverá ser um profissional habilitado e experiente.

De capacete na cabeça... Alinham-se ansiosos... Observando os companheiros... "Daqui a pouco sou eu!" (Pensam)... Alguns montam acompanhados... A maior parte sós... Rapidamente

ensaiam-se situações de destreza pura... Habilidades diárias que se combinam com exercícios e objectos da vida... Movimentos e posições... Flexão... Extensão e rotação de partes do corpo... Reflexos em espelho... Atenção e vigilância... A esquerda e a direita... Deles... Deitar para a frente e para trás... Ficar... Relaxar e sentir... Manusear um objecto... Atirá-lo para longe... Ou mais perto... Afagar o cavalo... Com ambas as mãos... Melhorar a postura... Ou simplesmente... Corrigi-la... Depois... Desfrutar... Apreciar e absorver...



Ao longo dos anos, tenho observado e constatado inúmeros progressos nos alunos, que se traduzem, em melhorias efectivas ao nível do equilíbrio, da coordenação geral, da motricidade global, do conhecimento do corpo, da lateralidade, entre outros... No que diz respeito à comunicação e linguagem, verifiquei que existe uma maior intenção comunicativa, isto é, a comunicação receptiva e expressiva apresentam progressos notórios. Existe uma maior interacção com os outros, pela vontade, pela excitação e pela tipologia da actividade.

Quanto à confiança, autonomia e concentração apurei uma evolução muitíssimo expressiva, assim como no que se refere ao saber estar e ao autocontrole. Os benefícios emocionais e sociais são imensos e óbvios.

Relativamente às atitudes e ao comportamento, verifiquei que existe um aumento da segurança na realização dos exercícios, uma maior resistência à frustração, mais tolerância, um desenvolvimento da capacidade de respeito pelos outros e uma melhoria efectiva do cumprimento de regras.

“A Hipoterapia é um dos raros métodos, talvez o único, que permite vivenciar tantos acontecimentos ao mesmo tempo, simultaneamente, e no qual as informações e reacções são também numerosas.” (Lallery, 1996)

A hipoterapia devidamente articulada com outras áreas da educação e da saúde, poderá contribuir para o desenvolvimento global do aluno, auxiliar a minimizar as suas limitações e facilitar resultados ao nível da funcionalidade.

O cavalo não faz juízos... Julgamentos... Nem avaliações ou críticas... O cavalo não se importa com as aparências... Se é bonito ou feio... Gordo ou magro... Baixo ou alto... Normal ou anormal... Aceita as pessoas como elas são... Sem qualquer tipo de preconceito ou problemas... Recebe... Sem cobrar... Toma e adopta... Não exclui nem estigmatiza... Assim... Não devemos apenas observar os benefícios motores que o cavalo proporciona... Mas também... Todos os outros do âmbito emocional e relacional... Porque existe de facto... Uma ligação peculiar de união... Relação de correspondência particular... Química empírica que absorve e se propaga... Partilha... Entre o aluno e o cavalo...

Tal como o desporto, a hipoterapia, também se apresenta como um conceito integrador privilegiado, pelas suas características recreativas existe uma melhoria significativa do autoconceito e uma valorização expressiva das capacidades relativamente às limitações.

Este tipo de terapia, pelas suas características e benefícios referidos anteriormente, deverá ser muito mais frequente nas escolas e chegar a todos os que dela necessitem sem excepção - assim, teremos uma melhor intervenção, com mais equidade e uma sociedade menos elitista e mais inclusiva.

“Mesmo nos casos em que se identificam maiores dificuldades de participação no currículo, cabe a cada escola definir o processo no qual identifica as barreiras à aprendizagem com que o aluno se confronta, apostando na diversidade de estratégias

para as ultrapassar, de modo a assegurar que cada aluno tenha acesso ao currículo e às aprendizagens, levando todos e cada um ao limite das suas potencialidades” (Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de julho).

Se uma premissa pode ser vista como uma proposição usada num determinado argumento... Para sustentar uma conclusão... Não será esta... A verdadeira proposição que se salva e reconhece... No tal raciocínio... Recorrendo às tais premissas? ...

Bibliografia:

La rééducation par l'équitation broché ; Renee de Lubersac, Hubert Lallery (1973)

Companiona animals in human health; Cindy C. Wilson, Dennis C. Turner (1998)

Equoterapia teoria e prática: Uma experiência com crianças autistas; Heloisa B. Freire; Editora Universidade Católica Dom Bosco (1999)

Relações terapêuticas: Um estudo exploratório sobre equitação psico-educacional (EPE) e autismo; Leopoldo G. Leitão; Revista: Análise Psicológica; V.22, Nº2 Lisboa (2004)

O efeito da hipoterapia e da atrelagem adaptada na auto-eficácia e nas funções psicomotoras de crianças com necessidades educativas especiais; Lígia N. Seixas; Faculdade de Ciências Sociais e Humanas - Universidade Nova de Lisboa (2011)

Revista : Official Publication of the American Hippotherapy Association, Inc (2019)

Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de Julho;

American Hippotherapy Association - <https://americanhippotherapyassociation.org/>

Associação Nacional de Equoterapia - <http://equoterapia.org.br/>

António Pedro Santos

2019