

Efeitos da equoterapia na qualidade de vida de adolescente com TDAH

Effects of equine assisted therapy upon the quality of life of adolescents diagnosed with TDAH

Efectos de las equoterapia en la calidad de vida de adolescente con TDAH

Juliana Dalva Rodrigues Caobianco¹

Heloisa Bruna Grubits Freire²

Lisiane Pereira de Jesus³

Cely Marini Melo e Oña⁴

¹ Especialista em Medicina Tradicional Chinesa (MTC) pelo Centro Universitário Doutor Leão Sampaio e em Equoterapia pela Universidade Nacional de Brasília (UnNB). Fisioterapeuta. Docente do Curso de Graduação em Fisioterapia da Instituição Fasipe, Cuiabá, MT. RPGispa pelo Instituto PH. E. Souchard de Reeducação Postural Global. Membro colaborador do Centro de Equoterapia da Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT). E-mail: julianacaobianco@hotmail.com, Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-7699-1862>

² Pós-doutora em Desenvolvimento Humano e Bem-Estar Social pelo Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A.C. (CIAD). Doutora em Ciências Biomédicas pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Mestre em Psicologia pela Universidade Católica Dom Bosco (UCDB). Especialista em Sociopsicomotricidade Ramain Thiers, pelo CESIR e em Equitação pela Escola de Equitação de Exército (EsEqEx). Graduada em Psicologia pela UCDB. Coordenadora do Programa de Equoterapia (PROEQUO-UCDB), docente da graduação em Psicologia e na pós-graduação (mestrado e doutorado) em Psicologia na UCDB. E-mail: grubitsbh@hotmail.com, Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-8623-8532>

³ Doutora em Agricultura Tropical pela Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT) na área de Zootecnia (Produção e Nutrição de Ruminantes). Mestre em Ciências Veterinárias e Graduada em Medicina Veterinária pela Universidade Federal de Pelotas (UFPeL). Pós-graduação em Equoterapia pela Universidade de Brasília em parceria com a ANDE-BRASIL. Docente na UFMT, vinculada à Faculdade de Agronomia e Zootecnia. Coordenadora do Centro de Equoterapia da UFMT (CEEq). Pró-Reitora de Ensino de Graduação da UFMT. E-mail: lisiane.jesus@ig.com.br, Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-3056-2894>

⁴ Pós-doutoranda, doutora e mestre em Medicina Veterinária pela Universidade Estadual Paulista (UNESP). Graduada em Medicina Veterinária pela UFRRJ. Professora convidada da UNESP, subcoordenadora da especialização em Homeopatia da Universidade Federal de Goiás (UFG), colaboradora do curso de especialização da Faculdade Jaguariúna, professora da Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT). E-mail: celymarinivet@gmail.com, Orcid: <http://orcid.org/0000-0001-9074-5783>

Resumo: O presente estudo de caso teve por objetivo evidenciar os benefícios da prática pré-esportiva da equoterapia para a melhoria na qualidade de vida e saúde de uma adolescente diagnosticada com transtorno de déficit de atenção/hiperatividade (TDAH) e apresentando características marcantes de tal afecção. O protocolo de atividades na equoterapia pré-esportiva contou com 24 sessões, tendo como objetivo aplicar exercícios que estimulassem a concentração e atenção da praticante avaliada. Os exercícios foram compostos por rotinas que deveriam ser executadas na sequência proposta em associação às atividades lúdicas dispostas na pista da prática pré-esportiva. Com base nos resultados obtidos, foi possível concluir que o programa pré-esportivo da equoterapia trouxe benefícios no cotidiano da adolescente praticante portadora de TDAH avaliada, demonstrando melhora na qualidade de vida, bem como nas atividades cotidianas familiares e escolares.

Palavra-chave: equoterapia; adolescente; TDAH; qualidade de vida; saúde.

Abstract: The present study case aims to highlight the benefits of horseback riding to improve the quality of life and health of an adolescent who displayed striking characteristics of Attention-deficit/hyperactivity disorder (TDAH), and was positively diagnosed as an TDAH patient. The protocol of horseback riding activities was performed in 24 sessions targeting at applying exercises that would improve the concentration span and attention of the patient. The exercises included routines that should be performed in the suggested order together with ludic activities in a jumping track. Based on the results it was possible to conclude that the horseback riding program was beneficial considering the daily routine of this TDAH adolescent who displayed striking disorder characteristics. She showed improvements in quality of life as well as in daily school and family activities.

Keywords: horseback riding; adolescent; TDAH; quality of life; health.

Resumen: El presente caso de estudio tiene como objetivo resaltar los beneficios de la equitación para mejorar la calidad de vida y la salud de una adolescente que exhibía características sorprendentes del trastorno por déficit de atención / hiperactividad (TDAH), y se diagnosticó como paciente con TDAH. El protocolo de las actividades de equitación se realizó en 24 sesiones dirigidas a la aplicación de ejercicios que mejorarían la capacidad de concentración y la atención del paciente. Los ejercicios incluyeron rutinas que deberían realizarse en el orden sugerido junto con actividades lúdicas en una pista de saltos. Con base en los resultados, fue posible concluir que el programa de equitación fue beneficioso considerando la rutina diaria de este adolescente con TDAH que exhibió características de desorden llamativo. Mostró mejoras en la calidad de vida, así como en las actividades escolares y familiares diarias.

Palabras clave: cabalgatas; adolescentes; TDAH; calidad de vida; salud.

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo teve por objetivo evidenciar os benefícios da equoterapia pré-esportiva, através de sua prática, em adolescente com transtorno de déficit de atenção/hiperatividade (TDAH), uma vez que este traz prejuízos e dificuldades no comportamento inibitório e nas relações interpessoais.

Entende-se por TDAH uma doença neuropsiquiátrica que resulta em distúrbios comportamentais, comumente diagnosticada na infância e que pode persistir até a vida adulta, afetando de forma negativa a rotina da pessoa portadora do transtorno, apresentando sintomas comportamentais com prejuízos emocionais e sociais.

E compreende-se equoterapia como um método terapêutico e educacional que utiliza o cavalo dentro de uma abordagem interdisciplinar nas áreas de saúde, educação e equitação, que busca o desenvolvimento biopsicossocial. Sabe-se que na equoterapia é possível vivenciar diversas situações na prática terapêutica, uma delas é perceber o quão gratificante é o resultado obtido com a equoterapia, contudo nem todos os praticantes têm a mesma evolução e no mesmo período de tempo, pois cada praticante é único, e o motivo pelo qual o levou à prática da equoterapia também é diferente.

O praticante de equoterapia se percebe como agente realizador dos movimentos praticados. O físico dele interage com o movimento do cavalo e de si mesmo. E o corpo imaginário pode ser percebido pelas expressões observadas através do olhar, sorriso, toque de seu próprio corpo e do animal. Essas expressões que podem ser entendidas como prazer, bem-estar, medo, insegurança, satisfação etc., os sentimentos expressos pelo sujeito que pratica a equoterapia.

Com a pesquisa, objetiva-se verificar quais contribuições podem se apreender sobre a equoterapia aplicada a modalidade pré-esportiva buscando a qualidade de vida para adolescente que possui TDAH. Tais contribuições têm representatividade significativa na vida da praticante, com o objetivo de melhorar a atenção e desempenho escolar e convívio social familiar.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Revisão literária: equoterapia, TDAH e adolescência

Antes mesmo de discutirmos sobre os ganhos da prática equoterápica na qualidade de vida de uma portadora do TDAH, vamos fazer um breve histórico do que vem ser a equoterapia, o transtorno TDAH e o estágio de vida chamado adolescência.

Sendo assim, a Associação Nacional de Equoterapia (ANDE-BRASIL, s.d.) define equoterapia como:

É um método terapêutico que utiliza o cavalo dentro de uma abordagem interdisciplinar nas áreas de saúde, educação e equitação, buscando o desenvolvimento biopsicossocial de pessoas com deficiência e/ou com necessidades especiais. [...]. Esta atividade exige a participação do corpo inteiro, contribuindo, assim, para o desenvolvimento da força muscular, relaxamento, conscientização do próprio corpo e aperfeiçoamento da coordenação motora e do equilíbrio. A interação com o cavalo, incluindo os primeiros contatos, os cuidados preliminares, o ato de montar e o manuseio final desenvolvem, ainda, novas formas de socialização, autoconfiança e autoestima. Programas básicos de equoterapia: Hipoterapia; Educação/Reeducação; Pré-esportivo; Prática Esportiva Paraequestre.

Na equoterapia, é possível observar os conceitos de corpo real e imaginário dentro de uma visão da psicomotricidade, em que o sujeito é um ser holístico participativo do mundo (sociedade, família, trabalho, etc.) onde está inserido, do qual o percebe e se percebe.

A terapêutica psicomotora, por tratar diretamente do corpo, encontra-se numa situação privilegiada para seguir a gênese das funções psicomotoras, as quais, apoiando-se na sensório-motricidade, se elaboram gradualmente através de um processo de projeção englobando o sonho e seus equivalentes e confundindo-se com a dimensão do imaginário. [...] Somente uma concepção psicanalítica da imagem do corpo, englobando as dimensões do psicossomático, poderá definir em que consiste a especificidade da prática psicomotora e será capaz de evitar uma dispersão, sempre possível, que poderia decorrer da multiplicação de intervenções terapêuticas parciais e simultâneas. (SAMI-ALI, 1993, p. 77).

Sobre o TDAH, sabe-se que ocorre em várias culturas. É diagnosticado a partir das primeiras séries escolares, quando se observa o aparecimento das dificuldades de comportamento. Estima-se que a prevalência do TDAH é de 3-5% entre as crianças em idade escolar, com poucos dados sobre sua prevalência na adolescência e idade adulta (DSM-VI)

Pode-se definir, segundo o DSM-VI (s.d.), TDAH como sendo:

Um padrão persistente de desatenção e/ou hiperatividade, mais frequente e severo do que aquele tipicamente observado em indivíduos em nível e equivalente de desenvolvimento. [...] A desatenção pode manifestar-se em situações escolares, profissionais ou sociais. Os indivíduos com este transtorno podem não prestar muita atenção a detalhes ou podem cometer erros por falta de cuidados nos trabalhos escolares ou outras tarefas [...] Os indivíduos com frequência têm dificuldade para manter a atenção em tarefas ou atividades lúdicas e consideram difícil persistir em tarefas até seu término.

Segundo a Associação Brasileira do Déficit de Atenção (ABDA, s.d.), o TDAH é definido como “um transtorno neurobiológico, de causas genéticas, que aparece na infância e que normalmente acompanha o indivíduo por toda a sua vida. Ele se caracteriza por sintomas de desatenção, inquietude e impulsividade”. E pode ser chamado também de Distúrbio do Déficit de Atenção (DDA).

Niehues e Niehues (2014) diz que o TDAH é uma doença neuropsiquiátrica que resulta em distúrbios comportamentais. Revela-se por meio de sinais de hiperatividade, distúrbios de atenção ou concentração, impulsividade e agitação, que estão presentes em ambientes sociais. “Desta maneira, em decorrência destes sintomas comumente pode-se notar distúrbios emocionais e sociais, devido à dificuldade de aprendizagem e aproveitamento” (NIEHUES; NIEHUES, 2014, p. 122).

Já a adolescente da amostra pode ser classificada pertencente à faixa etária do desenvolvimento conhecida como adolescência (11 a aproximadamente 20 anos), caracterizada por questão a) corporal: rápidas e profundas mudanças corpóreas; b) cognitiva: desenvolvimento da capacidade de pensar abstratamente e raciocínio científico, possui pensamentos imaturos ligados a alguns comportamentos; c) psicossocial: busca pela identidade,

influências de amigos podem ser positivas ou negativas, bom relacionamento com os pais (SOARES *et al.*, *Psicomotricidade aplicada a equoterapia*, s.d.).

Checchia (2010) relata que a adolescência é marcada por um período de instabilidade e influência do meio de que o adolescente faz parte. Segundo a autora, por ser marcada por constantes incertezas, a adolescência fez com que muitos autores, como Ana Freud (1986) , considerasse “a adolescência um período de intensas perturbações no equilíbrio psíquico, decorrentes do forte acúmulo de impulsos sexuais que ocorre na puberdade e do retorno dos conflitos da sexualidade infantil” (CHECCHIA, 2010, p. 36). E que segundo Aguirre (1953), citado pela autora, “a adolescência consiste em uma fase de dúvidas, inquietações e ansiedades típicas dessa ‘idade difícil, ingrata ou de tormenta’, que seriam minimizadas com o passar do tempo, ao se atingir a estabilidade da vida adulta” (CHECCHIA, 2010, p. 38). E a autora salienta que há

[...] a necessidade de superar a concepção vigente e hegemônica no campo da psicologia sobre adolescência, considera essa fase inevitavelmente confusa e conflituosa, naturalmente caracterizada por comportamentos como a instabilidade, a rebeldia, a vulnerabilidade acentuada e a falta de responsabilidade; um período turbulento, mas passageiro. Trata-se de uma fase como um fenômeno histórico. (AGUIRRE, 1953, *apud* CHECCHIA, 2010, p. 45).

Sendo a adolescência uma fase do desenvolvimento humano marcado por diversas mudanças nos aspectos corpóreos, familiar, social, cada sujeito desenvolve sua própria forma de se adaptar a essa etapa da evolução. No entanto uma pré-adolescente portadora de TDAH possui mais dificuldades em tais adaptações.

As autoras Lopes, Nascimento e Bandeirantes (2005) fizeram um resumo da revisão literária sobre o transtorno de déficit de atenção/hiperatividade (TDAH), na qual destacam que o transtorno atinge de 3% a 7% da população, segundo critérios definidos pelo DSM-IV. E que, de “acordo com alguns estudos, cerca de 67% das crianças que possuem o transtorno continuam tendo os sintomas durante a vida adulta, sendo que nos homens a incidência é maior” (LOPES; NASCIMENTO; BANDEIRANTES, 2005). O diagnóstico é muito difícil de ser feito devido às semelhanças de algumas

manifestações do transtorno. O diagnóstico segue critérios definidos pelo DSM-IV, sendo possível traçar intervenção para auxiliar no processo de controle do transtorno e qualidade de vida. A investigação do diagnóstico pode ser facilitada pelos testes psicológicos, a maioria deles sem tradução ou validados no Brasil conforme resolução do Conselho Federal de Psicologia (Resolução 02/2003).

Já os autores Benczik, Schelini e Casella (2010) apresentam uma análise das evidências de validade e precisão de uma escala destinada à avaliação do transtorno do TDAH, fazendo um breve relato histórico sobre do transtorno que, até a década de 70, considerava-se que foi um transtorno limitado à infância e que os sintomas desapareceriam na vida adulta. O artigo aponta vantagens e limitações na utilização de escalas para avaliar o TDAH, pois existem características relativas a cada sujeito levando em conta o sexo e a idade. As escalas avaliam as dimensões propostas pelo instrumento não levando em conta características específicas do sujeito, o que representa as limitações do instrumento avaliativo. Alguns instrumentos se limitam a avaliar os sintomas primários do transtorno não acompanhando o desenvolvimento do sujeito.

Os autores supracitados consideram ‘a carência de instrumentos psicológicos específicos elaborados e validados para avaliar TDAH na população brasileira’, sendo assim, propõem um estudo com o objetivo de apresentar uma “Escala de TDAH – Versão para adolescentes e adultos”. Para isso propôs um método com uma amostra composta por 642 participantes, residentes em duas cidades do interior de São Paulo e na cidade de São Paulo. A construção da “Escala de TDAH – Versão para adolescentes e adultos” foi baseada na literatura nacional e internacional sobre as características comportamentais do TDAH nesse público. A escala é composta por 115 itens, distribuídos em cinco sub-escalas: desatenção, hiperatividade, impulsividade, comportamento antissocial e dificuldades emocionais.

Segundo relatos dos autores Benczik, Schelini e Casella (2010), concluíram que o estudo proporcionou uma importante contribuição para pesquisadores e profissionais da área da saúde mental que trabalham com adolescentes e adultos com suspeitas de serem portadores do transtorno. A literatura brasileira possui carência de instrumentos específicos que avaliem os sintomas do TDAH.

Durante a prática da equoterapia, é possível observar as reações da praticante frente aos estímulos recebidos durante a sessão. Essas reações são compreendidas como imagem compósita do corpo, que ,segundo autores do curso de equoterapia a distância que cita Pireyre (2011), trata-se de uma nova concepção de imagem corporal que auxilia na compreensão do sujeito em movimento e na prática da psicomotricidade, e mesmo na equoterapia.

Através da sessão de equoterapia, a praticante em cima do cavalo recebe diversos estímulos sensório-motores que estimulam o sistema nervoso central, emitindo respostas ao restante do corpo. Tais respostas são percebidas pela reação corpórea da praticante, ou seja, devido aos estímulos recebidos durante o movimento tridimensional do cavalo, a praticante organiza-se posturalmente em cima deste encontrando um ponto de equilíbrio corporal, sua musculatura é estimulada a desenvolver o tônus, mesmo que a praticante não faça movimento algum, permanecendo somente em cima do cavalo em movimento. Isso é possível já que a equoterapia trabalha o tônus muscular como um todo, pois o corpo responderá, mesmo que de forma mínima, aos estímulos recebidos dos movimentos executados pelo cavalo. Compreende-se isso a partir dos saberes proporcionados pela psicomotricidade que utiliza os conceitos de imagem compósita do corpo, desenvolvida por Pireyre (2011, p. 20), citado na apostila do curso a distância de equoterapia, que diz:

[...] independentemente de o tônus estar associado a estruturas neurofisiológicas, ele enquadra-se na Imagem Corporal por estar incorporado na vida psíquica. É ele, o tônus, que espelha a história relacional da criança, e expressa o seu estado psíquico.

Quando a praticante monta no cavalo e passa a se movimentar como o animal, segue o ritmo tridimensional da andadura do cavalo. Consequentemente esse movimento obriga a praticante a organizar o próprio corpo em cima do dorso do animal, fazendo com que encontre algum ponto de equilíbrio para que dele não caia. Os estímulos sensório-motores melhoram a tonicidade da musculatura dessa praticante, com isso ela tem um melhor controle de tronco e execução dos exercícios de alongamento, elevação, entre outros, devendo ser consideradas as limitações de cada

praticante, pois cada um tem uma necessidade específica (corpo real). Devido aos estímulos recebidos do movimento tridimensional e o contato com o cavalo, a praticante também se desenvolve em aspectos psicológicos, pois, em cima do dorso do animal, a praticante tem a sensação de bem-estar, de empoderamento (se sente maior e mais poderosa), se encontra em uma situação nova da qual pode “observar” o mundo de outro ângulo, a percepção cognitiva é ativada pelo movimento do cavalo, estabelece vínculo afetivo com o animal e a equipe que acompanha a praticante, dentre outros sentimentos despertados, (corpo imaginário).

Assim sendo, segundo Sami-Ali (1993, p. 79):

O corpo – apesar de uma persistente ilusão que remonta à psicologia introspectiva – não é apreensível em si. [...] um corpo que desde o início se encontra envolvido num conjunto de relações identificatórias, se traduz imediatamente pela criação de um espaço onde se distinguem um dentro e um fora. Essa distinção significa duas coisas complementares: que o corpo se fecha sobre si mesmo sem deixar de se abrir para um espaço que ele delimita e pelo qual é delimitado.

Partindo desse conceito, pode-se observar também que, durante a prática da equoterapia, a praticante estabelece outra comunicação da imagem compósita corporal, que podemos identificar como as competências comunicacionais do corpo (PIREYRE, 2011), citado pelos autores da apostila do curso a distância em equoterapia. Em outras palavras, durante a sessão de equoterapia, a praticante sente os estímulos sensório-motores através de seus músculos e pele, o que proporciona uma sensação de prazer e bem-estar, estimulando assim os sentimentos experimentados pela praticante ao longo de sua história, fazendo com que se perceba, sinta o corpo, nesse movimento. As respostas a esses estímulos são muitas vezes não verbais, observadas através do sorriso, olhar, sons que indicam expressões emocionais e afetivas, dentre outras, pois as emoções fazem parte da história do sujeito.

Sendo assim, a prática da equoterapia proporciona tanto ganhos físicos (corpo real) como ganhos psicológicos (corpo imaginário), pois trabalha o sujeito de forma holística, já que, em cima do dorso do cavalo, o (a) praticante se torna homem-animal (as pernas e andar do cavalo são as pernas e o andar do praticante), os estímulos sensório-motores despertam sensações

que ativam os mais diversos sentimentos que a praticante já experimentou e experimenta com a prática da equoterapia (SAMI-ALI, 1993).

2.2 Metodologia

O presente estudo lançou mão do delineamento tendo como o estudo de caso sua principal forma de pesquisa. Gil (2009, p. 49) diz que

O delineamento refere-se ao planejamento da pesquisa em sua dimensão mais ampla, [...] previsão de análise e interpretação dos dados. Entre outros aspectos, o delineamento considera o ambiente em que são coletados os dados, bem como as formas de controle das variáveis envolvidas.

A escolha pelo estudo de caso é devida aos critérios de classificação do portador do transtorno do déficit de atenção, pois nem todos os indivíduos manifestam as mesmas características da amostra. E fazer a seleção de uma amostra com vários indivíduos com características semelhantes, para uma melhor avaliação, levaria muito tempo e provavelmente a pesquisa não se tornaria viável.

Segundo Gil (2009, p. 57-8):

O estudo de caso é caracterizado pelo estudo de um ou de poucos objetos, de maneira a permitir o seu conhecimento amplo e detalhado. [...] é um estudo empírico que investiga um fenômeno atual dentro do seu contexto de realidade.

Sendo assim, o estudo de caso pode fornecer dados que serão relevantes para pesquisas futuras, uma vez que, partindo da análise desse sujeito, participante da pesquisa, pode-se traçar parâmetros para uma melhor discussão e análise dos resultados obtidos a partir desta, pois o estudo de caso preserva e aborda características holísticas e significativas de acontecimentos presentes que envolvem o sujeito da pesquisa.

Para o desenvolvimento da pesquisa, estudo de caso, foi lançado mão de entrevista/ conversa com a mãe da adolescente participante da pesquisa, mediante consentimento do termo livre e esclarecido da pesquisa, para se conhecer um pouco mais sobre a participante, e, suas principais queixas de como a manifestação dos sintomas do TDAH tem afetado sua rotina e vivência escolar e familiar.

Durante a realização das sessões da pesquisa, foram realizadas observações e anotações em diário de campo do desempenho e comportamento da praticante durante a realização das atividades. Em conversas informais, ela muitas vezes relatava como a “distração” fazia com que se esquecesse das coisas que estivesse fazendo.

A amostra do estudo de caso, no qual foi avaliada uma adolescente com traços do TDAH, com características marcantes de déficit de atenção, pode ser classificada segundo o DSM-IV como sendo uma diminuição da capacidade de atenção, apresentação de impulsividade e hiperatividade. A adolescente da amostra possui diminuição da capacidade de atenção, frequentemente não presta atenção em detalhes e comete erros por omissão em atividades escolares, atividades diárias em casa. Costuma perder com frequência as coisas necessárias para suas tarefas e atividades diárias (tarefas escolares, lápis, livros e outros materiais), isso muitas vezes a faz ficar irritada. Distrai-se com facilidade por estímulos alheios à sua tarefa.

A praticante possui 13 anos de idade, do sexo feminino, de cor de pele branca, de uma família de classe média, frequenta o ensino regular em uma instituição de educação particular. Desde a infância, apresentava manifestações comportamentais de déficit de atenção como dificuldade de concentração, dificuldade para organizar tarefas e atividades, perda frequente de objetos de suas atividades escolares, desatenção mantida em muitas atividades desempenhada. Em relato, a praticante informou que comumente perde o fio da meada em conversas com amigas, pois, se algo tirar sua atenção, ela se esquece do que estava conversando com as mesmas, isso também se repete em casa. No entanto é uma pessoa amorosa e esforçada, mesmo com as dificuldades da falta de atenção procura desempenhar suas atividades da melhor forma possível, muitas vezes tendo que repetir a mesma atividade para poder terminá-la. A praticante não fazia prática da equoterapia, apesar de ter contato com cavalos e outros animais e, por algumas vezes, ter feito a montaria para diversão e lazer.

Após os trâmites legais para a participação da praticante na pesquisa, foi traçado um plano de atividades contando inicialmente com aplicação do teste específico e entrevista, protocolo de atividades que foram executadas ao longo da pesquisa, reaplicação do teste.

O protocolo de verificação do desempenho de concentração em adolescente com TDAH conta com a aplicação do teste Escala de Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade Versão Adolescentes e Adultos (ETDAH-AD), desenvolvido para verificação da ocorrência do TDAH, é composto por 65 itens que avaliam 5 subcategorias ou fatores (Desatenção (D); Impulsividade (I); Aspectos Emocionais (AE); Autorregulação da Atenção, da Motivação e da Ação (AAMA); Hiperatividade (H)). As respostas que o(a) avaliado(a) faz para cada item, variam conforme sua frequência, na rotina cotidiana, que pode ser classificadas como: 0 (nunca); 1 (muito raramente); 2 (raramente); 3 (geralmente); 4 (frequentemente) e 5 (muito frequentemente) (BENCZIK; SCHELINI; CASELLA, 2010).

O protocolo de atividades na equoterapia pré-esportiva contou com 24 sessões de 30 minutos, e propôs aplicação de exercícios que estimulassem a concentração e atenção da praticante avaliada. Os exercícios foram compostos por rotinas que deveriam ser executadas pela praticante na sequência proposta e por atividades lúdicas, dispostas na pista onde foram feitas as sessões da prática pré-esportiva. As atividades lúdicas contavam com jogos de memória, jogo da velha e ordenação numérica (crescente, decrescente, pares e ímpares) todas executadas sobre o cavalo, e estimulam a atenção, concentração, raciocínio lógico. Em relação ao percurso a ser executado na pista, contou-se com atividades que exigiram da praticante concentração e memorização das tarefas, ou seja, ela teve que fazer o percurso e atividades na ordem proposta. A pista foi disposta de forma que as atividades fossem executadas numa mesma ordem durante algumas sessões. O percurso contou com atividades de zigue-zague, “serpentina”, meia-volta, ficar em pé na sela, trote e ao passo.

A pista contou com quatro cones que lhe limitaram as margens, a praticante teve que passar sempre por “fora” desses cones, os quais serviram de base para a meia-volta na pista. O zigue-zague foi posicionado na parte de dentro da pista de forma linear, com auxílio de cones de cores diferentes dos que formavam a margem para melhor orientação da praticante. A “serpentina” foi um tipo de zigue-zague estendido, no qual foram dispostos quatro cones para cada linha/ trilha que formavam um percurso para a praticante seguir, a serpentina pode ter o tamanho, quantidades de

linhas/trilhas que o organizador da pista desejar. Lembrando que cada linha/trilha é formada por quatro cones de cores iguais, e os demais conjuntos de cones foram dispostos ao lado e forma sucessiva, com as mesmas distâncias laterais e longitudinais entre eles.

As atividades propostas tinham o objetivo de estimular a atenção e concentração da praticante com exercícios que deveriam ser executados em uma ordem e tempo da sessão. Sendo assim, a praticante teria que memorizar os comandos e executá-los na ordem proposta. As atividades lúdicas foram introduzidas na sessão como uma forma de relaxamento/descontração com o objetivo de estimular a concentração e atenção, pois os jogos exigem do praticante isso. A praticante exercitaria sua atenção e concentração de maneira lúdica, sendo assim diminuiria a tensão na execução das atividades propostas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa utilizou um protocolo de 30 minutos de atividades pré-esportiva de equoterapia desenvolvidas em 24 sessões. O protocolo de verificação do desempenho de concentração em adolescente com TDAH conta com a aplicação do teste ETDAH-AD, para verificação do TDAH e seu nível, planejamento do protocolo de atividades a serem executadas (percurso/roteiro) sobre o cavalo na equoterapia, reaplicação do teste ETDAH-AD após as sessões, para verificar se houve alteração na descrição de alguns itens avaliados, fechamento/ avaliação do protocolo.

Na aplicação do teste ETDAH-AD, a adolescente se encontrava tranquila, descreveu que estava bem e que sua semana havia sido tranquila e sem eventos que prejudicassem o seu bem-estar, relatou que dormiu bem na noite anterior à aplicação do teste. O teste utilizado não estipulava um prazo para sua realização, porém a maioria dos avaliados utilizam um tempo médio de 15 minutos. A adolescente, estudo de caso, teve uma média no tempo de 19 minutos e 42 segundos. Durante a aplicação do teste, ela tirou dúvidas em relação a algumas questões do teste, que não correspondiam com exatidão ao seu dia a dia, pois se trata de uma adolescente, e o teste avalia adolescentes e adultos.

O teste ETDAH-AD foi aplicado em uma sala sem interferência externa, com boa iluminação e temperatura agradável, com mesa e cadeira adequadas, materiais para sua realização dispostos de forma satisfatória para sua aplicação. Na sala estavam a pesquisadora, a adolescente e uma psicóloga que aplicou o teste. A adolescente tirou algumas dúvidas, já supracitado, e no término do teste, após concluí-lo, disse que “marcou errado” uma das questões, a questão 6, no subitem. Ela disse que queria ter marcado o subitem 5 e marcou o subitem 0, nos relatou que apresentava dificuldades na compreensão das questões e textos quando está lendo.

Na correção do teste ETDAH-AD, os resultados obtidos foram que a participante possui alto grau em desatenção e hiperatividade que atrapalha a rotina cotidiana. O teste ETDAH-AD avalia 5 subcategorias ou fatores, das quais teve índices variando de normal a grave. Na categoria Desatenção (D), a avaliada, obteve percentual classificado como superior, considerado de grau grave na classificação do teste. No fator Impulsividade (I), obteve percentual classificado como média superior, considerado moderado. No fator Aspecto Emocional (AE), teve como resultado classificatório média inferior, considerado como normal. No fator Autorregulação da Atenção, da Motivação e da Ação (AAMA), obteve a classificação como média que é considerado normal. E no fator Hiperatividade (H) obteve o percentual classificado como superior considerado grave. Os dados obtidos com o teste sugerem um quadro de Desatenção e de Hiperatividade (TDAH) com alteração das funções do sistema inibitório e de autocontrole, que consequentemente traz prejuízos e dificuldades no cotidiano da adolescente.

Confirma-se assim os relatos tanto da mãe quanto da praticante que informaram que a esta se distrai com muita facilidade, esquece com muita frequência detalhes e atividade que esteja executando; basta algo que lhe tire a atenção e já se distrai com qualquer coisa. Nesses relatos, a praticante expressou que, muitas vezes, se irrita com as pessoas de sua família, mãe e irmão, e amigos da escola, por conta de sua distração uma vez que facilmente perde a atenção nas atividades executadas (conversas, atividades escolares, atividades domésticas etc.)

Durante as sessões de equoterapia pré-esportiva, observou-se que a adolescente teve dificuldades em memorizar a sequência das atividades

propostas, principalmente nas primeiras sessões. Ela pediu várias vezes para repetir a sequência dos exercícios propostos e, por várias vezes, errava a sequência. Após a terceira sessão, a praticante percebia seus erros e fazia as correções, voltando ao ponto que deveria ter feito de forma correta, conforme solicitado.

A praticante apresentou dificuldades em executar, de forma correta, o trote sentado. Repetia o exercício para que pudesse executá-lo de forma correta.

Conforme as sessões foram evoluindo, a praticante cometia menos erros. No início das sessões quando a praticante executava pela primeira vez a sequência das atividades proposta, ela cometia alguns erros e repetia o exercício para corrigi-lo. Na segunda sequência do protocolo, os erros quase não eram cometidos. No entanto, quando a praticante esquecia de algo, fazia mais uma volta na pista seguindo a mesma mão e exercício executado anteriormente (trote em pé, trote sentado, trote elevado, galope) e, durante a volta, pedia para repetir o que deveria fazer em seguida, como forma de resgatar a memória.

A praticante teve dificuldade de controlar o cavalo em alguns momentos das primeiras sessões, o animal saía da rota que deveria seguir, dificultando o controle da praticante sobre ele.

A praticante conseguiu executar as atividades completas, mesmo com dificuldades enfrentadas.

Durante a sessão, a praticante se distraía e repetia a sequência, ora por conta própria quando percebia o erro, ora quando era advertida do erro. Constantemente pedia para repetir a sequência e repetia junto na tentativa de gravar a sequência do protocolo.

Em relação à sessão anterior, na sessão seguinte a praticante cometia menos erros. Ela repetia em voz alta a sequência das atividades para memorizá-las. Percebeu, depois de alguns minutos de atividades, quando cometia algum erro na atividade proposta. Algumas vezes, fez as correções sem a necessidade de ser cobrada.

Com o passar das sessões, a praticante cometia menos erros em relação ao protocolo de exercícios sugeridos. E necessitou de menos repetições

para executar as atividades, pois, quando pedia para repetir a sequência, logo lembrava do que deveria fazer quando a instrutora iniciava a repetição.

Niehues e Niehues (2014) diz que a equoterapia em portadores de TDAH tem por objetivo ampliar e tornar mais evoluído os processos equoterápicos. “Assim, o relacionamento com o cavalo busca tornar a criança mais atenta e objetiva também ensiná-la a praticar a autoanálise para encarar suas dificuldades” (NIEHUES; NIEHUES, 2014, p. 124).

Silva (2008, p. 3) corrobora dizendo que outro aspecto a ser considerado é que a “equoterapia requer do praticante a atenção concentrada durante o tempo em que a sessão se desenvolve. Este é um fator bastante importante para o bom desempenho do aluno na escola, pois a atenção, segundo estudiosos, é a base do aprendizado”.

Após as 24 sessões de equoterapia pré-esportiva, foi marcada a reaplicação do teste ETDAH-AD. Na reaplicação, a sala de aplicação do teste contava com boa iluminação, assento confortável e mesa adequada, ambiente silencioso e tranquilo, temperatura agradável, materiais para sua realização disposto de forma satisfatória para sua aplicação. Na sala estavam a adolescente e a psicóloga, que aplicou o teste inicial.

A adolescente se encontrava tranquila, descreveu que estava bem e tranquila. Nessa reaplicação do teste, a adolescente utilizou o tempo de 16 minutos e 43 segundos para realizá-lo; comparando com a primeira aplicação, o tempo médio gasto para execução foi de 3 minutos menos. Após o término do teste, a adolescente relatou que sentiu facilidade e familiaridade em responder à avaliação, ela lembrou algumas perguntas, mas não as respostas feitas no teste anterior. Disse que, no primeiro teste, a maioria de suas respostas havia sido a de nº 5 e, dessa vez, a maioria das respostas ficaram entre os itens de nº 2 e 3.

Na correção da pontuação em cada item do teste, as maiores quantidades observadas na seleção das respostas foram: na primeira aplicação, os itens de número 1 (muito raramente), 2 (raramente), 3 (geralmente) e 4 (frequentemente) tiveram maior número de respostas marcadas, sendo o número 4 com maior pontuação, e os itens de número 0 (nunca) e 5 (muito frequentemente) tiveram menores pontuações. E já na segunda aplicação, os itens de número 1 (muito raramente), 2 (raramente), 3 (geralmente) e 4

(frequentemente) tiveram maior número de respostas marcadas, sendo o número 2 com maior pontuação, e os demais itens com menor pontuação.

Na correção dessa reaplicação do teste ETDAH-AD, os resultados obtidos foram que a adolescente possui um quadro de nível moderado de desatenção e hiperatividade que dificulta as atividades da rotina cotidiana. Na categoria Desatenção (D), obteve percentual classificatório de média superior, apresentando prejuízo e dificuldades de nível moderado. Na categoria Impulsividade (I), obteve resultado percentual classificatório de média superior, que apresenta dificuldades nas relações familiares e sociais de forma moderada. Na categoria Aspectos Emocionais (AE), obteve resultado percentual classificatório de média inferior, não apresenta prejuízo ou dificuldades. Na categoria Autorregulação da Atenção, da Motivação e da Ação (AAMA), obteve resultado percentual classificatório de inferior, com essa classificação não apresenta prejuízo ou dificuldades em lidar com relacionamento interpessoal e no controle inibitório. Na categoria Hiperatividade (H), obteve resultado percentil classificatório de média superior, que apresenta dificuldades ou prejuízo de nível moderado no comportamento. Os dados obtidos sugerem um quadro de Desatenção e Hiperatividade de nível moderado com alterações das funções comportamentais inibitórias.

Podemos perceber que a partir da prática da equoterapia pré-esportiva, a praticante apresentou uma melhora significativa em seu quadro, saindo do percentil classificatório grave para o moderado, isso trouxe melhora em suas atividades cotidianas. Pois, em relatos de conversas tanto com a mãe da praticante quanto com a ela mesma, elas relataram que, em algumas atividades, não há tantos “esquecimentos” como antes, uma vez que sua atenção e concentração para executar as tarefas, escolares principalmente, têm sido mais frequentes.

Barbosa (2013) corrobora quando afirma que “os ganhos proporcionados pela equoterapia ocorrem devido à plasticidade neuronal”, pois, a partir de um protocolo de atividades com “intervenção adequada, é possível modificar e reorganizar o sistema nervoso central, principalmente quando nos referimos à intervenção com a utilização do cavalo, pois há influência em múltiplos sistemas”. Sendo assim, é possível afirmar que a equoterapia “consiste em uma intervenção que reúne inúmeros estímulos que podem

ser ferramentas capazes de influenciar com sucesso diferentes aspectos inerentes ao transtorno de déficit de atenção e hiperatividade”, levando em conta o desenvolvimento proporcionado “pela interação com o cavalo, a movimentação tridimensional e o contato com a natureza” (BARBOSA, 2013, p. 100).

Niehues e Niehues (2014, p. 125) diz que é interessante

[...] observar melhoras físico-motoras e cognitivas, tais como melhora na concentração e autoestima. Indiretamente, os resultados da equoterapia auxiliam no desempenho escolar, assim os resultados alcançados com o cavalo devem ser associados ao trabalho de sala de aula e articulados na sociedade.

Pode-se compreender que a prática da equoterapia vai muito além do montar a cavalo e receber estímulos sensório-motores. Há uma interação subjetiva e objetiva entre o terapeuta e a praticante, que inclui também o cavalo. Quem faz a prática da equoterapia pode se beneficiar das inúmeras contribuições de bem-estar e desenvolvimento tônico-corporal.

Durante a prática da equoterapia, a praticante tem a oportunidade de estabelecer vínculo afetivo e desenvolver os sentimentos experimentados ao longo de sua história, ou seja, tais sentimentos são resgatados de forma inconsciente durante a sessão. Esse resgate é realizado através do movimento tridimensional do cavalo e estímulos sensório-motores, conjuntamente com a intervenção do terapeuta. Tal intervenção proporciona ao praticante um melhor aproveitamento dos estímulos recebidos, pois o terapeuta utilizará seu conhecimento equoterápico para obter ganhos junto ao desenvolvimento da prática da equoterapia. Utiliza assim observações das expressões corporais da criança, expressões do tônus-corporal e tônus-emocional, estabelecendo uma comunicação mais próxima da praticante, pois nem sempre ela responderá de forma verbal aos estímulos, pois, no dorso do cavalo, o manejo do terapeuta possibilita que a praticante se sinta acolhida e protegida. Desse acolhimento e proteção sentidos, ela experimenta a sensação de fazer parte do cavalo, de sentir o seu andar (SOARES *et. al.*, Desenvolvimento humano aplicado a equoterapia, s.d.).

O contato físico proporciona à praticante experimentar o externo, sentir o não-eu, o eu-pele do sujeito vai estabelecendo limites entre o que

é ela e o outro, fazendo com que desenvolva sua identidade e individuação, a praticante compreende que ela e o outro são semelhantes, porém não o mesmo. A praticante experimenta através dos estímulos sensoriais o prazer de se tocar (corpo), de sentir o outro, de perceber os limites de seu corpo, de perceber o mundo a sua volta. E o terapeuta faz sua intervenção de forma que proporcione à praticante a possibilidade da “construção e formação do sentimento de existir”. Sendo assim, a praticante experimenta a sensação de ser mais, de poder ser, de vir a ser, e não somente as limitações de sua patologia ou desenvolvimento (BRAGA, 2010).

4 CONCLUSÃO

Podemos observar que, neste estudo de caso, a equoterapia pré-esportiva trouxe uma melhora na qualidade de vida da adolescente, visto que inicialmente apresentou um déficit considerado grave de desatenção e comportamento agitado e, após a prática da equoterapia pré-esportiva, passou a apresentar melhor concentração e diminuição na dificuldade de relacionamento interpessoal, melhor controle no comportamento inibitório, conforme resultado do teste.

Na correção da primeira aplicação do teste ETDAH-AD, os resultados obtidos foram que ela possui alto grau em desatenção e hiperatividade que atrapalha a rotina cotidiana. Os dados obtidos com o teste sugerem um quadro grave de Desatenção e de Hiperatividade (TDAH) com alteração das funções do sistema inibitório e de autocontrole, o que conseqüentemente lhe traz prejuízos e dificuldades no cotidiano, com classificação grave.

Na reaplicação do teste, observou-se que a adolescente obteve resultados melhores, os escores dela em todos os itens variaram entre médio superior e médio inferior, que conseqüentemente pode ser compreendido como nível moderado com dificuldades e prejuízos nas funções comportamentais inibitórias. Nas atividades equoterápicas, a adolescente apresentou melhoras gradativas em executá-las, não necessitando com frequência da repetição de ordem das atividades executadas.

Sendo assim, pode-se observar que a prática da equoterapia pré-esportiva proporciona ao praticante uma série de benefícios e comunicação

do corpo, que é expressa através da imagem compósita corporal, a qual é observada de forma integral já que o sujeito é um ser totalizante, holístico que trabalha tanto o tônus muscular como o emocional. Os estímulos recebidos pelo movimento do cavalo são percebidos pelo praticante como um todo, cabendo ao terapeuta a condução da prática equoterapêutica para um melhor aproveitamento desses estímulos, ou seja, “educar” ou “reeducar” o (a) praticante com os movimentos de alongamento, lateralidade, percepção corporal, toque de sua pele no cavalo e encilhamento, dentre outros.

Daí conclui-se que a prática da equoterapia pré-esportiva acarreta benefícios no cotidiano de quem faz uso dela. No estudo de caso apresentado, foi possível observar que a adolescente possuía um quadro de déficit de atenção/ hiperatividade considerado grave, segundo avaliação do teste ETDAH-AD e, após as 24 sessões propostas, ela obteve resultado satisfatório. Passando de um percentil classificatório de grave para moderado, a adolescente é portadora do TDAH, de que não deixará de carregar características ao longo da vida, porém com a prática da equoterapia pré-esportiva, ela passou a ter uma melhor qualidade de vida com a diminuição de alguns sintomas, uma vez que consegue controlar seus impulsos comportamentais, e houve uma melhora no fator de relacionamento interpessoal familiar e social.

Sendo assim, o estudo de caso responde de forma satisfatória aos questionamentos iniciais de que havia dúvidas se a equoterapia pré-esportiva pode trazer benefícios e melhora na qualidade de vida, nas atividades cotidianas familiares e escolares, de adolescentes portadoras do TDAH. E também atende de forma satisfatória ao objetivo do estudo de identificar os benefícios na melhora da qualidade de vida e saúde de adolescente diagnosticado com TDAH através da prática pré-esportiva da equoterapia.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DO DÉFICIT DE ATENÇÃO (ABDA). *O que é TDAH?* Disponível em: <https://tdah.org.br/sobre-tdah/o-que-e-tdah/>. Acesso em: 23 mar. 2019.

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE EQUOTERAPIA (ANDE-BRASIL). *Equoterapia*. Disponível em: http://equoterapia.org.br/articles/index/article_detail/142/2022. Acesso em: 15 fev. 2018.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). *DSM-IV-TR*: referência rápida aos critérios do DSM-IV-TR. Porto Alegre, RS: Artmed, 2003.

BARBOSA, G. O. *Efeito de um programa de equoterapia nos aspectos psicomotores de crianças com indicativos do TDAH*. 2013. p. 193. Orientadora: Mey de Abreu van Munster. Dissertação (Mestrado em Educação Especial) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, SP, 2013.

BENCZIK, E. B. P.; SCHELINI, P. W.; CASELLA, E. B. Instrumento para avaliação do transtorno de déficit de atenção e hiperatividade em adolescentes e adultos. *Boletim de Psicologia*, São Paulo, v. LIX, n. 131, p. 137-51, 2010.

BRAGA, M. B. *A fragmentação do eu e a noção de eu-pele: o corpo e a clínica de queimados*. 2011. 50f. Orientadora: Mariangela Bento. Monografia (Programa de Aprimoramento Profissional em Psicologia Hospitalar) – Hospital do Servidor Público Estadual- Francisco Moratto de Oliveira (HSPEFMO), São Paulo, SP, 2010.

CHECCHIA, A. K. A. *Adolescência e escolarização: numa perspectiva crítica em psicologia escolar*. Campinas, SP: Alínea, 2010.

GIL, A. C. Como delinear um estudo de caso? In: GIL, A. C. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2009.

LOPES, R. M. F.; NASCIMENTO, R. F. L.; BANDEIRANTES, D. R. Avaliação do transtorno de déficit de atenção/hiperatividade em adultos (TDAH): uma revisão de literatura. *Avaliação Psicológica*, Porto Alegre, v. 4, n. 1, p. 65-74, jun. 2005.

MANUAL DE DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICA DOS TRANSTORNOS MENTAIS – Quarta Edição (DSM-IV). *Transtornos de Déficit de Atenção e Comportamento Disruptivo*. Disponível em: https://www.psiquiatriageral.com.br/dsm4/dsm_iv.htm. Acesso em: 15 fev. 2018.

NIEHUES, J. R.; NIEHUES, M. R. Equoterapia no tratamento de Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH): implicações pedagógicas. *Revista Neurociências*, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 121-6, 2014.

PIREYRE, Eric. *Clinique de l'image du corps*. Paris: Dunod, 2011.

SAMI-ALI, M. Corpo e movimento: esboço de uma teoria psicanalítica da psicomotricidade. In: SAMI-ALI, M. *Corpo real, corpo imaginário*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1993.

SILVA, J. P.; AGUIAR, O. X. Equoterapia em crianças com necessidades especiais. *Revista Científica Eletrônica de Psicologia*, Garça, SP, ano VI, n. 11, nov. 2008.

SOARES, J. L.; SILVA, E. S.; CARMO, J. C.; OLIVEIRA, R. J.; FILHO, P. G.; REZENDE, A. L. G. *Desenvolvimento humano aplicado a equoterapia*. [Material desenvolvido para curso de pós-graduação em Equoterapia à distância]. Brasília: Associação Nacional de Equoterapia ANDE-Brasil; Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília (FEF/UNB), [s.d].

SOARES, J. L.; SILVA, E. S.; CARMO, J. C.; OLIVEIRA, R. J.; FILHO, P. G.; FERNANDES, J. *Psicomotricidade aplicada a equoterapia*. Material desenvolvido para curso de pós-graduação em equoterapia à distância. Brasília: Associação Nacional de Equoterapia (ANDE-Brasil); Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília (FEF/UNB), [s.d].