

Associação entre a equoterapia e o bem-estar subjetivo: uma revisão sistemática

Association between equine-assisted therapy and subjective well-being: a systematic review

Asociación entre la equinoterapia y el bienestar subjetivo: una revisión sistemática

André Melo¹

Teresa Figueiras²

Rui Corredeira³

Nuno Corte-Real⁴

¹ Doutorando do Programa Atividade Física e Saúde pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP). Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade de Brasília (UnB). Licenciado em Educação Física pela Universidade Federal de Sergipe (UFS). Professor efetivo do Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia Baiano (IFBaiano). E-mail: melo.andreluiz@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5135-3269>

² Doutorado e mestrado em Ciências do Desporto pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP), domínio científico de atuação em Ciências Sociais, Psicologia; e Ciências Sociais, Ciências da Educação. Professora auxiliar do Instituto Universitário da Maia (ISMAI). E-mail: tfigueiras@ismai.pt, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7935-5207>

³ Doutorado em Ciências do Desporto pela Universidade do Porto (FADEUP). Professor auxiliar da FADEUP, vogal do Conselho Executivo, membro do Conselho Científico, diretor de Curso de Mestrado 2º Ciclo em Atividade Física Adaptada, presidente da Comissão de Acompanhamento de Curso 2º Ciclo em Atividade Física Adaptada. E-mail: rcorredeira@fade.up.pt, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2125-0805>

⁴ Doutorado em Ciências do Desporto, mestrado em Promoção da Saúde e licenciatura em Educação Física pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP). Experiência em coordenação de projetos na escola e comunidade. Professor associado da FADEUP. E-mail: ncortereal@fade.up.pt, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4725-1267>

Resumo: No contexto da inclusão social e com a justificativa de dar embasamento teórico à tese de doutoramento em curso do primeiro autor, este estudo objetiva responder à questão de pesquisa formulada com base na estratégia PICO: a equoterapia é capaz de melhorar o bem-estar subjetivo do praticante? Para tanto, esta revisão sistemática, cujo protocolo está registrado na plataforma PROSPERO sob o n. CRD42021226215, foi desenvolvida na perspectiva metodológica do PRISMA, considerando um recorte temporal entre os anos de 2000 e 2020, o que resultou em um volume de 1.853 estudos encontrados nas bases de dados MEDLINE®, Web of Science®, b-on®, Scopus® e Portal de Periódicos da CAPES; entretanto, apenas um atendeu aos critérios de inclusão. Após minuciosa análise, concluiu-se que, embora o estudo analisado tenha apresentado, em suas conclusões, uma associação positiva entre a equoterapia e o bem-estar subjetivo do praticante, seriam necessários mais estudos para dar uma maior consistência ao achado.

Palavras-chave: terapia assistida por animais; satisfação com a vida; inclusão social.

Abstract: In the context of social inclusion and with the justification of giving a theoretical foundation to the current doctoral thesis of the first author, this study aims to answer the research question formulated based on the PICO strategy: is equine-assisted therapy able to improve the practitioner's subjective well-being? Therefore, this systematic review, whose protocol is registered on the PROSPERO platform under n. CRD42021226215, was developed in the methodological perspective of the PRISMA, considering a time frame between the years 2000 and 2020, which resulted in a volume of 1,853 studies found in the MEDLINE®, Web of Science®, b-on®, Scopus® databases and the CAPES portal for periodical publications (Portal de Periódicos da CAPES); however, only one met the inclusion criteria. After a thorough analysis, it was concluded that, although the analyzed study presented, in its conclusions, a positive association between equine-assisted therapy and the practitioner's subjective well-being, more studies would be necessary to give greater consistency to the finding.

Keywords: animal assisted therapy; satisfaction with life; social inclusion.

Resumen: En el contexto de la inclusión social y con la justificación de dar fundamento teórico a la tesis doctoral en curso del primer autor, este estudio tiene como objetivo dar respuesta a la pregunta de investigación formulada a partir de la estrategia PICO: la equinoterapia es capaz de mejorar el bienestar subjetivo del practicante? Por tanto, esta revisión sistemática, cuyo protocolo está registrado en la plataforma PROSPERO con el n. CRD42021226215, fue desarrollada en la perspectiva metodológica de PRISMA, considerando un marco temporal entre los años 2000 y 2020, lo que resultó en un volumen de 1.853 estudios encontrados en las bases de datos MEDLINE®, Web of Science®, b-on®, Scopus® y el portal de publicaciones periódicas de CAPES (Portal de Periódicos da CAPES); sin embargo, solo uno cumplió con los criterios de inclusión. Tras un análisis exhaustivo, se concluyó que, si bien el estudio analizado presentaba, en sus conclusiones, una asociación positiva entre la equinoterapia y el bienestar subjetivo del practicante, serían necesarios más estudios para dar mayor consistencia al hallazgo.

Palabras clave: terapia asistida por animales; satisfacción con la vida; inclusión social.

1 INTRODUÇÃO

Os animais sempre se fizeram presentes na história da humanidade, seja enquanto fonte nutricional, força para o trabalho como lavoura, transporte e guerra, seja como companhia que possibilitou a geração de laços afetivos a partir de uma relação menos predatória e mais humana.

Assim, provavelmente, originou-se a prática de criação de animais de estimação, os quais, em seguida, assumem um novo papel nessa convivência quando passam a ser utilizados em algum tipo de Terapia Assistida por Animais (TAA).

A exploração racional do potencial terapêutico dos animais faz da TAA uma alternativa de tratamento para pessoas de todas as idades, no âmbito da saúde física e mental, mas que também funciona como uma importante ferramenta de inclusão social.

Uma ampla variedade de espécie animal tem sido utilizada com fins terapêuticos, sendo conhecida de forma genérica como TAA, mas há casos específicos, como a equoterapia, definida como método terapêutico e educacional com recurso ao cavalo, na perspectiva da promoção do desenvolvimento biopsicossocial de pessoas em suas mais diversas demandas de saúde.

Nesse contexto e servindo de embasamento teórico para a tese de doutoramento em curso do primeiro autor, que busca ampliar o conhecimento sobre a equoterapia e suas contribuições em nível do bem-estar subjetivo (BES), esta revisão sistemática foi desenvolvida com o objetivo de identificar e analisar na literatura, estudos que abordassem a associação entre a equoterapia e o BES na perspectiva de se encontrar evidências de benefícios nessa relação.

Diante do exposto, foi elaborada uma questão de pesquisa com base na estratégia PICO, objetivando direcionar o estudo, filtrar os achados na literatura e verificar se existe associação entre a equoterapia e o BES.

O procedimento metodológico seguiu o *checklist* referente ao *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) e envolveu uma busca em cinco bases de dados, resultando em um retrato do estado da arte concernente à temática em epígrafe que requer atenção e análise, dada a importância do estudo e o panorama em que este

se apresenta, nesse caso, com apenas um estudo a atender completamente aos critérios de inclusão.

Com isso, verificou-se que o BES, embora possa estar associado às possibilidades do potencial terapêutico que a equoterapia possui, não representa um tema amplamente explorado na literatura.

2 METODOLOGIA

2.1 Desenho do estudo

Este estudo se refere a uma revisão sistemática de abordagem qualitativa, com protocolo registrado na plataforma *International Prospective Register of Systematic Reviews* (PROSPERO), sob o n. CRD42021226215.

Nesse sentido e com o objetivo de buscar evidências da associação entre a equoterapia e o BES, foi elaborada uma questão de pesquisa com base na estratégia PICO (Tabela 1): a equoterapia é capaz de melhorar o bem-estar subjetivo do praticante?

Para tanto, foram seguidos os passos do *checklist* PRISMA (MOHER *et al.*, 2009; PAGE; MOHER, 2017). Ao final desta revisão, procedeu-se a uma avaliação da sua qualidade metodológica por meio da escala *Assessment of Multiple Systematic Reviews* (AMSTAR), versão validada no Brasil (COSTA *et al.*, 2015), em que, de um total de 14 itens existentes na referida escala, foram atendidos 12.

2.2 Critérios de elegibilidade

Esta revisão sistemática incluiu estudos cujas intervenções envolviam a prática equoterápica com foco na melhoria dos níveis do BES do praticante. Não foram feitas restrições referentes ao programa equoterápico especificamente utilizado nem ao público-alvo das intervenções. Os estudos que se enquadravam nos critérios de elegibilidade listados foram todos selecionados para, em seguida, serem realizadas a revisão e a síntese.

2.3 Critérios de inclusão e exclusão

Para serem selecionados, os estudos precisariam atender aos seguintes critérios de inclusão: 1) escritos em língua inglesa ou portuguesa; 2) com abordagem à prática equoterápica e ao bem-estar subjetivo; 3) publicados entre os anos de 2000 e 2020. Critério de exclusão: 1) artigos de revisão e meta-análise.

A não inclusão de artigos teóricos se deu com a intenção de se analisar apenas estudos originais publicados nas duas décadas do recorte temporal que sucedem ao reconhecimento da equoterapia pelo Conselho Federal de Medicina (CFM) no final de 1997, parecer n. 6/97 (ANDE-BRASIL, 2020).

2.4 Estratégias de busca

A estratégia de busca foi elaborada e conduzida em etapas (Figura 1), as bases de dados eletrônicas MEDLINE®, Web of Science®, b-on®, Scopus® e Portal de Periódicos da CAPES foram sistematicamente pesquisadas.

Considerando-se que não existe um termo padrão na literatura para identificar a equoterapia, foram então diversificados os descritores e termos MeSH¹ na perspectiva de se obter um maior volume de estudos: *“subjective well-being”, “welfare”, “equine therapy”, “hippotherapy”, “equine-assisted activity”, “equine assisted intervention”, “therapeutic horseback riding”, “riding therapy”, “horseback assisted therapy”, “equestrian therapy”, “equine facilitated therapy”* e *“horse assisted therapy”*.

Os descritores foram combinados pelos operadores booleanos *“AND”* e *“OR”*, como *equine therapy AND subjective well-being; equine-assisted therapy AND subjective well-being OR welfare*, com as devidas traduções em português (equoterapia, bem-estar e bem-estar subjetivo). A inspeção manual das referências dos artigos selecionados também foi realizada para identificar estudos de interesse não recuperados da pesquisa primária no banco de dados onde a última pesquisa foi realizada, em maio de 2020.

A questão de pesquisa que também serviu de filtro para elegibilidade dos artigos foi formulada com base na estratégia PICO (Tabela 1): a equoterapia é capaz de melhorar o bem-estar subjetivo do praticante?

¹ Medical Subject Headings

Tabela 1 – Descrição dos componentes PICO utilizados na questão de pesquisa

Acrônimo	Definição	Descrição
P	População	Praticantes do método equoterápico, sem restrição ao tipo de programa adotado na equoterapia nem ao público-alvo das intervenções; entretanto, os estudos que abordassem o BES associado à TAA, mas sem ênfase na equoterapia, não foram incluídos.
I	Intervenção	Qualquer um dos quatro programas que a equoterapia engloba em seus atendimentos: a hipoterapia, que é mais indicada à reabilitação motora; o programa educação/reeducação, mais focado em ganhos cognitivos; o pré-esportivo e a prática esportiva para equestre, ambos voltados para a inserção e reinserção social do praticante.
C	Comparação	Sem efeito comparador.
O	Desfecho (outcomes)	Melhoria do BES de sujeitos que praticam ou praticaram equoterapia.

Fonte: Os próprios autores (dados do estudo).

2.5 Seleção dos estudos e avaliação da qualidade

Os títulos dos estudos identificados por meio da pesquisa sistemática da literatura foram selecionados individualmente, e aqueles de potencial interesse foram salvos em um banco de dados no programa Endnote (Endnote X9, Thomson Reuters, San Francisco, Califórnia).

Posteriormente, os resumos dos artigos individuais foram analisados, e somente aqueles que correspondiam aos critérios da pesquisa foram selecionados. Os textos completos dos manuscritos selecionados foram então analisados, e os critérios de elegibilidade, avaliados.

Embora dados relevantes tenham sido extraídos da seleção final, métodos para integrar os resultados não foram utilizados devido ao fato de apenas um estudo ter atendido completamente aos critérios de inclusão (BOSHOF; GROBLER; NIENABER, 2015).

O estudo incluído foi submetido a uma avaliação da qualidade metodológica, por meio da escala de avaliação adaptada (ABARGHOUEINEJAD *et al.* 2021).

2.6 Síntese dos dados

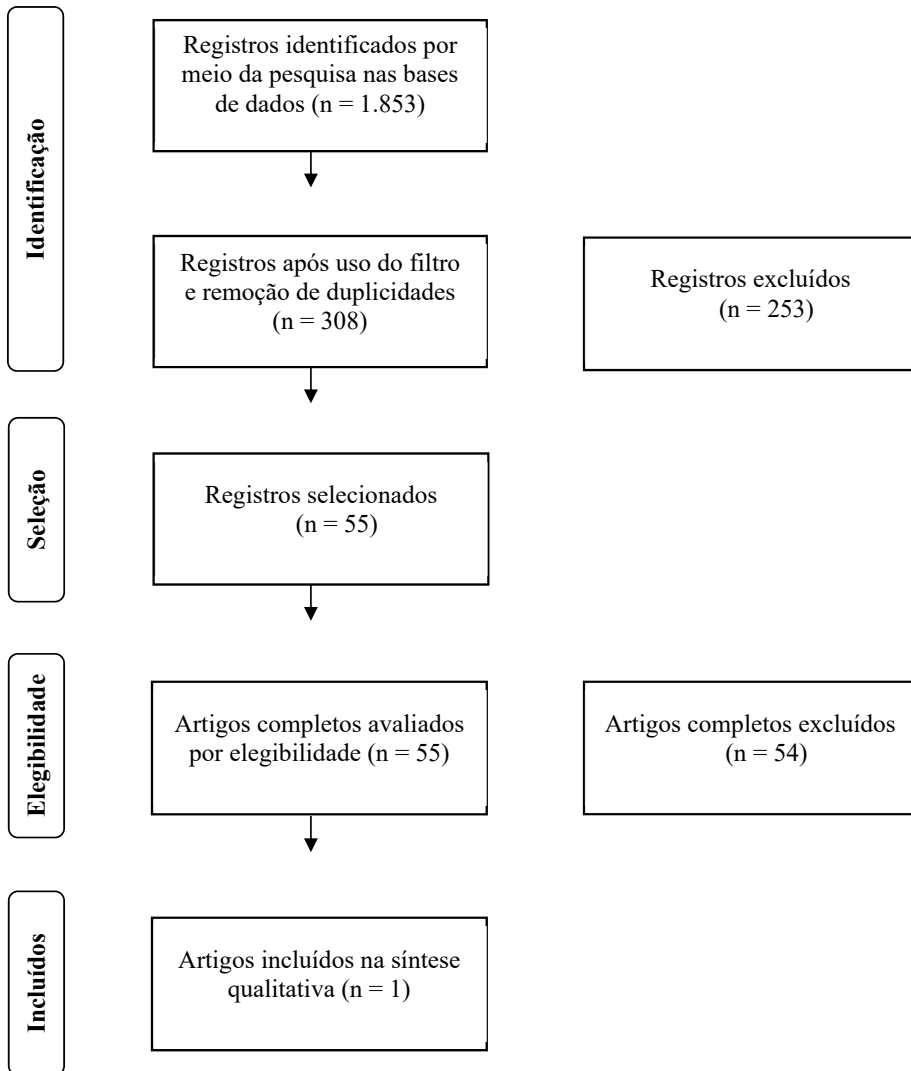
Os dados de interesse foram detalhadamente registrados em uma tabela com identificação do autor, país e ano de publicação, desenho do estudo, problema de saúde, instrumento de avaliação, duração da intervenção, amostra e principais achados, acrescentando-se, nessa síntese, a pontuação da qualidade metodológica do estudo (Tabela 2).

3 RESULTADOS

Embora a equoterapia tenha sido regulamentada em um período relativamente recente no Brasil, a Associação Nacional de Equoterapia (ANDE-Brasil) tem atuado como importante canal de inclusão social e disseminação do método, sendo inclusive filiada à Federação *Horses in Education and Therapy International* (HETI), com registro na Bélgica, o que tem contribuído para sua divulgação e o surgimento de novos centros.

Considerando o recorte temporal definido neste estudo, entre os anos de 2000 e 2020, 1.853 artigos foram extraídos das cinco bases de dados pesquisadas, dos quais, após a utilização dos filtros, vistas aos resumos e verificação de duplicidades, foram selecionados 308, que foram analisados com base nos critérios de inclusão e exclusão, reduzindo-se a um total de 55. Entre esses, entretanto, apenas um foi considerado elegível (Figura 1), por atender completamente aos critérios de inclusão definidos.

Figura 1 – Fluxograma com número de estudos recuperados e incluídos



Fonte: Os próprios autores (dados do estudo).

As informações referidas na síntese dos dados, item 2.6, estão compiladas na Tabela 2 e serviram de base para análise e discussão do único estudo que atendeu completamente aos critérios de inclusão desta revisão, o que pode despertar a atenção de leitores e representar um catalisador de novas investigações.

Tabela 2: Síntese dos dados do estudo incluído

Autor/ano/ base de dados	País	Desenho do estudo	Problema de saúde/amostra	Instrumento de avaliação	Duração da intervenção	Principais achados	Pontuação da qualidade
Boshoff, Glober e Nienaber/2015/ Web of Science	África do Sul	Solomon Four Group Design	Problemas comportamentais n=39 (adolescentes do sexo masculino de uma casa de custódia)	Escala de satisfação com a vida (autorrelato de cinco itens); Escala de Orientação de Enfrentamento para Problemas Experienciados (COPE)=(53 intens medidos)	Oito sessões	Melhoras significativas nos níveis do BES, do enfrentamento focado no problema, da emoção e do enfrentamento disfuncional	85%

Fonte: Os próprios autores (dados do estudo).

Outras formas de bem-estar, como o psicológico (BEP), mental, social, emocional, físico, humano, animal, pessoal e geral, foram abordadas nos 54 estudos completos avaliados, mas não elegíveis, cujas informações adicionais estão registradas em material suplementar. Sinaliza-se, com esse resultado, um campo de estudo pouco explorado, mas com importantes dados a serem investigados.

4 DISCUSSÃO

A carência de publicações no contexto da equoterapia associada ao BES é nitidamente verificada nas bases de dados pesquisadas, em que, entre os artigos recuperados nas duas décadas do recorte temporal, apenas um atendeu aos critérios de inclusão com resultados conclusivos relacionados à temática em epígrafe. Isso constitui uma imensa lacuna que tem dificultado uma maior divulgação e reconhecimento do método equoterápico nesse campo de atuação.

No Brasil, por exemplo, embora haja a Lei Federal 13.830/2019, que regulamenta a prática equoterápica e inclusive cita o psicólogo como um dos profissionais que deve compor a equipe, não há reconhecimento do

método equoterápico pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP), apenas por órgãos essencialmente ligados à saúde física, como o Conselho Federal de Medicina (CFM), com o Parecer 6/97, e o Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO), com a Resolução n. 348, de 27 de março de 2008 (ANDE-BRASIL, 2020).

4.1 Benefícios da Terapia Assistida por Animais

Um bom exemplo das alterações positivas provocadas nas pessoas que são submetidas à TAA é que esta promove beneficentemente funções fisiológicas melhorando o padrão cardiovascular e diminuindo a pressão arterial (TOLEDO VIEIRA *et al.*, 2016).

Para além das funções fisiológicas, a TAA tem comprovadamente promovido melhorias no campo das funções psicológicas de praticantes com transtornos de estresse e distúrbios psicológicos (FERRUOLO, 2016).

Há inclusive registros na literatura que relatam evidências de que o contato com animais reduz o estresse psicológico, aumenta o comportamento social em seres humanos, melhora as habilidades, os relacionamentos e promove a capacidade positiva de apego e resiliência (SHEN *et al.*, 2018).

No que se refere a evidências positivas percebidas na relação homem/animal e da mudança de comportamento social e estilo de vida da atualidade, alguns autores provocam reflexão com questionamentos acerca do nível decrescente do contato com a natureza e com os animais na sociedade global.

Posto isso, os autores colocam algumas proposições que sustentam a intenção de se estabelecer mecanismos que possam ser consolidados para criar um vínculo sustentado e mais duradouro entre animais e pessoas, numa perspectiva de transcender o relacionamento clínico temporário (KATCHER; BECK, 2010).

O vínculo sustentado entre animais e humanos gera laços afetivos entre ambos e, nesse contexto, a transferência emocional e a conexão, juntamente aos efeitos benéficos mútuos do toque e da proximidade física, podem representar a espinha dorsal que sustenta esse relacionamento (SCOPA *et al.*, 2019).

4.2 Benefícios da equoterapia em nível do bem-estar subjetivo

O forte vínculo entre o praticante e o cavalo que tem sido observado na equoterapia pode ser explicado pela peculiar característica que os cavalos têm de interagir emocionalmente, e não apenas fisicamente com os seres humanos (SCOPA *et al.*, 2019).

Nesse sentido e em meio aos procedimentos do método equoterápico, o mutualismo entre as partes envolvidas contribui para a eficácia do tratamento, em razão do sentimento de ligação emocional do praticante de equoterapia com o cavalo (PETTY *et al.*, 2017). Isso contribui para que as sessões sejam mais prazerosas (JESUS FREIRE *et al.*, 2020).

Essa linha de raciocínio em que as sessões de equoterapia tendem a ser mais prazerosas com a troca de afeto verificada entre o praticante e o cavalo gera uma prévia conclusão, por associação de que a equoterapia é capaz de melhorar os níveis do BES do praticante.

Ou seja, se as sessões de equoterapia são prazerosas (JESUS FREIRE *et al.*, 2020) e se o prazer está relacionado com a felicidade (DIENER; DIENER, 1996), estando esta, por sua vez, diretamente ligada ao BES (SIQUEIRA; PADOVAM, 2008), logo, acredita-se que a equoterapia seja um importante instrumento capaz de contribuir para a melhoria dos níveis do BES do praticante.

Essa lógica de que a prática equoterápica é prazerosa e assim contribui para com a felicidade do praticante, podendo, com isso, ser associada à melhoria dos níveis do BES, embora não seja uma tese conclusiva, ajuda a responder à questão de pesquisa deste estudo – a equoterapia é capaz de melhorar os níveis do BES do praticante?

O BES é um campo de estudo em que o indivíduo avalia sua própria vida com base em dois constructos, um de dimensão cognitiva, a satisfação com a vida, e o outro de dimensão emocional, que são os afetos positivos e afetos negativos representados pelas experiências vividas pelo indivíduo, o qual as avalia apresentando dados de como se sente em relação à sua vida, e isso inclui a felicidade (DIENER; DIENER, 1996).

Os autores agrupam essas definições do BES/felicidade em três categorias distintas, uma delas associa o bem-estar a fatores externos, ou seja, o que é desejável; e, nessa perspectiva, a felicidade não corresponde a um

estado subjetivo, pois está atrelada à posse, e essa posse pode ser de algo material ou uma qualidade a que o indivíduo aspira.

A outra categoria, entendida como satisfação de vida, busca analisar as razões que levam as pessoas a avaliarem suas vidas em termos positivos que definem uma vida feliz. Já a terceira categoria considera o BES como um estado em que os afetos positivos se sobrepõem aos afetos negativos, ou seja, a felicidade não está na presença ou ausência de um dos afetos, mas na representatividade das emoções positivas.

Nessa perspectiva, a equoterapia representa um espaço extremamente rico de oportunidade para experiências que tendem a ser prazerosas para o praticante, seja pela natureza holística do tratamento, seja pela prática ao ar livre e em contato direto com o cavalo, a proporcionar estímulos não só motores, mas também afetivos. Assim, ela tem proporcionado, enquanto estratégia terapêutica, uma melhor qualidade de vida para os praticantes, reforçando a inserção e inclusão social (ANDE-BRASIL, 2020).

O uso da equitação enquanto estratégia terapêutica data de 400 anos a. C. (SILVA *et al.*, 2016). Disseminada em todo o mundo, a equoterapia tem sua origem registrada desde o período da história que remonta a 458-370 a.C., quando o pai da medicina Hipócrates de Loo recomendava a seus pacientes atividades equestres como medidas de fortalecimento dos músculos, condição física e estimulação dos sentidos (ANDE-BRASIL, 2020).

Verificam-se, na literatura, diversas interpretações sobre equitação como vertente terapêutica ou Terapia Assistida por Equinos (TAE). Diante da falta de padronização de uma terminologia que a defina, Bachi, Terkel e Teichman (2011) destacam a diferenciação entre três conceitos: Equitação Terapêutica, Hipoterapia e Psicoterapia Facilitada pelo Equino.

A Equitação Terapêutica é uma atividade assistida por equinos, voltada para o aprendizado de equitação, ou seja, aprender a montar, cavalgar, e que se adapta às limitações físicas ou mentais do praticante ou equitador. Já a Hipoterapia é uma terapia assistida por equinos que está relacionada a aspectos exclusivamente físicos, reabilitação e fonoaudiologia.

A Psicoterapia Facilitada pelo Equino, por sua vez, ajuda as pessoas desafiadas pelas condições emocionais e de saúde mental, promovendo a exploração pessoal de sentimentos e comportamentos a permitir sua

interpretação clínica mais voltada para o campo da psicologia (BACHI; TERKEL; TEICHMAN, 2011).

No Brasil, a TAE, representada pela equoterapia, está sistematizada pela ANDE-Brasil, que a dividiu em quatro programas básicos: hipoterapia, educação/reeducação, pré-esportivo e prática esportiva para equestre, cada um com finalidades bem definidas.

A hipoterapia se aplica à reabilitação motora em que o cavalo assume um papel cinesioterapêutico do processo em si; a educação/reeducação é mais voltada para ganhos cognitivos dos praticantes que apresentam *deficit* nessa área, e, assim, o cavalo torna-se um agente pedagógico durante as sessões; e os outros dois programas, pré-esportivo e prática esportiva para equestre, são administrados com o intuito de promover inserção e reinserção social do praticante – nesse sentido, o cavalo assume um papel socializador (ANDE-BRASIL, 2020).

Em todos os programas da equoterapia citados, a abordagem do método equoterápico sustenta uma preocupação global com o praticante, sem ênfase na doença, e sim em uma intervenção pautada no atendimento holístico (LIMA, 2018).

Essa abordagem holística da equoterapia é uma importante ferramenta metodológica que a distingue do modelo biomédico, em que o foco está na doença. Sua prática, na verdade, corrobora a salutogênese defendida por Antonovsky, em que o que está em evidência são os fatores que sustentam a saúde (ERIKSSON; LINDSTRÖM, 2008).

4.3 Análise do estudo selecionado

Com relação ao estudo selecionado nesta revisão sistemática, Boshoff, Grobler e Nienaber (2015) buscaram avaliar um programa de TAE em um grupo de rapazes com idade entre 14 e 18 anos, identificados com problemas comportamentais em uma escola de custódia da África do Sul. Para tanto, realizaram uma intervenção envolvendo 39 participantes que foram divididos em grupo controle e grupo experimental.

O objetivo geral foi avaliar a eficácia do programa de TAE sobre o BEP dos participantes, mas, dentre os objetivos específicos, buscou-se investigar

a influência do programa sobre o BES desse mesmo grupo de participantes e, com efeito, os enfrentamentos focados no problema, nas emoções e no comportamento disfuncional.

A Escala de Satisfação com a Vida foi utilizada para medir o bem-estar subjetivo dos participantes, considerando uma medida de autorrelato de cinco itens, e foi respondida por meio da escala Likert de sete pontos.

Primeiramente, foi testado o efeito da sensibilidade pré-teste, e os resultados mostraram que não foi encontrada uma interação significativa ($p=0,266$) entre os principais efeitos, nomeadamente entre a intervenção e o pré-teste; por sua vez, os resultados do teste estatístico mostraram-se significativos, isto é, o valor de $t = 2,95$ com graus de liberdade de ($df = 39$) e significância associada de $p < 0,0055$.

Isto demonstra que o programa de TAE contribuiu para uma melhoria da satisfação com a vida e, conseqüentemente, para o BES dos participantes do grupo experimental, comparativamente ao grupo controle.

Esse resultado aponta para uma associação positiva entre a equoterapia e o BES; com isso, a questão norteadora deste estudo ganha suporte teórico respaldado em evidências científicas de que a equoterapia pode ser eficaz nos atendimentos equoterápicos que objetivam melhorar os níveis do BES do praticante.

O estudo é relevante, e os resultados encontrados se somam a muitos outros na literatura que reafirmam a eficácia da equoterapia, embora sob outros aspetos e variáveis que não o BES, tal como motricidade global, controle postural e qualidade de vida (BARBOSA; SOUZA SILVA; CAMARGO, 2020); superação de medo e ansiedade (OLIVEIRA SILVA; SOUZA MONTEIRO; LEITE, 2020); comunicação, relacionamento, independência e qualidade do sono (LOVRIC *et al.*, 2020); e auxílio na formação de enfermeiros enquanto experiência clínica não tradicional (OBARZANEK; PIEPER, 2020).

Embora o estudo tenha sido conduzido de acordo com normas e perspectiva científica, algumas limitações foram verificadas, sendo a mais visível delas referente à amostra não randomizada e que foi composta apenas por participantes do sexo masculino.

Diante disso, recomenda-se a inclusão de mulheres em novas pesquisas, na expectativa de que a amostra com ambos os sexos possa trazer

diferentes resultados e novas discussões (BOSHOFF; GROBLER; NIENABER, 2015).

Em um estudo sobre atividade física, BES e felicidade desenvolvido em uma população de idosos, os resultados apontaram evidências de que o sexo é uma das variáveis em que o BES sofre influência (MONTEIRO *et al.*, 2014). Outro estudo também destacou que a idade, o meio ambiente e o sexo podem afetar o bem-estar (WIENS; KYNGAS; POLKKI, 2016).

Com a inclusão do sexo feminino em pesquisas futuras, já se poderia dirimir uma outra limitação, que é o tamanho da amostra; assim, o estudo poderá ser replicado com uma amostra maior ao incluir participantes de ambos os sexos e, com isso, como argumentam os próprios autores, aumentaria a confiança com a qual os resultados poderão ser mantidos.

Ainda em relação ao tamanho da amostra, percebe-se uma discrepância nos dados informados. O texto faz referência a 39 garotos, mas o número que se apresenta no esquema do projeto totaliza 40 participantes. É provável que, no decorrer da intervenção, tenha ocorrido a desistência de um participante, no entanto isso não foi reportado.

Outra limitação observada foi a duração da intervenção. Isto não está claro no estudo, que aponta apenas a realização de oito sessões estruturadas com o propósito de melhorar o BES dos participantes, mas não faz referência à periodicidade dessas sessões.

Convencionalmente, o atendimento em centros de equoterapia se dá uma vez por semana. Supondo-se que as sessões tenham sido semanais, isso corresponderia a dois meses de intervenção, mas, se as sessões foram realizadas duas vezes por semana, a intervenção corresponderia a apenas um mês. Um estudo com um prazo mais longo poderá trazer maior contribuição, dadas as possibilidades de obtenção de mais resultados e observação de mudanças ao longo do tempo (BOSHOFF; GROBLER; NIENABER, 2015).

Por fim, o estudo não traz informações sobre fontes potenciais de apoio para a execução da intervenção em si e, com isso, nenhuma informação sobre a existência de possível conflito de interesses. Esse dado possibilitaria uma ampliação das discussões, ao tempo em que daria mais clareza ao processo investigativo.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar das limitações destacadas, o estudo analisado traz boas contribuições para um campo tão carente de investigações, como é o caso da equoterapia, especialmente quando associada ao BES. Os resultados encontrados são uma boa referência e um bom ponto de partida para o aprofundamento da temática em epígrafe.

Espera-se que novos estudos surjam na perspectiva de reforçar ou contestar o conhecimento já existente, preencham lacunas e contribuam para a ampliação das discussões acerca da equoterapia e de suas possibilidades de beneficiar pessoas no âmbito da saúde física, mental e inclusão social.

É oportuno relatar que a presente revisão sistemática teve como fator limitante o desafio de encontrar fontes bibliográficas que atendessem aos critérios de inclusão e, assim, enriquecessem o embasamento teórico da tese de doutoramento que está sendo desenvolvida em paralelo pelo primeiro autor, de maneira que as expectativas eram de um resultado mais alargado em termos quantitativos de estudos selecionados.

Não obstante, o recorte temporal contemplou duas décadas de publicações, e amplos descritores foram utilizados na tentativa de se obter um maior volume de estudos elegíveis. O fato de apenas um ter sido encontrado reduziu bastante as possibilidades de uma discussão mais produtiva, de forma que outros estudos poderiam atribuir maior embasamento às conclusões. Entretanto, o panorama do estado da arte, tal como se apresenta, em si, já representa um importante dado produzido por este estudo.

O estudo incluído e analisado traz em seus dados conclusivos uma melhora significativa dos níveis do BES entre os participantes do grupo experimental; ou seja, a equoterapia parece estar positivamente associada ao BES dos praticantes, o que favoravelmente responde à questão de pesquisa deste presente artigo.

Mas foi o único estudo encontrado e com algumas limitações, por esta razão, embora possa ser atribuída à equoterapia uma possibilidade promissora de promoção do BES, seriam necessários mais estudos para dar mais consistência a esse achado.

REFERÊNCIAS

ABARGHOUINEJAD, Maryam; BAXTER-JONES, Adam; GOMES, Thayse Natacha; BARREIRA, Daniel; MAIA, José. Motor performance in male youth soccer players: a Systematic Review of Longitudinal Studies. *Sports*, Basel, v. 9, n. 53, p. 1-16, abr. 2021. DOI: 10.3390/sports9040053

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE EQUOTERAPIA [ANDE-BRASIL]. *Quem somos*. Brasília, DF: ANDE-BRASIL, 2020. Disponível em: http://equoterapia.org.br/articles/index/articles_list/134/121/0. Acesso em: 13 maio 2020.

BACHI, Keren; TERKEL, Joseph; TEICHMAN, Meir. Equine-facilitated psychotherapy for at-risk adolescents: the influence on self-image, self-control and trust. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, Thousand Oaks, v. 17, n. 2, p. 298-312, abr. 2011. DOI: 10.1177/1359104511404177

BARBOSA, Luana Silva; SOUZA SILVA, Thaynara de; CAMARGO, Ana Paula Rodrigues. Equoterapia como método de tratamento fisioterapêutico na Síndrome de RETT: um estudo de caso. *Hígia - Revista de Ciências da Saúde e Sociais Aplicada do Oeste Baiano*, Barreiras, v. 5, n. 1, p. 119-33, 2020.

BOSHOFF, Christa; GROBLER, Herman; NIENABER, Alida. The evaluation of an equine-assisted therapy programme with a group of boys in a youth care facility. *Journal of Psychology in Africa*, London, v. 25, n. 1, p. 86-90, fev. 2015. DOI: 10.1080/14330237.2015.1007611

COSTA, Angelo Brandelli; TEIXEIRA, Marco Antônio Pereira; KOLLER, Silvia Helena; ZOLTOWSKI, Ana Paula Couto. Construction of a scale to assess the methodological quality of systematic reviews. *Ciência & Saúde coletiva*, Rio de Janeiro, v. 20, n. 8, p. 2441-452, ago. 2015. DOI: 10.1590/1413-81232015208.10762014

DIENER, Ed; DIENER, Carol. Most people are happy. *Psychological science*, Thousand Oaks, v. 7, n. 3, p. 181-85, maio 1996.

ERIKSSON, Monica; LINDSTRÖM, Bengt. A salutogenic interpretation of the Ottawa Charter. *Health promotion international*, Oxford, v. 23, n. 2, p. 190-99, jun. 2008. DOI: 10.1093/heapro/dan014

FERRUOLO, David M. Psychosocial equine program for veterans. *Social work*, Oxford, v. 61, n. 1, p. 53-60, jan. 2016.

JESUS FREIRE, Victor Hugo; CARDOSO, Náthila Lorrana Silva; RAMOS, Layane

Andressa Martins; SILVA, Jaqueline Pinheiro da; SOEIRO, Ana Cristina Vidigal. A equoterapia como recurso fisioterapêutico junto a indivíduos com diagnóstico de paralisia cerebral. *Fisioterapia Brasil*, Petrolina, v. 21, n. 1, p. 23-30, mar. 2020.

KATCHER, Aaron; BECK, Alan. Newer and older perspectives on the therapeutic effects of animals and nature. In: FINE, Aubrey (Ed.). *Handbook on Animal - Assisted Therapy*. 3. ed. London: Academic Press; Elsevier Inc., 2010. p. 49-58. DOI: 10.1016/b978-0-12-381453-1.10004-2

LIMA, Syllas Jadach Oliveira. *O cavalo na equoterapia: e na interface equitação/reabilitação*. Jundiaí: Paco e Littera, 2018.

LOVRIC, Robert; FARČIĆ, Nikolina; MIKŠIĆ, Štefica; DEBELJAK; Aleksandra Gvozdanić. Parental perception of changes in basic life needs of children with disabilities after six months of therapeutic horseback riding: a qualitative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Basel, v. 17, n. 4, p. 1-17, fev. 2020. DOI: 10.3390/ijerph17041213

MOHER, David; LIBERATI, Alessandro; TETZLAFF, Jennifer; ALTMAN, Douglas G. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *Annals of Internal Medicine*, Philadelphia, v. 151, n. 4, p. 264-69, ago. 2009.

MONTEIRO, Cláudia; CORTE-REAL, Nuno; FONSECA, Antônio; DIAS, Claudia. Atividade física, bem-estar subjetivo e felicidade: um estudo com idosos. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, Porto, v. 14, n. 1, p. 57-76, jan. 2014.

OBARZANEK, Lindsey; PIEPER, Barbara. The Use of Equine-Assisted Programs for Nontraditional Undergraduate Clinical Pediatric Experiences. *Teaching and Learning in Nursing*, Amsterdam, v. 15, n. 2, p. 145-51, 2020. DOI: 10.1016/j.teln.2020.01.002

OLIVEIRA SILVA, Leandro de; SOUZA MONTEIRO, Joyceane Rezende de; LEITE, Sabrina Toffoli. Equoterapia e educação física: estudo de caso com praticante autista. *Itinerarius Reflectionis*, Jataí, v. 16, n. 3, p. 1-24, abr. 2020.

PAGE, Matthew; MOHER, David. Evaluations of the uptake and impact of the Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses (PRISMA) Statement and extensions: a scoping review. *Systematic Reviews*, [s.l.], v. 6, n. 1, p. 1-14, dez. 2017. DOI: 10.1186/s13643-017-0663-8

PETTY, Jessie; PAN, Zhaoxing; DECHANT, Briar; GABRIELS, Robin. Therapeutic horseback riding crossover effects of attachment behaviors with family pets in

a sample of children with autism spectrum disorder. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Basel, v. 14, n. 3, p. 1-6, mar. 3, 2017. DOI: 10.3390/ijerph14030256

SCOPA, Chiara; CONTALBRIGO, Laura; GRECO, Alberto; LANATÀ, Antonio; SCILINGO, Enzo Pasquale; BARAGLI, Paolo. Emotional transfer in human-horse interaction: new perspectives on equine assisted interventions. *Animals*, Basel, v. 9, n. 12, p. 1-21, out. 2019. DOI: 10.3390/ani9121030

SHEN, Ruth; XIONG, Peng; CHOU, Un I; HALL, Brian. "We need them as much as they need us": a systematic review of the qualitative evidence for possible mechanisms of effectiveness of animal-assisted intervention (AAI). *Complementary Therapies in Medicine*, Amsterdam, v. 41, p. 203-07, dez. 2018. DOI: 10.1016/j.ctim.2018.10.001

SILVA, Daiane Moreira *et al.* A influência da equoterapia na vida dos estudantes do IFsuldeminas- campus Machado. *Revista Brasileira de Equoterapia*, [s.l.] n. 25, p. 11-17, jul. 2016.

SIQUEIRA, Mirlene Maria Matias; PADOVAM, Valquiria Aparecida Rossi. Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psicologia: teoria e pesquisa*, Brasília, v. 24, n. 2, p. 201-09, 2008.

TOLEDO VIEIRA, Fernanda de *et al.* Terapia assistida por animais e sua influência nos níveis de pressão arterial de idosos institucionalizados. *Revista de Medicina*, São Paulo, v. 95, n. 3, p. 122-27, dez. 2016.

WIENS, Varpu; KYNGAS, Helvi; POLKKI, Tarja. The meaning of seasonal changes, nature, and animals for adolescent girls' wellbeing in northern Finland: A qualitative descriptive study. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, London, v. 11, n. 1, p. 1-14, fev. 2016. DOI: 10.3402/qhw.v11.30160

