

A hipoterapia na medicina de reabilitação

Luiz Antônio de Arruda Botelho *

O histórico da utilização do cavalo na área de saúde é tão antigo quanto a própria história da medicina. Hipócrates (458-377 a.C.) se refere à equitação como fator regenerador da saúde em seu compêndio *Das Dietas*. Galeno também enfatizou os benefícios da atividade eqüestre. Na Idade Média, os árabes apresentam inúmeras referências, tendo em vista suas contribuições para o desenvolvimento da ciência em um quadro de cultura eqüestre. Em 1569, Merkurialis em *A Arte Ginástica* mencionava que a equitação exercita não só o corpo, mas também os sentidos. Em 1676, o médico Thomas Sydenham emprestava seus cavalos para pacientes sem recursos. Em 1734, Charles Castel, médico e abade de Saint Pierre, cria a cadeira "tremousoir" que reproduzia movimentos similares aos do cavalo. Em 1747, Samuel T. Quelmaz faz a primeira referência histórica ao movimento tridimensional do dorso do cavalo. Joseph C. Tissot, em *Ginástica Médica e Cirúrgica* (1782), descreve o passo do cavalo como a andadura mais benéfica e faz algumas contra-indicações. Em 1901, o Hospital Ortopédico de Owenstry, na Inglaterra, faz a primeira utilização da equoterapia em contexto hospitalar. Na área esportiva, Liz Hartel, portadora de seqüelas de poliomielite, é vice-campeã olímpica em adestramento eqüestre nas olimpíadas de 1952 e 1956. Na França, em 1965, a Universidade de Salpentiére inaugura a matéria didática de equoterapia. A primeira tese de doutorado sobre equoterapia foi defendida pela Dra. Collete Picart Trintelin, na Universidade de Paris - Val de Marne, em 1972.

O uso do cavalo com fins terapêuticos, segundo literatura médica europeia, iniciou-se por volta de 1735. Em 1950, esses programas se estabeleceram na Inglaterra e logo depois nos outros países europeus. Na Alemanha e na Suíça a montaria vem sendo utilizada como forma de terapia há mais de 20 anos. O Deutsches Kuratorium für Therapeutisches Reiten, centro alemão especializado neste tipo de tratamento forma profissionais hipoterapeutas e edita regularmente a revista *Therapeutisches Reiten*. Por volta de 1960 foi iniciada a hipoterapia nos Estados Unidos. Em 1969, foi criada a Associação Americana de Hipoterapia para Deficientes, coordenando esforços para divulgar o método naquele país, que conta hoje com mais de 400 programas de hipoterapia.

No Brasil, a equoterapia vem sendo aplicada e ensinada pela Associação Nacional de Equoterapia (ANDE-BRASIL), Instituição Beneficente fundada em 1989 e localizada na Granja do Torto em Brasília. Em São Paulo, a hipoterapia foi introduzida pelo fisioterapeuta Fernando Lages Guimarães em 1989, para tratamento de crianças portadoras de lesões cerebrais. A Fundação Selma

* Fisiatra da Universidade Federal de São Paulo - Escola Paulista de Medicina, superintendente médico da Fundação Selma - Reabilitação Integral, São Paulo, SP.

Endereço para correspondência:

Rua Constantino de Souza, nº 330 - Campo Belo - CEP 04605-000 - São Paulo - SP, Brasil.

estabeleceu seu programa de hipoterapia em 1993, com atendimento regular a grandes incapacitações, inclusive tetraplegias altas e completas. O Exército brasileiro tem estabelecimentos, pelo menos no Rio de Janeiro e em São Paulo, onde a equoterapia é praticada regularmente para portadores de várias deficiências físicas e mentais. Inúmeros outros grupos multiprofissionais estão se formando, empolgados com os benefícios obtidos com esta modalidade terapêutica.

Equoterapia é um termo amplo, referindo-se às várias áreas que empregam o cavalo por equipes multidisciplinares, com objetivos terapêuticos variados. Dentre suas subdivisões está a hipoterapia, que se destina à utilização do cavalo por um fisioterapeuta e equipe para o tratamento de reabilitação. Já a cavalgada em áreas livres é denominada equitação terapêutica, em que os pacientes são mais independentes e dominam bem a técnica de montaria em ambientes naturais, que propiciam a exploração de áreas desconhecidas ou selvagens com grande sensação de aventura e desbravamento. Os efeitos físicos e psíquicos do tratamento com o cavalo são os que produzem os resultados terapêuticos.

Os benefícios da equoterapia descritos são numerosos: o ato de cavalgar estimula e desafia, levando a um aumento da autoconfiança, do autocontrole e da autoestima. É uma recreação com um esporte vital, favorecendo a socialização, através do contato com o cavalo e outras pessoas agindo em equipe. Facilita o aprendizado pela atenção, concentração, disciplina e responsabilidade exigidos para cuidar e manejar um grande animal a despeito das limitações intelectuais, psicológicas e físicas de indivíduos portadores de autismo, síndrome de Down, e outros déficits cognitivos e do comportamento. A equipe de equoterapia pode incluir vários profissionais como professores de equitação, pedagogos, psicólogos, professores de pessoas excepcionais, terapeutas ocupacionais, médicos e outros.

Na hipoterapia, após avaliação fisiátrica, o trabalho é conduzido por fisioterapeuta especializado, com o auxílio de um ou dois assistentes, além do tratador do cavalo, que puxa o cavalo no ritmo de marcha desejado. Esta modalidade terapêutica complementa a reabilitação física de pacientes portadores de deficiências diversas. Os objetivos principais são a mobilização das articulações coxo-femorais, da pélvis e da coluna vertebral, a normalização do tônus muscular e o desenvolvimento do controle postural da cabeça e do tronco. São contra-indicações as instabilidades da coluna vertebral, escolioses de 50 graus ou mais, processos artríticos

em fase aguda, epilepsia não controlada, úlceras de decúbito na região pélvica ou nos membros inferiores, luxações de ombro ou de quadril (as subluxações não são contra-indicações) e pacientes com comportamento autodestrutivo ou com medo incoercível.

A hipoterapia baseia-se na terapia de um ser vivo, o paciente, através de outro ser vivo, o cavalo. Este, ao movimentar-se, provoca o deslocamento tridimensional do centro de gravidade do paciente, com cadência, ritmo e trajetória similares ao movimento pélvico observado na deambulação humana. É impressionante observar o comportamento de indivíduos portadores de grandes incapacidades, que convivem diariamente com a impotência para a realização de atividades simples, diante da possibilidade de comandar um cavalo e desfrutar o deslocamento livre no espaço, como que trocando momentaneamente "duas pernas paralisadas por quatro boas".

Se o ambiente é natural, teremos as emoções da aventura e da exploração, mas mesmo quando realizada em área fechada, a hipoterapia terá como fatores psicológicos positivos o aumento da autoconfiança, do autocontrole e da auto-estima, obtidos em terapia muito prazerosa.

O andar do cavalo produz um balanço tridimensional do paciente, nos sentidos vertical (para cima e para baixo), horizontal (para frente e para trás) e lateral (para a direita e para a esquerda). A cada passo do cavalo o centro de gravidade do paciente é defletido da linha média, estimulando as reações de equilíbrio, que proporcionam a restauração do centro de gravidade dentro da base de sustentação. O sistema vestibular é assim repetidamente solicitado, estimulando de modo contínuo suas conexões entre os canais semicirculares, onde as células ciliares e otólitos captam as oscilações da endolinfa provocadas pelos movimentos da cabeça, com o cerebelo, tálamo, córtex cerebral, medula espinhal e nervos periféricos, em ambos os sentidos, ascendente e descendente. Através de inúmeras repetições do movimento com cadência, trajetória e ritmo do andar do cavalo, o mecanismo dos reflexos posturais e a noção de posição dos vários segmentos corporais no espaço são reeducados durante os 30 a 40 minutos da sessão de hipoterapia. A posição de montaria alongando os adutores do quadril, o calor transmitido pelo corpo do animal, a estimulação vestibular lenta e os movimentos lentos de flexo-extensão da cabeça, tronco e membros contribuem para o relaxamento do tônus muscular de todo o corpo. Por outro lado, quando se faz uma estimulação vestibular rápida, através do trote do cavalo, obtém-se maior tônus

da cadeia muscular eretora da coluna vertebral, com melhor sustentação da cabeça em pacientes hipotônicos.

Na Fundação Selma, a hipoterapia é utilizada principalmente quando se deseja trabalhar o equilíbrio em tronco, melhorar a sustentação da cabeça, relaxar a hipertonia muscular, mobilizar as articulações do quadril da pelve e da coluna vertebral em pacientes de todas as faixas etárias, portadores de seqüelas de paralisias cerebrais, lesão medular, traumatismo crânio-encefálico, mielomeningocele, acidente vascular cerebral e outras afecções que comprometem o equilíbrio e/ou a coordenação motora, seguindo modelos utilizados por centros internacionais de renome, como o Centro de Reabilitação Stoke Mandeville, da Inglaterra, o "Terapeutischen Reiten" do Kuratorium alemão e o "Horseback Riding Program" do Vinland National Center americano.

Para o atendimento de pacientes adultos, portadores de paraplegia e tetraplegia, utilizam-se recursos de adaptação como rampa de acesso para cadeira-de-rodas, suporte com trapézio para transferência do paciente ao lombo do cavalo de forma o mais independente possível, plataformas de apoio lateral, haste central de sustentação para maior segurança do paciente, faixas e luvas estabilizadoras e revestimento especial do cavalo (baixeiro de lã e pelego de carneiro) para prevenir a formação de escaras. Não utilizamos selas, que são mais uma barreira limitando o contato do paciente com o cavalo

Na nossa experiência, a hipoterapia com as finalidades supracitadas tem sido de grande

auxílio na complementação do trabalho multidisciplinar de reabilitação, em que os paciente são engajados em um programa com cinesioterapia convencional, terapia ocupacional, terapia artística, exercícios cíclicos passivos, ativos ou eletricamente induzidos.

Deve ser fortemente enfatizado que apenas pessoas bastante familiarizadas com o manejo de cavalos e com as diversas deficiências físicas são adequadas para se engajar com a equoterapia ou uma de suas variantes. Os cavalos não são objetos inanimados. São animais vivos, e apesar de dóceis, podem ter reações por vezes imprevisíveis.

Referências bibliográficas

1. DOLORES, B.; BERTOTI - *Phys. Ther.*, **68**(10): Oct. 1988.
2. FREEMAN, G. - Hippotherapy/Therapeutic horseback riding. *Clinical Manag. Phys. Ther.*, **4**(3): 20-25, 1984.
3. CHASSAIGNE, R - Physiologie de léquitation, de son application a l'hygiene et a la therapeutique. Thesis. Paris, France, University of Paris, 1870.
4. BAINE, A - Pony riding for the disbled. *Physiotherapy*, **51**(8): 263-65, 1965.
5. HARPOTH, U. - Horseback riding for handicapped children. *Phys Ther*, **50**: 235-236, 1970.
6. WEBER, A.; PFOTENHAUER, M.; DAVID, E. et. al. - Registration and evaluation of effects of hippotherapy with patients suffering from multiple sclerosis by means of electromyography and acceleration measurement. In: INTERNATIONAL THERAPEUTIC RIDING CONGRESS, 8. New Zealand, 17-20, 1994.
7. KLÜVER, C. - Die spezifischen wirkung des pferdes in den bereichen des. *Therapeutischen reiten*, **15** (3), 4-12, 5.
8. LEYERER, U.; PFOTENHAUER, M.: Therapeutische effekte der hippotherapie bezüglich spastik bei patienten mit mutipler skleroseErste ergebnisse. *Krankengymnastik*, **43** (11), 1244-8, 1991.