

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE IPORÁ-UNIPORÁ
CURSO DE PSICOLOGIA

ANA LUIZA BRITO

**BENEFÍCIOS DA EQUOTERAPIA NO TRANSTORNO DO DÉFICIT
DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE (TDAH)**

IPORÁ-GO

2024

ANA LUIZA BRITO

**BENEFÍCIOS DA EQUOTERAPIA NO TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO
COM HIPERATIVIDADE (TDAH)**

Artigo apresentado à Banca Examinadora do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Iporá-UNIPORÁ como exigência parcial para obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof^o Dyullia Moreira de Sousa

BANCA EXAMINADORA

Dyullia Moreira de Sousa

Dyullia Moreira de Sousa

Presidente da banca e Orientadora

Eva Cassia Faria da Silva

Eva Cassia Faria da Silva

Docente Convidada

Jaqueline de Sousa Silva Ferreira

Jaqueline de Sousa Silva Ferreira

Coordenadora do curso de Psicologia

IPORÁ-GO

2024

BENEFÍCIOS DA EQUOTERAPIA NO TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE (TDAH)

BENEFITS OF EQUITHERAPY IN ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

Ana Luiza Brito¹

Dyullia Moreira de Sousa²

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo principal investigar os benefícios da Equoterapia como recurso terapêutico nas intervenções voltadas ao Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). A pesquisa buscou responder à seguinte questão: quais os maiores benefícios da Equoterapia quando se trata de pessoas com TDAH? A Equoterapia, que utiliza o cavalo como ferramenta terapêutica, tem se mostrado promissora no tratamento de diversos transtornos, incluindo o TDAH. Seus benefícios podem incluir: o desenvolvimento cognitivo, melhora da atenção, concentração e coordenação motora, a regulação comportamental, com a diminuição da impulsividade e aumento do autocontrole, bem como a facilitação da interação social e desenvolvimento da autoestima. Por meio da pesquisa bibliográfica, o estudo buscou aprofundar o conhecimento sobre os benefícios da Equoterapia nesse contexto, visando demonstrar como essa opção terapêutica voltada aos sujeitos com TDAH pode melhorar sua qualidade de vida. Dentre os resultados obtidos, destaca-se que a equoterapia se apresenta como uma atividade terapêutica lúdica e eficaz, capaz de promover o desenvolvimento integral de indivíduos com esse transtorno. No entanto, são necessárias mais pesquisas para aprofundar o conhecimento sobre os mecanismos de ação da equoterapia e para avaliar seus efeitos a longo prazo.

Palavras-chave: Equoterapia. TDAH. Desenvolvimento cognitivo. Regulação comportamental. Adaptação social.

ABSTRACT

The present study aimed primarily to investigate the benefits of Equitherapy as a therapeutic resource for individuals with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). The research sought to answer the following question: what are the greatest benefits of Equitherapy when treating individuals with ADHD? Equitherapy, which utilizes the horse as a therapeutic tool, has shown promise in the treatment of various disorders, including ADHD. Its benefits can include: cognitive development - improvement in attention, concentration, and motor coordination; behavioral regulation, with a decrease in impulsivity and an increase in self-

¹ Graduanda em Psicologia pela Centro Universitário de Iporá-UNIPORÁ, GO. Email:

² Orientadora, Bacharel (UFMT) Mestranda em Psicologia (UFG) Docente do Curso de Psicologia da UNIPORÁ. Email: dyu.moreir@gmail.com:

control; as well as facilitation of social interaction and development of self-esteem. Through a literature review, the study sought to deepen the understanding of the benefits of Equitherapy in this context, aiming to demonstrate how this therapeutic option for people with ADHD can improve their quality of life. Among the results obtained, it is noteworthy that Equitherapy presents itself as a fun and effective therapeutic activity, capable of promoting the integral development of children and adolescents with this disorder. However, more research is needed to deepen the knowledge about the mechanisms of action of Equitherapy and to evaluate its long-term effects.

Keywords: Equitherapy, ADHD, cognitive development, behavioral regulation, social adaptation.

1 INTRODUÇÃO

O Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) pode ser descrito como uma ocorrência neuropsiquiátrica, da qual decorrem diversos distúrbios comportamentais e que são, normalmente, detectados ainda na infância. O TDAH não é uma doença e enquanto transtorno, persiste por toda a vida, podendo causar alguns problemas socioemocionais (Caobianco *et al.*, 2019).

Mediante o exposto, o presente estudo teve como tema a Equoterapia e se delimitou nos seus benefícios enquanto recurso terapêutico no tratamento do Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH).

De modo geral, a Equoterapia traz ganhos significativos, principalmente no que se refere à qualidade de vida dos praticantes. Nesse sentido, perguntou-se: quais os maiores benefícios da Equoterapia enquanto recurso terapêutico voltado para o TDAH? As hipóteses do estudo foram: As intervenções terapêuticas auxiliam no desenvolvimento cognitivo dos sujeitos e assim, promovem a ampliação das habilidades táteis, visuais, auditivas e olfativas, bem como a consciência corporal e a autoestima. Dentre as características do sujeito com TDAH, se encontra a dificuldade em aceitar limites ou regras, mas as intervenções da Equoterapia podem trazer maior regulação do comportamento, bem como, desenvolver a concentração e atenção. Ademais, a Equoterapia pode trazer grandes benefícios aos praticantes por promover a adaptação social e auxiliar na construção de vínculos psicossociais.

O objetivo geral da pesquisa se relacionou a investigar os benefícios da Equoterapia no que se refere à possibilidade terapêutica voltada para sujeitos com TDAH. Já os objetivos específicos se apresentaram da seguinte forma: Apresentar o campo conceitual da Equoterapia;

Descrever o conceito de TDAH; Pontuar os benefícios da Equoterapia enquanto recurso terapêutico destinado a pessoas com TDAH.

Diante de sua classificação, observa-se a necessidade de abordar as possibilidades terapêuticas relacionadas à Equoterapia, visto que se trata de intervenções cujos benefícios podem ser verificados, principalmente em relação à qualidade de vida. Nesse sentido, o presente estudo se justifica pela necessidade de estabelecer uma pesquisa cuja pretensão se encontra no aprofundamento em relação à temática. Espera-se que o estudo possa ampliar a visão sobre a Equoterapia, ressaltando sua importância nas intervenções destinadas aos praticantes com TDAH.

1.1 REVISÃO TEÓRICA

1.1.1 Equoterapia

Gonzales (2019) esclarece desde os primórdios da civilização, o cavalo está a serviço da humanidade, tendo sido domesticado e amplamente utilizado em todas as atividades nas quais o esforço era e ainda é exigido. Com o passar do tempo, a interação entre as pessoas e os cavalos domésticos se tornou ainda mais estreita, principalmente a partir da percepção dos resultados positivos quanto ao bem-estar, não apenas físico, bem como mental.

Gonzales (2019) também argumenta que a partir do interesse acerca das possibilidades terapêuticas relacionadas ao cavalo e a ampliação das pesquisas sobre o desenvolvimento humano, a Equoterapia passou a ser utilizada enquanto método terapêutico. Por sua vez, Uzun (2017) relata que a Equoterapia se desenvolveu no exterior, sendo classificada enquanto técnica capaz de promover respostas terapêuticas satisfatórias. Em resumo, esse tipo de terapia pode ser conceituado como meio capaz de favorecer o alcance de resultados a partir da utilização do cavalo, considerando tanto a extensão gerada pelo animal, quanto a cavalgada e os movimentos decorrentes.

O uso do cavalo como recurso terapêutico não é contemporâneo e existem apontamentos históricos que remontam à Antiguidade. Não obstante, registra-se que no Brasil, a expansão da equoterapia ocorreu a partir de 1989, sendo consolidada enquanto atividade multiprofissional, relacionada aos campos da saúde, educação e equitação (Alves; Cunha; Garbellini, 2019).

A Equoterapia corresponde a um termo cunhado pela Associação Nacional de Equoterapia (ANDE-BRASIL) e é aplicado às intervenções terapêuticas e educativas nas quais

o cavalo é a ferramenta principal. Um de seus objetivos reside em favorecer o desenvolvimento biopsicossocial de sujeitos com deficiência ou alguma necessidade especial. Conforme disposto nas diretrizes da ANDE-BRASIL (2004), o praticante é a pessoa que possui alguma deficiência, transtorno ou necessidades educacionais específicas para as quais existe a possibilidade de intervenção. Além da Equoterapia, existem outras intervenções com denominações e diretrizes diversas, como ocorre na Terapia Assistida por Cavalos ou Reabilitação Equestre.

Desde 1995, com a instituição da Lei 5.499, o Conselho Federal de Medicina reconhece a Equoterapia enquanto terapia complementar, sendo sua prática amparada pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Em 2019, a Lei 13.830 se voltou para a regulamentação das atividades realizadas nos centros de Equoterapia, bem como a atenção dos planos de saúde, os quais são obrigados a oferecê-la aos pacientes com deficiência, desde que haja recomendação médica (Brasil, 2019).

Gomes *et al.* (2021) reforça na Equoterapia, o cavalo é o responsável pela terapia e a literatura apresenta três tipos de andaduras naturais: o passo, o trote e o galope. Conforme o referido autor:

O passo é o andar mais calmo e natural do animal e é a andadura pela qual o praticante inicia a atividade terapêutica. Isso se deve à semelhança do passo à marcha humana, transmitindo ao cavaleiro movimentos sequenciados e simultâneos e tridimensionais, ou seja, em três eixos: para cima e baixo; para um lado e outro; e para frente e para trás. Esses movimentos provocam uma série de reações no corpo do praticante, que é levado a contrair e relaxar as pernas e o tronco para se equilibrar, melhorando suas percepções, funções motoras, desenvolvimento global (Gomes *et al.*, 2021, p. 45).

Martinez (2017) ressalta que no decorrer da montaria, a pelve do praticante é movimentada na inclinação posterior e com isso, torna-se possível o alcance da estabilidade postural alinhada ao centro de gravidade imposto pela musculatura do tronco em relação à cintura pélvica. Não obstante, os músculos do pescoço são flexionados e os olhos fitam o horizonte. Além disso, o paciente, ao se adaptar aos movimentos do cavalo, adquire maior autoconfiança e interage melhor com o ambiente.

Severo (2018) reforça que na reabilitação, os movimentos cadenciados do cavalo promovem reflexos cerebrais contínuos, constituindo-se de impulsos significativos, os quais auxiliam a retomada de movimentos importantes, principalmente o andar. “Por sua vez, o trote e o galope são utilizados em programas mais avançados, geralmente em atividades sem objetivo terapêutico prioritário” (Gomes *et al.*, 2021, p. 45).

Teixeira (2017) e Severo (2018) destacam que a Equoterapia deve ser compreendida como uma atividade na qual o corpo do paciente é envolvido de forma ampla, significando maior contribuição em relação ao desenvolvimento da força muscular, além da tonificação dos sistema cardiovascular e sistema respiratório. Além disso, o praticante consegue se manter mais relaxado, consciente do próprio corpo, com melhor coordenação motora e equilíbrio. Destaca-se que os cavalos são animais dóceis e isso faz com que, tanto a fala, quanto a comunicação sejam melhorados. Do mesmo modo, observa-se que os praticantes se tornam mais atentos e concentrados.

Teixeira (2017) também ressalta que na Equoterapia, o cavalo se torna a extensão do paciente e mediante a interação, a qual ocorre a partir do primeiro contato, perpassando pelo ato de montar até chegar ao manejo final. Diante disso, a autoestima e autoconfiança se tornam mais elevadas, o que colabora, efetivamente, no desenvolvimento da coragem e da autonomia do praticante.

Segundo Gomes *et al.* (2021), a ANDE-BRASIL define que a Equoterapia seja indicada no tratamento de doenças ortopédicas, como exemplo nas mudanças posturais, malformações congênitas, nos casos de amputação e artroses. Por sua vez, as intervenções são direcionadas para clínica neurológica e doenças neuromusculares que podem ocorrer em pacientes com Síndrome de Down, Síndrome de West, Síndrome de Rett, que tenham tido poliomielite, apresentem encefalopatia crônica da infância, sequelas de acidente vascular encefálico e traumatismo crânio encefálico, doença de Parkinson, disrafismo espinhal.

Do mesmo modo, a Equoterapia é indicada para o tratamento de doenças cardiovasculares e respiratórias, bem como nos problemas relacionados à aprendizagem, comportamento, desenvolvimento motor, TDAH e no tratamento dos sintomas de TEA. Compreende-se que, de modo geral, grande parte das pessoas podem se beneficiar da terapia, no entanto, mesmo com recomendação médica, as intervenções somente devem ser iniciadas a partir da análise de cada caso, visto que nos episódios inflamatórios ou infecciosos, em alguns casos de escoliose severa e outros aspectos, a terapia não é recomendada (Gomes *et al.*, 2021).

O médico é responsável por indicar a Equoterapia aos pacientes, os quais devem passar por uma avaliação multidisciplinar e segundo seu perfil, os pontos fortes e fracos são levantados e os objetivos do tratamento, definidos. Normalmente são utilizados três tipos de avaliação, compostos pelo diagnóstico, avaliação formativa, a qual se volta para o progresso do paciente e a avaliação somativa, cujo objetivo é realizar o levantamento das avaliações e construir o perfil geral do praticante (Bezerra, 2016).

1.1.2 Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH)

Conforme o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5TR (APA, 2022), o Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) é categorizado como um distúrbio neurobiológico de início precoce, manifestando-se por uma tripe sintomático complexa que engloba déficits de atenção, hiperatividade e impulsividade. Essa condição, que se origina na infância, pode persistir na vida adulta, impactando significativamente as esferas cognitiva, emocional e social do indivíduo, e demandando intervenções multidisciplinares para a gestão eficaz de seus sintomas e o otimização do funcionamento diário

Demontis (2019) evidencia que a etiologia do TDAH é complexa, envolvendo uma interação delicada entre fatores genéticos e ambientais. Além disso, sua natureza familiar, com taxas de concordância significativamente mais altas em parentes de primeiro grau, sugere um forte componente hereditário. Estudos de genética molecular, como o realizado pelo referido autor, identificaram múltiplos *loci* genéticos associados ao transtorno, indicando uma arquitetura genética complexa. No entanto, a contribuição de cada variante genética individual é relativamente pequena, sugerindo que o transtorno decorra da interação de inúmeros genes e variantes genéticas.

Uma ampla gama de fatores ambientais pré-natais e perinatais, como baixo peso ao nascer, prematuridade, exposição a substâncias tóxicas e estresse materno, têm sido associados ao risco de TDAH. No entanto, a interpretação dessas associações é complexa, pois muitas vezes refletem a presença de fatores de confusão, como a existência de correlações gene-ambiente. Por exemplo, a associação entre tabagismo materno e o transtorno pode ser explicada pela presença de fatores genéticos que aumentam o risco tanto para o tabagismo quanto para o transtorno (Demontis, 2019).

Sousa *et al.* (2020) evidencia que além dos fatores biológicos, fatores psicossociais, como condições socioeconômicas desfavoráveis, adversidade familiar e estilos parentais inadequados, também podem contribuir para o desenvolvimento do transtorno. É importante ressaltar que a relação entre esses fatores é bidirecional, ou seja, o transtorno pode influenciar o ambiente familiar e vice-versa.

Apesar da crescente conscientização sobre o TDAH, o processo diagnóstico permanece desafiador devido à sobreposição de seus sintomas com outras condições e com as características inerentes ao desenvolvimento humano. Demontis (2019) destaca que a

complexidade diagnóstica exige a aplicação rigorosa de critérios operacionais, respaldados por uma avaliação clínica minuciosa conduzida por profissionais especializados. Tanto o diagnóstico errôneo quanto a ausência de diagnóstico podem acarretar consequências significativas para o indivíduo. A heterogeneidade de concepções sobre o transtorno entre os profissionais de saúde, somada à disseminação de estereótipos sociais, expõe os indivíduos diagnosticados a um risco elevado de estigmatização.

Posner *et al.* (2020) salienta a importância de desconstruir mitos e preconceitos durante a consulta, a fim de evitar tratamentos inadequados e minimizar o impacto negativo sobre os indivíduos e seus familiares. A incerteza acerca da validade do diagnóstico e o desconhecimento da população a respeito do TDAH contribuem para a perpetuação de reações que podem influenciar negativamente as interações sociais e as decisões das autoridades.

Quanto aos seus traços mais significativos Sousa *et al.* (2020) e Posner *et al.* (2020) reforçam que o TDAH é caracterizado por um conjunto heterogêneo de sintomas que se manifestam em um padrão persistente e desadaptativo, interferindo significativamente no funcionamento social, acadêmico e ocupacional do indivíduo. Suas manifestações clínicas englobam déficits de atenção, hiperatividade e impulsividade, os quais podem ocorrer isoladamente ou em combinação.

A desatenção se caracteriza por dificuldades em manter o foco, a distrabilidade, organização e conclusão de tarefas. A hiperatividade, por sua vez, se manifesta por inquietação motora excessiva, dificuldade em permanecer sentado e loquacidade. Já a impulsividade se expressa através de ações precipitadas, dificuldade em esperar a sua vez e interrupção frequente de conversas. É essencial ressaltar que esses sintomas devem ser diferenciados de variações normais do desenvolvimento e de outros transtornos mentais, e que sua gravidade e frequência devem ser suficientes para causar prejuízos significativos no funcionamento diário do indivíduo, conforme os critérios diagnósticos estabelecidos pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (APA, 2022).

1.1.3 Equoterapia para pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade - TDAH

Rezende e Moraes (2023) destacam que as disfunções motoras frequentemente associadas ao TDAH constituem um desafio significativo para o desenvolvimento mais amplo da criança, impactando diretamente sua participação em atividades escolares e sociais. A

Equoterapia, ao proporcionar uma experiência sensorial rica e complexa, atua como uma ferramenta terapêutica efetiva para o tratamento das dificuldades motoras e sensoriais presentes no transtorno, visto que os movimentos rítmicos e repetitivos do cavalo, aliados à interação com o animal, estimulam o sistema vestibular, proprioceptivo e tátil, promovendo a integração sensorial e o desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais para a vida diária.

Silva (2019) ressalta que a Equoterapia, ao submeter o indivíduo ao movimento do equino, promove uma estimulação multissensorial que desencadeia uma série de adaptações neuroplásticas, resultando em ganhos significativos no âmbito neuromotor. Conforme o autor, a ativação dos sistemas vestibular, proprioceptivo e visual, em conjunto com a exigência de controle postural e coordenação motora, favorece o desenvolvimento do equilíbrio estático e dinâmico, a organização espacial e temporal, e a refinamento das habilidades motoras finas e grossas.

Destaca-se que a relação com o animal e o ambiente terapêutico promove a integração sensorial, a modulação do tônus muscular e o desenvolvimento de funções executivas, como planejamento, atenção e tomada de decisão. Não obstante, a natureza complexa e multifacetada da equoterapia permite uma abordagem terapêutica integral, que abrange os aspectos físicos, cognitivos, emocionais e sociais do indivíduo, tornando-a uma ferramenta valiosa para a intervenção em diversas condições, incluindo o TDAH (Silva, 2019).

A Equoterapia, ao proporcionar uma experiência terapêutica singular, converge com os objetivos da psicoterapia no que tange ao desenvolvimento socioemocional de crianças e adolescentes com TDAH. Os estudos de Escobar (2020) evidenciam que a interação com o equino promove ganhos significativos em diversas esferas, incluindo autoestima, autoconfiança, controle emocional e habilidades sociais. A prática da equitação, permeada por atividades lúdicas e desafiadoras, favorece a construção de uma imagem corporal positiva, a regulação emocional e o desenvolvimento de um senso de responsabilidade e respeito aos limites.

Escobar (2020) ressalta que ao estabelecer um vínculo afetivo com o animal, os participante vivenciam experiências de sucesso que contribuem para a melhoria da autoestima e da autoeficácia, impactando positivamente seu desempenho escolar e suas relações interpessoais. A natureza multidisciplinar da Equoterapia, que engloba aspectos físicos, emocionais e cognitivos, a torna uma ferramenta terapêutica eficaz para acompanhamento do TDAH, uma vez que promove o desenvolvimento integral dos participantes.

Silva (2019) destaca que, ao desafiar a insegurança e o medo inerentes à relação com o equino, a Equoterapia proporciona um ambiente propício para o desenvolvimento da autoestima

e da autoconfiança. Isso significa maior motivação para que os desafios impostos pela montaria e pelo convívio com o animal sejam superados, promovendo um senso de conquista e empoderamento, o que impacta positivamente a interação social e o desempenho em outras áreas da vida.

Confirmando essa perspectiva, estudos como o de Escobar (2020) evidenciam que a equoterapia pode ser um recurso terapêutico eficaz para jovens com TDAH, promovendo a redução de comportamentos hiperativos, o aumento da atenção e da concentração, e a melhora das habilidades sociais. A experiência de sucesso vivenciada na interação com o cavalo contribui para a construção de uma imagem positiva de si mesmo, fortalecendo a motivação para a aprendizagem e promovendo o bem-estar emocional.

Para as pessoas com TDAH, a experiência de montar a cavalo, além de ser uma atividade prazerosa, representa um rico campo de desenvolvimento pessoal. A relação com o equino exige do indivíduo a superação de desafios, a consciência corporal, o respeito a regras e limites, e a adaptação a situações dinâmicas, o que, por sua vez, promove a construção de uma imagem positiva de si mesmo e o fortalecimento da autoconfiança (Posner *et al.*, 2020).

Uzun (2017), denota que a Equoterapia emerge como uma intervenção eficaz para crianças e adolescentes com TDAH, devido a sua contribuição para o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e socioemocionais. A prática da equitação, segundo o autor, promove a internalização de limites, o aumento da atenção e da motivação, a redução de comportamentos disruptivos e a melhora da autoestima, impactando positivamente o desempenho escolar e as relações interpessoais.

Do mesmo modo, a natureza lúdica e desafiadora da atividade, aliada à relação especial estabelecida com o animal, torna a equoterapia uma ferramenta terapêutica capaz de promover o bem-estar e o desenvolvimento integral do indivíduo. “A relação estabelecida com o cavalo pode auxiliar no desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais, como empatia, respeito e responsabilidade, promovendo um bem-estar geral e uma melhor adaptação ao ambiente escolar e social” (Uzun, 2017, p. 56).

Posner *et al.* (2020) destaca que em relação às crianças e adolescentes com TDAH, a Equoterapia, os estudos comprovam uma efetiva melhora na atenção, visto que a equitação exige um alto nível de concentração, auxiliando, significativamente, no treinamento da atenção sustentada e seletiva desses sujeitos. Além disso, o referido autor, também ressalta o aumento da capacidade de planejamento, considerando a importância da habilidade de organização e a antecipação de ações, reduzindo a impulsividade, ao passo que amplia a capacidade de ouvir e seguir instruções.

Escobar (2020) argumenta que ao integrar elementos da educação física, terapia ocupacional e psicologia, oferece uma abordagem multidisciplinar para as intervenções voltadas aos sujeitos com TDAH. Com a promoção do desenvolvimento da coordenação motora, do equilíbrio e da percepção espacial, a equoterapia contribui para a melhora da atenção e da concentração, habilidades cruciais para o processo de aprendizagem. Além disso, a interação com o animal e a participação em atividades em grupo favorecem o desenvolvimento de habilidades sociais, como a cooperação, a empatia e a autodisciplina, aspectos que são frequentemente comprometidos naqueles que apresentam o transtorno.

A Equoterapia não proporciona somente avanços cognitivos nas pessoas com TDAH, mas tem exercido um papel fundamental em relação ao seu desenvolvimento socioemocional, pois a interação com o cavalo e o ambiente terapêutico proporcionam um espaço seguro e estruturado para que essas pessoas explorem e desenvolvam habilidades sociais e emocionais de forma mais eficaz (Lima; Costa, 2019).

Para Lima e Costa (2019), as atividades equestres contribui para o aumento da autoestima e da autoconfiança, uma vez que ao superar desafios e alcançar metas, os participantes desenvolvem uma sensação de competência e realização. Destarte, a relação com o cavalo exige cuidado, respeito e empatia. Ao aprender a cuidar de um animal, as pessoas com TDAH desenvolvem habilidades de comunicação não verbal, empatia e compaixão.

Como a Equoterapia exige que o sujeito desenvolva o autocontrole e a capacidade de regular as próprias emoções, na prática, isso significa a aprendizagem em relação ao controle da impulsividade, bem como da expressão das emoções de forma mais regulada. Quanto às habilidades sociais, o trabalho em equipe, a cooperação e a comunicação são amplamente estimuladas na terapia. Não obstante, o contato com a natureza e a atividade física proporcionada pela equoterapia, auxiliam na redução do estresse, o que é comum em pessoas com TDAH (Adário, 2019).

Lima e Costa (2019) ressaltam ao proporcionar um ambiente estruturado e previsível, a Equoterapia contribui significativamente no desenvolvimento do autocontrole e organização em crianças e adolescentes com TDAH. Assim, o estabelecimento de uma relação de confiança com o equino, exige paciência, respeito aos limites e modulação do comportamento, ao passo que promove a internalização de regras e a aquisição de um senso de responsabilidade. Além disso, de acordo com os autores, a experiência da montaria, que requer atenção concentrada e coordenação motora, proporciona uma oportunidade única em relação ao desenvolvimento da consciência corporal e percepção temporal, habilidades frequentemente comprometidas em indivíduos com TDAH.

Por sua vez, a repetição de movimentos e a necessidade de adaptação ao ritmo do cavalo favorecem a organização espacial e temporal, contribuindo para a melhora da atenção e da concentração. Dessa forma, a equoterapia emerge como uma intervenção eficaz para o tratamento do TDAH, promovendo o desenvolvimento integral dos indivíduos com o transtorno (Escobar, 2020).

2 MATERIAL E MÉTODOS

A presente pesquisa visou responder quais os maiores benefícios em relação à Equoterapia quando se trata de pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH). Desse modo, quanto à sua natureza, a pesquisa foi básica e no que se refere à abordagem, qualitativa. De acordo com Cervo e Bervian (2014), a pesquisa básica busca expandir o conhecimento teórico sobre um determinado fenômeno, sem necessariamente ter um objetivo prático imediato, pois visa aprofundar a compreensão de conceitos, teorias e princípios, contribuindo para o avanço do conhecimento científico em uma determinada área.

Por sua vez, a pesquisa qualitativa se concentra na compreensão profunda de um fenômeno social ou humano, explorando as experiências, percepções e significados atribuídos em suas variáveis, as quais são descritas sem considerar a quantificação dos números (Cervo; Bervian, 2014).

Em relação aos objetivos, a pesquisa foi exploratória (Gil, 2016), pois pretendeu-se alcançar maior familiaridade com o tema abordado, qual seja, os benefícios da Equoterapia no âmbito do TDAH. O estudo foi de cunho bibliográfico, visto que buscou evidências científicas em pesquisas já realizadas, visando construir um referencial teórico capaz de responder ao problema e seus objetivos. Vale ressaltar que a pesquisa bibliográfica, de acordo com Prodanov e Freitas (2013, p. 33) é aquela que “[...] se baseia na coleta, análise e interpretação de informações já existentes sobre um determinado tema.” Ela envolve a busca sistemática em diversas fontes, como livros, artigos científicos, teses, dissertações e documentos oficiais, a fim de construir um conhecimento aprofundado sobre o assunto em questão.

O estudo se instituiu a partir da análise de material publicado em livros e artigos indexados em repositórios gratuitos como o Scielo e Lilacs, além do Google Acadêmico. No caso dos artigos, serão consideradas publicações mais recentes. Após a seleção dos referenciais, os textos foram analisados e compuseram o referencial teórico, bem como as discussões inseridas na pesquisa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A relação entre o homem e o cavalo, estabelecida desde as primeiras civilizações, evoluiu para além da mera utilidade, adquirindo um caráter terapêutico. Conforme destacado por Gonzales (2019), a percepção dos benefícios proporcionados pelo contato com equinos impulsionou o desenvolvimento da Equoterapia. A literatura científica, como os estudos de Uzun (2017), corrobora essa afirmação, evidenciando a capacidade da equitação em promover respostas terapêuticas significativas. A Equoterapia, portanto, não se limita a uma mera atividade recreativa, mas sim a uma abordagem terapêutica complexa, que envolve a interação entre o indivíduo, o cavalo e o terapeuta. No Brasil, sua expansão ocorreu a partir da década de 1980, consolidando essa prática como uma atividade com resultados comprovados em diversas áreas da saúde.

A Equoterapia, termo consolidado pela ANDE-BRASIL (2004), consiste em uma intervenção terapêutica e educacional que tem no cavalo a ferramenta principal para promover o desenvolvimento integral de pessoas com deficiência ou necessidades especiais. Essa prática, reconhecida legalmente no Brasil desde 1995 pelo Conselho Federal de Medicina e regulamentada pela Lei 13.830/2019, objetiva favorecer o desenvolvimento biopsicossocial desses indivíduos. A inclusão da Equoterapia no rol de terapias complementares do SUS e a obrigatoriedade de sua cobertura pelos planos de saúde demonstram a relevância e o reconhecimento social dessa prática no Brasil.

Gomes *et al.* (2021) argumenta que o movimento tridimensional do cavalo ao passo atua como um poderoso estímulo para o sistema nervoso central do praticante. Essa estimulação, combinada com a interação com o animal, promove uma série de benefícios terapêuticos, como o aumento da força muscular, a melhora do equilíbrio e da coordenação motora, além de favorecer o desenvolvimento cognitivo e social. A Equoterapia, ao utilizar o passo como recurso terapêutico, aproveita a natureza biomecânica do movimento equino para promover a saúde e o bem-estar dos praticantes.

A literatura destacada por Teixeira (2017) e Severo (2018), demonstra que a Equoterapia atua de forma integrada, beneficiando não apenas o sistema musculoesquelético, mas também o sistema cardiovascular e respiratório, além de promover o desenvolvimento cognitivo e social dos praticantes.

A Equoterapia, segundo Gomes *et al.* (2021), apresenta um amplo espectro de aplicações, abrangendo diversas áreas da saúde. As intervenções equoterápicas são indicadas para o tratamento de uma variedade de condições, desde doenças ortopédicas e neurológicas até distúrbios comportamentais e de aprendizagem. A ANDE-BRASIL (2004) destaca a sua importância no tratamento de condições como Síndrome de Down, Síndrome de West, Síndrome de Rett, paralisia cerebral, acidente vascular cerebral e transtorno do espectro autista. No entanto, é fundamental ressaltar que a Equoterapia deve ser indicada e acompanhada por um profissional de saúde, visto que existem contraindicações para algumas condições, como processos inflamatórios, infecciosos e em casos de escoliose severa.

Segundo os estudos de Bezerra (2016), assim como ocorre nas demais terapias, a eficácia da Equoterapia depende da abordagem, a qual deve ser multidisciplinar e personalizada. Isso significa a construção de um processo de avaliação, o qual é considerado essencial para que os objetivos terapêuticos sejam definidos. Através de uma avaliação minuciosa, que inclui diagnóstico, avaliação formativa e somativa, a equipe multidisciplinar é capaz de identificar os pontos fortes e fracos de cada indivíduo, personalizando assim o tratamento. Essa abordagem, segundo o referido autor, garante que a terapia seja aplicada de forma segura e eficaz, maximizando os benefícios para cada praticante.

Quanto ao Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) o DSM-5-TR (2022) o conceitua como sendo um complexo transtorno do neurodesenvolvimento, caracterizado por desatenção, hiperatividade e impulsividade, com início na infância e potencial persistência na vida adulta. A prevalência global do TDAH, embora variável, é estimada entre 5% e 7% da população infantil e adolescente, com maior incidência em meninos. Essa disparidade de gênero, observada em diversos estudos, pode ser atribuída a fatores biológicos, sociais e culturais, além de diferenças nas manifestações clínicas do transtorno entre os sexos.

Destaca-se que o DSM – 5TR, em sua edição de 2022, inseriu algumas modificações em relação ao diagnóstico do Transtorno, tanto no que se refere aos seus subtipos, quanto no critério da idade, inserção do critério da gravidade e da detecção em adultos (APA, 2022).

Demontis (2019) alega que a heterogeneidade metodológica e os vieses de seleção presentes em muitos estudos dificultam a obtenção de estimativas precisas sobre a prevalência do TDAH, ressaltando a necessidade de pesquisas mais robustas e padronizadas para compreender melhor a epidemiologia desse transtorno.

O TDAH é caracterizado por um conjunto heterogêneo de sintomas, incluindo desatenção, hiperatividade e impulsividade, que se manifestam de forma persistente e

interferem significativamente no funcionamento do indivíduo, como destacam Sousa *et al.* (2020) e Posner *et al.* (2020).

Para Sousa *et al.* (2020), indivíduos com TDAH enfrentam uma série de desafios no dia a dia, decorrentes dos sintomas do transtorno e a dificuldade de manter a atenção, a impulsividade e a hiperatividade podem comprometer o desempenho em diversas áreas da vida. Na escola, por exemplo, crianças podem ter dificuldades para acompanhar as aulas, realizar tarefas e se relacionar com os colegas. Nas atividades laborais, os adultos com o transtorno podem enfrentar problemas com a organização, a procrastinação e a gestão do tempo. Do mesmo modo, nas relações pessoais, a impulsividade e a dificuldade de controlar as emoções podem gerar conflitos e dificuldades para manter amizades. Além disso, pessoas com TDAH podem apresentar maior vulnerabilidade a problemas como ansiedade, depressão e baixa autoestima, em decorrência das dificuldades enfrentadas no dia a dia, o que exige o suporte terapêutico adequado para a regulação do comportamento e das relações.

Sousa *et al.* (2020) reforça que a complexidade desse transtorno e a falta de conhecimento da população em geral contribuem para a perpetuação de mitos e preconceitos, prejudicando o diagnóstico e o tratamento adequados. É fundamental desmistificar o TDAH, esclarecendo que ele não é um problema de comportamento, mas sim um transtorno neurobiológico que exige uma abordagem multidisciplinar.

Em seus argumentos, Rezende e Moraes (2023) destacam que a Equoterapia se mostra como uma ferramenta terapêutica promissora no tratamento das dificuldades motoras e sensoriais frequentemente associadas ao TDAH. Ao proporcionar uma experiência sensorial rica e complexa, a interação com o cavalo estimula o sistema vestibular, proprioceptivo e tátil, promovendo a integração sensorial e o desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais.

Conforme Silva (2019), o movimento tridimensional do equino desencadeia uma série de adaptações neuroplásticas, resultando em ganhos significativos no âmbito neuromotor, visto que a ativação multissensorial e a exigência de controle postural e coordenação motora favorecem o desenvolvimento do equilíbrio, da organização espacial e temporal, e o refinamento das habilidades motoras finas e grossas.

Silva (2019) também reforça que a natureza complexa da equoterapia permite uma abordagem terapêutica integral, que abrange os aspectos físicos, cognitivos, emocionais e sociais do indivíduo, tornando-a uma intervenção valiosa para o tratamento do TDAH e outras condições. A Equoterapia, ao promover a integração sensorial, a modulação do tônus muscular e o desenvolvimento de funções executivas, como planejamento, atenção e tomada de decisão,

contribui significativamente para o desenvolvimento global dos sujeitos com o transtorno, impactando positivamente sua participação em atividades escolares e sociais.

Silva (2019) e Escobar (2020) evidenciam que a Equoterapia, ao desafiar os limites e promover a superação de obstáculos, emerge como uma ferramenta terapêutica poderosa para crianças e adolescentes com TDAH. A relação com o equino, marcada pela construção de um vínculo afetivo e pela necessidade de adaptação a um ambiente dinâmico, proporciona um campo fértil para o desenvolvimento da autoestima, da autoconfiança e da resiliência.

Conforme destacado por Silva (2019) e Escobar (2020), a Equoterapia contribui significativamente para a redução de comportamentos hiperativos, o aumento da atenção e da concentração, e a melhora das habilidades sociais. A experiência de sucesso vivenciada na relação com o cavalo fortalece a motivação para a aprendizagem, promove o bem-estar emocional e contribui para a construção de uma imagem positiva de si mesmo.

Não obstante, concordamos com Silva (2019), ao afirmar que a superação dos desafios e o desenvolvimento de novas habilidades, fazem com que os participantes da equoterapia vivenciem um senso de conquista e empoderamento que se estende para outras áreas de suas vidas, impactando positivamente suas relações interpessoais e seu desempenho escolar. A Equoterapia, portanto, vai além de uma simples atividade recreativa, representando uma poderosa ferramenta terapêutica para o desenvolvimento integral de indivíduos com TDAH.

Para Uzun (2017), a relação especial estabelecida com o equino, aliada à natureza lúdica da atividade, favorece a internalização de limites, o aumento da atenção e da motivação, a redução de comportamentos disruptivos e a melhora da autoestima. O autor destaca que a necessidade de concentração, planejamento e adaptação às demandas da montaria estimula o desenvolvimento de habilidades cognitivas essenciais para o sucesso acadêmico e social. A Equoterapia, portanto, emerge como uma ferramenta terapêutica promissora, capaz de promover o bem-estar e a inclusão social de indivíduos com TDAH, impactando positivamente suas vidas em diversos âmbitos.

Adário (2019) e Escobar (2020) demonstram que a Equoterapia se destaca como uma ferramenta terapêutica eficaz para o tratamento do TDAH ao promover um desenvolvimento integral. Ao exigir autocontrole, regulação emocional e adaptação a um ambiente dinâmico, a prática da equitação estimula a internalização de limites, a consciência corporal e a evolução da atenção e concentração, habilidades imprescindíveis para indivíduos com o transtorno.

Lima e Costa (2019) e Escobar (2020) defendem que a relação com o equino proporciona um ambiente estruturado e previsível, favorecendo o desenvolvimento de habilidades sociais como cooperação, empatia e respeito, além de contribuir para a redução do

estresse e a promoção do bem-estar emocional. Não obstante, conforme os autores, a repetição de movimentos, a necessidade de adaptação ao ritmo do cavalo e a exigência de atenção concentrada contribuem para a organização espacial e temporal, habilidades frequentemente comprometidas em indivíduos com TDAH.

Considerando as hipóteses relacionadas ao presente estudo, a literatura evidencia que a Equoterapia não apenas estimula, como aprimora os sentidos do tato, visão, audição e olfato, além de promover a consciência corporal. Ao interagir com o cavalo e o ambiente da equoterapia, o indivíduo é exposto a uma variedade de estímulos sensoriais que podem auxiliar no desenvolvimento dessas habilidades. Do mesmo modo, comprova-se que ela favorece o desenvolvimento cognitivo, visto que a estimulação sensorial se encontra diretamente ligada ao desenvolvimento cognitivo. Ao processar as informações recebidas pelos sentidos, o cérebro se torna mais ativo e eficiente, o que pode contribuir para a melhoria da memória, da atenção e da capacidade de resolução de problemas (Adário, 2019; Lima e Costa, 2019; Escobar, 2020).

A hipótese sobre a regulação do comportamento e desenvolvimento da atenção também se comprova, uma vez que restou comprovado que a equoterapia pode ajudar pessoas com TDAH a aceitar limites e regras. Isso significa que a interação com o cavalo exige disciplina, respeito e obediência a comandos, o que pode auxiliar no desenvolvimento do autocontrole e da capacidade de seguir instruções. Além disso, a prática regular da equoterapia pode contribuir para o desenvolvimento da autorregulação, a qual é frequentemente deficitária em pessoas com o transtorno (Uzun, 2017; Silva, 2019).

A equoterapia promove a adaptação social e a construção de vínculos psicossociais e essa hipótese se confirmou a partir da consideração de que a interação com o cavalo e com outros participantes da terapia em um ambiente colaborativo pode ajudar a desenvolver habilidades sociais importantes, como a cooperação, a empatia e a comunicação. Destaca-se que a relação estabelecida pode ser profundamente significativa e contribuir para o desenvolvimento de vínculos psicossociais saudáveis (Sousa *et al.*, 2020; Posner *et al.*, 2020).

4 CONCLUSÃO

Considerando os resultados obtidos nesta pesquisa, podemos concluir que a Equoterapia se apresenta como uma intervenção terapêutica promissora para o tratamento do TDAH. Os dados coletados evidenciam que ela promove uma série de benefícios para indivíduos com esse transtorno, impactando positivamente diversos aspectos de suas vidas.

A Equoterapia demonstrou ser eficaz na promoção do desenvolvimento neuropsicológico de crianças e adolescentes com TDAH. As atividades equestres exigem um alto nível de concentração, coordenação motora e planejamento, habilidades que são frequentemente deficitárias em indivíduos com esse transtorno. Assim, entendemos que ao realizar as atividades equestres, os participantes podem apresentar melhorias significativas na atenção, na memória e na capacidade de seguir instruções, o que contribui para um melhor desempenho escolar e em outras áreas da vida.

Além dos benefícios cognitivos, a equoterapia também promove o desenvolvimento socioemocional de indivíduos com TDAH e a interação com o cavalo e com outros participantes da terapia favorece o desenvolvimento de habilidades sociais como empatia, cooperação e respeito. A prática da equitação também contribui para o aumento da autoestima e da autoconfiança, aspectos que são frequentemente comprometidos em pessoas com esse transtorno.

Por fim, os resultados desta pesquisa corroboram a literatura existente sobre os benefícios da equoterapia para o tratamento do TDAH. A equoterapia se apresenta como uma atividade terapêutica lúdica e eficaz, capaz de promover o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes com esse transtorno. No entanto, são necessárias mais pesquisas para aprofundar o conhecimento sobre os mecanismos de ação da equoterapia e para avaliar seus efeitos a longo prazo.

REFERÊNCIAS

- ALVES, E. M. R.; CUNHA, A. B.; GARBELLINI, O. *Prática em equoterapia: uma abordagem fisioterápica*. São Paulo: Atheneu, 2019.
- APA. American Psychiatric Association. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5-TR: Texto Revisado*. São Paulo: Artmed, 2022.
- ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE EQUOTERAPIA (ANDE-BRASIL). *Equoterapia*. São Paulo: ANDE-BRASIL, 2004.
- BEZERRA, M. *Equoterapia: Tratamento terapêutico na reabilitação de pessoas com necessidades especiais*. Fortaleza: Premium Editora, 2016.
- BRASIL. Presidência da República. Secretaria Geral. Subsecretaria para assuntos jurídicos. *Lei nº 13.830, de 13 de maio de 2019*. Dispõe sobre a prática da equoterapia, 2019. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/lei/L13830.htm. Acesso em: 05 set. 2024.
- CAOBIANCO, J. D. R. *et al.* Efeitos da equoterapia na qualidade de vida de adolescente com TDAH. *Multitemas*, 24(57), 195–216, 2019.
- CERVO, A.L.; BERVIAN, P.A. *Metodologia Científica*. São Paulo: Prentice Hall, 2014.
- DEMONTIS, D. *et al.* Discovery of the first genome-wide significant risk loci for attention deficit/hyperactivity disorder. *Nature Genetics*, 51(1): 63-75, 2019.
- ESCOBAR, C.S. *As influências da equitação terapêutica no desenvolvimento de crianças e adolescentes com Transtorno De Déficit De Atenção/Hiperatividade*. Campo Grande: UCDB, 2020.
- GOMES, A.R.F. *et al.* A equoterapia: o que é, como é realizada e seus benefícios. *Boletim Técnico IFTM*, ano 7, p.43-48, Jan./Dez., 2021.
- GONZALES, I. M. S. *O ambiente facilitador da equoterapia*. São Paulo: Atheneu, 2019.
- LIMA, A. F.; COSTA, G. P. A prática terapêutica psicológica para crianças portadoras de TDAH e suas adaptações para equoterapia. In: *CONGRESSO IBERO-AMERICANO DE EQUOTERAPIA*. Brasília: Ande-Brasil, 2019.
- MARTINEZ, S.L. *Fisioterapia na Equoterapia*. Análise de seus efeitos sobre o portador de necessidades especiais. São Paulo: Ideias & Letras, 2017.
- OMS. Organização Mundial da Saúde. *Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade*. OMS, 2016.
- POSNER, J. *et al.* Attention- deficit hyperactivity disorder. *Lancet*, 395 (10222): 450-462, 2020.
- REZENDE, A.; MORAES, A.G. *Avaliação de resultados na equoterapia Volume 1*. São Paulo: Editora CRV, 2023.
- SEVERO, J. T. *Equoterapia: Equitação, Saúde E Educação*. São Paulo: Editora SENAC, 2018.

SILVA, P.H.S. *O emprego da equoterapia no tratamento do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH)*. 2019. 30 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura) - Instituto Federal Goiano – Campus Ceres, Ceres, 2019.

SOUSA, A.F. et al. Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade. *Tratado de Saúde Mental da Infância e Adolescência da IACAPAP*. Edição 2020.

TEIXEIRA, S. *Equoterapia - motivo da utilização do cavalo e seus benefícios*. CPT CURSOS, 2017.

UZUN, A. L. *Equoterapia: aplicação em distúrbios do equilíbrio*. São Paulo: Ed. Vetor, 2017.