



## EFICIÊNCIA DA EQUOTERAPIA NO GANHO DE EQUILÍBRIO DE IDOSOS

**Edson. R. JUNIOR<sup>1</sup>; Samanta. A. MEIRELES<sup>2</sup>; João Pedro. O. COSTA<sup>3</sup>; Guilherme. H. BORGES<sup>4</sup>; Leticia. A. LUCAS<sup>5</sup>; Daiane. M. SILVA<sup>6</sup>**

### RESUMO

As quedas são comuns durante a velhice, e podem desencadear graves problemas para a saúde da pessoa idosa, a perda gradativa do equilíbrio é um dos principais fatores para que esses acidentes domésticos aconteçam, conduzindo para uma atribulação da vida. O objetivo desta pesquisa científica foi analisar a eficiência da equoterapia no ganho de equilíbrio de idosos, através da escala de equilíbrio de Berg (EEB), visando promover ganhos físicos proporcionando um aperfeiçoamento no equilíbrio, dessa forma oferecendo melhorias na qualidade de vida os tornando mais independentes no seu dia a dia. Esta pesquisa está amparada na constatação de que a equoterapia é um método terapêutico que busca o desenvolvimento biopsicossocial de pessoas, promovendo ganhos físicos e psíquicos por exigir participação do corpo inteiro do praticante, contribuindo para o fortalecimento muscular, coordenação motora e equilíbrio. Conclui-se que a intervenção por meio da equoterapia não favorece o ganho de equilíbrio em idosos.

**Palavras-chave:** Cavalos; Qualidade de vida; Reabilitação.

### 1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento compromete várias áreas na saúde, sendo uma delas o equilíbrio. Esses distúrbios do equilíbrio corporal podem estar relacionados a diversos fatores, como alterações no sistema vestibular (responsável pelo equilíbrio), alterações visuais, redução da força muscular, diminuição da propriocepção (sensação de posição e movimento do corpo) e problemas no sistema nervoso central.

A equoterapia é um exemplo de terapias que promovem estímulos sensoriais intensos através do contato com o cavalo, como o movimento tridimensional do animal, o que estimula a musculatura e os sistemas vestibular e proprioceptivo. Esses estímulos contribuem para o desenvolvimento e aprimoramento do equilíbrio, além de influenciarem positivamente a postura e a coordenação motora.

A avaliação do equilíbrio pode ser mensurada através da Escala de Equilíbrio de Berg que compreende a avaliação de 14 tarefas associadas ao dia-a-dia que envolvem o equilíbrio estático e dinâmico, assim como, girar, alcançar, permanecer em pé, levantar-se e transferir-se.

Sendo assim, objetivou-se com esta pesquisa avaliar através da Escala de Equilíbrio de Berg, a influência da equoterapia no equilíbrio de idosos.

<sup>1</sup>Bolsista PIBIC/CNPq, IFSULDEMINAS – *Campus* Machado. E-mail: edson.ribeiro@alunos.ifsuldeminas.edu.br.

<sup>2</sup>Colaborador, IFSULDEMINAS – *Campus* Machado. E-mail: samanta.meireles@alunos.ifsuldeminas.edu.br.

<sup>3</sup>Colaborador, IFSULDEMINAS – *Campus* Machado. E-mail: joaopedrogallodelmon@gmail.com.

<sup>4</sup>Colaborador, ZOOTECNISTA. E-mail: guilhermehzoo96@gmail.com.

<sup>5</sup>Colaborador, FISIOTERAPEUTA. E-mail: leticiaalves\_lucas@yahoo.com.br.

<sup>6</sup>Orientador, IFSULDEMINAS – *Campus* Machado. E-mail: daiane.moreira@ifsuldeminas.edu.br

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa foi realizada no Elo – Centro de equoterapia localizado no setor de equinocultura do IFSULDEMINAS – Campus Machado. A pesquisa teve parecer e aprovação pela comissão de ética no uso de animais CEUA protocolo número 006-2019, iniciou-se no dia 25/01/2023 com as avaliações físicas e psicológicas dos idosos e foi finalizado dia 30/06/2023.

Foram utilizados quatro cavalos castrados sem raça definida e com idade entre dez e 20 anos. Todos os animais eram de estatura mediana, dóceis, calmos e saudáveis, com um bom escore de condição corporal, com andamento harmonioso e são treinados periodicamente para atuar na equoterapia. Foram utilizados encilhamentos específicos para equoterapia como selas australianas, manta com cilhão, manta adaptada, além de outros equipamentos comumente usados na terapia para exercícios físicos e psíquicos, como espaguete de piscina/praias, cubo de atividades motoras e pedagógicas, bambolês e uma cesta de basquete.

A equipe do Elo é composta majoritariamente por alunos do técnico em agropecuária, sendo quatro alunos dessa área e quatro do curso superior de zootecnia que ocupam os cargos de auxiliares laterais e guia do cavalo por se tratar de um centro de equoterapia também compõem a equipe um fisioterapeuta, uma psicóloga e uma equitadora profissional.

Sete praticantes idosos, com idade entre 59 anos e 80 anos, residentes do lar São Vicente de Paulo, da cidade de Machado, MG, foi necessário que os praticantes tivessem uma indicação médica, para a prática da terapia e assinar uma autorização para a publicação de dados e imagens, os praticantes foram avaliados pela equipe equoterapêutica, sendo eles uma avaliação fisioterápica, ministrada pelo fisioterapeuta do centro de equoterapia e uma avaliação psicológica ministrada pela própria psicóloga do asilo.

Para se avaliar e quantificar o equilíbrio dinâmico e estático dos idosos para a pesquisa, foi utilizado a Escala de Equilíbrio de Berg, que exige que os idosos realizem 14 testes físicos, os testes replicam movimentos comuns realizados no dia-a-dia, a escala foi aplicada antes de se iniciar as sessões e realizada novamente no final das dez sessões estipuladas. As tarefas são avaliadas por meio de observação do desempenho do idoso, com uma escala de zero a quatro pontos, sendo que zero é quando o avaliado necessita de ajuda moderada ou máxima para realizar a tarefa, e quatro quando ele é capaz de realizar a tarefa sozinho e no tempo estipulado, a pontuação máxima é de 56 pontos.

Os testes aplicados foram: atividade 1 posição sentada para a posição em pé, atividade 2 permanecer em pé sem apoio, atividade 3 permanecer sentado sem apoio nas costas, mas com os pés apoiados no chão ou num banquinho, atividade 4 posição em pé para posição sentada, atividade 5 transferência, atividade 6 permanecer em pé sem apoio com os olhos fechados, atividade 7 permanecer em pé sem apoio com os pés juntos, atividade 8 alcançar a frente com os braços

estendidos permanecendo em pé, atividade 9 pegar um objeto do chão a partir de uma posição em pé, atividade 10 virar-se e olhar para trás por cima dos ombros direito e esquerdo enquanto permanece em pé, atividade 11 girar 360° graus, atividade 12 posicionar os pés alternadamente no degrau ou banquinho enquanto permanece em pé sem apoio, atividade 13 permanecer em pé sem apoio com um pé a frente, atividade 14 permanecer em pé sobre uma perna.

Todas as sessões de equoterapia ocorreram as sextas-feiras no período da tarde, sendo possível atender sete pessoas de forma totalmente gratuita. Cada praticante realizava uma sessão de equoterapia de 30 minutos, com um cavalo específico que foi analisado e designado para ser o mais compatível possível com o praticante, ele era acompanhado de três auxiliares, sendo dois laterais para dar apoio e suporte quando necessário e um guia que é quem conduzia o cavalo pelo trajeto.

Ao final de cada sessão a equipe preenchia um relatório diário individual, o qual foi utilizado para embasar o planejamento das sessões seguintes, com dados concretos sobre a evolução dos praticantes e o critério para as altas.

A análise estatística dos dados coletados foi realizada no programa Sisvar 5.6. Os mesmos foram submetidos a análise de variância utilizando o teste F e as medidas foram comparadas pelo teste de T a 5% de probabilidade.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo os resultados obtidos conforme mostrado na Tabela 1, a equoterapia não influenciou ( $P \geq 0,05$ ) o equilíbrio de idosos, embora Toigo (2008) mencionou que a equoterapia parece ser um recurso terapêutico eficaz na melhora do equilíbrio de indivíduos da terceira idade.

Tabela 1. Escala de Equilíbrio de Berg antes e depois de dez sessões de equoterapia

Atividade	Antes Equoterapia	Depois Equoterapia	CV (%)	Valor de P
1	3,9	2,9	41,9	0,20
2	3,4	4,0	28,8	0,34
3	4,0	4,0	0,0	0,05
4	3,0	3,6	44,6	0,48
5	3,4	3,4	39,0	1,00
6	3,6	3,7	26,4	0,79
7	3,4	3,3	44,8	0,86
8	2,7	2,6	39,6	0,80
9	3,3	3,9	30,5	0,35
10	3,4	3,6	38,2	0,84
11	3,4	2,9	49,1	0,50
12	2,7	2,9	62,4	0,88
13	2,3	3,0	48,2	0,31
14	1,1	1,9	97,6	0,38
Total	42,7	46,4	33,2	0,65

\*Médias seguidas de valores de  $P \geq 0,05$  não diferem estatisticamente pelo teste de T ao nível de 5% de probabilidade.

De acordo com os resultados obtidos dez sessões de equoterapia não influenciaram no equilíbrio de idosos, porém Araújo (2011) mencionou que 16 sessões de equoterapia são suficientes como preditor de menor risco de quedas em idosos.

Analisando os resultados, se percebe que não houve diferença significativa entre os grupos, porém a equipe e os funcionários do asilo observaram e relataram pequenas melhoras no dia-a-dia dos idosos, como uma melhora em se levantar e andar, e estar mais disposto, participativo e comunicativo, que foram áreas que não foram abordadas na pesquisa.

#### **4. CONCLUSÃO**

Conclui-se que a intervenção por meio da equoterapia utilizando de 10 sessões de 30 minutos por praticante, não influenciou no ganho de equilíbrio dos idosos, tornando necessários novas pesquisas na área.

#### **REFERÊNCIAS**

TOIGO, T.; LEAL JÚNIOR, E.C.P.; ÁVILA, S.N. O uso da equoterapia como recurso terapêutico para melhora do equilíbrio estático em indivíduos da terceira idade. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.11, p.391-403, 2008.

ARAUJO, T.B.; SILVA, N.A.; COSTA, J.N.; PEREIRA, M.; SAFONS, M.P. Efeito da equoterapia no equilíbrio postural de idosos. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v.15, p.414-419, 2011.