

O CAVALO TERAPEUTA: MAPEANDO AS CARACTERÍSTICAS A SEREM MELHORADAS DE QUATRO CONCLUINTES DO CURSO DE ZOOTECNIA

Lívia Vieira Costa Nicolau¹, Amanda Heloisa Dicilio de Alcântara², Camila Giunco³, Laura Alves Brandi⁴, Mayra Oliveira Medeiros⁵, Tamires Romão Nunes⁶, Cristiane Gonçalves Titto⁷, Roberta Ariboni Brandi⁸

- 1 - FZEA - USP
- 2 - FZEA - USP
- 3 - FZEA - USP
- 4 - FZEA - USP
- 5 - FZEA - USP
- 6 - FZEA - USP
- 7 - FZEA - USP
- 8 - FZEA - USP

RESUMO - O objetivo do presente trabalho foi mapear problemas vinculados a inteligência emocional tendo o cavalo como terapeuta. Foram utilizados 12 potros. No primeiro encontro, os participantes escolheram o animal que mais chamava sua atenção e em seguida ficaram livres para interagir com os potros. Durante este período, os participantes foram observados pela equipe do projeto e questionados sobre suas sensações do momento. Ao final deste encontro foram elencadas as principais dificuldades de cada um dos participantes e as possíveis ações para superá-las. As principais características observadas foram hiperatividade, ansiedade, déficit de autoestima e controle. O cavalo tem a capacidade de refletir as emoções das pessoas, indicando alguns comportamentos que podem ser trabalhados e melhorados. Os males desta geração estão na baixa autoestima e autocontrole que levam a constante frustração e ansiedade. A busca incessante por novos objetivos não valoriza as conquistas obtidas.

Palavras-chave: terapia, equinos, personalidade, frequência cardíaca

THE THERAPEUTIC HORSE: MAPPING THE CHARACTERISTICS TO BE BETTERED OF FOUR GRADUATES OF ANIMAL SCIENCE

ABSTRACT - The aim of the present study was to map problems related to emotional intelligence having the horse as a therapist. Twelve foals were used. At the first meeting, the participants chose the animal that attracted their attention and then were free to interact with the foals. During this period, participants were observed by the project team and questioned about their current feelings. At the end of this meeting the main difficulties of each of the participants and possible actions to overcome them were listed. The main characteristics observed were hyperactivity, anxiety, self-esteem and control deficit. The horse has the ability to reflect the emotions of the person, indicating some behaviors that can be worked and improved. The

troubles of this generation are low self-esteem and self-control that lead to constant frustration and anxiety. The incessant search for new goals does not value the achievements.

Keywords: equines, heart rate, therapy, personality

Introdução

O cavalo é um dos poucos animais que marcaram presença desde sempre nas conquistas do homem e tem contribuído na evolução do mundo. Na presença do cavalo é possível observar manifestações ligadas às questões psicológicas da personalidade, motivação, comunicação interpessoal e frustração. O cavalo é fonte de estímulos múltiplos, com destaque as áreas de autoestima e autorealização. A busca pela confiança e conquista, do respeito dos outros e o reconhecimento das capacidades pessoais, como do reconhecimento dos outros, motivam as pessoas. Atua também na relação com o homem em que ele necessita aceitar fatos, trabalhar frustrações, ser criativo na solução de problemas e na superação de limites propícios num trabalho sem preconceitos. Todos estes benefícios se aplicam na vida cotidiana dos profissionais da área da Zootecnia. O objetivo do presente trabalho foi mapear problemas vinculados a inteligência emocional tendo o cavalo como terapeuta.

Revisão Bibliográfica

Para desenvolver algumas habilidades do corpo humano, recomenda-se a prática de esportes, que por sua vez traz benefícios relacionados à força, atividade, destreza, agilidade, vigor, assim como qualidades morais. A Equitação, esporte equestre, trabalha todas essas habilidades e qualidades de forma harmoniosa e completa (LICART, 1988). O cavalo, por ser um animal sem fronteiras, é o principal terapeuta. No mundo inteiro, este proporciona benefícios ao ser humano, sem distinção de cor, idade ou problema. Não há preconceito, mas existem limites que o próprio animal estabelece e, então, passa a ser também um educador (PIRES, 1999). RODRIGUES (2004) observou que o contato com o cavalo traz benefícios. Ao se aproximar do cavalo, o homem busca a aceitação deste em forma de carinhos e abraços, demonstrando aceitação de ambas as partes, o que, posteriormente, proporciona maior interação para a realização das atividades. SILVEIRA e FRAZÃO (1998) sugere que o convívio com cavalos traz benefícios relacionados à socialização, concentração, processamento de pensamentos e sentimentos, habilidade de articular e controlar emoções, desenvolvimento da confiança, reforço de comportamentos adequados, e no contato com o animal. A prática com cavalos, dentro de um contexto da Psicologia, tem como principais objetivos o trabalho de estimulação da autoestima positiva, que por sua vez proporciona momentos de satisfação, descontração e realização (CUDO, 2002). E assim afirma a psicóloga Opa (2000 apud CUDO, 2002, p. 92): “[...] através da experiência viva e vivida com o cavalo, a pessoa pode criar para si vários novos motivos para começar, continuar, modificar, aumentar ou permanecer na sua trajetória única e intransferível da arte de viver [...]”

Materiais e Métodos

O trabalho foi realizado no setor de Equideocultura da prefeitura do campus USP Fernando Costa. Foram utilizados 12 potros (machos e fêmeas) com aproximadamente um ano de idade, previamente manejados e já submetidos à doma de baixo. O projeto foi oferecido para os 35 formandos em Zootecnia do ano de 2016. No primeiro encontro, os participantes foram apresentados aos potros e lhes foi solicitado a escolha do animal que mais chamava sua atenção, com o objetivo de verificar a personalidade do participante. Em seguida os participantes ficaram livres para interagir com os potros. A primeira atividade proposta foi a entrada do participante no cocho da lanchonete para aumentar o contato com o cavalo. Em seguida o participante desceu do cocho e permaneceu com o cavalo dentro do box (com dimensões de 90 cm por 2,0 metros). Após esta aproximação, foi proposta a condução dos animais pela guia dos cabrestos e em seguida a realização do manejo de higienização dos animais (escovação e limpeza dos cascos). Durante este período, os participantes foram observados pela equipe do projeto, composta pela professora da área de Equideocultura, uma Zootecnista também em conclusão de curso e a aluna responsável pelo projeto. No decorrer da atividade o participante foi questionado sobre suas sensações do momento. Ao final deste encontro foram elencadas as principais dificuldades de cada um dos participantes e as possíveis ações para superá-las.

Resultados e Discussão

Dos 35 alunos da disciplina de Equideocultura, quatro se interessaram pelo projeto, o que mostra pouco interesse das pessoas em aumentar o seu autoconhecimento e vencer pontos falhos. Como atividade inicial, os participantes escolheram um animal da tropa de potros. A escolha dos cavalos correspondeu à característica complementar que os participantes estavam buscando. Um dos participantes demonstrou hiperatividade e déficit de atenção e o animal escolhido foi uma potra com semblante tranquila, pouco reativa e acolhedora. O participante justificou a escolha devido à pró-atividade da égua e a menor necessidade de tomada de decisão por parte dele. Após curto período de contato os potros, já se apresentava habituado a situação e relaxado, apresentando atitudes sem medir as conseqüências. A outra participante demonstrou insegurança e cobrança excessiva de resultados e escolheu um animal calmo, muito pouco reativo e com semblante indiferente às ações do meio, exatamente como ela gostaria de se sentir frente aos obstáculos. Foi se sentir mais segura e confiante após o contato com o terceiro animal, o qual lhe transmitiu calma e segurança. É interessante ressaltar que a participante atribuiu sua conquista ao cavalo, quando na verdade, dominou a situação e conseguiu realizar as atividades. O comportamento apresentado demonstrou baixa autoestima e necessidade de domínio de todas as situações para seu conforto. A terceira participante fez uma escolha diferente dos demais e optou por uma potra que a desafiasse, demonstrando constante vontade de melhorar, mesmo se sentindo insegura e ansiosa. A participante justificou todos os atos que julgou errados com experiências negativas anteriores. Ao primeiro sinal de conquista, deu-se por satisfeita pelo ganho obtido. A participante preferiu o animal que permaneceu mais alerta e reativo, respondendo mais rápido às suas solicitações, o que demonstra o imediatismo das respostas previamente pensadas e a satisfação com o ganho em curto espaço de tempo. Ao analisar-se a frequência cardíaca das duas participantes, observou-se que a participante com maior insegurança e cobrança de resultados, apresentou a maior frequência cardíaca inicial (110 bpm) e se manteve assim por toda a atividade, devido à cobrança incessante de resultados. Em contrapartida, a aluna que buscou desafios, iniciou a atividade com 110 bpm e em poucos minutos atingiu 78 bpm. Segundo ROQUE (2009), há ação do sistema nervoso simpático que aumenta a frequência cardíaca em decorrência de possível estresse. Ao final da atividade foram elencadas as características a serem trabalhadas, dentre as quais destacaram-se: autoestima, autocontrole, ansiedade, valorização das conquistas, compreensão das atitudes e suas conseqüências. Foi interessante ressaltar que as características elencadas durante esta atividade já haviam sido identificadas por profissionais como psicólogos e psiquiatras.

Conclusões

Os cavalos têm a capacidade de refletir as emoções das pessoas, indicando alguns comportamentos que podem ser trabalhados e melhorados. Os males desta geração estão na baixa autoestima e autocontrole que levam a constante frustração e ansiedade. A busca incessante por novos objetivos não valoriza as conquistas obtidas.

Referências

UDO, C. A importância da motivação para a vida e como meio facilitador para resgatar a auto-estima. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE EQUOTERAPIA, 2., 2002, Jaguariúna. Anais... Brasília, DF: Ande-Brasil, 2002. p. 11-15. LICART, C. A arte da Equitação: como aprender e ensinar a montar. Tradução de Roberto Mondino. Campinas: Papirus, 1988. PIRES, J. G. O cavalo e o prazer. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE EQUOTERAPIA, 1., 1999, Brasília, DF. Anais... Brasília, DF: Ande-Brasil, 1999. p. 219-220. RODRIGUES, C. S. Análise do controle em crianças com paralisia cerebral: equoterapia versus fisioterapia. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE EQUOTERAPIA, 3., 2004, Salvador, BA. Anais... Brasília: Ande-Brasil, 2004. p. 105-114. ROQUE, J. M. A. Variabilidade da frequência cardíaca. Trabalho de Conclusão de Curso Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (FCDEF), Universidade de Coimbra, 2009. SILVEIRA, C. A.; FRAZÃO, T. D. D. Equitação terapêutica: uma nova forma de tratamento. Saúde Animal, 1998. Disponível em: <<http://www.saudeanimal.com.br/artig111.htm>>. Acesso em: 29 dez. 2010.

