



A.P.E.C.I.

Equitação com Fins Terapêuticos

“O Homem sente-se unido, familiarizado com as forças da Natureza; a sua própria melodia natural é invocada e está afinada com a harmonia da Natureza; ele cessa de ser um paciente – passivo e inerte – e é transformado num agente – activo e livre”.

(Oliver Sacks)

O que é...

A Equitação com Fins Terapêuticos destina-se a pessoas portadoras de deficiências diversas ou necessidades especiais cujas características exigem uma abordagem especialmente adaptada às suas necessidades. Baseia-se na implementação de uma série de actividades terapêuticas que usam o cavalo como meio de intervenção e reabilitação em áreas tão diversas como a saúde e a educação.

A experiência que se tem vindo a generalizar por todo o mundo é baseada no êxito da comunicação que se estabelece entre o cavalo e o cavaleiro e que consiste em tirar proveito deste relacionamento para melhorar alguns aspectos relacionados com várias patologias. Por outro lado, os movimentos do cavalo influenciam e promovem o desenvolvimento motor, cognitivo, psicológico e social dos cavaleiros.



Modalidades

★ Hipoterapia

Neste grau são apenas os movimentos e estímulos produzidos pelo cavalo a andar a passo e a respirar que actuam sobre o corpo do cavaleiro de modo a potenciar evolução ou desenvolvimento de capacidades antes inexistentes, perdidas ou reduzidas, procurando produzir certas reacções que melhorem a condição do cavaleiro, ou seja, o cavaleiro apenas reage ao movimento do cavalo e quando colocado, provocando o seu movimento determinadas reacções no cavaleiro.

★ Equitação Terapêutica

Nesta modalidade o cavaleiro não beneficia apenas do movimento do cavalo. São, ao mesmo tempo, trabalhadas competências cognitivas, sociais, motoras e emocionais, através de actividades lúdicas, mas imbuídas de significado terapêutico.



Normalmente, os indivíduos indicados para esta modalidade possuem mais autonomia física e/ou motora do que aqueles que praticam a modalidade anteriormente descrita.

★ *Equitação Adaptada*

A Equitação Adaptada é a vertente desportiva da equitação com fins terapêuticos, onde o cavaleiro age de forma mais independente.



Benefícios

- ★ **Físicos** (maior destreza física e coordenação; relaxação; fortalecimento do tónus muscular; melhoria da postura, do controlo motor e da fluência motora...)
- ★ **Cognitivos** (desenvolvimento da capacidade de atenção e memória; favorecimento da aprendizagem; melhoria da organização do esquema corporal e da lateralização; aperfeiçoamento da capacidade de orientação espacial...)
- ★ **Emocionais** (promoção da valorização pessoal; desenvolve a capacidade de autoconfiança, o auto-controlo emocional, o auto domínio, e a disciplina pessoal; encoraja a tomada de decisão; fomenta a independência...)
- ★ **Sociais** (Melhoria da comunicação favorecendo a capacidade de expressão e por conseguinte a criatividade e a linguagem; Estimulando a aquisição dum vocabulário mais vasto e diferente; promove o aumento das relações interpessoais e o aumento da capacidade de socialização.)

População Alvo

- ★ **Problemas Motores** (Descoordenação Motora, Paralisia Cerebral, Espinha Bífida, Limitações e Alterações Motoras, ...);
- ★ **Dificuldades Cognitivas** (Trissomia 21, Síndrome de X-Frágil, Síndrome de Angelmen...);
- ★ **Alterações Sensoriais** (Défices Visuais e Auditivos, Défices Tátilo-Cinestésicos);
- ★ **Atraso no Desenvolvimento Psicomotor;**
- ★ **Dificuldades Sócio-Emocionais** (Depressão, Problemas de Adaptação Social,...);
- ★ **Desordens Comportamentais;**
- ★ **Perturbação de Hiperactividade com Défice de Atenção;**
- ★ **Perturbações do Espectro do Autismo;**
- ★ **Dificuldades na Fala e Comunicação;**
- ★ **Instabilidade Gravitacional.**

Para mais informações e inscrições contacte:

A.P.E.C.I. – Rua António Augusto Cabral

Telefone: 261335713 Fax: 261335705 E-mail: serv-tesouraria@apeci.org.pt

Dr.ª Vânia Martins (Técnica de Hipoterapia) - 963420571