

Efeito da equoterapia no equilíbrio corporal de idosos

Júlio Ribeiro Bravo Gonçalves Junior¹, Luiza Bárbara Salgado de Souza¹

¹ Faculdade Dinâmica do Vale do Piranga, Ponte Nova, Minas Gerais, Brasil

Introdução: A prevenção efetiva nas idades mais avançadas da vida pode mudar o cenário da longevidade, promovendo independência funcional e qualidade de vida. Diversos exercícios físicos têm sido utilizados com o objetivo de melhorar o equilíbrio postural, entre eles, os programas de Equoterapia que provocam estímulos corpóreos por meio da oscilação rítmica e tridimensional da garupa do cavalo, que estimula principalmente o mecanismo de reflexo postural do cavaleiro, resultando no treinamento do equilíbrio e coordenação. A equoterapia é uma área recente no país e deve se dedicar à investigação para que se comprovem cientificamente seus benefícios e justifique o tratamento que atua de forma inovadora e prazerosa, não se limitando somente a atendimentos em clínicas e salas fechadas, onde muitas vezes o paciente se sente desanimado a continuar com o tratamento. **Objetivos:** O presente estudo baseou em uma revisão estruturada da literatura, que teve como objetivo sistematizar os resultados das pesquisas sobre equoterapia em indivíduos idosos que apresentam um âmbito de alterações no equilíbrio corporal, a

fim de obter melhor qualidade de vida e longevidade. **Métodos:** Revisão da literatura com busca nas seguintes bases de dados PubMed/Medline, Lilacs, Scielo, Pedro, com estudos publicados em inglês, espanhol e português, entre os anos de 2000 e 2011. **Resultados:** Apesar da literatura escassa sobre os benefícios da equoterapia no equilíbrio em idosos, foram encontrados três artigos que utilizaram metodologia experimental. Contudo, todos encontraram melhoria no equilíbrio, mas não houve padronização da intervenção e avaliação entre eles. **Conclusão:** Com base na literatura estudada, a Equoterapia promove melhora do equilíbrio em idosos. Porém, observou-se que são necessárias mais pesquisas experimentais com controle das amostras, padronização das intervenções e dos métodos avaliativos.

Palavras-chave: Equoterapia; Equilíbrio; Idosos.

Autor correspondente:

Júlio Ribeiro Bravo Gonçalves Junior

E-mail: julioebravo@yahoo.com.br