

Laço mais que especial

A gaúcha Isadora Laguna sempre teve a presença de cachorros em sua vida, mas, quando se mudou para Brasília, precisou de um tempo para se adaptar e a ideia de adotar um peludo acabou adiada. No início de 2020, resolveu, com o marido, incluir Alfie em suas vidas — decisão que não estava atrelada a uma questão de saúde mental. O amigo de quatro patas viria de toda maneira.

Com o avanço da pandemia, a professora sentiu que seria importante retornar à terapia, devido às fortes crises de ansiedade, que há tempos haviam sido diagnosticadas por uma psiquiatra. Em consultas, a médica identificou que o cão cumpria um papel bastante importante na vida da jovem e sugeriu que ele se tornasse seu cão de suporte emocional.

Arquivo pessoal



Isadora Laguna contou com o apoio de Alfie para sair de uma crise de depressão e ansiedade

Até os três meses de Alfie, Isadora teve a tarefa de treiná-lo com comandos básicos — sentar, esperar, dar a patinha. Depois desse período, o auxílio do peludo foi tirá-la de casa, já que estava bastante

isolada, também, pelo medo imenso de se expor ao vírus. Como o cão naturalmente precisava passear, essa foi uma atividade que a incentivou a ir para a rua e se movimentar, prática essencial para quem está se recuperando de problemas emocionais.

Além disso, estabelecer uma rotina com o cachorro foi muito positivo no tratamento do transtorno misto ansioso e depressivo. “Por mim, eu precisava fazer isso por ele. Mas, no fim, foi muito positivo para mim também. A gente tem a ideia do cachorro de suporte emocional como aqueles de serviço, como os cães-guia, mas, na verdade, não se exige dele um treinamento específico. Ele precisa ter facilidade de socializar, além de responder ao dono”, explica.

Com o tempo, a professora começou a ensiná-lo a responder às suas crises. Quando ela chorava, por exemplo, ele se mostrava presente e ficava ao lado dela. Caso não conseguisse tirá-la dessa situação, Alfie recorria ao marido de Isadora, como forma de alertá-lo para o problema. Ela frisa, entretanto, que esse treinamento foi o que fez sentido para a família na época; cada cão responderá de uma forma, a depender do tutor e da situação.

“Graças a ele, eu consegui socializar, criar laços de amizade, sair de casa, para levá-lo ao parque”, conta. Hoje, com sua tutora bem melhor, Alfie não tem mais essa carga de responsabilidade. “Ele é o cachorro feliz que tem que ser, sabendo que cumpriu um papel tão importante para nossa família. Cada cão que passa na nossa vida é muito especial, e quando a gente cria essa relação, é mais especial ainda.”

Meu amigo cavalo

Alem dos cães, os cavalos podem exercer papéis importantes no tratamento de transtornos mentais. Quem confirma isso é Amanda Pedra, fonoaudióloga e vice-coordenadora do projeto Comunicar com Equoterapia. A ideia surgiu a partir da hipótese de que as crianças autistas que praticavam equoterapia tinham uma melhora na comunicação e na linguagem. Como existem poucos estudos nacionais e internacionais sobre o assunto, foi ela quem deu o pontapé de desenvolver essa pesquisa. A iniciativa é ancorada no Programa de Intervenção para Distúrbios de Linguagem com o apoio de cavalos, do qual também é coautora.

O público abarca crianças com autismo de 2 até 10 anos de idade, período crítico no desenvolvi-

mento da linguagem. Neste contexto, a equoterapia funciona com o agente principal, que é o cavalo, o mediador, pessoa que estará ao lado do cavalo e o terapeuta principal. Há, ainda, o lateral, que vai do outro lado do cavalo, e o praticante, criança que atua na atividade. O ambiente é enriquecedor, por ser ao ar livre e com muito verde. “Com o céu aberto, a gente monta a criança no cavalo e faz a terapia na maior parte do tempo andando mesmo, com os terapeutas ao lado”, pontua.

Há também os trabalhos de solo, em que a criança pode dar banho e comida ao animal. Hoje, o projeto está presente em cinco localidades, além do Distrito Federal: Tocantins, Rio Grande do Norte, Alagoas e São Paulo. Em

cada estado, os pequenos fizeram 24 sessões de equoterapia, sendo avaliados antes, no meio e agora, no final. Entre os resultados, percebeu-se um aumento no número de palavras e no de palavras por frase. O protocolo padronizado dessas sessões, cada uma com atividades pré-definidas, se transformará em um livro, disponibilizado posteriormente a outros centros.

Conforme ressalta Amanda, a relação entre humano e cavalo afeta também o comportamento, modificando a percepção de mundo e de si mesmo por meio da interação. Isso se dá devido ao movimento rítmico do animal, que desenvolve e ativa áreas cerebrais essenciais para obter-se uma comunicação efetiva.