

Silvia Sousa

Psicóloga e especialista em Terapias Assistidas por Animais

Vinculum Animal

## Terapias Assistidas por Animais e Hiperactividade com Défice de Atenção

O Transtorno de Hiperactividade com Défice de Atenção tem sido um dos motivos que mais leva as crianças portuguesas a consultórios de Psicologia e Psiquiatria; pais desesperados com o comportamento errático dos seus filhos, e com as queixas sistemáticas dos professores dos mesmos. As notas normalmente não são as melhores, a relação com pares e professores também não. Em casa, não conseguem concentrar-se numa só tarefa, e o seu comportamento acaba muitas vezes por ser motivo para discussões variadas com os elementos da família. Recorre-se muitas vezes a medicação, o que tem provado ser uma ajuda, mas não resolve a questão – trata o sintoma, mas não o problema. A nível de intervenção psicológica, vários estudos apontam para a eficácia da intervenção cognitivo-comportamental nesta área que, a longo prazo, tem sido a que melhores resultados revela.

Hoje, decidimos escrever sobre este tema, e sobre a eficácia desta intervenção cognitivo-comportamental, aliada a um poderoso elemento motivador: o cão de terapia.

Só agora começam a aparecer alguns estudos dedicados a esta especificidade na área das Terapias Assistidas por Animais – e, ao que indicam os dados, resulta!

Analisemos: a criança com Hiperactividade e Défice de Atenção, tem muitas vezes, problemas na auto-regulação, dificuldade em interagir como socialmente esperado, pouca resistencia à frustração, e dificuldades em aceitar consequências. Sentar e ouvir, simplesmente não resulta. Exposições teóricas infundáveis, conversas “one-on-one”, ameaças.. tudo parece cair no mesmo saco. Para chegar até estas crianças, para ter realmente a sua atenção, torna-se necessário mexer na emoção. São crianças que precisam de estímulo constante, da novidade, e por isso não páram num

mesmo assunto muito tempo. Além disto, as crianças diagnosticadas com Hiperactividade estão normalmente habituadas a ser “catalogadas” pelos adultos como a criança que não consegue, ou a que não se esforça, ou ainda que “tem bichos carpinteiros”; isto faz com que, a certo ponto da sua vida, este rótulo tenha algum impacto no seu auto-conceito: ela já sabe que não consegue, por isso, não vale a pena esforçar-se. Adultos que somos, sabemos melhor. E procuramos sempre melhores respostas para as nossas crianças.

Assim, envolvemos um cão na terapia. Ele mexe-se, brinca, pede mimos, faz habilidades e cria uma ligação emocional de forma muito natural com a criança. Um parceiro com quem correr, brincar, saltar, passear, pensar, e, acima de tudo, um parceiro que não julga nem coloca a criança em qualquer situação constrangedora. E, no final, a criança quer voltar. Quer mais. Quer-se envolver. E no fundo, esta permanência e envolvência no processo terapêutico é o que leva a criança ao sucesso mais facilmente. Sabendo que vai brincar e interagir com um cão dócil e devidamente treinado, sob a supervisão de uma equipa especializada neste tipo de intervenção, a criança vê o processo terapêutico como uma situação divertida, muito mais lúdica do que expositiva. A sua atenção estará mais garantida, tal como a sua motivação. Torna-se assim, muito mais fácil pedir à criança que espere pela sua vez, que fale e trate o cão e os humanos presentes com calma e respeito, e que siga instruções sem com isso sentir que está a ser, novamente “mandada”. Torna-se também mais fácil e adequado deixar que criança e cão brinquem, de forma livre mas supervisionada, e dêem asas à imaginação. Numa sessão de TAA existe tempo e espaço para tudo isto.

Desta forma, a Terapia Assistida por Animais irá agir sobre a componente social, cognitiva, comportamental e emocional da criança. A ideia é, acima de tudo, ajudar a criança a compreender como pode controlar a sua impulsividade, dando-lhe a noção clara que a Hiperactividade não tem o controlo da sua vida, e melhorando assim o seu auto-conceito e auto-estima.

Existem, naturalmente, casos de crianças que possam não beneficiar deste tipo de intervenção, como no caso específico de fobia a cães, ou crianças que tenham o seu sistema imunitário comprometido. No entanto, estes factores de exclusão afectam uma

pequena parte das crianças, pelo que encorajamos pais, professores, tios e avós a entrar em contacto com a nossa equipa, caso queiram mais informações!

Ao vosso dispor sempre,

A equipa da Vinculum Animal

### **Bibliografia**

DSM 5 – Manual de Diagnostico e Estatistica das Perturbações Mentais

Schuck SE, Emmerson NA, Fine AH, Lakes KD. Canine-assisted therapy for children with ADHD: preliminary findings from the positive assertive cooperative kids study. *J Atten Disord.* 2015;19(2):125–37.

Fine AH. *Handbook on animal-assisted therapy: foundations and guidelines for animal-assisted interventions.* 4th ed. San Diego, CA, US: Elsevier Academic Press; 2015.

Boo GM, Prins PJM. Social incompetence in children with ADHD: Possible moderators and mediators in social-skills training. *Clinical Psychology Review.* 2007;27:78–97. doi: 10.1016/j.cpr.2006.03.006.

Elliott SN, Gresham FM. Social skills intervention for children. *Behavior Modification.* 1993;17:287–313. doi: 10.1177/01454455930173004.