

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**MADISON DE FREITAS NETO**

**HIPISMO E EDUCAÇÃO FÍSICA NA BUSCA PELA APTIDÃO  
FÍSICA: RELAÇÕES POSSÍVEIS**

**VOLTA REDONDA  
2021**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**HIPISMO E EDUCAÇÃO FÍSICA NA BUSCA PELA APTIDÃO  
FÍSICA: RELAÇÕES POSSÍVEIS**

Artigo apresentado ao Curso de Educação Física do UniFOA como requisito parcial à obtenção do título de Bacharelado em Educação Física.

Alunos: Madison de Freitas Neto

Orientador: Prof. Me Otávio Barreiros Mithidieri

**VOLTA REDONDA  
2021**

## **FOLHA DE APROVAÇÃO**

Aluno: Madison de Freitas Neto

### **HIPISMO E EDUCAÇÃO FÍSICA NA BUSCA PELA APTIDÃO FÍSICA: RELAÇÕES POSSÍVEIS**

Orientador: Prof. Me Otávio Barreiros Mithidieri

Banca Examinadora:

---

Orientador Prof. Me Otávio Barreiros Mithidieri

---

Prof. Me Paulo Celso Magalhães

---

Prof. Me Rodolfo Mendes Guimarães Silva

## Resumo

O hipismo é um esporte olímpico que pode abordar diversos aspectos do cavalo e cavaleiro, assim podendo ser estudada por diversas áreas, como por exemplo a medicina veterinária, fisioterapia e educação física. Este artigo tem como objetivo relacionar o hipismo com a área da educação física procurando relacionar o hipismo com a aptidão física. A pesquisa utilizou a revisão crítica de literatura de caráter qualitativo e descritivo para pautar o assunto relacionado. Foi possível observar uma grande maioria de artigos que abordaram o ganho de força muscular e equilíbrio como resultado do ato de montar a cavalo e o ganho de força de membros inferiores e tronco foi outro fator encontrado. Conclui que o tema é um campo rico e interessante, mas ainda existem lacunas neste campo rico para pesquisa e com isso é esperado a construção de novos trabalhos que relacione cavaloXcavaleiro no hipismo.

**Palavras chave:** Aptidão Física; Hipismo; Educação Física; Esporte.

## 1 INTRODUÇÃO

A motivação para a construção desta pesquisa deveu-se à vivência do autor com o hipismo e a opção por cursar a Educação Física. Desta experiência prática com o hipismo destacamos a paixão e respeito pelos cavalos como companheiros de labuta, já na formação em Educação Física construímos um cabedal de conhecimentos acadêmicos que nos instigou a entender o comportamento e, principalmente, o desenvolvimento do corpo humano a partir de sua interação com o animal.

Por tudo isso foi possível entender o hipismo como um tema complexo que pode nos fornecer análises sob diversos aspectos que transitam da biomecânica do cavalo a biomecânica do cavaleiro, da fisiologia do animal a habilitação e reabilitação de pessoas com deficiência, passando por inúmeras outras situações. Por isso mesmo, o hipismo se constituiu em uma modalidade olímpica que pode ser estudada sob o viés de diversas áreas do conhecimento que vão da medicina veterinária a fisioterapia, mas especificamente neste trabalho temos por objetivo olhar para o hipismo pelo viés da Educação Física e localizar nele a sua relação com a aptidão física.

Rosler e Rink (2006) apontam que a origem do hipismo é situada a cerca de 6.000 anos na Ásia Central como consequência da “simbiose biológica da espécie Homo Sapiens com o Equus Caballus”. De acordo com Rosler e Rink (2006) as atuais provas de hipismo clássico tem formatos semelhante as cavalarias da Europa no intervalo de tempo de 1500 a 1900 e o hipismo pode compreender atividade esportiva e de lazer.

Böhme (1993) afirma que a aptidão física pode ser relacionada com a saúde e habilidade esportiva. De acordo com Böhme (1993) o termo se populariza durante a segunda guerra mundial.

Para a realização desse artigo utilizamos como metodologia a revisão crítica de literatura de caráter qualitativo e descritivo. Para tanto nos pautamos em consulta de artigos publicados em língua portuguesa que nos fundamentaram para as devidas pontuações e conclusões. Para Markoni e Lakatos (2003) o objetivo deste tipo de pesquisa coloca o pesquisador em contato direto com publicações já produzidas relacionado ao tema determinado

e assim fundamenta e ampara suas colocações sobre o assunto. Os mesmos autores ainda deixam claro que a pesquisa bibliográfica não é repetição do que já foi dito ou escrito, contudo ela possibilita ao pesquisador o exame do tema proposto sob novo enfoque ou abordagem, o que possibilita conclusões inovadoras que enriquecem o assunto.

## **O HIPISMO**

De acordo com o site a Rede do Esporte o hipismo é a interação direta entre cavalo e homem e também uma modalidade olímpica. Adotando este conceito para o nosso trabalho, deixamos claro o seu olhar generalista sobre o tema, contemplando tanto o hipismo lazer, o competitivo e a equoterapia.

É fato que a relação entre os homens e os cavalos foi construída a milhares de anos. Hoje o cavalo e o homem estão juntos em tarefas como a agricultura, o transporte, em guerras, tratamentos de saúde e até mesmo no esporte.

Os autores Roessler e Rink (2006) apresentam a informação de que o hipismo enquanto esporte teve a sua primeira aparição em jogos olímpicos no ano de 1900, na França, especificamente na cidade de Paris. Naquele momento apenas como demonstração, pois somente passou a ser considerada uma modalidade olímpica oficialmente em 1912, nos Jogos olímpicos de Estocolmo (Suécia).

Na década de 1930 o cenário nacional do hipismo teve como marco inúmeras competições realizadas no estado de São Paulo e com isso ficou evidente a evolução técnica de salto dos cavaleiros (ROSSLER E RINK, 2006). Os mesmos autores afirmam também que uma década depois, na década de 1940, o hipismo passou a ter um maior número de competições realizadas no Rio de Janeiro. Isso deveu-se a um dos grandes personagens do hipismo brasileiro, o jornalista de renome Roberto Marinho, que também era um dos grandes fomentadores do esporte naquele momento.

No Brasil, o atual órgão máximo do esporte é a Confederação Brasileira de Hipismo (CBH) que teve sua fundação datada de dezembro de 1941. A primeira equipe brasileira a marcar uma participação nos jogos olímpicos

aconteceu somente 7 anos depois da criação da CBH, em 1948, nas olimpíadas de Londres (Site da CBH). Vale registrar aqui que a CBH é a responsável pela regulamentação, coordenação, promoção e fomentação de 8 modalidades no Brasil (Adestramento, Atrelagem, Concurso Completo de Equitação, Enduro, Equitação Especial ou Paraequestre, Rédeas, Volteio e Salto). Destas modalidades o salto, o adestramento e o concurso completo de equitação são modalidades olímpicas.

Rosler e Rink (2006) destacam que a década de 1980 foi marcada como um período de grande investimento para a formação de cavaleiros. Esta década foi marcada pela promoção de provas de hipismo fora de clubes hípicas em locais públicos para obter maior contato com o leigo, atitude essa que foi estimulada pelo presidente da CBH na época Paulo Gama Filho. Essa época foi marcada pelo grande número de *manéges* (similar a centros hípicas porém de menores), haras, clubes e centros equestres que foram surgindo, principalmente no eixo Rio-São Paulo. Neste momento as equipes brasileiras passaram a desempenhar e obter bons resultados nas principais provas de salto no mundo. (ROSSLER E RINK, 2006).

De acordo com a CBH o esporte hípico tem hoje 21 federações estaduais vinculadas à Confederação Brasileira de Hipismo (CBH) que, por sua vez está filiada com o Comitê Olímpico Brasileiro (COB) e à *Federation Equestre Internationale* (FEI).

No banco de dados fazem parte da FEI 136 federações nacionais. As federações vinculadas a CBH são: Federação Amazonense de Hipismo (FAHI), Federação Catarinense de Hipismo (FCH), Federação de Esportes Equestres do Maranhão (FEEM), Federação Equestre de Alagoas (FEA), Federação Equestre de Pernambuco (FEP), Federação Equestre do Ceará (FEC), Federação Equestre do Estado Rio de Janeiro (FEERJ), Federação Equestre do Pará (FEPA), Federação Equestre Paraibana (FEPA), Federação Gaucha de Esportes Equestres (FGEE), Federação Hípica da Bahia (FHB), Federação Hípica de Brasília (FHBr), Federação Hípica de Goiás (FEHGO), Federação Hípica de Minas Gerais (FHMG), Federação Hípica de Sergipe (FHSE), Federação Hípica do Espírito Santo (FHES), Federação Hípica do Mato Grosso (FHMT), Federação Northeriograndense de Hipismo (FHRGH), Federação

Paranaense de Hipismo (FPrH), Federação Paulista de Hipismo (FPH), Federação Sul-Mato-Grossense de Hipismo (FSMH).

Como já destacamos, a análise do conjunto cavalo/cavaleiro é riquíssima em possibilidades, mas neste trabalho nos dedicaremos a analisar somente o passo, o trote e o galope e sua relação com o desenvolvimento da aptidão física do cavaleiro. Nosso critério de inclusão e exclusão se deve ao fato de que para Chirolli, Paniz e Quinteiro (2015) estas são as três andaduras naturais do cavalo.

As afirmações que traremos a seguir estão todas embasadas nas informações da Associação Nacional de Equoterapia (2006) citadas por Araújo (2014).

- ✓ O passo é uma andadura que sempre possui um ou mais membros do cavalo em contato com o chão. Isto a torna marchada, com cadência a quatro tempos. A consequência dos deslocamentos realizados pelo pescoço a torna basculante, é uma andadura simétrica e marchada.
- ✓ O trote é uma andadura que apresenta movimentos da coluna vertebral em relação do eixo longitudinal do cavalo, sendo assim uma andadura simétrica, que possui movimentos saltados em dois tempos fixados.
- ✓ O galope, assim como o trote, é uma andadura saltada que por causa dos movimentos da coluna vertebral do cavalo relacionados ao eixo longitudinal a torna assimétrica. É um movimento muito basculhado já que possuem amplos movimentos do pescoço e é realizado em três tempos.

### **APTIDÃO FÍSICA/MOTORA**

Para Böhme (1993) a aptidão motora é relacionada primeiro a aspectos ligados a saúde como força, resistência muscular, flexibilidade, resistência cardiorrespiratória e composição corporal. E depois, a aspectos ligados a habilidades esportivas como velocidade, agilidade, equilíbrio, potência, tempo de reação.

De acordo com Mathews (1973) fazem parte da aptidão motora: resistência, potência e força muscular, flexibilidade, agilidade, resistência cardiorrespiratória e equilíbrio.

Para Barbanti (1990) inexitem diferenças entre aptidão motora e aptidão física, no entanto estas possuem um significado especial quando ligados aos esportes e à Educação Física.

Dependendo da situação e dos valores (como saúde, rendimento, bem-estar, jovialidade, beleza etc.) e de vários contextos (ocupação, lazer), diferentes conceitos foram desenvolvidos. Todos esses conceitos são baseados nos princípios gerais da capacidade de rendimento físico ou da *performance* motora, mas eles diferem entre si na ênfase dos fatores que determinam o rendimento (resistência, força etc.) (BARBANTI, 1990, p. 35)

Esta fala de Barbanti deixa claro que existem dois tipos de abordagens para a aptidão física, uma é a aptidão física relacionada à saúde e a outra é a relacionada a desempenho esportivo. A primeira diz respeito à condição física nas capacidades que estão intimamente relacionadas com a saúde e a qualidade de vida das pessoas, sendo a flexibilidade, a resistência aeróbica, a força e composição corporal. Já a segunda refere-se à aptidão para o desempenho em atividades esportivas que associam, além das capacidades já relacionadas à saúde, a agilidade, velocidade, equilíbrio postural e coordenação motora.

Böhme (1993), explica ainda que o termo “aptidão física” ficou popular durante a segunda guerra mundial. Por isso, doravante, usaremos apenas o termo aptidão física neste trabalho. O mesmo autor defende ainda que embora vários conceitos tenham sido desenvolvidos para a expressão, todos eles são baseados nos princípios gerais da capacidade de rendimento físico ou da *performance* motora. O que faz a diferença entre eles e a ênfase dos fatores que determinam o rendimento ora analisado.

## **APTIDÃO FÍSICA E HIPISMO**

Para relacionarmos a aptidão física ao hipismo, precisaremos primeiro relacionar o movimento do conjunto cavalo-homem e as exigências que este (movimento) promove no corpo do cavaleiro. Deste modo, podemos analisar qual o resultado produzido pelo movimento do cavalo que possui potencial para acionar os aspectos relacionados à aptidão física do cavaleiro. Somente a partir

deste exercício de prospecção poderemos inferir ou determinar quais os seus benefícios para a aptidão física do cavaleiro.

Segundo AGNER e GONSALEZ (2015) o movimento tridimensional, rítmico e balançante do animal pode resultar na melhora do equilíbrio do cavaleiro, já que melhora a consciência espaço-temporal, concentração e segurança gravitacional. As autoras citam que a montaria pode resultar também no ganho de força nos membros inferiores, para isso elas sugerem que a montaria promove o aumento de equilíbrio e a força de membros inferiores por suportarem o peso do cavaleiro durante a cavalgada.

Araújo (2014), em sua pesquisa, afirma que houve a presença de ganho de força muscular dos membros superiores e inferiores, melhora no equilíbrio, alinhamento postural e melhora significativa da coordenação motora global nos participantes da sua pesquisa.

Em pesquisa realizada por Diniz (2017), está a afirmação de que a flexibilidade é uma importante aptidão física e que o movimento tridimensional do cavalo resulta na melhora do equilíbrio e indica também melhora da flexibilidade da cadeia muscular posterior de membro inferiores e tronco.

Eguíluz (2016) chega à conclusão que o ato de montar tem relação no ganho de força dos membros inferiores e identifica a possibilidade que a equoterapia pode representar uma atividade física de intensidade moderada e alta, além de estimular grupos musculares específicos.

Chirolli, Painz e Quinteiro (2015, p. 47) afirmam que:

O movimento é produzido pela andadura do animal e transmitido através de seu dorso, proporcionando ajustes tônicos sequenciados e simultâneos que estimulam o cérebro e provocam exercícios alternados na musculatura, intercalando contrações e alongamentos através da busca por equilíbrio.

Pierobon e Marchizeli (2008) afirmam que o cavalo produz movimentos que ocasionam em perdas e retomadas do equilíbrio. Segundo Pierobon e Marchizeli (2008) o cavalo emite diversos estímulos sensório-motores em quem está montando e desencadeiam adaptações biomecânicas factíveis por causa da facilitação do controle postural proveniente da maior ativação muscular dos grupos extensores da coluna. O movimento do cavalo afeta diretamente o

cavaleiro, com isso há uma perda e um ganho de equilíbrio e para que isso aconteça o cavaleiro irá se sustentar utilizando força no tronco e membros inferiores, assim mantendo a estabilidade. Tudo isso ratifica o desenvolvimento do equilíbrio durante a prática do hipismo.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Durante a pesquisa para construção deste estudo, percebemos uma limitação de publicações que relacionem o hipismo com as aptidões físicas. O hipismo é um esporte olímpico e paraolímpico que trabalha a relação homem e cavalo. Ele pode ser utilizado com vieses competitivo, lazer ou voltado para saúde, por isso o conhecimento científico pode acarretar no desenvolvimento dos três vieses apresentados.

Como foi apresentado a aptidão física é relacionada a aspectos ligados a saúde e a habilidades esportivas e fazem parte deste contexto a força, resistência muscular, flexibilidade, resistência cardiorrespiratória, composição corporal, velocidade, agilidade, equilíbrio, potência e tempo de reação.

Foi possível observar que diversos autores abordam o ganho de força muscular e equilíbrio como resultado do ato de montar a cavalo. Alguns autores apresentam o ganho de força de membros inferiores e tronco enquanto outros agregam os membros superiores. O movimento do dorso do cavalo provoca ajuste tônicos e obriga a realização de contrações e alongamentos desenvolvendo o equilíbrio. A partir destas informações podemos inferir que a amplitude e intensidade do dorso do animal pode ocasionar o exercício mais ou menos intenso do cavaleiro.

Esperávamos encontrar informações de que, a alteração de amplitude e intensidade do movimento do dorso do cavalo, podem ser relacionadas a outras aptidões (como por exemplo a resistência). Porque acreditamos que existe uma relação direta da imprevisibilidade que o cavalo pode oferecer durante a cavalgada e a necessidade de uma melhora no tempo de reação do cavaleiro.

Outra hipótese que não foi possível comprovar ou descartar é que o tipo de andadura causa estímulo diferente ao cavaleiro. O passo como uma andadura simétrica tem um estímulo completamente diferente do trote que é uma andadura

saltada, o que ocasiona ao praticante uma maior perda de equilíbrio e obriga uma retomada rápida do equilíbrio. Para isso é necessário também maior força e resistência. O galope por sua vez é um movimento saltado assim como o trote, porém assimétrico e com movimentos mais amplos do pescoço do cavalo e isso resulta na necessidade de maior equilíbrio e força no tronco e nos membros inferiores.

Deste modo, encerramos este trabalho concluindo que o tema é excitante, porém com grandes lacunas a serem preenchidas, o que se apresenta como um rico campo para pesquisa e construção de conhecimentos da área. Por isso esperamos que outros trabalhos sejam construídos para lançar luz sobre as possibilidades da relação cavaloXcavaleiro no hipismo.

## REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

AGNER, Vania Fernanda Clemente; GONSALEZ, Agna Pereira. **Benefícios da equoterapia em idosos**: revisão de literatura. Revista Pesquisa em Fisioterapia, v. 5, n. 3, 2015.

ARAÚJO, Patricia Brandão. **A intervenção do cavalo no aspecto psicomotor do praticante de equoterapia**. 2014

ASSOCIAÇÃO Nacional de Equoterapia. **O Cavalo e a Equitação: conhecimentos fundamentais**. Brasília: ANDE BRASIL, 2006.

BARBANTI, Valdir Jose. Aptidão física: um convite à saúde. In: **Aptidão física: um convite à saúde** . 1990. p. 146-146.

BARBANTI, Valdir J. **Dicionário de Educação Física e Esporte**. 3ª Ed. Barueri, SP: Manole, 2011.

BÖHME, Maria Tereza Silveira. **Aptidão física**: aspectos teóricos. Revista Paulista de Educação Física, v. 7, n. 2, p. 52-65, 1993.

CHIROLLI<sup>27</sup>, Milena Julia; PANIZ<sup>28</sup>, Vera Lúcia Freitas; QUINTEIRO<sup>29</sup>, Silvana Cony. **EQUOTERAPIA**: alterações de diferentes estímulos causadas pela variação na amplitude e frequência do passo do cavalo. FICE, p. 45, 2015.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE HIPISMO. **Federações**, 2012. Disponível em:<<http://www.cbh.org.br/index.php/cbh/federacoes>> Acesso em 19, out. 2021.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE HIPISMO. **Histórico**, 2012. Disponível em:< <http://www.cbh.org.br/index.php/cbh/historico>> Acesso em 02, ago. 2021.

DINIZ, Luanna Honorato et al. **O uso da equoterapia como ferramenta na melhora do equilíbrio e da flexibilidade em idosos**. 2017.

DO DESPORTO, I. V. et al. EDUCAÇÃO FÍSICA. **Diretório da Ciência Desportiva**, p. 151, 2005.

EGUÍLUZ, Mauricio Andres Ardiles. **Efeitos da equoterapia e fisioterapia convencional na força muscular de idosos com doença de Alzheimer**. 2016.

FEDERATION EQUESTRE INTERNATIONALE. **Banco de dados FEI**, s.d. Disponível

em:<<https://data.fei.org/NFPages/NF/Search?CurrentPage=1&ItemsPerPage=70&SortedBy=NOC%20Code&Type=NF#NFSearchTable>> Acesso em 19, out. 2021

HALLAL, Pedro C.; MELO, Victor Andrade de. **Crescendo e enfraquecendo: um olhar sobre os rumos da Educação Física no Brasil**. Revista brasileira de ciências do esporte, v. 39, p. 322-327, 2017.

MATHEWS, D.K. **Measurement in physical education**. Philadelphia, W.B.Saunders, 1973.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed.-São Paulo: Atlas, 2003.

PIEROBON, Juliana C. Marchizeli; GALETTI, Fernanda Cristina. **Estímulos sensório-motores proporcionados ao praticante de equoterapia pelo cavalo ao passo durante a montaria. Ensaio e ciência: Ciências Biológicas, agrárias e da Saúde**, v. 12, n. 2, p. 63-79, 2008.

REDE NACIONAL DO ESPORTE. **Hipismo**. Disponível em: <<http://www.rededoesporte.gov.br//ptbr/megaeventos/olimpiadas/modalidades/hipismo>> Acesso em: 02, agosto de 2021.

ROSSLER M, RINK B. **Esportes hípicos**. In: Da Cosra L, editor. Atlas do esporte no Brasil. Rio de Janeiro: CONFEF;2006

SILVA, Guilherme Leonardo Freitas. KNECHTEL, Maria do Rosário. **Metodologia da pesquisa em educação: uma abordagem teórico-prática dialogada**. Curitiba: Intersaberes, 2014. 193 p. Práxis Educativa (Brasil), v. 11, n. 2, p. 531-534, 2016.