



Porquê usar TTouch nos animais de companhia?

- **Redução do stresse** – Reconhecer sinais de stresse num animal ajudar a atenuar as suas consequências a nível físico, emocional e comportamental.
- **Reforçar a confiança** – ajudar o animal a lidar, de forma adequada, com novas situações, pessoas e outros animais. Aplica-se especialmente a animais provenientes de centros de recolha animal – desenvolvimento de competências sociais.
- **Fortalecer a ligação entre animal e humano** – envolve educar as pessoas sobre a linguagem corporal e o seu papel na comunicação animal, sobre a necessidade de o animal se sentir seguro e sobre o verdadeiro significado da interação/treino baseado no respeito pelo animal.

O Método Tellington TTouch é baseado em toques e movimentos circulares suaves denominados TTouch ®. Feito com plena consciência da respiração, este toque induz um estado de profundo relaxamento e desenvolvimento da perceção corporal, tanto em animais como em pessoas.

A combinação do trabalho realizado no corpo através do TTouch e de movimentos específicos melhora a capacidade de atenção e oferece um ambiente seguro e propício à aprendizagem. Através do uso de várias ferramentas, que promovem uma sensação de segurança e estimulam a autoconfiança, situações previamente assustadoras ou que constituíam um desafio para o animal, são atenuadas, ou mesmo eliminadas, ao fim de apenas algumas sessões. Ao mesmo tempo, o Tellington TTouch proporciona uma forma única e extremamente gratificante de aprofundar e fortalecer a relação com o animal.

Quais os conteúdos programáticos abrangidos pelo curso de Tellington TTouch?

- Filosofia e princípios do Tellington TTouch de acordo com Linda Tellington-Jones.
- Fisiologia do stresse e sua relação com o comportamento.
- Desenvolvimento da capacidade de observação: postura, equilíbrio, conformação corporal, marcha e interação com o ambiente, com objetividade.
- Desenvolvimento de competências nas técnicas de TTouch.
- Uso de ferramentas do TTouch.
- Desenvolvimento de competências nas técnicas base do TTouch.
- Aplicação do método Tellington TTouch em problemas comportamentais específicos.
- Aplicação do método Tellington TTouch noutras espécies tais como gatos e outros mamíferos, aves e répteis.

Como poderei ajudar o animal com o método Tellington TTouch?

- O TTouch oferece soluções positivas para problemas comportamentais e de saúde, incluindo agressão, não gostar de andar de carro, ansiedade por separação, vocalização excessiva, roer objetos proibidos, saltar para cima das pessoas, puxar a trela, medos e fobias (p. ex. trovoadas), não gostar de ser escovado ou das unhas cortadas, etc.
- O método Tellington TTouch complementa outros tipos de treino e melhora o desempenho no *agility*, provas de beleza e outras atividades.
- Contribui para melhorar o bem-estar geral e constitui uma base de suporte aos cuidados veterinários.
- Aprofunda o vínculo e melhora o entendimento entre pessoas e animais.

Quem usa o método Tellington TTouch?

- O método Tellington TTouch é usado por profissionais de várias áreas cuja atividade envolve o contacto com animais. Entre eles incluem-se treinadores, comportamentalistas, *pet sitters*, veterinários, criadores, praticantes de *agility*, obediência, *tracking* e funcionários de centros de recolha animal.
- Instrutores de Tellington TTouch que trabalham com clientes individuais e dirigem *workshops* de 1 ou 2 dias de duração.
- E claro, qualquer pessoa que compartilhe a sua vida com animais também poderá usar o método Tellington TTouch!

Competições

Todos os animais que participam em competições vão beneficiar do Método Tellington TTouch. O trabalho realizado no corpo, através de toques TTouch suaves, promove melhorias na circulação e concentração, constituindo assim uma ótima ferramenta de trabalho que poderá ser incorporada na rotina de aquecimento diária, sem qualquer risco de causar fadiga antes do treino.

Os cavaleiros que usam o TTouch nos seus cavalos referem que os animais melhoram a capacidade de concentração e atenção e manifestam maior flexibilidade e consistência durante o treino, ou competição, se estes são precedidos por uma sessão de TTouch.

O TTouch tem sido usado com sucesso em diversos tipos de competição tanto por cavaleiros olímpicos ou internacionais como por amadores.

TTouch has been used successfully for horses competing in endurance, eventing, showing, show jumping, dressage, racing and a wide range of pony and riding club activities. The work has been of benefit to Olympic level riders, International competitors and owners who enjoy attending local gymkhanas and shows.

Praticantes de diversos desportos caninos tais como o *agility*, a obediência, o *rally obedience*, o heel work, etc, usam o TTouch para melhorar o equilíbrio, a capacidade de atenção e a flexibilidade nos seus cães. Os exercícios de solo permitem melhorar a precisão e desenvolver o sentido de equilíbrio, aptidões importantes em animais de competição.

Um animal que fique muito agitado quando está prestes a entrar em prova vai cansar-se rapidamente. Envolver o animal com bandagens poderá ajudá-lo caso esteja ansioso ou excitado com a quantidade de estímulos do ambiente envolvente. O uso de bandagens é uma ferramenta simples e de rápida aplicação, que pode ser usada em cavalos e cães para melhorar a propriocepção e em combinação com os TTouques pode ser usada para acalmar ou estimular o animal.

Cães de Trabalho

O Tellington TTouch tem vindo a ser incorporado no treino e maneio de cães de trabalho com o objetivo de reduzir os níveis de stresse, melhorar a concentração, reforçar o comportamento calmo, reduzir a fadiga e de desenvolver a autoconfiança em cães jovens que estão a ser iniciados na sua atividade.

O TTouch é usado por todo o Reino Unido, por várias organizações que treinam cães para desempenharem diferentes funções, tais como, cães de assistência, cães de busca e salvamento, de deteção, etc. O TTouch pode ajudar os cães a adaptarem-se mais facilmente à rotina dos treinos e a ultrapassarem eventuais sensibilidades ao toque ou à manipulação. Muitos cães em idade jovem, exibem sinais de ansiedade quando tocados na zona lombar ou nas ancas, e o TTouch pode ajudar nesta fase de transição até à idade adulta. A sensibilidade ao toque está, em muitos casos, associada à sensibilidade a ruídos e barulhos e o uso de TTouques, em combinação com a bandagem, tem-se revelado fundamental no processo terapêutico, permitindo que muitos cães ultrapassem os seus medos.

Problemas relacionados com a sensibilidade ao toque podem evidenciar-se quando se coloca um peitoral ou um casaco no animal, no entanto, esta dificuldade de adaptação pode ser ultrapassada através do uso combinado de TTouques e bandagens.

O trabalho de solo é indispensável para ajudar o animal a desenvolver o equilíbrio e uma adequada postura corporal e é particularmente benéfico para cães que são conduzidos sempre pelo mesmo lado durante toda a sua atividade profissional. O TTouch já permitiu ajudar cães de assistência com receio de superfícies escorregadias e de serem escovados do lado esquerdo (dado que trabalham sempre com o humano à sua direita, não estando por isso habituados a ter alguém do seu lado esquerdo) e cães que exibem sinais de ansiedade em viagens.

Os TTouques e as técnicas de manipulação asseguram um certo grau de consistência a cães que são trabalhados por diversas pessoas ou que foram adotados e vão mudar de ambiente, e também promovem a redução de sinais de stresse.

Para além de apoiar os cães no seu trabalho e treino, o TTouch é também uma forma de retribuirmos tudo o que estes animais fantásticos fazem por nós.