

# Equinoterapia: el noble bruto como mediador

**Texto |** M<sup>a</sup> del Mar Colomo Briceño [Experta en Equinoterapia por la UCM. Maestra Especialista en Educación Especial. Coordinadora de Equinoterapia de la Fundación Manos Tendidas]

**Fotos |** Miriam T. R. y Pablo V-P. B.

Facilitar la integración socio-laboral y mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad y sus familias son algunos de los objetivos que hace algo más de dos décadas se plantearon un grupo de padres y tutores al crear la Fundación Manos Tendidas. Casi desde los inicios de la Fundación, realizan en el Centro Hípico de Pinto (Madrid) prácticas de equinoterapia, en las que el caballo es el mediador de una terapia complementaria a las tradicionales destinada a mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad.

La utilización de los caballos como agentes terapéuticos es una opción ampliamente desarrollada desde hace siglos, ya que los primeros registros se remontan a la antigua Grecia (Hipócrates en su libro Las Dietas aconsejaba la equitación para

*“regenerar la salud y preservar el cuerpo humano de muchas dolencias y sobre todo en el tratamiento del insomnio”. Además de eso, afirma que “la equitación practicada al aire libre hace que los músculos mejoren su tono”.*

## Características y efectos

La Equinoterapia, se caracteriza por tener un enfoque de tratamiento global, que influye en todas las áreas de desarrollo de la persona. Este hecho, hace que sea una actividad especialmente enriquecedora a todos los niveles y que se adapte a las habilidades y necesidades de personas muy diferentes y que sea capaz de conseguir nuevos estímulos complementarios a los logrados con tratamientos convencionales.

El hecho de montar a caballo, rompe el aislamiento de la persona con respecto al mundo, poniendo a las personas con discapacidad en iguales condiciones con respecto al jinete sano. No cabe duda de que montando se consigue superar el temor, mejora la confianza y la capacidad de concentración; al tiempo que hace que perder las tensiones e inhibiciones físicas y emocionales. Esto hace que la Terapia asistida con caballos resulte efectiva no solo con personas con discapacidad, sino también en personas que presentan problemas de inadaptación social.

Todo esto se consigue gracias a que el caballo ha demostrado ser un animal enormemente perceptivo; de inmediato se dará cuenta de que la persona es diferente a los demás y por ello se comportará de forma diferente a como lo haría con cualquier otro jinete.



María en una sesión de equinoterapia con sus terapeutas.



Realizando ejercicios dirigidos por las terapeutas.

### Se trata de una terapia complementaria

La Equinoterapia es una terapia complementaria a las ya existentes, que utiliza el caballo como mediador para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad física, psíquica o sensorial, problemas de salud mental y/o problemas de adaptación social.

Se considera una terapia que es capaz de conseguir nuevos estímulos complementarios a los logrados con tratamientos convencionales.

La Equinoterapia se realiza en íntimo contacto con el animal. El animal doméstico exhibe características muy positivas en el trato con el humano, como es la falta total de reacciones vengativas o rencorosas; el animal permite buscar el contacto corporal con el humano, entiende sin palabras, se expresa con gestos claros y directos, nunca rechaza a quien se le acerca amablemente y no conoce la compasión; hecho que hace que tenga un comportamiento natural como cualquier persona.

Todas estas características importantes para el desarrollo del ser humano son

elementos básicos para la Equinoterapia, que se sirve de un animal, el caballo como mediador terapéutico.

El trato con animales adquiere también una gran importancia en el área pedagógica porque desarrolla en el ser humano cualidades sociointegrativas como la comunicación análoga (no verbal), la tolerancia, la paciencia y el sentido de responsabilidad y es utilizado como un instrumento enormemente motivador para la adquisición de nuevos conocimientos.

El caballo transmite impulsos rítmicos a la cintura pélvica, columna vertebral y miembros inferiores que influyen sobre el tono muscular, el equilibrio, la coordinación y la destreza muscular

Aunque, en la actualidad, en España son pocos los estudios al respecto, en otros lugares del mundo han realizado estudios e investigaciones científicas con resultados muy positivos, de manera general se acepta, que los movimientos de una persona a caballo simulan los movimientos de la pelvis y el tronco de una persona caminando.

“  
La Equinoterapia es una terapia complementaria a las ya existentes, que utiliza el caballo como mediador para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad física, psíquica o sensorial, problemas de salud mental y/o problemas de adaptación social”





“

*La equinoterapia, es hoy por hoy un gran complemento a las terapias convencionales, ya que en muchas ocasiones consigue lo que no se consigue en otras terapias, ya sea por el valor terapéutico del caballo, sea por los ejercicios que se realizan en las sesiones o por el gran elemento motivador que es el caballo ”.*



La equinoterapia favorece el aprendizaje motor.

### Las respuestas corporales

Al montar a caballo se activan los flujos ascendentes y descendentes de información en el sistema nervioso, la información propioceptiva que se genera mejora la percepción del esquema corporal, las reacciones de equilibrio y el control postural todo lo que favorece el aprendizaje motor.

El desplazamiento del caballo moviliza el centro de gravedad del jinete con una cadencia variable rítmica y repetitiva. Cada paso completado del caballo impone movimientos a la cadera de derecha a izquierda, hacia arriba y hacia abajo, hacia delante y hacia detrás, con movimientos de rotación asociados, desencadenando ajustes corporales necesarios para mantener el equilibrio.

El paciente no se enfrenta pasivamente el movimiento sino que se ve obligado a reaccionar ante los estímulos que representa el movimiento del caballo; mientras el jinete trata de mantener el equilibrio sus músculos se ven obligados a reaccionar (incluso en el *back-riding* o monta gemelar, técnica que consiste en que el paciente monta junto con un terapeuta que se sitúa detrás).

### Necesidad de terapeutas profesionales

En España, hoy en día, la equinoterapia o terapia asistida por caballos va siendo reconocida tanto por profesionales de la salud física como mental y social como un complemento para mejorar la calidad de vida de las personas con discapaci-

# ¡El sábado volvemos!

Texto | Javier Vázquez-Prada

Foto | Miriam T. R. y Pablo V-P. B.

27

dad, y ya son muchos los médicos, fisioterapeutas, psicólogos..., que aconsejan a pacientes y familiares la utilización de la misma. En algunos Centros como el Centro Estatal de Daño Cerebral (CEA-DAC) se ha utilizado como herramienta terapéutica para sus pacientes con daño cerebral sobrevenido.

Los profesionales que trabajamos con caballos luchamos día a día para que esta terapia sea reconocida, y evitar posibles fraudes, debido a "la creencia de que con montar a caballo ya se está haciendo terapia". Y todo aquel que tiene una hípica parece haber encontrado un "filón" en momentos de crisis como este. Efectivamente, el peso de la terapia es inevitablemente el movimiento del caballo, pero además es necesario tener conocimientos de anatomía, fisiología, biomecánica, discapacidad, indicaciones de la misma, quien no es conveniente que realice terapia con caballos...

Tenemos que tener en cuenta, que para realizar dicha terapia es necesario realizar un curso de formación específico en equinoterapia o terapia asistida por animales, así como tener conocimientos y formación en el trabajo de personas con discapacidad, ya sea psíquica, sensorial, y/o física.

Con todo ello, la equinoterapia, es hoy por hoy un gran complemento a las terapias convencionales, ya que en muchas ocasiones consigue lo que no se consigue en otras terapias, ya sea por el valor terapéutico del caballo, sea por los ejercicios que se realizan en las sesiones o por el gran elemento motivador que es el caballo. Lo importante es llevarla a cabo en el Centro adecuado y con los profesionales formados para ello, y que sabrán sacar el máximo partido de los beneficios que nos puede aportar este gran ser vivo que es el caballo.



Los caballos evolucionan por las pistas, a la sombra de los árboles, de vez en vez hacen una parada, van dirigidos por las monitoras y la tutora de la Fundación Manos Tendidas, que controlan los ejercicios que se realizan. Cada discapacidad tiene un tratamiento concreto, para cada necesidad específica unos ejercicios determinados. En el cercado un grupo de madres y padres esperan que sus hijos o hijas terminen la sesión de terapia asistida por caballos. En ese grupo está Rosa, que contempla con interés los ejercicios que hace María, su hija.

Rosa nos comenta que *"María tiene un derrame cerebral de nacimiento debido a que tuvo problemas de tensión. La tuvieron que sacar, al nacer le dio el derrame"*. Hace tres años que María asiste a la terapia asistida con caballos, según nos cuenta Rosa tiene una evolución positiva: *"María es muy miedosa con los animales y al principio tenía miedo. Por eso estuvimos un tiempo a prueba, pues igual que nos dijeron la necesidad de esta terapia nos dijeron que si la aceptaba mal, o no la aceptaba, podría contraerse más y resultar perjudicial"*.

Ahora María está feliz sobre el caballo, *"le gusta mucho"*, dice su madre, *"ahora está más contenta. Su problema es muscular, en las piernas, y eso es lo que trabajan sobre el caballo, está mucho más relajada"*.

Termina la sesión. Una vez instalada en su silla de ruedas María habla con Rosa y con Mar, la terapeuta especializada, y efectivamente, está contenta y relajada. Al despedirse de todos los que nos quedamos en el Centro lo hace con un animoso: ¡El sábado volvemos! Sí, María está contenta y relajada.



María acompañada por la terapeuta Mar Colomo y por su madre, Rosa.





# Marina se ejercita, disfruta y nos aglutina a su alrededor

Texto | Mercedes Moneo Cuñado [Madre de Marina] Foto | Miriam T. R. y Pablo V-P. B.

La equinoterapia ha sido para mi hija Marina (de 5 años y que padece una lesión cerebral severa), y para toda la familia un gran descubrimiento. Varias veces me habían comentado las bondades de practicar terapias con animales, más concretamente con caballos, con niños con lesión cerebral; pero, dada la saturación de terapias que ya estábamos aplicando, en principio, lo habíamos descartado.

Sin embargo, un día una buena amiga me comentó que su hermano lo practicaba y que era con la única actividad con la que disfrutaba de

verdad y de la que nunca se cansaba. Esa fue la clave que nos animó a probar: la posibilidad de añadir una actividad en la que la niña no solo se ejercitara si no que disfrutara. Y así ha sido. La equinoterapia ha supuesto para Marina una oportunidad de llevar a cabo una actividad lúdica al aire libre. Además, sus sentidos se ven estimulados por el contacto con el animal y físicamente tanto su tono muscular, como su equilibrio han mejorado notablemente.

Por otra parte, la equinoterapia ha incorporado un elemento "social" que antes no teníamos: es una oca-

sión de juntar a familia y amigos en torno a una actividad de Marina. Normalmente, ella es la que acompaña a los demás niños a hacer cosas, pero aquí es ella la que aglutina al resto a su alrededor. Siempre hay alguno de sus primos, su hermano o amigos, que se apuntan a dar un paseo a caballo. Luego organizamos una comida y, en fin, es un buen plan para todos.

En definitiva, hemos encontrado aquí un estímulo completísimo y que además la hace feliz. Algo muy difícil de conseguir para estos niños con tantas limitaciones.

“  
Sus sentidos se ven  
estimulados por el  
contacto con el animal  
y físicamente tanto  
su tono muscular,  
como su equilibrio  
han mejorado  
notablemente”



Marina se prepara para la sesión de terapia asistida en compañía de Mar, terapeuta, y de Mercedes, su madre.