

E-INNOVA EDITORIAL: EQUINOTERAPIA

Eva Guerrero Tomás

Directora de Fundación MHG y Experta en Equitación Terapéutica por la Universidad Complutense de Madrid



Las terapias ecuestres, Intervenciones Asistidas con Caballos (IAC), equinoterapia, interacción beneficiosa con equinos, son distintas maneras de denominar el trabajo que, profesionales del ámbito de las ciencias de la salud y del ámbito socio educativo principalmente, y que además ofrecen una formación específica en estas terapias, llevan a cabo con la colaboración de un caballo expresamente preparado para realizar estas actividades.

Ya en 460 a.C., Hipócrates, destacado médico de la época, decía que el ánimo de quienes no se podían curar, podía verse mejorado con la práctica de la equitación.

De la antigua Grecia a nuestra actualidad estas intervenciones han evolucionado de manera intermitente, pero, finalmente, se han consolidado en nuestro país siendo muchos los centros ecuestres que cuentan con profesionales que trabajan las IAC.

En este sentido hay distintas universidades y centros que dedican sus esfuerzos a la formación de profesionales en estas terapias.

Todavía, y a pesar del interés que tienen los profesionales de este ámbito, no

hay una legislación concreta y definida que regule esta actividad. Sin embargo, son muchos los esfuerzos que entidades y profesionales del medio hacen para regular y dar un marco de actuación uniforme y reglado a todo lo que se refiere a esta actividad terapéutica.

Dentro de las terapias ecuestres se puede distinguir:

Hipoterapia: Enfocada a trabajar aspectos físicos, neuromotóricos afectados. El usuario no tiene autonomía suficiente para manejar el caballo por lo que precisa de un conductor que lo dirija mientras el caballo, ejerce sus cualidades sobre la persona afectada.

Equitación terapéutica: En este caso el usuario si puede tener autonomía para manejar el caballo y los objetivos a trabajar están enfocadas a aspectos cognitivos, sociales, emocionales y comunicativos.

Equitación adaptada: enfocada a la actividad lúdico- deportiva, pero teniendo en cuenta las adaptaciones necesarias para la correcta participación del usuario en la misma.

¿Por qué el caballo?

Características que contribuyen a la obtención de beneficios sobre el caballo:

- Temperatura del caballo está entre 2-3 grado por encima de la del cuerpo humano lo que contribuye a relajar y a reducir el tono muscular.
- Su eje central, simétrico, dinámico y horizontal permite trabajar la lateralidad, el equilibrio, la coordinación, la simetría...
- Al paso, transmite entre 90-110 impulsos rítmicos por minuto lo que supone una sacudida musculoesquelética de todo el cuerpo.
- Montar a caballo equivale a caminar sentado.
- Animal sensible, que no prejuzga y que se muestre dispuesto a participar en las sesiones de terapia.

El caballo, por sus cualidades morfológicas y temperamentales puede ofrecer múltiples beneficios a quien monta de manera continuada en el tiempo y siempre que esté dirigido por un profesional cualificado y sensible a sus necesidades.

Las áreas de actuación son múltiples destacando como objetivos de mejora aquellos aspectos que, a nivel fisiológico, emocional, físico, cognitivo, sensorial, comunicativo y /o relacional, sean susceptible de trabajar en cada caso particular.

En la actualidad, están realizándose estudios científicos que determinan su eficacia. Si bien, se precisa de una mayor inversión para que, las investigaciones al respecto sean más prolongadas en el tiempo y el número de participantes mayor. La extracción de resultados más concluyentes permitiría difundir con mayor solidez los efectos positivos que estas Intervenciones Asistidas con caballos (IAC) tienen en personas con alguna discapacidad, trastorno o que precisen de algún apoyo concreto.