

LA EQUINOTERAPIA SOCIAL.

La equinoterapia social, es una modalidad más de la terapia asistida por caballos. Aunque su nombre no esté reconocido a nivel internacional, en Cataluña se ha empezado a usar esta nomenclatura a raíz de la experiencia desarrollada en el Centro de Acogida de Menores, SAC XIROI, ubicado en Castellví de la Marca, Barcelona. Sac Xiroi, con más de 15 años de trabajo en el ámbito social de la atención al niño en situación de conflicto, ha tenido siempre en sus instalaciones al caballo como un mediador entre los niños que residen en el centro y los educadores del mismo. También tenemos precedentes internacionales como la granja escuela GREEN CHIMNEYS de Nueva York, cuyo fundador, Samuel Ross, inició un trabajo con chicos discapacitados de los barrios más deprivados de la ciudad en los años setenta y se han convertido en un referente imprescindible para el campo del que estamos hablando.

¿Qué se entiende por Equinoterapia Social?

Según **Raquel Vicente**, educadora social y profesora de equitación de Centro Hípico Adaptado Mas Aragó, de Tarragona:

"La Equinoterapia Social es la combinación de la técnica de la equitación y el conocimiento del mundo del caballo con la necesidad de educar y/o reeducar determinadas actitudes personales o de un colectivo. El objetivo de la Equinoterapia Social es el de aprovechar la relación con el caballo para ayudar a personas con problemas de adaptación social a superar sus conflictos".

La equitación es una disciplina deportiva que como cualquier disciplina requiere de una técnica para su desarrollo, pero, a diferencia de otras actividades deportivas, también requiere **sensibilidad, comprensión y amor** hacia los caballos.

Características del colectivo.

Para las personas con dificultad psicosocial la inadaptación proviene de diferentes problemas asociados o resultantes de una situación de base deficitaria, carencias afectivas, condiciones de vida precarias, ausencia de normas o reglas de vida, alcoholismo, malos tratos...

En general, estas personas presentan problemas de conducta y comportamiento que se manifiestan por determinadas actitudes de enfrentamiento o evitación, falta de control y dominio de las reacciones, intolerancia a la frustración, conductas de abandono personal, etc.

El caballo como mediador de conflictos.

Según **Mónica Goya**, educadora social y equinoterapeuta del Club Egara de Terrassa, la cualidad que hace diferente al caballo del resto de los animales es su gran **empatía**.

Para relacionarnos con el caballo tenemos que establecer una comunicación que al enriquecerse se impregna de una importante carga afectiva. Esta comunicación se establece con el contacto día a día, cuando nos hacemos cargo de los animales y se antepone sus necesidades a las de uno mismo.

El caballo permite que la persona en privación, pueda quitarse su máscara y relacionarse desde la afectividad y no desde la conflictividad.

Además despierta emociones y no tiene prejuicios hecho que lo convierte en un medio educativo de valores y responsabilidades.

¿Qué objetivos se pueden trabajar mediante la Equinoterapia Social?

Como se ha ido remarcando en esta serie de artículos una de las características más interesantes de la equinoterapia es que permite un amplio campo de intervención en las diferentes áreas de la persona, pues se trata de un enfoque globalizado.

En el ámbito social podemos remarcar como específicas las siguientes áreas:

- Área Intrapersonal.

1. Potenciar el conocimiento emocional de uno mismo.
2. Potenciar la seguridad y el control de impulsos.
3. Aumentar la autoestima y la autorrealización.
4. Fomentar la independencia.
5. Potenciar la afectividad.
6. Incrementar la tolerancia a la frustración.
7. Fomentar el optimismo y la alegría de vivir.

- Área Interpersonal.

1. Incrementar y enriquecer las relaciones interpersonales.
2. Fomentar la responsabilidad social.
3. Potenciar la empatía hacia los iguales y los animales como trabajo de enriquecimiento personal.

- Área de Adaptación Social.

1. Proporcionar estrategias de resolución de problemas.
2. Integrarse en la realidad de un entorno social normalizado.
3. Fomentar la flexibilidad.

¿Qué recursos son adecuados para intervenir en este marco concreto?

Pueden existir tantos recursos educativos como imaginación tenga el equinoterapeuta, ya que los juegos y las dinámicas de grupo son una fuente ilimitada de trabajo.

- **El volteo:** permite fomentar la *colaboración y la cooperación* mediante el trabajo en equipo. Cada miembro participante es una pieza clave y única para el buen desarrollo de los ejercicios a realizar. No destaca un líder, sino el grupo y su coordinación, así como las habilidades encima del caballo. También requiere responsabilidad cuando un compañero trabaja encima del caballo y otro lleva la cuerda.
- **Carruseles:** a partir de 4 alumnos. Cada jinete debe tener un buen control de su caballo y estar pendiente de las evoluciones de sus compañeros. Requiere mucha disciplina, complicidad y coordinación, así como concentración.
- **Equitación convencional:** una clase de equitación convencional es una prueba de valentía y supone saber solucionar conflictos por uno mismo. Se debe tener autoconfianza para "dominar" el caballo (que no es más que dominar las propias emociones). Se debe tener paciencia, cuando las cosas no salen como uno desea y tolerar la frustración que esto genera.

Es importante que el equinoterapeuta conozca la historia de cada persona, disponga de datos sobre su vida y trabaje en colaboración con otros profesionales que intervengan en su proceso de adaptación social.

Bibliografía:

- Publication de l'Association Handi-Cheval (2000): Cheval. Inadaptations et Handicaps. Ed.Maloine. Paris.
- Caudet y Arza, F.(2002): EQUINOTERAPIA. El caballo mucho más que un amigo. Ed.Astri. Barcelona
- Apuntes de las I Jornadas de Equinoterapia. Federación Navarra de Deportes Adaptados. Pamplona-Añéscar. Abril 2003

Sònia Romera.

Maestra de Educación Especial.

Especialista en Reeducación por la Equitación, Universidad Complutense Madrid.

Coordinadora del Postgrado de Equitación Terapéutica de la Universidad de Vic.

Directora del Centro Hípico Adaptado Mas Aragó. Santes Creus. Tarragona

Raquel Vicente.

Coordinadora del Centro Hípico Mas Aragó.

