

LA EQUINOTERAPIA.

Seguramente muchos de los lectores han oído hablar de términos como Hipoterapia, Equitación o Monta Terapéutica, Equitación Adaptada...

La intención de este artículo sobre Equinoterapia es la de clarificar conceptos para una mejor comprensión del sector hípico.

¿QUÉ ES LA EQUINOTERAPIA O TERAPIA ASISTIDA POR CABALLOS, T.A.C.?

"Es una terapia complementaria a las ya existentes que utiliza al 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".

Como la definición es muy amplia se decidió crear una subdivisión en el Congreso Internacional de Equitación Terapéutica de Toronto (Canadá) 1988 y fue aprobada posteriormente a nivel internacional por la FRDI (Federation of Riding for the Disabled International) con sede en Bélgica:

La hipoterapia.

Va dirigida a aquellas personas que por su grave discapacidad física y/o cognitiva no pueden ejercer prácticamente ninguna acción sobre el caballo.

El abordaje terapéutico se hace desde una perspectiva principalmente rehabilitadora y educativa.

Una particularidad de la Hipoterapia es que se trabaja mayoritariamente al paso y sin silla para que el jinete pueda beneficiarse de los 3 principios de la equinoterapia de los que hablaré a continuación.

La Equitación Terapéutica.

Va dirigida a personas que pueden ejercer alguna acción sobre el caballo, ya sea en el momento de la higiene, en el de preparación del material o en el acto mismo de montar a caballo.

A esta modalidad de equinoterapia se une el objetivo terapéutico a la enseñanza de habilidades de equitación. El usuario aprende a utilizar las señales específicas de la equitación (ayudas) para convertirse en un jinete activo. El usuario maneja a su caballo por la pista y monta con o sin silla (en las actividades de volteo).

El caballo trabaja al paso, al trote y al galope según el avance del usuario.

La Equitación Adaptada.

Está dirigida a aquellas personas que practican la equitación como una opción lúdica y/o deportiva pero que por su discapacidad precisan adaptaciones para acceder al caballo: rampas, podiums, montadores o para montar: cascos, riendas, sillas y estribos adaptados.

La Equinoterapia Social.

La Equinoterapia Social va dirigida a aquellas personas que se encuentran en situación de conflicto la cual les genera problemas de adaptación social.

Aunque el término no esté acuñado por la FRDI se está extendiendo su uso.

LOS TRES PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA EQUINOTERAPIA.

Y para entender un poco más la Equinoterapia es preciso hablar de **qué tiene el caballo que no tenga otro animal.**

El caballo nos ofrece tres características que se son la base de la Equinoterapia:

a) La transmisión del calor corporal del cuerpo del caballo al jinete.

El calor corporal del caballo es de 38° y una vez ejercitado puede llegar a alcanzar 38, 8°. Como el cuerpo del caballo genera más calor que el del ser humano podemos beneficiarnos de él como si fuera un instrumento calorífico que nos ayuda a relajar y distender la musculatura espástica (excesivamente rígida).

b) La Transmisión de impulsos rítmicos.

El caballo transmite a través de su dorso de 90-110 impulsos rítmicos al cuerpo del jinete que estimulan reacciones de equilibrio y producen una agradable sensación por su efecto mecedora, lo que contribuye también al bienestar psíquico y emocional del jinete.

c) La transmisión de un patrón de locomoción similar al de la marcha humana.

La biomecánica del paso del caballo es muy similar a la del ser humano. Cuando eleva los miembros posteriores por debajo del centro de gravedad, la grupa y el lado del dorso en el que el posterior está elevado descienden ostensiblemente. Esto sucede de forma alterna al paso en 4 tiempos y al trote en 2. Este movimiento se transmite a la pelvis del jinete y es como "si andara sentado".

Estos tres principios que se dan simultáneamente mientras la persona monta son la diferencia entre la terapia asistida por caballos y la terapia asistida por otros animales, que aportan también múltiples beneficios pero que no ofrecen la particularidad de podernos montar en ellos.

Así pues la combinación de un caballo que transmita adecuadamente los tres principios, un terapeuta formado en Equinoterapia, un entorno tranquilo, tiempo, objetivos terapéuticos y una buena tarea de seguimiento hacen de este tratamiento una herramienta importante en el campo de la disminución, los problemas emocionales y los problemas sociales.

Sònia Romera.

Maestra de Educación Especial.

Especialista en Reeducción 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