



# A GALOPE ENTRE DIVERSION Y TERAPIA



## OBJETIVO:

La equino-terapia tiene un enfoque científico-medico, clínico psicológico y social. Utiliza los parámetros neurofisiológicos, biomecánicos y psico-evolutivos del paciente, ayuda a esas personas con patologías mentales que necesitan toda nuestra atención y nuestro cariño, con una terapia al aire libre, actividad que brindará innumerables beneficios psíquicos y físicos, además de la alegría y supremacía de sentirse transportados por un noble animal: EL CABALLO.

Diseña una terapia a medida para cada paciente, consigue cambios que le permitirán sentirse mejor, disminuir algún malestar o desarrollarse en la dirección deseada, tanto en lo individual como en las relaciones con otras personas adaptando el tratamiento a sus necesidades.

## METODOLOGÍA:

La equino-terapia, considerada medicina del deporte, actúa en las áreas motoras, psíquicas, sensoriales, funcionales y sociales del paciente, requiere una selección de caballos adecuados y adiestrados cuidadosamente, conociendo las características físicas ideales, raza, color, comportamiento, carácter, temperamento y docilidad del animal. El caballo aconsejable para la práctica debe medir de 1 a 1,70 metros de alzada y tener entre 5 y 20 años. Debe estar acostumbrado a la gente y no espantarse nunca.

Es necesario conocer el modo de identificar científicamente el movimiento corporal del animal para obtener su utilidad y que adquiera un carácter científico dado que la actividad motriz modifica agudamente parámetros orgánicos.

La evaluación psicomotriz equino terapéutica para pacientes psiquiátricos, se basa en los conocimientos de la patología que presenta el paciente, edad, procedencia, si ha tenido otro tipo de terapias, grupo familiar u otros...

Todos ellos independientemente de su patología concreta, tienen en común algunos factores que limitan e interfieren en su vida cotidiana:

- Sensación de malestar y sufrimiento emocional, le cuesta concentrarse en su tareas.
- Estar constantemente nervioso, preocupado excesivamente, sentir ansiedad, estar triste y deprimido.
- Sus problemas no se solucionan a pesar de los esfuerzos y de la ayuda que le ofrecen sus familiares y amigos.
- Tiene la autoestima baja, timidez o problemas para relacionarse, su conducta le daña o daña a las personas de su alrededor.
- Tiene necesidad constante de ser el centro de atención y tiene dificultad en establecer relaciones satisfactorias.

## RESULTADOS:

El caballo transmite unas 110 vibraciones por minuto que actúan sobre el sistema nervioso del paciente estimulándole y ayudándole a mejorar, el calor corporal del animal a las piernas produce una relajación que ayuda a que la tonicidad muscular endurecida se libere. El paciente consigue encontrar un equilibrio físico con los impulsos rítmicos del animal moviéndose al paso, que le aporta estabilidad. La sensación de avanzar hacia adelante sobre el dorso del caballo ejerce una enorme influencia positiva sobre el estado anímico, estimula la atención, la memoria y la concentración, proporcionando ganas y fuerzas para continuar con los otros ejercicios, ayuda a crear confianza en sí mismo y en su entorno, afianza su personalidad.

El íntimo contacto con el caballo produce alegría y ganas de seguir adelante porque el caballo le expresa con gestos claros y directos cariño durante la actividad ecuestre desarrollando amor y respeto hacia el animal. Al hacer ejercicio el paciente tiene sensación de mejora de salud. Al relacionarse con personas diferentes de las de su entorno habitual, se crean relaciones de amistad con sus compañeros desarrollando de este modo cualidades socio integrativas, paciencia, tolerancia y responsabilidad en las tareas encomendadas.

La Equino-terapia puede alterar el efecto de drogas utilizadas como medicamentos, mejorando la respuesta terapéutica.

El equipo de equino-terapia debe adecuar el trabajo corporal a cada persona para que produzca los efectos orgánicos, psicológicos y sociales. Dependiendo de su afección también continuará con su tratamiento médico, psicológico y social en su hogar y otras Instituciones asociadas, siendo esta actividad esencial para lograr los objetivos terapéuticos propuestos con cada persona.

## CONCLUSIONES:

Es una disciplina ecuestre que aprovecha la relación afectiva que se establece con el caballo para ayudar a personas con problemas de adaptación social a superar sus conflictos y así integrarse de forma normal en la sociedad. Actúa con todos sus beneficios psicológicos a través del sistema límbico, donde manejamos la autoestima, la fuerza de decisión, la independencia, la superación y otros sentimientos positivos que se generan gracias al caballo. El contacto con el animal aporta facetas terapéuticas a nivel: cognitivo, comunicativo, de personalidad, psicológicos, pedagógicos, motrices, funcionales, neuro-musculares...

La anatomía, la fisiología humana, la semiología y la patología son la base teórica de este campo de la medicina, desde un enfoque científico-medico de acuerdo al nuevo abordaje y normativas de la ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD; el profesional equino-terapeuta debe tener una carrera universitaria en el área del cuerpo humano, debe tener habilidades ecuestres óptimas, conocimientos de pedagogía, psicología y realizar anualmente las actualizaciones de la Equino-terapia propiamente dicha. Cursos que se dictan en diferentes lugares de la Argentina, Uruguay, Brasil, Colombia, Méjico, EEUU, Alemania, Noruega, Holanda, Australia y España.

La equino-terapia no es recomendable en personas con problemas ortopédicos, con alergia al pelo del caballo, que padezcan hemofilia o que sufran convulsiones.

