

TRABAJO FIN DE GRADO

**Beneficios de las terapias asistidas con caballos en
personas con discapacidad**

“Es imposible desperdiciar una hora de vida, si estas encima de la silla de montar”
Winston Churchill

Alumnas: Andrea Whitehouse Tedd Sánchez y Beatriz González Rivero

Tutor: Jose Luis Castilla Vallejo

Convocatoria: Septiembre de 2021

Grado: Pedagogía

ÍNDICE:

Resumen	3
1. Introducción	4
2. Metodología	5
4. ¿Qué es la equinoterapia?	8
4.1. Indicaciones y contraindicaciones	10
5. Clasificación de las terapias asistidas con caballos	13
6. Beneficios de las terapias ecuestres	14
7. ¿Por qué el caballo?	16
7.1. Primer principio: transmisión del calor corporal del equino al cuerpo del jinete.	17
7.2. Segundo principio; transmisión de impulsos rítmicos del lomo del caballo al cuerpo del jinete.	17
7.3. Tercer principio: transmisión de un patrón de locomoción tridimensional equivalente al patrón fisiológico de la marcha humana.	18
8. Resultados	19
10. Conclusión	23
11. Referencias bibliográficas	24
12. Anexos	26

Resumen

El presente Trabajo Fin de Grado (TFG) tiene como objetivo principal dar a conocer los múltiples beneficios que aportan las intervenciones realizadas con caballos. Para ello se ha realizado una búsqueda de información y revisión bibliográfica de artículos, libros, revistas, así como la observación de sesiones de terapias y la realización de una entrevista a la terapeuta para conocer información de primera mano. Esto nos ha permitido tener un mayor conocimiento sobre el mundo del caballo, donde se han detallado los beneficios que aporta a nivel físico, psicológico y social la práctica de la equitación. Gracias a la revisión realizada, podemos decir que las intervenciones con caballos son una alternativa complementaria a las terapias convencionales, ya que desde otro contexto totalmente diferente se puede mejorar la calidad de vida de las personas.

Palabras clave: Intervención asistida con caballos, beneficios, equitación, terapias.

Abstract

The main objective of this Final Degree Project (TFG) is to publicize the multiple benefits that interventions carried out with horses provide. For this, an information search and bibliographic review of articles, books, magazines has been carried out, as well as the observation of therapy sessions and an interview with the therapist to learn first-hand information. This has allowed us to have a better knowledge about the world of the horse, where the benefits that the practice of horsemanship brings on a physical, psychological and social level have been detailed. Thanks to the review carried out, we can say that interventions with horses are a complementary alternative to conventional therapies, since from a totally different context the quality of life of people can be improved

Key words: Horse interventions assisted, benefits, horse riding, therapies.

1. Introducción

La equinoterapia es un método terapéutico y educacional que utiliza al caballo como instrumento para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual, física o sensorial, problemas de salud mental o problemas de adaptación social.

En la actualidad las terapias ecuestres son consideradas actividades terapéuticas complementarias al tratamiento convencional, que aportan una serie de beneficios exclusivos debido a su naturaleza, ya que los caballos nos sirven de elemento potenciador del desarrollo del individuo, produciendo beneficios físicos, emocionales, cognitivos, psicomotores y sociales.

Entre las ventajas de hacer este tipo de terapia está la mejora postural, el fortalecimiento en la columna y la ayuda para caminar, para quien tenga problemas motrices que impidan hacerlo correctamente. La marcha del caballo permite fortalecer los músculos y mejorar el equilibrio y el control del cuerpo. Los pacientes ganan en agilidad y seguridad.

Mediante juegos y ejercicios trabajan también la memoria, el lenguaje, la atención y la coordinación. Y alcanzan logros con los que difícilmente habrían podido soñar.

La estructura que hemos establecido para realizar esta revisión teórica se clasifica de la siguiente manera:

- En primer lugar, hablaremos de la metodología que hemos empleado para llevar a cabo este Trabajo Final de Grado, donde se exponen las fuentes y los buscadores consultados para recabar la información necesaria.

- Para introducirnos en el tema principal de este trabajo, se ha realizado un breve recorrido de la evolución histórica de la equinoterapia, donde podremos ver cómo han avanzado las terapias ecuestres hasta la actualidad.
- Seguidamente, explicaremos qué es la equinoterapia así como las indicaciones y contraindicaciones que esta presenta para realizarla.
- A continuación, haremos una clasificación de los tipos de terapia más comunes que existen en la actualidad y se explicarán los beneficios que cada una de ellas aporta a los sujetos que la realizan.
- Posteriormente, explicaremos por qué el uso del caballo y los diferentes aspectos que hacen que este animal sea considerado uno de los mejores terapeutas.
- En el siguiente apartado, comentaremos los resultados que hemos obtenido tras analizar varios estudios, en los cuales se corroboran los beneficios que tienen las terapias asistidas con caballos.
- Finalmente terminaremos con una discusión y conclusión del trabajo y con las referencias bibliográficas que hemos utilizado.

2. Metodología

La metodología de nuestro Trabajo Final de Grado ha consistido en la realización de una búsqueda bibliográfica, a través de la lectura de fuentes tanto primarias como secundarias, y de la selección de libros, artículos, estudios y revistas, entre otros, que más se acercaran al objeto de estudio de este trabajo: “Los Beneficios de las Intervenciones Asistidas con caballos en personas con Necesidades Especiales”. Para recabar información, también hemos contado con la posibilidad de asistir en el mes de agosto a dos sesiones de equinoterapia impartidas por Raquel Rodríguez Alonso, psicóloga y terapeuta, a la cual le hemos podido realizar una entrevista que nos ha servido de gran ayuda para entender mejor que son las terapias ecuestres y sus beneficios.

Aparte de enfocarnos en este objetivo, nos ha parecido interesante analizar las formaciones que se dan en Canarias, como las asociaciones y proyectos enfocados a la equinoterapia que podemos encontrar en las islas. La selección de la bibliografía se ha

realizado a través de la consulta en diversos buscadores como es el caso de: la biblioteca de la ULL, el punto Q, Dialnet, Google Académico y páginas webs. Decidimos no centrarnos en una necesidad especial, sino hacer una búsqueda más amplia y analizar los diferentes resultados. Para dicha búsqueda se han utilizado distintos términos tanto en español como en inglés: Equinoterapia, hipoterapia, hippotherapy, diversidad, terapia con caballos, horses assisted therapy, terapias ecuestres, intervenciones con caballos... En total se seleccionaron diecinueve fuentes bibliográficas:

Tabla 1. Número de fuentes encontradas y seleccionadas.		
<i><u>Buscadores</u></i>	<i><u>N. de Fuentes Encontradas</u></i>	<i><u>N. de Fuentes Seleccionadas</u></i>
Biblioteca ULL	22	2
Punto Q	26	1
Google Académico	17.100	8
Dialnet	5	1

El resto de las fuentes bibliográficas se han recabado de páginas webs, las cuales están citadas en la bibliografía.

3. Evolución histórica de la equinoterapia

Haciendo un recorrido por la historia, los animales han acompañado a los humanos durante las diferentes etapas de la vida desempeñando diversas e importantes funciones.

En un principio el caballo solo se veía como fuente de alimento, pero más tarde empezó a domesticarse y a utilizarse para distintos fines: como medio de transporte de personas y de mercancías, en las tareas agrícolas, como compañero de batalla, etc. Poco a poco, las nuevas tecnologías y la evolución cultural de las personas han transformado el concepto de estos animales y es por eso que han ido desbancando al caballo en muchas tareas, de modo que ahora el principal papel que ocupa en nuestras vidas es el de un animal de compañía con quien compartir una afición o un deporte.

Desde los tiempos de Hipócrates 460 a.c el Padre de la Medicina, mencionó en su libro “Las dietas”, lo saludable del ritmo del caballo al andar; donde recomendaba a sus pacientes, incluso, en fase terminal, que dieran pequeños paseos a caballo diariamente, ya que estaba convencido de que no solo mejoraría la salud física, sino que mejoraría su estado de ánimo. Por otro lado, Diderot en su enciclopedia explicaba que la unidad jinete-caballo estimulaba un continuo movimiento muscular que influencia a todo el cuerpo. Giuseppe Benvenuti (1772) hacía referencia a la activa función terapéutica del caballo. Joseph C. Tissot (1782) trató exhaustivamente los efectos del movimiento del caballo sobre el jinete y Chassaignac (1875) neurólogo francés, hacía referencia a la mejora del equilibrio, el movimiento articular y el control muscular de sus pacientes, gracias al empleo del caballo.

En el año 1901, se produce una nueva corriente rehabilitadora en el hospital ortopédico de Oswestry en Inglaterra, el caballo empieza a utilizarse como medio para ayudar a los pacientes y durante la Primera Guerra Mundial, el hospital de Oxford, emplea a los caballos, como elemento básico en la cura de los soldados heridos.

Una de las historias que potenció los beneficios de la equinoterapia fue la de Lis Hartel. Era una amazona de Dinamarca que a los 16 años sufrió una grave poliomielitis y por culpa de ello se vio obligada a trasladarse en silla de ruedas. Lis practicaba la equitación antes de enfermarse y frente a la opinión de los médicos encargados de sus cuidados continuó practicando la actividad con la ayuda de su fisioterapeuta noruega Elisabeth Bosiker. Ocho años más tarde, Lis consiguió la medalla de plata en Doma clásica en los Juegos Olímpicos de Helsinki de 1952, donde compitió con los mejores jinetes del

mundo. Al subir al pódium con sus dos muletas despertó el interés de la comunidad médica. Más tarde en las Olimpiadas de 1956 de Melbourne repitió la hazaña y su ejemplo llamó la atención de muchas personas en todo el mundo y es a partir de este hecho cuando el caballo comienza a utilizarse regularmente como asistente de terapia y con una supervisión médica.

Los países pioneros en la utilización del caballo con finalidad terapéutica son Noruega, Dinamarca, Alemania, Italia, Gran Bretaña y Estados Unidos. En algunos países incluso son consideradas una terapia complementaria integrada en la oferta de la seguridad social, dentro del sistema público de salud.

A partir de 1960 se generaliza su empleo de forma progresiva en Alemania, Austria, Suiza, Noruega, Inglaterra y Francia, comenzando a emplearse el término hipoterapia. En 1969 se fundó en los Estados Unidos la “North American Riding for the handicapped Association (NARHA)”. En 1987 un grupo de 18 fisioterapeutas de los Estados Unidos y Canadá viajan a Alemania a estudiar la hipoterapia, y a partir de entonces se estandariza su empleo, ganando en organización en el periodo de 1988/1992. En estas fechas se funda la American Hippotherapy Association. En 1994 se establece en los EU el registro nacional de equino terapeutas y en 1999 se reconoce la especialidad. En la actualidad hay más de 700 centros que desarrollan la actividad en los Estados Unidos.

Por último, mencionar a María Ernst como pionera en España en la utilización del caballo con fines terapéuticos. En los últimos años se ha producido un incremento de centros hípicos que en su cartera de servicios ofrecen Intervenciones Asistidas con caballos (IAC) y de profesionales especializados en este campo. Siendo de gran interés la creación de la Federación Española de Terapias Equestres (F.E.T.E), entidad sin ánimo de lucro formada por asociaciones que realicen IAC y profesionales independientes.

4. ¿Qué es la equinoterapia?

Con el término genérico “Equinoterapia” se denominan diversas técnicas orientadas al tratamiento de personas con discapacidad, en las que un elemento central es el caballo

(Gross, 2006). Con esto queremos decir que la Equinoterapia, se podría definir como un método terapéutico y complementario, donde el caballo tiene un papel muy importante, ya que este creará el vínculo entre el/la educador/a y el/la usuario/a. Buscando la integración, rehabilitación y desarrollo físico, psíquico, emocional y social de la persona con necesidades especiales a través de un abordaje interdisciplinario. Todo esto con el fin de poder proporcionar una mejor calidad de vida.

Este tipo de terapias no tiene un límite de edad, se utiliza en niños/as como en personas adultas con cualquier tipo de necesidad especial. Eso sí, cada caso se estudia de manera individual y posteriormente se crea el programa que será llevado a cabo para cada uno de los/as usuarios/as. Es importante que sepamos que para hablar de terapia es necesario un equipo multidisciplinario, conformado en función del tipo de necesidad a tratar.

No todas las personas conocen los aspectos positivos de estos animales. El equino por sus características morfológicas, de desplazamiento (biomecánicas) y atributos sensoriales perceptivos, hacen de esta especie una fuente de recursos terapéuticos inagotables, para diversas patologías que pueden comprometer la salud del ser humano. El caballo da movimiento...y el movimiento es vida.

El caminar del caballo produce un movimiento multidireccional, al que llamamos movimiento tridimensional, el cual ejerce efectos kinésicos – terapéuticos, movilizándolo el centro de gravedad del jinete con una cadena variable, rítmica y repetitiva. Es un movimiento que resulta ser el único en el mundo animal que produce un estímulo neurológico semejante al caminar humano, esto quiere decir, que el animal nos hace efectuar los mismo movimientos que hacemos nosotros/as cuando caminamos. Además, el contacto con el caballo proporciona múltiples sensaciones que influyen positivamente en facetas educativas y terapéuticas a niveles cognitivos, comunicativos y de personalidad (Pellitero, C. F.; Kiwitt, G. I.; Gurini, V., 2006).

Debemos de tener presente que la terapia asistida con caballos no es una cura por completo de la discapacidad, lo que estamos buscando es la mejora de la calidad de vida en estas personas y que por ende, su discapacidad no progrese.

El medio donde se lleva a cabo la equinoterapia es muy distinto a los lugares donde se suele recibir rehabilitación médica, kinesiológica, etc.; ya que se conecta directamente con la naturaleza y todos los elementos que esta presenta como sonidos, olores, texturas, temperatura, movimientos, ritmos, sensaciones que impactan en el usuario de manera agradable y persistentemente, ofreciendo así una amplia gama de estímulos psico-sensoriales.

Con esto queremos decir, que el entorno del caballo como su hábitat, es un lugar amplio, natural, interactivo, biológico y dinámico, dónde todo está en constante movimiento o acción, lo cual genera una reacción en los/las usuarios/as, y de esta manera trabajar con el “estímulo- respuesta”. La relación que se establece con el animal, desde el aseo y preparación del caballo, hasta que se montan encima de este, conlleva nuevas formas de comunicación, socialización, autoconfianza y autoestima. Sentir el efecto de este animal cuando se cepilla, acaricia o alimenta ayuda a crear una comunicación en forma de diálogo no verbal.

Con estas “herramientas” que se nos ofrecen de forma natural, podemos comenzar a trabajar con el paciente ofreciéndole una experiencia nueva y emocionante, y de este modo empezar a elaborar el aprendizaje desde otra perspectiva, con el fin de ir avanzando e ir cumpliendo nuevos objetivos o metas que nos vayamos proponiendo.

Es muy importante que cada estrategia que vayamos a utilizar, sea de forma personalizada e individual, por lo cual se deberá conocer al paciente mediante Historia Clínica (tipo y forma de la patología, antecedentes, mediación y/o indicación específica, etc.) y también a nivel educativo. Ya que si el paciente presenta dificultades a nivel motor por ejemplo, puede que tenga mayor dificultad para subirse al caballo, no siempre es así, pero todo esto hay que tenerlo en cuenta. Y a través de la evaluación previa, se valora el caso de cada uno/a, y también si se puede llevar a cabo la terapia o no. Sabiendo esta información de antemano, será mucho más fácil diseñar un plan de intervención lo más adecuado para cada paciente.

4.1. Indicaciones y contraindicaciones

La equinoterapia está dirigida tanto a niños/as, como a adultos/as, que presenten alteraciones como, (AAEPAD, 2002):

- Disfunciones neurológicas con alteraciones motoras: parálisis cerebral, accidente vasculocerebral, traumatismo craneoencefálico.
- Retraso en el desenvolvimiento, problemas de aprendizaje, inadaptación social.
- Problemas respiratorios: asma, bronquitis, enfisema, patologías pulmonares obstructivas crónicas, secuelas quirúrgicas y/o traumáticas.
- Problemas sensoriales, visuales, auditivos y fonológicos.
- Enfermedades Viscerales.
- Celiaquía.
- Acondroplasia.
- Problemas sociales (adicciones, riesgo social, problemas de alimentación, abuso sexual, etc.)

La equinoterapia también está indicada, en el área de la medicina, en todos los cuadros clínicos cuya sintomatología se refleje en una disfunción locomotora, leve o grave, a causa de daño neurológico, traumático o degenerativo. Como por ejemplo:

- Parálisis cerebral.
- Esclerosis múltiple.
- Síndromes diversos: Síndrome de Down, Síndrome de Rett.
- Escoliosis.
- Enfermedad de Parkinson.
- Secuelas de traumatismo con disfunción motora.
- Espina bífida.
- Problemas ortopédicos: Alteraciones y desvíos posturales, déficits del equilibrio, degeneraciones articulares, secuelas de traumatismos, amputaciones, deficiencias congénitas.
- Patologías reumáticas: artritis reumatoide adulta e infantil, gota.
- Discapacidad visual, auditiva y del lenguaje.

En el área de la pedagogía, psiquiatría y psicología se recomienda en todas aquellas personas con cualquier tipo de trastorno y/o problema donde se utiliza el caballo como herramienta de cambio. Ejemplos donde se han observado buenos resultados son los siguientes:

- Disturbios psíquicos y emocionales: autismo, fobias, psicosis.
- Trastorno de déficit de atención con o sin hiperactividad.
- Deficiencias de la coordinación psicomotricidad.
- Alteraciones comportamentales: agresividad, nerviosismo, estrés, timidez, insomnio, hábitos sedentarios.
- Adicciones.
- Anorexia nerviosa.
- Problemas del lenguaje.
- Menores en conflicto con la ley.

¿Cuándo no es beneficiosa la equinoterapia?

A pesar de todos los aspectos positivos que aparecen dentro de este tipo de terapias, y de no encontrar ningún efecto secundario que sea negativo, en algunos caso la inclusión del animal puede verse impedida por algunos motivos como:

- Cuando alguna persona se vuelve posesiva con el animal de terapia, y decide quedárselo para sí.
- Si se producen daños por causa de una mala selección del animal, fallas en el control o en el manejo de las mascotas.
- Pacientes con daños cerebrales o necesidades avanzadas pueden alterar al animal sin proponérselo.
- Personas con expectativas irreales pueden pensar que el animal los rechaza, lo que aumentará su baja autoestima.
- Cuando puede haber alguna transmisión de enfermedades entre el humano y el caballo.
- La alergia a los equinos puede crear problemas respiratorios o reacciones adversas en las personas.

- Los pacientes que tengan heridas expuestas o baja tolerancia a las enfermedades deben ser monitoreados cuidadosamente.
- Temor o desconfianza hacia determinados tipos de animales.
- Responsabilidad de costos para el desarrollo de las actividades.
- Daños producidos por problemas de traslado o manipulación con el animal.
- Cuando el animal no disfruta realizando visitas o participando de las actividades.

En cuanto a las contraindicaciones, la terapia con caballos no es recomendada para pacientes que no se deban movilizar y donde existan procesos inflamatorios, como pueden ser: luxación de cadera, displasia de la cadera, hernia de disco, espina bífida, trombosis con peligro de embolia, enfermedades orgánicas inflamatorias, distrofia muscular, hemofilia, Insuficiencia cardíaca. (Edith Gross, 2002).

En la equinoterapia, todo nuestro cuerpo se expone al movimiento que surge en respuesta al andar del equino; realizando de este modo un impulso en el sistema articular- muscular. Pero existen algunas circunstancias en las que no es conveniente aplicar esta terapia, ya que existen contraindicaciones para algunos cuadros clínicos. En general la equinoterapia está contraindicada en todo caso, donde no se debe movilizar y donde existen procesos inflamatorios, como dijimos anteriormente. Por lo tanto, no es recomendable aplicar la equinoterapia en los siguientes casos:

- Displasia de cadera.
- Luxación de cadera.
- Escoliosis mayor de 40°.
- Insuficiencia cardíaca.
- Enfermedades óseas inflamatorias.
- Enfermedades orgánicas inflamatorias.
- Padezcan alergias (al pelo del caballo, al polvo o cualquier otra).
- Con hemofilia (sangrado constante y mala coagulación).
- Personas que tengan alguna enfermedad que provoque convulsiones. (Epilepsias no controladas).

5. Clasificación de las terapias asistidas con caballos

Dentro de la equinoterapia existen diversas referencias en función del objetivo que se desea conseguir. Las más comunes son:

- **Hipoterapia:** Este tipo de intervención se utiliza en los casos más severos, cuando el usuario no ejerce ninguna acción sobre el animal, el caballo en este caso actúa como rehabilitador y reeducador, con su ritmo en el movimiento tridimensional, el calor y su presencia. Es un tratamiento fisioterapéutico y psicomotor, donde el profesional es quien dirige la actividad y el caballo el que actúa. Esta terapia genera sobre el paciente múltiples estímulos para mejorar finalmente aspectos como la coordinación o el equilibrio.
- **Equitación terapéutica:** Es un tratamiento integral que va más allá de la simple monta, ya que propone que el paciente sea el responsable de los distintos cuidados que necesita el caballo, los cuales ejercen una acción de mando sobre el animal, tanto en la preparación, como en la conducción o manejo de este, orientadas a reeducar, corregir, mejorar o paliar síntomas. Adquirir esta responsabilidad impacta de manera muy positiva sobre la capacidad de interacción e independencia.
- **Volteo terapéutico:** Esta modalidad se combina con la equitación terapéutica, siendo ambas las más habituales en la práctica diaria. Se trata de la realización de ejercicios gimnásticos de manera individual sobre el caballo mientras éste está en marcha o parado, la monta en este caso se realiza únicamente sobre una manta para así poder realizar los ejercicios. Para esta actividad se requiere atención, concentración, autocontrol, confianza, seguridad y autoestima por parte del usuario. Esta terapia no tiene únicamente objetivos fisioterapéuticos sino también psicopedagógicos.
- **Equitación adaptada:** Es la modalidad que más se aleja de la terapia, ya que consiste en la adaptación de la equitación tradicional, por lo tanto este tipo de terapia está dedicada a aquellas personas que disfrutan con la equitación, pero que padecen algún tipo de discapacidad física y por ello necesitan que la monta se adapte a sus necesidades individuales, el objetivo de esta terapia es el

desarrollo máximo de habilidades por parte del jinete o amazona y/o del uso de adaptaciones para la integración normalizada del deporte.

6. Beneficios de las terapias ecuestres

Se considera que las terapias ecuestres son capaces de conseguir nuevos estímulos complementarios a los logrados con tratamientos convencionales, ya que la cadencia rítmica y constante del caballo al andar proporciona una forma ideal de trabajo y estimulación.

A nivel psicológico, el hecho de montar a caballo rompe con el aislamiento del usuario y pone en igualdad de condiciones a las personas con diversidad del resto de jinetes y amazonas

Es por ello que montar a caballo facilita la superación al miedo, mejora la confianza y la capacidad de concentración y hace perder las inhibiciones físicas y emocionales. Esto sumado al trabajo de los terapeutas permite posibilidades terapéuticas y estimulantes infinitas. A continuación se resumen los principales beneficios:

A nivel físico y motor

- Mejora el tono muscular.
- Movilización de las articulaciones de columna y pelvis.
- Facilita el equilibrio y el mantenimiento del tronco erguido.
- Incremento de la elasticidad, agilidad y fuerza muscular.
- Inhibición de reflejos tónicos y movimientos asociados. Favorecimiento de adquisición de la lateralidad.
- Mejora la percepción del esquema corporal (propiocepción).
- Permite trabajar la coordinación o la disociación de miembros y sus movimientos.
- Facilita la precisión de movimiento
- Permite la integración del gesto por comprensión de una orden recibida o por imitación

- Beneficia al sistema cardiovascular debido a la disminución de la presión arterial.
- Entrena la motricidad gruesa y fina, además de la coordinación.

A nivel cognitivo

- Estimulación de la concentración, la memoria y la atención.
- Aumento de los niveles de atención y conexión con el entorno.
- Favorecimiento de la localización temporal y espacial.
- Mejora de las funciones cognitivas en general: Memoria, atención, concentración, lenguaje, percepción, solución de problemas, planificación.

Además, a nivel sensorial, el animal y el entorno es fuente de estímulos (olores, texturas, sonidos, temperatura) que favorecen las experiencias sensoriales.

A nivel social

- El caballo funciona en la sesión como un facilitador o lubricante social:
- Motiva y potencia el uso del lenguaje oral y no oral.
- Ayuda a adquirir habilidades sociales básicas y avanzadas.
- Fomenta la responsabilidad, la independencia personal y el seguimiento de pautas.
- Potencia la adquisición de destrezas para las Actividades de la Vida Diaria.
- Aumenta el nivel de interacción social con otros usuarios del centro y terapeutas, facilitando la inclusión social.
- Favorece la integración en grupos y potencia el diálogo social.

A nivel psicosocial, el caballo es un gran igualador, ya que el hecho físico de montar a caballo rompe con el aislamiento del usuario y lo pone en igualdad de condiciones con el jinete sin discapacidad.

A nivel emocional y psicológico

- Mejora del estado de ánimo
- Aumento de la autoestima.
- Disminución de los sentimientos de soledad y aislamiento

- Potenciación de la empatía y la asertividad.
- Aumento de las conductas afectivas y positivas
- Regulación de la impulsividad y el control emocional
- Favorecimiento de la superación de temores
- Aumento de la autoestima.
- Desarrollo de la confianza: en sí mismo, en el terapeuta y en el caballo.
- Estimulación de la intención comunicativa
- Favorecimiento del respeto por los demás y por los animales.
- Aumento de la capacidad de adaptación a nuevas experiencias vitales.

Además de estos beneficios, la terapia con caballos ayuda a corregir problemas de conducta, promocionar estímulos al sistema sensomotriz, incrementar la interacción social y la amistad, trabajar el equilibrio y la coordinación, ejercitar el cuerpo de manera global o selectiva, trabajar la empatía y sensibilizar en el trato con los animales.

7. ¿Por qué el caballo?

Con el paso de los años, nos hemos dado cuenta de que el ser humano es una especie que presenta una naturaleza sociable, lo que quiere decir que constantemente estamos en relación con nuestro grupo de iguales, como también con el resto de animales.

Gracias a la evolución, la manera de comunicarnos y de establecer vínculos entre nosotros/as y estos últimos ha cambiado, y es que, hemos aprendido a establecer relaciones afectivas y emocionales con especies que antes solamente desempeñaban alguna función para nuestro beneficio propio; ya fuese alimento, como animal de caza, como animal de ayuda en las huertas, etc. Tanto es así, que hoy en día consideramos a muchas especies de animales como parte de la familia.

Este vínculo beneficia a los humanos en muchos aspectos psicológicos y emocionales, ya que aumenta su autoestima y su seguridad, además de ganar un compañero de vida.

Actualmente, se llevan a cabo diferentes terapias con animales en todo el mundo, que han demostrado ser muy beneficiosas para la salud integral de las personas. Algunas de ellas son las terapias asistidas con perros, la delfinoterapia y las terapias con caballos.

En ellas podemos observar las magníficas cualidades de estos animales como medio rehabilitador.

A continuación mostraremos los diferentes aspectos que presentan las terapias asistidas con caballos, las cuales nos explican el porqué del equino como medio rehabilitador.

Hoy en día, el caballo pone a nuestro servicio tres características específicas que forman la base para la utilización de la equitación como terapia:

- La transmisión de su calor corporal.
- La transmisión de impulsos rítmicos.
- La transmisión de un patrón de locomoción equivalente al patrón fisiológico de la marcha humana.

7.1. Primer principio: transmisión del calor corporal del equino al cuerpo del jinete.

El calor corporal del caballo es de 38° C. Más caliente que el del cuerpo humano. Esto es muy importante en la equinoterapia, ya que el cuerpo del caballo se puede aprovechar como un instrumento calorífico para “distender y relajar musculatura y ligamentos”, y estimular la sensopercepción táctil.

Dependiendo del paciente, dentro de la equinoterapia existe la monta sin montura y si es posible a pelo. Lo que permite que el calor se transmita desde el lomo y costados del caballo al cinturón pélvico y a los miembros inferiores del paciente. Este efecto es mucho mayor si el contacto es directo, piel con piel. La temperatura corporal del caballo puede subir hasta 38.8°C durante el movimiento, lo que favorece al relajamiento de los aductores, músculos del muslo y a los glúteos. Lo que provoca una liberación del cinturón pélvico, de este modo se consigue más flexibilidad y elasticidad, recuperando así su posición vertical correcta y su funcionalidad para la adaptación al movimiento del lomo del caballo. Y también gracias al asiento se va mejorando el equilibrio del paciente.

7.2. Segundo principio; transmisión de impulsos rítmicos del lomo del caballo al cuerpo del jinete.

Cuando el caballo se desplaza al paso, transmite una media de 90-120 estímulos por minuto a la pelvis del jinete/amazona. Al caminar en trote aumenta la cantidad y la intensidad de éstos. La respuesta dinámica del jinete/amazona a los impulsos fisiológicos emitidos es un acto de coordinación fina del tronco a la cabeza, por lo que es un excelente entrenamiento de la coordinación psicomotriz de ambos; así se logra la estabilización dinámica de estas partes lo que constituye la base para la ejecución de la marcha independiente. El andar del equino se define como un movimiento rítmico, tridimensional y rotativo que produce una estimulación en la musculatura del jinete/amazona casi idéntica que produce una persona cuando camina.

Este movimiento que estimula su parte física consigue también relajar toda su musculatura. Durante la monta se efectúa la estimulación neuromuscular, sólo que en este caso no es el/la terapeuta el/la que estimula sino el mismo caballo. La transmisión de estos impulsos fisiológicos rítmicos y regulares forman la base de la hipoterapia, lo que la convierte en una fisioterapia con amplios efectos sobre la neuromotricidad. Proporciona múltiples beneficios, como dijimos anteriormente a nivel neuromuscular y sensorial, y también mejora y refuerza el tono del tronco y la pelvis.

7.3. Tercer principio: transmisión de un patrón de locomoción tridimensional equivalente al patrón fisiológico de la marcha humana.

Este principio terapéutico tiene especial importancia en la equinoterapia, con respecto al tratamiento de disfunciones neuromotoras como parálisis cerebral. Las personas con parálisis cerebral son incapaces de dominar la marcha porque carecen de la estabilización y coordinación del tronco y de la cabeza necesaria. La hipoterapia ofrece el patrón fisiológico de la marcha en forma sentada, sin necesidad del uso de las piernas; lo que se puede traducir en que el jinete/amazona “camina sentado” por decirlo de alguna manera. Esto es muy importante, ya que permite trabajar con personas que carecen de la facultad de andar, pero que pese a ello, podrán desarrollar la coordinación y la estabilización del tronco y de la cabeza. El patrón fisiológico de la marcha humana que el paciente realiza durante la monta se graba en el cerebro y con el tiempo se automatiza, lo que hace más probable su transferencia a la marcha pedestre.

Aparte de esto, también existen otros tipos de beneficios, como son las dimensiones del animal; ya que a diferencia de otros, este presenta unas dimensiones grandes, las cuales nos permiten subirnos a él y desplazarnos de un lugar a otro encima del lomo. Esto al principio puede desencadenar numerosas emociones para el paciente como; miedo, exceso de alegría, inseguridades, entre otras; sin embargo, al desencadenar esto, el/la terapeuta puede realizar un trabajo mucho más personalizado, de modo que este aprenda a reconocer sus propias limitaciones y a controlarlas en la medida de lo posible.

Otro aspecto a destacar es la sensibilidad que presentan los equinos, ya que como animal depredador pueden percibir con qué intenciones nos acercamos a ellos: con ganas de comérselos, con miedo, con respeto o simplemente con naturalidad. Cuando se trabaja con personas con diversidad funcional, esta sensibilidad es un gran aliado. Con el caballo el trabajo es recíproco, pues este va más allá de lo físico, y es un magnífico ayudante en la sesión.

La comunicación es otro factor importante, ya que los humanos hemos desarrollado un mecanismo más complejo de comunicación a diferencia de otros animales, pero si la situación lo requiere, podemos simplificarlo hasta el extremo de hacerlo similar a la comunicación animal. Por esta razón, los terapeutas deben enseñar a los/as usuarios/as a conocer e interpretar cuanto antes el lenguaje del caballo, pues mejorará el entendimiento mutuo. En algunos casos, los jinetes y las amazonas también tendrán que comunicarse mediante sonidos, gestos, miradas, o medios de comunicación alternativos. Aparte de esto el trato con animales estimula en el ser humano el desarrollo de cualidades sociointegrativas como: “la comunicación análoga (no verbal), tolerancia, paciencia y sentido de responsabilidad”.

Por último, hablaremos del entorno, y es que normalmente los centros de equitación están situados en espacios rodeados de naturaleza y retirados de los centros urbanos. Esto ofrece al jinete/amazona diversos estímulos sensoriales, que lo hacen desconectar de su entorno habitual y experimentar sensaciones nuevas.

8. Resultados

En el análisis de las investigaciones de los distintos autores que han estudiado los diversos beneficios que proporciona el caballo en las terapias con personas con algún tipo de necesidad especial, encontramos argumentos a favor, dónde se recogen resultados positivos con respecto a la mejora en la calidad de vida, y en menor grado, encontramos algunos inconvenientes, los cuales hay que tener presente en cada intervención.

Por lo general, descubrimos que los autores coinciden en que este tipo de terapias producen una serie de ventajas en distintas áreas del paciente, tanto a nivel psicomotor como a nivel cognitivo. También se observan mejoras en la comunicación y sociabilización de muchos/as de los usuarios/as.

No obstante, los argumentos que van “en contra” de la terapia asistida con caballos, están enfocados al peligro o riesgo que se expone el/la usuario/a al estar en contacto con el animal. A su vez, estos efectos negativos, han sido resueltos de manera que no supondría un gran inconveniente.

Dentro de los distintos obstáculos que puede presentar una persona con necesidades especiales, Villalta y Güerre (2007) tratan los posibles riesgos de contagio de enfermedades (enfermedades zoonóticas), el peligro de que el animal muerda o pueda propinar una coz, problemas relacionados con la falta de higiene del animal, etc.

Como dijimos anteriormente, si se toman las medidas adecuadas no tiene por qué haber ninguna complicación, es cierto que son animales y poseen su naturaleza. Desde nuestra experiencia como amazonas, conocemos y hemos experimentado alguna agresión por parte del caballo, como también sabemos las enfermedades que nos pueden transmitir; la rabia, brucelosis, hepatitis, entre otras.

Pero hay que destacar que para que estos animales puedan acompañar en una sesión de terapia, tienen un tiempo de entrenamiento y preparación, como también un patrón de conducta que se crea en cada organización para posteriormente trabajar con los/as pacientes, y que no haya ningún percance. A su vez, se lleva también el cuidado y

mantenimiento del caballo, a través de protocolos de higiene y salud obligatorios, lo que no tendría que suponer ningún problema.

Por otro lado, también encontramos un artículo de revisión bibliográfica elaborado por Catalán L. y García P. (2009), quienes hallaron que la hipoterapia obtiene beneficio en la función motora de los/as usuarios/as con parálisis cerebral, disminuyendo el grado de discapacidad, mejorando la actividad muscular de aquellos grupos musculares que presentan asimetrías, reduciendo el gasto energético al caminar e incrementando en las dimensiones de correr, caminar y saltar.

En el artículo de Pérez Álvarez y Col. (2007) se habla de la equinoterapia como un tratamiento no invasivo que complementa otros tratamientos. Destacaremos que las terapias no curan las necesidades especiales del paciente, sino que aportan beneficios y mejoran la calidad de vida, en este caso, enfocado a neutralizar la discapacidad, aumentando el desarrollo de los potenciales residuales y generando nuevas capacidades. Al ser al aire libre es favorable en la esfera psicológica y emocional.

En un estudio de Woodcock Rengifo y Col. (2008), realizado en 10 niños/as se obtuvo como resultado que el 80% de estos lograron un mayor control en el autogestión de sus emociones, adquisiciones de habilidades resilientes y un manejo asertivo de su inteligencia emocional, el 70% consiguió mayor facilidad de interacción y relación con sus padres/madres, familiares y personas externas a su círculo social.

Tras analizar diferentes resultados, hemos encontrado diversas pruebas sobre los beneficios que aportan las terapias asistidas con caballos, y que como podemos observar dependiendo de la necesidad del paciente esta terapia se adapta a las características específicas de cada una de ellas.

9. Discusión

Con este Trabajo de Fin de Grado hemos querido realizar un análisis de la importancia de las intervenciones asistidas con caballos, y a su vez, de la escasez de información y desconocimiento en Canarias a través de una revisión bibliográfica de los artículos publicados con respecto a los beneficios que esta ofrece, atendiendo a las diferentes

necesidades especiales, como también las ventajas que esta presenta. Con la intención de que pueda aportar información útil para los/as pedagogos/as que quieran acercarse a estas ideas y propuestas que tanto potencial terapéutico, educativo y social parecen estar generando.

A pesar de ser una terapia con bastantes beneficios la importancia de esta en nuestras islas no es tan notable, ya que no hemos encontrado ningún tipo de formación que se oferte acerca de este tipo de terapias en Canarias.

Existen asociaciones en La Península, como es la Asociación Española de Equinoterapia, la cual ofrece distintos tipos de formación vinculadas a este tipo de terapias. Como también, podemos encontrar formación como: “*Experto en Etología Equina y Terapia Ecuestre*” ofertado por la UAM (Universidad Autónoma de Madrid); o de “*Especialista en intervenciones asistida con caballos*”, por la Universidad Complutense de Madrid. Y cursos como “*Monitor en Equinoterapia*” ofertado por la UAB (Universitat Autònoma de Barcelona).

Esto supone unos gastos en cuanto a desplazamiento, estancia, transporte, alimentación, etc, que no todos ni todas se pueden permitir, de ahí la necesidad de estos estudios en Canarias.

Sin embargo, existen asociaciones como AFTEC (*Asociación para el Fomento de las Terapias Ecuestres Canarias*) que proporcionan este tipo de terapias desde 2013 en Las Palmas de Gran Canaria, y dos años más tarde, en diciembre de 2015 comienzan este tipo de intervenciones en el Centro Hípico Nueva Atalaya, en Tenerife. La residencia para mayores AMMA Santa Cruz, introdujo dentro de su cartera de servicios la terapia asistida con caballos, con el fin de mejorar el bienestar, la sociabilidad y calidad de vida de las personas mayores.

Por otro lado, en la granja de Aldeas Infantiles de Tenerife, cuentan con expertos que realizan sesiones de terapia a niños y niñas con diversidad funcional, pero esto no se ve en todos los lugares, ya que existen personas que se dedican a este tipo de terapias sin ninguna formación y experiencia previa, lo que nos lleva a una mala praxis, y por ende esto se transforma en que puedan llevarse a cabo conductas que en algunos casos

resultan perjudiciales tanto para las personas que reciben la terapia, atendidas por personas no cualificadas, así como por los propios animales que pueden resultar siendo meros objetos de explotación.

A nivel nacional no hemos hallado ley alguna, que apruebe o considere el acompañamiento de equinos como terapia. Lo cual es imprescindible para comenzar con este proceso y poder llevarlo a cabo de manera segura y con sus respectivas normas y condiciones.

En cambio si hacemos una comparación con otros países como Argentina, Alemania, Italia, esto se lleva haciendo desde hace muchos años, debido a los beneficios que se han encontrado.

A continuación analizaremos algunos de los estudios que nos han parecido más llamativos y sus respectivos resultados. Cada uno nos aporta una visión más cercana de los beneficios que supone la terapia asistida con caballos hacia distintas necesidades especiales. Con el fin de poder aportar mayor información y conocimientos acerca de este tema.

En el estudio realizado en 2004, por Beth. L. Macauley y Karla M. Gutierrez, “The effectiveness of hippotherapy for children with Language- Learning Disabilities”, se demostró que si un paciente ha estado mucho tiempo en terapia, esta puede ser aburrida, pesada y en algunos casos se vuelve hostil, lo que se transforma en un aspecto negativo. En cambio si estas terapias se realizan en lugares al aire libre y con el acompañamiento del caballo, tienen mejores resultados, ya que el cambio de entorno conlleva una nueva experiencia a lo que se suelen mostrar más predispuestos/as.

Los resultados del estudio indican que la hipoterapia mejora la motivación del niño/a para asistir y participar activamente en la terapia, lo cual antes no sucedía, ya que los usuarios/as que asistían a “terapia convencional” se sentían diferentes, una de estas razones era que el resto de amigos/as no solían ir. Sin embargo, muchos de ellos/as se encontraban más motivados/as y ansiosos/as por asistir a las sesiones de hipoterapia e incluso compartían sus experiencias con sus compañeros/as.

En el estudio se obtuvo una mejora en el conjunto de los casos y se destaca la mejora en la coordinación visomotriz, donde al principio fue bastante baja (2,6) y en el post test considerablemente alta (5,4), también se observaron mejoras en la motricidad gruesa al paso.

10. Conclusión

Tras la realización de este Trabajo de Fin de Grado hemos podido obtener una amplia información sobre la temática planteada, ya que aunque seamos apasionadas de la equitación y sepamos de primera mano los numerosos vínculos que se pueden crear con los caballos, desconocíamos la multitud de beneficios que aportan las terapias ecuestres a las personas con o sin ningún tipo de necesidad especial, ya que en las Islas Canarias, en concreto en Tenerife no existen muchos centros que oferten este tipo de terapias. Por ello, hemos querido indagar y profundizar en la equinoterapia, un tema que nos ha ayudado a motivarnos para cerrar estos cuatro años de carrera universitaria.

Después de haber realizado una amplia revisión bibliográfica podemos afirmar que muchos autores confirman el beneficio de las terapias ecuestres, ya que los caballos con su movimiento transmiten al jinete mejoras en el control postural y en el mantenimiento del equilibrio, además de fomentar las relaciones sociales, la comunicación y la motivación.

Las terapias con animales, y en concreto la equinoterapia, son intervenciones en las cuales lo terapéutico radica en el contexto y en el clima que se crea con el animal y el entorno, donde al ser una actividad al aire libre en contacto directo con la naturaleza los pacientes apenas son conscientes de que están realizando terapia mientras se benefician de ésta.

Y aunque sabemos que los animales promueven el bienestar de las personas creando un vínculo que ayuda a la consecución de experiencias creativas y estimulantes debemos recalcar que la equinoterapia es una técnica muy innovadora que complementa otros tratamientos, por lo tanto no debe considerarse como una opción aislada, sino como parte de un conjunto de acciones terapéuticas dirigidas a mejorar las necesidades especiales, las cuales siempre deben ser dirigidas por un equipo de profesionales

especializados en ellas para así aumentar el desarrollo de los pacientes generando nuevas habilidades en ellos.

A modo de conclusión, queremos recalcar que aunque hemos tenido momentos de dificultad para organizar las ideas y para saber cómo enfocar el Trabajo de Fin de Grado nos sentimos satisfechas con el trabajo realizado, ya que hemos conseguido conocer más sobre las terapias ecuestres, sobre los caballos y sus múltiples beneficios, además de haber podido trabajar en equipo, comunicándonos y dando nuestros puntos de vista siempre desde el respeto y la empatía.

11. Referencias bibliográficas

- Asociación para el fomento de las terapias ecuestres en canarias.* (s.f.). Recuperado de <https://www.aftec-canarias.org/quienes-somos/aftec/>
- Asociación para el fomento de terapias ecuestres en canarias. (s.f.). Recuperado de <https://nuevatalaya.com/aftec/>
- Asociación española de equinoterapia.* (s.f.). Recuperado de <https://www.aedeq.org/Equinoterapias>
- Bender, R. (2018). *Hipoterapia. El caballo en la rehabilitación.* Ediciones Universidad Católica de Chile.
- Selis, M. (2013) Beneficios de la terapia asistida con animales. Una revisión. *EFDdeportes.com, Revista Digital* (183)
- Casañas Guerrero, C. (2018). *Equinoterapia: Terapias asistidas con caballos.* Badalona (España): Editorial Paidotribo.
- Catalán L., J. y García P., D. (2009). Hipoterapia: Otra alternativa terapéutica en la rehabilitación infantil. *Rehabilitación integral.* 4 (2): 93-99pp.
- Equuura.* (2012). Recuperado de http://www.equura.com/wp/?page_id=18
- Eticaballo.* (25 de Septiembre de 2013). Recuperado de <https://eticaballo.webnode.es/historia/>
- Equinoterapia.* (s.f.). Recuperado de <https://sites.google.com/site/equinoterapiagsvy/3-desarrollo/c-las-distintas-diciplinas>
- Martínez, V. A. (s.f.). *Gestaltnet.* Recuperado de <https://gestaltnet.net/sites/default/files/articulos/articuloveronica-aracil-vincula2-terapia-caballosfeb08.pdf>

- Naschert, E. G. (2006). *Equinoterapia: La rehabilitación por medio del caballo*. MAD Eduforma.
- Pellitero, C. F.; Kiwitt, G. I.; Gurini, V. (2006). *Equinoterapia*. A.I.R.E. Cooperativa de Trabajo de Rehabilitación Ecuestre Limitada.
- Pérez Álvarez, L., Rodríguez Meso, J. y Rodríguez Castellano, N. (2007). *La Equinoterapia en el tratamiento de la discapacidad infantil*. Camagüey.
- Ruiz, J. L. (12 de diciembre de 2018). *Historia de la equinoterapia*. Recuperado de <http://www.ceffyl.es/2018/12/12/historia-de-la-equinoterapia/>
- Torres, M. d. (2010). *Equinoterapia. Innovación y experiencias educativas* Universidad Complutense de Madrid. (s.f.). Recuperado de Especialista en intervenciones Asistidas con caballos: <https://veterinaria.ucm.es/especialista-en-intervenciones-asistidas-con-caballos>
- Universitat Autònoma de Barcelona. (s.f.). Recuperado de https://www.uab.cat/web/postgrado/curso-en-monitor-en-equinoterapia/informacion-general-1206597475768.html/param1-2477_es/
- Woodcock Rengifo, R. y col. (2008). Aportes del programa de Equinoterapia de la Fundación Sinérgica a un grupo de niños en condiciones de discapacidad en la ciudad de San Juan de Pasto. *Revista Unimar*. 45: 63-71pp.

12. Anexos

Entrevista a la terapeuta:

¿Qué son las terapias asistidas con caballos? ¿En qué consisten?

¿A partir de qué edad es recomendable la equinoterapia?

¿Por qué decidiste dedicarte a esto?

¿Quién puede trabajar realizando tipo de terapia?

¿Es necesario tener vocación para dedicarte a esto?

¿Esta terapia está indicada para cualquier persona?

¿Cómo se estructura una sesión?

¿Qué beneficios aporta la equinoterapia?

¿En las intervenciones asistidas con caballos que tipo de modalidades podemos encontrar?

¿En el tiempo que llevas trabajando, has visto mejoras en los/as niños/as con los que trabajas?

¿Cuántas personas están implicadas dentro de la sesión de terapia?

¿Cuánto es el costo de esta terapia?

¿Cuánto es el tiempo que se trabaja con los caballos?

¿Cuánto dura una sesión?