

# Rehabilitación a trote y galope de caballo

LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA, PSÍQUICA O INADAPTACIÓN SOCIAL MEJORAN CON LOS MOVIMIENTOS QUE REALIZA EL ANIMAL, YA QUE UTILIZA DISTINTOS **RITMOS** QUE EJERCITAN LA MUSCULATURA

Eva S. Corada  
Madrid

Ya en el año 460 a.C. hablaba Hipócrates, padre de la Medicina, del «saludable ritmo del caballo». Siglos después de esas palabras se ha desarrollado toda una terapia basada en este animal y su entorno. Precisamente con el fin de unificar criterios y asentar sólidamente sus bases como tratamiento de rehabilitación tuvo lugar hace algunas semanas el I Congreso Nacional de Equinoterapia, celebrado en Santander, en el que se reunieron los más importantes representantes de nuestro país.

Pero, ¿en qué consiste exactamente?, ¿para qué tipo de dolencias está más indicada?, o ¿cómo actúa en cada caso? Se define como equinoterapia a las actividades ecuestres destinadas a la rehabilitación de personas con discapacidad física, psíquica o inadaptación social, donde el caballo y su entorno constituyen la herramienta terapéutica.

## MESA DE REHABILITACIÓN VIVA

En ella se aprovechan los movimientos que el caballo realiza al desplazarse para estimular los músculos y las articulaciones del jinete de forma pasiva.

«Lo que le diferencia del resto de los tratamientos es la motivación gracias al vínculo emocional con el caballo y también a que se desarrolla en la Naturaleza. El éxito consiste en eso, y en que gracias a ello la persona no es consciente de que está haciendo rehabilitación», explica Isabel Goriozarri, médico del Hospital Marqués de Valdecilla de Santander y técnico de equitación. «En segundo lugar, gracias a su morfología, el caballo se convierte en un ‘aparato de ejercicio vivo’ por toda esa masa muscular que mueve el animal. Así, según los aires —que es como se al paso, trote y galope— van cambiando los ritmos y cadencias y con ello la musculatura equina se mueve de forma distinta. «No hay una mesa que ofrezca esa variedad». Por último, y en tercer lugar está la



manipulación de las herramientas para el cuidado del caballo. De esta forma se estimula especialmente la coordinación oculo-manual, sobre todo en niños con retraso mental.

Su gran virtud es que se pueden trabajar tanto el área psíquica, como la física o la social.

Pocas terapias integran en un mismo programa la rehabilitación física, además de la psíquica y la social.

En trastornos motores como disminución del tono muscular, flacidez columna no erguida...

Las personas se agarran al caballo instintivamente y, de esta forma, la cadera se mueve como cuando se anda gracias al movimiento del animal. Esto contribuye a que la columna esté erguida y que al mismo tiempo los abductores se las piernas se fortalezcan.

También se utiliza el calor del animal. En algunos casos sirve como relajante.

En el caso de una hemiplejía, por ejemplo, se emplean las actividades



XXX

relacionadas con los caballos, esto es, cepillar al animal, limpiar la cuadra etc... «Se trabaja la psicomotricidad fina, la persona no es consciente de que está haciendo un ejercicio de rehabilitación de mano, muñeca o

Los expertos aseguran que esta terapia es muy **completa** porque trabaja al mismo tiempo los problemas psíquico y sociales

dedos limpiando la cuadra. Lo mismo pasa al hacer cargas al montar y desmontar».

En este campo se «trabaja más la afectividad, la autoestima, el trabajo en grupo (especialmente en personas con esquizofrenia, que están muy aislados)». También en caso de alte-

raciones psíquicas se trabaja la sociabilidad, se les integra en un grupo de autocontrol y se les estimula la comunicación.

Los objetivos perseguidos son la autodisciplina, disminuir la agresividad. El caballo les enseña a ser prudentes porque cuando no lo son se asusta.

## RELACIÓN MÉDICO PACIENTE

«He conseguido cosas con el caballo que no he logrado en el hospital porque allí se hace muy presente la relación médico-paciente mientras que de esta forma no».

«Un estudio propio sobre ausentismo escolar en población gitana en el año 2000 con 13 niños dio como resultado una clara disminución de la agresividad, un aumento de la higiene así como de la disciplina y, durante la época que duró el trabajo, no faltaron al cole», asegura Goiriozarri.

Mercedes Jiménez, presidenta de la fundación Caballo Amigo y codi-

rectora del curso de Experto universitario en equitación terapéutica, de la Universidad Complutense de Madrid.

«Hemos hecho un estudio sobre los efectos de la equitación terapéutica en personas con esclerosis múltiple conjuntamente con el departamento de Medicina Física y Rehabilitación de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid hace un par de años. Y los resultados demostraron que mejoró el equilibrio, el control postural y la amplitud del paso de marcha. Aunque fue un trabajo pequeño, sirve para sentar las bases de esta área».

«Nuestro próximo proyecto es la elaboración de otro estudio sobre los efectos de esta terapia en casos de parálisis cerebral».

Además, colaboramos con la Universidad Complutense en el postgrado de Experto en equitación terapéutica.