

UNIVERSITAT AUTÒNOMA DE BARCELONA. VETERINÀRIA

L'EQUITACIÓ COM A TERÀPIA

Assignatura : Deontologia i Veterinària Legal

Maria Creus Sinclair

Curs 2011-2012

DNI: 40350852-C

ÍNDEX-SUMARI

	Pàgina
- INTRODUCCIÓ-	3
- HISTÒRIA-	4-6
- LEGISLACIÓ-	7-9
- TIPUS DE TERÀPIA I BENEFICIS:	10- 15
○ OBJECTIUS DE LA SESSIÓ	12
○ BENEFICIS	12-13
○ PASSANT A L'ACCIÓ	13-14
○ CENTRES D'HIPOTERÀPIA AL MÓN I ESTUDIS RELACIONATS	15
- FUTUR DE L'EQUINOTERÀPIA-	16
- DISCUSSIÓ-CONCLUSIÓ-,	16
- BIBLIOGRAFIA-	17

INTRODUCCIÓ

L'equitació terapèutica constitueix una modalitat de tractament complementari de rehabilitació que utilitza el cavall com a mediador i facilitador per a millorar la qualitat de vida de persones amb necessitats educatives i terapèutiques especials com poden ser: discapacitat física, discapacitat psíquica, problemes de salut mental, o problemes d'exclusió social. La intervenció que es du a terme és integral, ja que implica totes les àrees de desenvolupament de la persona i una intervenció professional multidisciplinària (salut, educació i equitació). També pot convertir-se en una activitat complementària a les reeducacions ordinàries per a aquells nens i nenes que presenten dificultats d'aprenentatge escolar, sobretot en l'adquisició de la lectura i l'escriptura. Aquestes dificultats d'aprenentatge s'han de definir com a desordre en un o més dels processos psicològics bàsics que intervenen en la comprensió o en la utilització del llenguatge oral o escrit i que no vénen donats per discapacitats motrius, auditives, visuals i / o retràs mental. Estimula els músculs i les articulacions, i a més a més, el contacte amb el cavall aporta facetes terapèutiques a nivell cognitiu, comunicatiu i de personalitat.

Els seus objectius principals són:

- Proporcionar els coneixements teòrics i pràctics necessaris per utilitzar el cavall com a recurs terapèutic i educatiu.
- Aplicar eines d'intervenció específiques per desenvolupar plans d'actuació (interdisciplinàries) adaptats a les diferents disfuncions físiques, psíquiques, sensorials i/o socials de la persona.
- Analitzar quines patologies i trastorns es poden beneficiar de l'equitació terapèutica.



Figura 1: Teràpia en poni amb un nen amb Síndrome de Down

HISTÒRIA

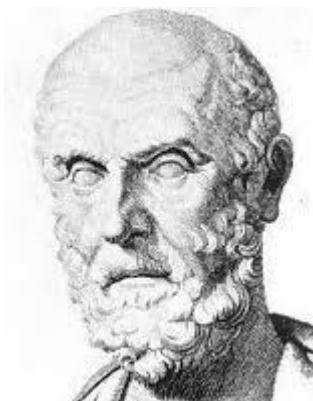


Figura 2: HIPÒCRATES

HIPOTERÀPIA= EQUITACIÓ TERAPÈUTICA=EQUINOTERÀPIA

Aquesta teràpia s'utilitza de forma sistemàtica des dels anys 50-60, encara que els seus avantatges es coneixen des de temps molt antics. Els antics grecs, entre ells Hipòcrates, aconsellaven la pràctica de l'equitació per a millorar l'estat anímic de les persones amb malalties incurables i més tard, en el segle XVII, alguns metges recomanaven muntar diàriament a cavall per a combatre la gota. Del grec "hippos" (cavall), la hipoteràpia és una alternativa terapèutica que aprofita els moviments del cavall per a tractar diferents tipus d'afeccions. És un tractament que utilitza el moviment multidimensional del cavall. És un entrenament especial físic, que es pot utilitzar terapèuticament com a tractament mèdic, per a pacients amb disfuncions de moviment i altres malalties. Històricament, els beneficis terapèutics del cavall, van ser reconeguts cap a l'any 460 a.c. Hipòcrates, ja parlava en el seu llibre "Las Dietas" del saludable ritme del cavall, aconsellant-lo per a regenerar la salut i preservar el cos humà de moltes dolences i sobretot en el tractament contra l'insomni. A més a més, afirmava que "l'equitació practicada a l'aire lliure fa que els músculs millorin el seu to".

Galè (aprox 130 AC-199 DC), consolidador i divulgador dels coneixements de la medicina occidental i metge de l'emperador Marc Aureli, recomanava la pràctica de l'equitació com a una manera perquè Marc es mogués amb més rapidesa. Van ser els precursors en utilitzar la tècnica de mecanoteràpia, ciència que utilitza moviments mecànics amb finalitats correctores. Ja en aquella època s'usava el cavall amb fins terapèutics, especialment per a tractar malalties incurables.

Llavors Galileu (130-199 d. C), i Mercurialis (1569), en la seva obra "L'art de la gimnàsia", menciona una observació feta per Galè: "l'equitació no només exercita el cos, sinó que també els sentits". El metge personal de l'emperatriu Maria Teresa d'Àustria, que pertanyia a la primera escola de medicina de Viena, afirmava que les fibres musculars es tornaven menys excitable, practicant aquest esport, per la qual cosa disminuïen els episodis d'hipocondria i histèria. Charles Castel (1734) creador de la cadena vibratòria, i Samuel Quelmalz (1697-1758), un metge de Leipzig, Alemanya, són els primers en investigar els moviments tridimensionals del dors del cavall i van inventar al 1747 una

màquina eqüestre demostrant els beneficis del moviment i els exercicis físics i van ser encarats pels metges de l'època. Era una màquina com una grua que imitava de la millor manera possible els efectes induïts pel moviment eqüestre. En la seva obra " La salut a través de l'equitació" trobem per primera vegada una referència al moviment tridimensional del dors del cavall, que llavors Joseph Tissot (1782) a través de la gimnàstica mèdica introdueix a la rehabilitació de cirurgies amb les respostes benèfiques que produeix el moviment del pas del cavall.

Al llarg de la història, podem trobar moltes referències als beneficis físics i emocionals de l'equitació des de l'any 1600. La hipoteràpia clàssica a Europa, reflexa el model alemany molt extens des de 1960, on fonamentalment és el moviment del cavall i la resposta del pacient el que constitueix el tractament. Per la seva naturalitat, l'equitació terapèutica influeix a la persona en la seva totalitat i l'efecte en tot el cos pot ser profund.

En el segle XVIII una corrent científica utilitza els exercicis físics amb finalitats correctius i terapèutics. Seguint la cronologia històrica, en el camp de la rehabilitació psicofísica a través del moviment corporal, s'observa com alguns metges i professionals del moviment humà utilitzen varies tècniques amb aparells ajustats a cada necessitat, recorrent a la incorporació al moviment del cavall com a forma de recuperació de malalties, fent investigacions científiques al respecte que avui estan certificades i segueixen vigents.

Les primeres investigacions per a demostrar el valor terapèutic de l'equitació , es veuen al 1875, quan el neuròleg francès Chassaignac descobreix que un cavall en acció, millora l'equilibri, el moviment articular i el control muscular dels seus pacients. Les seves experiències el van convèncer de que muntar a cavall millorava l'estat d'ànim i que era particularment beneficiós pels paraplàgics i pacients amb altres trastorns neurològics.



Figura 3: Tenir una discapacitat no és un obstacle per muntar a cavall

En el 1901 a Anglaterra, a l'hospital ortopèdic d'Owestry, es va començar a realitzar una primera aplicació de l'equinoteràpia dins del context hospitalari. Un exemple és el de Liz Hartel, que als 16 anys va patir poliomielitis i va quedar en cadira de rodes i muletetes. Abans practicava l'equitació, i contràriament al que recomanaven els metges va continuar practicant-la. Vuit anys més tard, a les Olimpíades de 1952 va ser premiada amb la medalla de plata en doma competint contra els millors genets del món. El públic només va adonar-se del seu problema quan va baixar del cavall per a pujar al podi amb uns bastons. Això va despertar la curiositat mèdica continuant les investigacions a través d'activitats eqüestres com a mitjà terapèutic, al punt que en 1954 va aparèixer a Noruega el primer equip interdisciplinari format per un fisioterapeuta, un psicòleg i instructor d'equitació, que al 1956 van crear una altra associació a Anglaterra. A França la reeducació eqüestre va néixer al 1965 mencionada per De Lubersac i La Llieri en el seu manual "La reeducació a través de l'equitació". Al 1965, l'equinoteràpia va tornar-se matèria didàctica universitària, i a París va fer-se al 1972 la defensa de la primera tesis doctoral en medicina sobre reeducació eqüestre.



Figura 4: Liz Hartel

LEGISLACIÓ

En l'equinoteràpia, les normes vénen donades per la Federació Catalana d'hípica, i es poden consultar en la seva pàgina web. A continuació les veiem com a un annex:

**FEDERACIÓ CATALANA D'HÍPICA
NORMATIVA PER A SER RECONEGUT COM
CENTRE HIPIC HOMOLOGAT PER "LA PRÀCTICA DE LA HIPOTERÀPIA"
EN VIGOR DESDE:- 3 de Febrer 2010.-**

Federació Catalana d'Hípica – Rbla.Guipuzcoa, 23., 08018 Barcelona
Tel. 93330301608 - Fax: 93 3076618 - E-mail: fchipica@fchipica.cat - Web:
www.fchipica.cat

ÍNDEX

- 1. Definició d'Hipoteràpia**
- 2. Requisits per a la pràctica de la Hipoteràpia en els centres hípics**
- 3. Annexes**

1. DEFINICIÓ D'HIPOTERÀPIA

La hipoteràpia és una tècnica de rehabilitació, basada en la neurofisiologia, on s'utilitza el moviment del cavall al pas com a mitjà terapèutic per a persones amb minusvalies físiques i/o psíquiques i/o amb problemes conductuals i d'inserció social i que no són capaces o no estan en condicions de menar el cavall per elles mateixes.

L'hipoteràpia està indicada en patologies en l'àrea :

- neuromotriu
- afectiva i de relació
- cognitiva
- sensorials
-

L'hipoteràpia s'aplica com a estímul a nivell de les funcions:

- neuromusculars
- psicomotrius
- cognitives
- inserció i organització social
- emotiu-efectiu
- lúdic

2. REQUISITS PER A LA PRÀCTICA DE LA HIPOTERÀPIA ALS CENTRES HÍPICS

2.1 TRÀMITS ADMINISTRATIUS

Els centres hípics (clubs o hípiques) hauran d'estar federats tal com establert en els estatuts de la FCH.

Abans de començar l'activitat d'hipoteràpia, els centres hípics hauran de sol·licitar, mitjançant un formulari oficial, a la FCH l'autorització a la pràctica de la

hipoteràpia i presentar una certificació emesa per el responsable de la hipoteràpia en el centre (fisioterapeuta, o metge especialitzat i col·legiat) sobre el compliment dels requisits establerts en aquesta normativa.

En cas d'autorització per part de la FCH, els centres hípics s'inscriuran d'ofici en el **Cens Oficial de Centres Hípics RECONEGUTS d'Hipoteràpia**.

2.2 OBLIGACIONS

A més del requisits previstos en altres apartats d'aquesta normativa, s'estableixen les obligacions següents:

- a. Complir amb les condicions establertes a la present normativa sobre instal·lacions, personal tècnic, cavalls.
- b. Els usuaris deuran tenir contractada la llicència federativa en vigor, expedida per la Federació Catalana d'Hípica.
- c. Tenir contractada una pòlissa d'assegurances de responsabilitat civil per cobrir els riscos derivats del desenvolupament de la hipoteràpia, amb uns límits mínims de 150.253,03 euros per víctima i 601.012,10 euros per sinistre.
- d. Tenir els equips i el material propi per la pràctica de la hipoteràpia.
- e. Estar inclòs en el Cens Oficial de Centres Hípics d'Hipoteràpia.

2.3 INSTAL·LACIONS

Les instal·lacions no hauran de disposar de cap barrera arquitectònica

Banys

Els banys hauran de disposar de facilitats per a l'accés amb cadira de rodes.

Pistes

Pista descoberta de dimensions mínimes de 15x25 m.

Pista coberta de dimensions mínimes de 15x25 m. (recomanable però no obligatòria)

Ambdues pistes hauran de disposar de megafonia o de dispositiu elèctric per la connexió elèctrica d'aparells de música.

S'haurà de disposar d'una rampa de pujada al cavall amb cadira de rodes.

Aula

El centre hípic haurà de disposar d'una aula, amb 1 taula i suficients cadires i material lúdic. També hi caldrà una llitera.

Quadres

Les quadres hauran de complir amb els mínims de dimensions (2X3 m.) , il·luminació, i mantenir els standards de neteja, d'alimentació i de llit.

2.4 PERSONAL ESPECIALITZAT

La teràpia estarà a càrrec d'un **Fisioterapeuta** o d'un **Metge** especialitzat en hipoteràpia (Actualment a Catalunya només l'Escola Universitària d'Infermeria i Fisioteràpia Gimbernat I l'Escola Universitària de Vic, disposen d'aquesta especialitat) i col·legiat en el corresponent col·legi professional. Aquest requisit permetrà al terapeuta o al metge estar cobert amb una pòlissa de responsabilitat professional.

A més, intervindran:

Prèviament a la teràpia:

- **Metge** que la prescriu i autoritza. Sense aquesta prescripció els fisioterapeutes i col·laboradors no estan autoritzats a fer la teràpia.
- **Autorització de pares o tutors, sabent que són coneixedors de la**

teràpia i que es treballa amb un cavall.

Durant la teràpia:

- **Tecnic en Equitació de Nivell, I, II, o III** i/o persona experta i responsable del cavall.

Segons les característiques de l'handicap, també podran intervenir altres col·laboradors que hauran d'estar col·legiats el en respectiu Col·legi Professional:

- **Psicòleg**
- **Logopeda**
- **Pedagog**
- **Mestre**
- **Terapeuta ocupacional**

Hi haurà sempre 1 fisioterapeuta (o metge) + 1 tècnic en equitació + 1 cavall adequat per persona amb discapacitat.

2.5 CAVALLS

Cada Instal·lació haurà de disposar d'un cavall, que reuneixi les següents característiques:

- Castrat o euga
- Noble
- Amb una edat realtiva entre 8 i 20 anys.
- Alçada: 1,50 -1,55 m

És important recordar que per les seves pròpies característiques físiques els ponis no són aptes per a la hipoteràpia.

Caldrà que els cavalls i les instal·lacions estiguin en perfecte estat de manteniment.

ANNEX 1

SOL·LICITUD D'AUTORITZACIÓ A LA PRÀCTICA DE LA HIPOTERÀPIA

En NIF

Denominació del centre Hípic

CIF entitat N° Reg. Ent. Esp. N° Llic. Fed.

Responsable de la Hipoteràpia

N° Col·legiat en el Col·legi

Sol·licita a la Federació Catalana d'Hípica ser reconegut com :

CENTRE HIPIC HOMOLOGAT

PER LA PRACTICA DE LA HIPOTERAPIA

Lloc Data

Signatura DEL **DIRECTOR** del Centre..... n° LDN.....

Signatura DEL **TECNIC** En Equitació..... n° LDN.....

Signatura DEL **METGE** /Fisioterapeuta Responsable..... n° Col·legiat.....

A a.....de 201

TIPUS DE TERÀPIA I BENEFICIS

El passeig a cavall , dóna un estímul sensorial a través del moviment variable, rítmic i repetitiu. La resposta del moviment resultant en el pacient, és semblant als moviments humans de la pelvis quan camina. La variabilitat de la marxa del cavall, possibilita terapèuticament graduar el grau de sensacions que rep el pacient. Aquests responen entusiàsticament a aquesta experiència d'aprenentatge divertida, en un medi natural. Físicament , la hipoteràpia pot millorar l'equilibri i la mobilitat, encara que també pot afectar positivament a les funcions de comunicació i de comportament per a pacients de totes les edats. De la hipoteràpia, poden aprofitar-se persones amb:

- Paràlisi cerebral.
- Esclerosis múltiple.
- Autisme.
- Síndrome de down.
- Espina bífida.
- Trauma cerebral.
- Distròfia muscular.
- Conductes caracterials.
- Malalties neurodegeneratives.
- Malalties traumatològiques.
- Trastorn del dèficit d'atenció.
- Anorèxia.
- Bulímia. És un tractament alternatiu i a la vegada complementari als utilitzats habitualment.

Es considera que aquesta teràpia és capaç d'aconseguir nous estímuls complementaris als ja aconseguits amb tractaments tradicionals. *(un cavall al pas, transmet al genet 110 impulsos per minut, en una sèrie d'oscil·lacions tridimensionals com són avanç i retrocés, elevació i descens, desplaçament i rotació)*

El cavall és un gran igualador que permet que els discapacitats puguin competir amb els seus semblants sans. Es sap que el sot fet físic de muntar a cavall, trenca amb l'aïllament del malalt i el posa en igualtat de condicions amb el genet no disminuït. És per això, que la hípica facilita la superació de la por, millora la confiança i la capacitat de concentració i fa perdre les tensions i inhibicions físiques i emocionals.

L'opinió de diversos psiquiatres és que el cavall, per nens que viuen en una cadira de rodes, els permet mirar per una vegada a les seves vides, per sobre dels seus semblants, el que estimula enormement la seva autoestima.

A la pràctica, la hipoteràpia es refereix a una forma passiva de muntar, en la que el pacient s'asseu sobre el cavall i és col·locat en diverses posicions amb el que s'acomoda al moviment oscil·lant del cavall. S'ha demostrat l'èxit de la hipoteràpia mitjançant radiografies i electromiografies i el de la transferència del moviment del cavall al pacient, mitjançant pel·lícules científiques.

El cavall s'instaura des del punt de vista pedagògic com a un mediador i sobretot com a un centre d'interès, sobre el qual treballar amb els usuaris des d'una perspectiva lúdica, al considerar que no aprenen si no ens trobem en una situació de plaer. Això vol dir que l'equinoterapeuta ha de tenir una actitud simpàtica, oberta de confiança en el nen/a i en les seves habilitats, d'acceptació de les seves dificultats i ha de treballar sense pressionar, utilitzant dos recursos que es complementen perfectament, que són el joc i l'ensenyament de l'equitació.

El cavall es fa servir també cada cop més per a reeducar a discapacitats socials, joves marginats que troben en el cavall una guia que en moltes ocasions els salva d'un futur penal. *Els cavalls estimen incondicionalment a nens i joves i no els fan preguntes ni els confon*, senyalava Samuel Ross, que des de 1947 dirigeix una granja –escola a EEUU que usa l'equinoteràpia per a tractar joves amb problemes emocionals i de comportament. *Hi ha molts joves que no estan feliços amb sí mateixos ni amb la resta; a vegades són agressius i es senten tristos, però a la nostra granja han comprovat que és difícil estar enfadat o trist quan es munta a cavall.*

Nens que no saben sumar i que aprenen muntant a cavall enumerant les potes del cavall, nois enfadats amb el món i les lletres, que amb tal d'escriure el nom del seu cavall preferit són capaços de memoritzar algo tan odiós com l'abecedari, i joves amb algun episodi delictiu que diuen a un cavall el primer t'estimo de la seva vida... tot això passa de fa anys a l'Associació Sac Xiroi (Barcelona) que dirigeix un matrimoni. El seu objectiu és aprofitar la capacitat sanadora dels animals, especialment el cavall, per ajudar a adolescents amb problemes d'adaptació social a superar els seus conflictes. *El cavall és un terapeuta nat. S'adapta a la realitat del genet que el munta i li dona a cada un el que necessita. Per aquests nois que tenen problemes per adaptar-se a la societat, poder dominar el cavall, els confirma que també ells poden dominar-se a si mateixos. Són nens que no accepten l'autoritat, però quan es senten sobre el cavall, necessiten escoltar l'adult que els ensenya a dominar el cavall que pel seu tamany els imposa un gran respecte.* Aquests nois s'ocupen i preocupen dels cavalls, els alimenten, i donen tot lo necessari perquè estiguin sans i forts. Això els estimula la participació i responsabilitat i els fan pensar que són importants per un altre ser viu. Abans volien una moto...ara només volen un cavall.

OBJECTIUS DE LES SESSIONS:

- Millorar la coordinació general . Això s'aconsegueix conduint el cavall de la mà, muntant i desmuntant, fent exercicis d'equilibri...etc.
- Millorar la coordinació oculo-manual: quan fan la higiene general del cavall, en preparar-lo col·locant-li els arnesos, fent exercicis de maneabilitat...
- Millorar l'orientació espacial: escollint el camí a realitzar per a arribar a un punt, traçar figures, fer circuits o gimkanes, ...
- Millorar la lateralitat: amb un objecte mediador (anar a la dreta al costat de la lletra A), sense objecte mediador (quan arribis al final de la pista gira a la dreta).
- Millorar les dificultats sensoriomotors (patositat) : aconseguint apujar-se des del terra al cavall, baixant amb agilitat, ...
- Millorar l'autoestima: En realitzar una activitat considerada "arriscada" per molta gent, aconseguint augmentar l'autoestima.

És important tenir en compte la història mèdica del pacient, saber les capacitats i dificultats, el tipus d'escolarització, fixar objectius i tenir un seguiment del progrés.



Figura 4: Jocs que motiven l'exercici sense

Que sembli una teràpia.

BENEFICIS:

El passeig a cavall té un seguit de beneficis:

- **Beneficis emocionals-psicològics:** El cavall genera benestar, confiança, interès pel que ens envolta i per nosaltres mateixos. Permet desenvolupar la capacitat de reacció i autocontrol. A més, crea un sentiment de normalització. Dalt

del cavall, ens sentim igual que la resta de persones que practiquen l'equitació, podem fer la mateixa activitat en igualtat de condicions.

- **Beneficis físics:** augmentem el to i la força muscular, la planificació de moviments i la seva coordinació, la percepció del propi cos, i al estar en moviment, augmentem l'equilibri.
- **Beneficis psicomotors:** els cavalls, el centre hípic... un entorn on podem expressar sentiments, necessitats, podem portar a terme les expectatives creades... Utilitzem tots els nostres sentits per relacionar-nos amb l'entorn i amb el cavall (parem atenció a l'animal, fem memòria per recordar exercicis, vigilem l'entorn, escoltem les indicacions del terapeuta...).
- **Beneficis relacionals:** els cavalls, la gent del centre, és un lloc idoni per crear vincles d'amistat. Adquirim valors de respecte i apreciació envers els animals. Aquests valors, es poden extrapolar en respecte i amor envers les altres persones.

PASSANT A L'ACCIÓ:

Quan es comencen les sessions d'hipoteràpia, el primer pas és que el pacient faci el seu primer contacte amb el cavall. Aquest pas, es dona apropant el pacient a l'animal perquè tinguin un contacte físic acariciant-lo, que el pacient senti el seu tacte, el seu cos musculós i la suavitat del seu morro. Oferir-li una recompensa al cavall i gaudir d'aquest temps de relació introductòria, ja té un gran interès terapèutic i emotiu per la persona. Cal explicar-li al pacient en què consisteix el seu tractament, què és el que ha de fer i quins són els riscos. És necessària una exploració mèdica per a poder assegurar que el pacient es troba en condicions de realitzar la teràpia, quins poden ser els efectes secundaris i com evitar-les. Abans de la sessió és molt important que el pacient faci un bon escalfament perquè els seus músculs i articulacions estiguin preparats per l'exercici que haurà de realitzar sobre el cavall.

No es demana que el pacient aprengui a muntar, sinó que acompanyat per un fisioterapeuta, adopti unes posicions sobre el cavall que facilitin la circulació sanguínia, millorin l'equilibri i el sentit espacial. A través dels moviments del cavall, pot reprogramar-se el cervell del genet, i realitzar un moviment pèlvic molt similar al que fa la persona al caminar.

Realitzant el primer contacte, es puja el pacient sobre el cavall gairebé sobre la creu, que és la part més alta de la columna del cavall, i on s'uneixen coll i espatlla. En aquest punt, es reben els moviments dels músculs anteriors i posteriors, que són els que estimulen i ajuden en la teràpia.

Quan anem sobre un cavall que es mou al pas, ens assegurem un moviment de la pelvis i l'espina dorsal, i és per això que la majoria de teràpies es realitzen a aquest aire, i no als dos aires més ràpids (trot i galop). La sensació de lleugeresa de les cames en el balanceig rítmic del pas del cavall, és una experiència única pels pacients que no poden caminar amb normalitat. No sempre s'asseuen en la posició tradicional, algunes vegades i depenent de l'estímul que vol aconseguir-se, és possible tombar el pacient sobre el llom, o asseure'l a l'inrevés, o fins i tot altres postures.

En aquesta teràpia, el pacient no només realitza un exercici passiu a través del cavall, sinó que també fa exercicis per a relaxar-se, estirar-se i millorar l'equilibri, els reflexes i la coordinació. Una altra modalitat és el volteig, que consisteix en efectuar exercicis gimnàstics sobre el cavall mentre aquest fa voltes a la corda.



Fig 5: Postura estirada sobre el llom.



Fig 6: Volteig

La cadència rítmica i constant del cavall en caminar, proporciona una forma ideal de treball i estímul. La possibilitat de variar les cadències, augmentant o disminuint els ritmes del moviment, així com la variació dels aires del cavall (pas, trot i galop), permeten una gran varietat de possibilitats d'estímul. Uns 110 moviments diferents transmet el cavall en caminar, i no hi ha múscul ni zona corporal al que no es transmeti un estímul. Un aspecte molt important d'aquesta teràpia és que el pacient assumeix els exercicis alhora com a una diversió, lluny d'un tractament, de l'ambient convencional de teràpia, i es manté entretingut i atent al que passa al seu voltant. Els exercicis passen a un segon pla per a ell, mentre que el sistema nerviós central està treballant i s'obtenen els resultats i avanços esperats.

S'exigeix un personal altament competent i especialitzat, a més d'uns cavalls de caràcter dòcil que deuen ser absolutament segurs i molt obedients. Les sessions solen començar a durar uns 15 o 20 minuts, de dues a tres vegades la setmana. A mesura que el pacient avança, els temps solen augmentar i es pot arribar a sessions de 50 o 60 minuts. Després de la sessió cal tornar a fer uns exercicis de desconstracció per a relaxar tot l'esquelet del pacient.

El cavall sempre ha de ser guiat – subjectat per un auxiliar, excepte en els pacients que tenen molta pràctica i demostrin que han adquirit un cert nivell en l'equitació, en tot cas l'auxiliar ha de seguir-lo sempre a una distància curta.

El material emprat pot ser molt variat i complet, o fins i tot gairebé nul. Tot dependrà de la situació. Hi ha accessoris com suadores, selles adaptades, coixins, cingles de volteig... etc.

CENTRES D'HIPOTERÀPIA AL MÓN I ESTUDIS RELACIONATS:

En els diferents centres que existeixen en el món dedicats a la hipoteràpia o equitació terapèutica, s'usen diferents procediments en l'aplicació i formes d'enfocar aquesta forma de rehabilitació. A França n'hi ha molts, també a Anglaterra, Xile, Polònia i Espanya. A Espanya, la *Fundación Caballo Amigo* (Madrid), organitza a través d'un conveni amb la *Universidad Complutense*, l'únic curs d'Equitació Terapèutica que es dona a Espanya, amb formació pràctica i teòrica, d'una duració de dos anys. La seva professora i president Mercedes Jiménez assegura que utilitzant el cavall com a eina terapèutica s'aconsegueixen resultats molt positius. “Amb un tractament adequat, es pot millorar la qualitat de vida dels discapacitats, però la gent ha de tenir present que no es poden fer miracles”. A més a més, l'associació andalusa d'equitació terapèutica “El caballo ayuda”, ha format a alumnes discapacitats en els oficis de mosso de quadra, guarnicionera, ajudants d'enganxe i Eugassades, per a introduir-los en el món laboral relacionat amb el cavall, i disposa d'ajudes econòmiques per als tallers o centres que els vulguin contractar.

L'Escola Universitària Gimbernat, també té una sèrie de cursos de Rehabilitació Eqüestre, dirigits a fisioterapeutes ocasionals i metges. Són programes d'unes 180 hores lectives que es distribueixen en assignatures teòriques tant d'anatomia del cavall, fisiologia, biomecànica, comportament, alimentació, com de l'estudi de les malalties humanes que poden beneficiar-se de la pràctica de l'equitació.

És important que el terapeuta analitzi la resposta del pacient i ajusti la manera en la que ha de moure's el cavall. També cal saber que hi ha altres efectes que tenen lloc amb la respiració, coneixement i parla. Per exemple, si el tractament pretén enfortir els músculs del tronc i afecta positivament la postura del pacient, la respiració i la parla milloren degut a l'augment de força del tronc. Aquests canvis passen sense buscar-los, aquesta és la bellesa de l'equitació. Als Estats Units inclús s'organitzen petites exhibicions d'habilitats adquirides en els tractaments.

EL FUTUR DE L'EQUINOTERÀPIA

Aquesta nova forma de rehabilitació, tractament, o fins i tot podria anomenar-se, disciplina, té un futur molt prometedor. Dia a dia s'està demostrant que tot el que pot donar aquest nou tractament, és beneficiós pel pacient. A més a més, el que fins ara havia sigut un esport elitista per a classes mitjanes - altes, comença a obrir-se món en els sectors més modestos i canvia el punt de vista de la població, essent més accessible i a l'abast de tothom. Això vol dir que pot arribar a igualar, o fins i tot ser inferior al cost de molts altres tractaments clàssics. A més a més, el seu ús comença a expandir-se més cap a sectors de sociabilització, i no es restringeix només a l'aspecte físic per a discapacitats. Esperem que en un futur pròxim puguin existir hospitals - instituts especialitzats en aquest tipus de teràpia, i que pugui ser reconegut mundialment.

CONCLUSIÓ

Personalment he viscut l'equinoteràpia essent un tècnic en un tractament per a un Síndrome de Down, i actualment fent un seguiment en un noi amb dèficit d'atenció. Són situacions molt diferents, però en ambdues el canvi ha sigut evident, i enormement satisfactori. La il·lusió en els ulls de l'Aitor (síndrome de Down) quan pujava sobre el cavall, feia que tot valgués la pena. A més a més, el cavall sembla entendre la situació, i s'adapta perfectament a cada persona. Saben quan és essencial portar-se bé, i amb qui poden jugar o no. Es forma un vincle davant dels propis ulls que un no pot entendre fins que ho viu en pròpia carn.

En Sergio en canvi, amb dèficit d'atenció sever, des de que ha començat a muntar a cavall, es pren més a pit les seves responsabilitats, es desbrava muntant la seva euga durant el dia, i a la tarda – vespre sense que ningú l'hagi d'esperonar, es posa a estudiar. Els seus tutors han quedat bocabadats amb el seu gran progrés i donen tots els mèrits a l'equitació.

La societat d'avui es caracteritza per un gran augment d'estrès i dificultats de socialització, i crec que l'equinoteràpia ajudarà moltíssim a la gent amb aquests problemes, i per això té un futur garantit. Les malalties físico-motrius seguiran existint i podran ser tractats amb més habitualitat per aquesta teràpia, però crec que el gran “boom” de

l'equinoteràpia vindrà amb el seu reconeixement quan gent "físicament normal" afirmi els seus beneficis a la població.

Jo estic sana, i dia a dia passo les hores amb els cavalls i em sento més feliç a cada moment. Sens dubte, aquests animals grans, nobles i peluts que donen el seu amor i escalfor incondicionalment, són la millor medicina.

BIBLIOGRAFIA

- TIERNO JIMÉNEZ, B. (1993): Del fracaso al éxito escolar. Ed.Plaza & Janés. Barcelona.

- TOLEDO GONZÁLEZ, M. (1995): La escuela ordinaria ante el niño con necesidades especiales. Ed.Santillana. Madrid.

- TEICHMANN ENGEL, B. (1998): Therapeutic Riding I Strategies for Instruction. Book II. Edited by Barbara Teichmann Engel. USA.

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

-INTERNET. Viquipèdia i pàgina web de la fundació Maria Riveros, web de la fundació Caballo Amigo, i web de "La Asociación Andaluza de Equitación Terapéutica El Caballo Ayuda".