

EL PODER CURATIVO DE LA TERAPIA ECUESTRE

Gemma Cubero de Barrio¹

RESUMEN

El caballo ya no es sólo un animal de ocio con finalidad deportiva, sino que en España comienza a ser fuente de investigación científica además de medio terapéutico en el tratamiento de personas con discapacidad.

Palabras clave: discapacitados, rehabilitación, terapia ecuestre.

ABSTRACT

Horses are not just the kind of animal used for entertainment and aimed at sports, but also they have recently become a source of scientific research in Spain, as well as a therapeutic means in the treatment of handicapped people.

Key words: handicapped, rehabilitation, horse therapy.

1. INTRODUCCIÓN

Mercedes Jiménez Horwitz, Presidenta de la Fundación Caballo Amigo y co-directora del Curso de Experto en Equitación Terapéutica de la Universidad Complutense de Madrid, afirma que personas de todas las edades y con diferentes tipos de discapacidad pueden beneficiarse hoy de la terapia ecuestre en España. Jiménez Horwitz explica: "Creamos la Fundación Caballo Amigo en 1998 con la intención de difundir los beneficios de la equitación terapéutica, formar a profesionales en este nuevo campo de la rehabilitación, abrir nuevos caminos de investigación científica, y facilitar el acceso de los discapacitados a actividades ecuestres, tanto terapéuticas, deportivas y de ocio. "

Según la Presidenta de la Fundación Caballo Amigo, esta terapia puede beneficiar a discapacitados físicos, psíquicos, a los parálisis cerebrales, discapacitados sensoriales, personas que sufren enfermedades mentales e incluso a inadaptados sociales.

Vinculada siempre al mundo del caballo desde su infancia en Granada, Jiménez Horwitz descubre en Francia a principios de los noventa las aplicaciones del caballo en el campo de la rehabilitación: "Durante mis estudios en la Escuela Nacional de Equitación de Saumur investigué la locomoción del caballo a través de un simulador ecuestre y su aplicación en la rehabilitación de jockeys. Fue entonces, cuando convencida de los resultados me comprometí a poner en práctica estos conocimientos ecuestres a través de la rehabilitación para discapacitados en España."

El movimiento que genera el caballo a través del dorso en las sesiones de hipoterapia llega al paciente fortaleciendo su tronco y mejorando el equilibrio del discapacitado, sin necesidad de que éste tenga apenas que moverse. Otros resultados beneficiosos de esta práctica son la reducción de espasticidad en pacientes que sufren parálisis cerebrales infantiles, la mejora de la coordinación y movilidad de las articulaciones, el aumento de la fuerza muscular, la mejora en el aprendizaje, la memoria y de la orientación espacial.

2. EXPERIENCIAS CON LA TERAPIA ECUESTRE

¹ Licenciada en periodismo. Colaboradora con la Fundación Caballo Amigo.

"Desde el punto de vista emocional el caballo es terapéutico porque transmite afectividad, es cariñoso se deja cuidar sin que exista la necesidad de comunicarse verbalmente con él," detalla Jiménez Horwitz. "El caballo te ayuda a desarrollar valores humanos - la amistad, el respeto, el que tengas un horario, una estructura."

"Por ejemplo con niños autistas el hecho de que éstos se sientan atraídos por el animal pero no lo entiendan, les fuerza a comunicarse con el experto terapéutico, rompiendo así, la barrera de comunicación y creando un triángulo entre caballo, experto e individuo."

Ainoa Roche, de 12 años, con Síndrome de West derivado en una epilepsia con retraso mayorativo, se beneficia de esta terapia desde hace dos años. Según su padre, Angel, "el gran problema para estos niños es que no saben jugar y hay que enseñarles. Desde que participa con la Fundación Caballo Amigo, el caballo no sólo ha mejorado la postura y el equilibrio sino que le ha hecho participar más en juegos colectivos."

Según su madre, Pilar, a través del caballo notan que su hija se emociona, lo que es inusual. "El caballo es un amigo para ella. Cuando Ainoa nombra a su abuelo o a sus amigos del club de ocio, en ese mismo grupo, también nombra al caballo," explica Pilar.

Para Sonia Villaba, de 27 años, el aspecto deportivo del caballo le aporta hoy una gran ilusión en la vida. Según su madre, Annette, el caballo ha permitido que su hija tome pasos que de otra manera no hubiera dado debido a la discapacidad intelectual que le fue diagnosticada desde niña. "Por medio de su gran afición al caballo Sonia ha sobrepasado el miedo a coger el autobús para ir al club de campo, a coordinar por teléfono su participación en competiciones ecuestres y entablar conversaciones de equitación con jueces y profesores".

Además de participar en los dos últimos Concursos Internacionales de Doma para Discapacitados organizados por la Fundación Caballo Amigo en Madrid y en Granada, Sonia ya es historia en el Deporte Ecuestre Paralímpico español ya que logró ser la primera amazona española que compitiera en la Paralimpiada de Sydney 2000.

"El caballo para Sonia es el modo de llegar a otras personas. Ella lo que quiere en primer lugar es verse aceptada como una persona más y en el mundo del caballo ella se siente así," explica su madre.

La competición según Jiménez Horwitz forma parte de la terapia. "Desde la fundación abarcamos también esta área, ya que la motivación les permite superarse a sí mismos. Es una forma de ponerse metas y de verse igual a los demás."

Un cúmulo de errores médicos en una operación de vértebra aparentemente sencilla postraron en una cama y después en una silla de ruedas a Luis Miguel Cuenca durante dos años. "Cuando pasas esa barrera de estar bien a estar fastidiado y tener que vivir el día a día te das cuenta de que la sociedad está diseñada para gente que está bien," afirma Cuenca.

Tras 14 meses de rehabilitación y equitación terapéutica, Cuenca, de 33 años, camina hoy con la ayuda de un bastón, ha comenzado a competir en campeonatos de doma y se beneficia del caballo. "Tengo más equilibrio, más control del tronco, de la pelvis y espalda. El día de la semana que monto me doy cuenta que tengo los abductores más duros por el constante esfuerzo al andar. Sin embargo cuando me bajo del caballo los tengo completamente relajados,

como una persona normal," explica Cuenca. "Una secuela que me ha quedado a raíz de la operación es que duermo en posición fetal pero las dos noches después de montar duermo más estirado."

No sólo nota una mejoría física, sino que le ayuda en su autoestima. "Verte controlando el caballo, un animal que es más grande y fuerte que tú, te abre a otra realidad y te das cuenta de que puedes hacer cosas que no creías poder realizar antes. Además al tener la oportunidad de competir en nivel internacional con otras personas discapacitadas te das cuenta de que no estás solo. Esto te anima a seguir luchando ya que los progresos son muy lentos".

3. REFLEXIONES SOBRE LA TERAPIA Y SUS APLICACIONES

Para practicar esta terapia se requiere algo más que un caballo especialmente entrenado. "Es imprescindible diseñar un proyecto de trabajo con un equipo multidisciplinar formado por un médico rehabilitador, un experto en equitación terapéutica que conozca tanto el campo médico como el ecuestre, un fisioterapeuta y un psicólogo o logopeda," afirma Jiménez Horwitz. "De acuerdo a la discapacidad específica de la persona, marcamos unos objetivos iniciales y realizamos una evaluación periódica."

"Cuando Mercedes nos contacta hace tres años con la idea de crear un curso de experto en equitación terapéutica en colaboración con la Universidad de Bobigny en Francia, el proyecto nos interesa y visitamos el centro ecuestre", recuerda Raquel Valero, profesora titular de la Escuela de Fisioterapia, y Directora del Curso de Experto en Equitación Terapéutica que ofrece La Universidad Complutense de Madrid. "Me llamó especialmente la atención que en esa sesión había dos hermanos, uno con parálisis cerebral y el otro sin discapacidad," explica Valero. "En el suelo, antes de montar a caballo se apreciaba una diferencia increíble entre los dos hermanos, pero en el momento en que ambos se subieron a los caballos, ambos dominaban al animal igual de bien sin percibirse diferencias entre los dos. En ese momento comprendí que existían beneficios psicológicos increíbles."

"Lo más difícil de conseguir de un paciente es la motivación para que lleve a cabo el programa terapéutico," explica Mercedes Horwitz. "Una vez que consigues esto lo tienes todo, porque va a poner de su parte e intentar progresar".

Tras este primer encuentro, Susana Muñoz Lasa, también profesora titular del Departamento de Medicina Física y Rehabilitación de la Universidad Complutense de Madrid y médico rehabilitador en la Asociación Madrileña de Esclerosis Múltiple, se une a este proyecto de colaboración e inicia un estudio de investigación científica con la Fundación Caballo Amigo. Este estudio denominado Análisis de la marcha: Hipoterapia y Esclerosis Múltiple, se realizó en ocho pacientes de Esclerosis Múltiple - cinco hombres y tres mujeres - a lo largo de un año. "A través de escalas de valoración científica y plataformas de marcha dinamométricas comprobamos que la equitación terapéutica mejora el equilibrio y la marcha en las personas que padecen esta enfermedad a partir de los 6 meses de terapia", afirma Muñoz Lasa. Además en este estudio se produjeron resultados subjetivos sorprendentes. "En todos los pacientes que participaron mejoró la función urinaria y con ello el descanso. Creemos que esto es debido a que el contacto y calor que transmite el caballo ayuda a la reestructuración del suelo pélvico",

explica Muñoz Lasa. "Además, se redujo el cansancio y desapareció del estreñimiento tan típico de esta enfermedad. Los hombres puntualizaron que incrementó su función sexual mejorando así su calidad de vida". Dicho estudio se ha presentado en el Congreso Europeo de Medicina Física y Rehabilitación celebrado en Briton y recientemente en el Undécimo Congreso Internacional de Equitación Terapéutica en Budapest y ha sido galardonado con la Mención Rosada en el Congreso Internacional por el 50 Aniversario de la Sociedad Portuguesa de Rehabilitación, celebrada en octubre del 2003 en Oporto, Portugal.

"Los resultados han sido fabulosos y aunque no son todavía concluyentes, nos incitan a seguir investigando", afirma Valero. "Ahora hace falta dar a estos datos el carácter científico que se merecen para que sean considerados 'estadísticamente significativos' en la comunidad médica internacional".

4. CONCLUSIÓN

La Fundación Caballo Amigo tiene como objetivo crear un centro de servicio de rehabilitación integral para discapacitados, donde el caballo se utilice como eje principal, se facilite la colaboración y comunicación entre los profesionales de esta disciplina terapéutica y se ofrezca la posibilidad de practicar otras actividades con animales en la naturaleza. Todo esto con el fin de dar un respiro a las familias, y vencer la dificultad actual de tener que desplazarse de una punta a otra de la ciudad para acceder a estos servicios.

Según Muñoz Lasa, en países europeos como Bélgica y Francia esta terapia está plenamente integrada en la sociedad. "En un mismo centro de rehabilitación de niños existe una escuela de equitación terapéutica, donde al igual que tienen a un fisioterapeuta, también tienen caballos".

El hecho de que la equitación en España se considere un deporte de elite supone un reto para ampliar el servicio de esta terapia. "Existen clubes privados ecuestres dónde los socios que pagan por la utilización de pista no quieren cruzarse con una persona discapacitada que hace ejercicios con una pelota", afirma Jiménez Horwitz. "En España el deporte ecuestre no se ha difundido socialmente a través de centros rurales y municipales para que llegue a toda la gente, independientemente de su estatus social, por eso tampoco llega a los discapacitados", afirma Jiménez Horwitz.

"Esperamos que pudiendo probar resultados médicos podamos conseguir la financiación necesaria para que esta terapia se integre en nuestra sociedad y que la comunidad médica se involucre en conocer y pautar la terapia ecuestre a todos los pacientes que se puedan beneficiar de ella, porque está comprobado que funciona," asegura Muñoz Lasa.