

# Cavalls que curen: l'equinoteràpia

---

## Presentació

Des de ben petita sempre m'han apassionat els cavalls i l'equitació. Als 9 anys vaig decidir apuntar-me a classes d'equitació i des d'aquell moment, durant dos anys, hi vaig anar cada setmana. Dos anys més tard, vaig decidir deixar aquest esport, ja que a causa d'alguns incidents, vaig començar a agafar por. Haver deixat de muntar a cavall no ha modificat la meva passió per aquest món animal. A l'hora de decidir el tema pel treball de recerca vaig voler tractar un àmbit en el qual jo pogués gaudir i alhora aprendre. Vaig decidir fer-ho sobre els cavalls i estudiar la capacitat que aquests tenen d'ajudar nens amb discapacitats psíquiques, físiques o sensorials. També em vaig decantar a fer aquest treball des d'un vessant més social, ja que trobo que l'ajuda i el tracte amb persones discapacitades és molt reconfortant. D'aquesta manera el treball se centra en la investigació de l'efectivitat d'aquestes teràpies en diferents tipus de discapacitats.

L'equinoteràpia és una forma de tractament alternatiu per a persones amb discapacitat física, psíquica o sensorial, problemes de salut mental i/o d'adaptació social, que emprava com a element terapèutic la relació del pacient afectat amb el cavall, tant en la munta com en la cura de l'animal, i aprofita el moviment multidimensional del cavall amb un sentit terapèutic.



---

En trobem quatre tipus: la hipoteràpia, dirigida a aquelles persones que per la seva greu discapacitat física i/o cognitiva no poden exercir pràcticament cap acció sobre el cavall; l'equitació terapèutica, enfocada a persones que poden exercir alguna acció sobre el cavall mitjançant algunes adaptacions individualitzades; l'equitació adaptada, dirigida a aquelles persones que practiquen l'equitació amb un objectiu lúdic o esportiu però que per la seva discapacitat necessiten adaptacions, i, finalment, l'equinoteràpia social, terme utilitzat per alguns autors per fer referència a l'activitat en el tractament de problemes d'integració social, alcoholisme, drogoaddicció, etc.

Els beneficis que s'obtenen amb aquesta teràpia poden ser: físics (equilibri i coordinació), psicològics (autoestima i autoconfiança), educatius (atenció i concentració) i socials (respecte i responsabilitat).

S'escull el cavall perquè: transmet calor corporal al cos del genet, transmet impulsos rítmics del dors del cavall al cos del genet i transmet un patró de locomoció tridimensional equivalent al patró fisiològic de la marxa humana.

Els objectius principals d'aquest treball han estat:

- Aprofundir en l'equinoteràpia.
- Diferenciar les diferents branques de l'equinoteràpia.
- Esbrinar els beneficis terapèutics que suposa per a les persones.
- Conèixer els diferents tipus de moviments i exercicis que es fan depenent del pacient i de la seva malaltia.
- Determinar quin tipus de formació i quins requisits són necessaris per a les persones que apliquen aquesta teràpia.

## **Metodologia**

La metodologia emprada en aquest treball es divideix en diferents etapes.

Primer s'ha fet una recerca d'aquesta disciplina a pàgines web d'Internet. Seguidament s'ha fet una recerca de les hípiques i associacions de Catalunya que feien aquesta disciplina i s'hi va contactar. Van ser escollides l'hípica del Catllar i el col·legi Sant Rafael. A continuació es van escollir els següents casos per ser analitzats:

- Subjecte A: Discapacitat psíquica i física. Necessitats educatives especials (NEE).
- Subjecte B: Discapacitat psíquica. Trastorn de l'espectre autista (TEA)
- Subjecte C: Discapacitat psíquica i sensorial. Retard maduratiu i pèrdua de visió d'un ull.
- Subjecte D: Discapacitat psíquica i física. Trastorn generalitzat del desenvolupament (TGD) i necessitats educatives especials (NEE) que la fan totalment dependent.

---

Un cop escollits els casos s'han fet unes taules per fer-ne el seguiment des del 14 d'octubre fins al 25 de novembre de 2015. Primer s'ha fet un estudi dels diferents exercicis i activitats que fa cada subjecte. A partir d'aquesta informació s'han elaborat tres taules diferents. La primera taula va dirigida als subjectes A i C, ja que tracta exercicis i moviments de l'equitació terapèutica, la segona taula representa al subjecte B, perquè va dirigida a una sessió d'hipoteràpia. L'última taula va dirigida al subjecte D, ja que aquest rep classes d'hipoteràpia però, a causa de les seves discapacitats físiques, no pot fer els mateixos exercicis que el subjecte B. També s'han fet diverses entrevistes a una fisioterapeuta, una psicòloga i una experta en psicomotricitat que fan possible aquesta teràpia, i a un representant d'aquesta l'escola.

## **Resultats**

### *- Descripció i evolució dels casos*

El subjecte A quan va arribar al centre, a causa de la seva discapacitat física caminava amb els genolls i els peus cap a dins en forma de X. L'equinoteràpia l'ha ajudat a rectificar una mica aquest problema, ja que damunt del cavall ha d'obrir les cames cap a enfora en asseure's a la cadira i posar-se els estreps. També hi ha hagut una gran millora en la confiança amb l'animal. En les primeres classes d'equinoteràpia tenia un pànic terrible al cavall i per pujar-hi necessitava cinc persones; a poc a poc ha anat disminuint la seva por i ara pràcticament puja sol. Això ha augmentat la seva autoestima i la seva atenció a les classes.

Al subjecte B l'equinoteràpia l'ha ajudat molt amb la comunicació ja que ha permès interactuar amb ell. A poc a poc ha anat millorant en els hàbits i rutines ja que està més concentrat. Aquesta teràpia ha fet que sigui molt més obert, perquè abans era molt introvertit i es comunicava molt poc amb les persones. També ha augmentat la seva flexibilitat. A causa del seu trastorn, és un nen molt mogut i no fa gaire cas a les indicacions dels tutors, però un cop puja al cavall es relaxa totalment. Això ha provocat una gran millora en la concentració i la relaxació corporal diària.

El subjecte C té una manca d'autonomia, ja que sempre va enganxada al tutor, però gràcies a les classes d'equinoteràpia ha guanyat més autonomia, ja que és ella qui ha de controlar sola el cavall, al centre ja fa els recorreguts sola. Això ha fet que també augmenti el seu interès i autoestima. També ha disminuït molt les estereotípies, moviments, postures o veus repetitives sense una finalitat determinada, ja no en fa tantes. Han augmentat les seves ganes i interès però a causa de la seva discapacitat física, la falta d'un ull, hi ha moltes coses que no és capaç de fer sola.

És el primer curs d'equinoteràpia del subjecte D. A causa del seu problema físic tendeix a encongir-se, i a sobre del cavall es treballa sobretot el control de

---

l'equilibri, ja que no el controla gaire; la coordinació braços-cames, ja que en estirar les cames els braços se l'hi encongeixen i en estirar els braços li passa a l'inrevés, i la relaxació, per destensar els braços i les cames. Ha millorat força, ja que abans estava encongada i no es movia i ara s'aguanta una mica més recta i fa el reflex de marxa, però sense poder caminar. Com el subjecte B, ha augmentat la seva motivació i interès però la seva discapacitat física no li permet fer gaires coses.

De les entrevistes fetes se n'ha pogut extreure molta informació. En l'entrevista a la psicòloga Sara Cerrudo hem conegut com psíquicament treballen la ment els nens a l'hora de fer els exercicis d'equinoteràpia. La entrevista amb el monitor ens ha donat informació de com es fan les classes d'equinoteràpia des d'un àmbit més tècnic. A l'entrevista a la psicomotricista Gemma Romeu hem conegut com treballa una psicomotricista en aquesta disciplina i en què se centra. Finalment, amb l'entrevista a la fisioterapeuta M. Roser Cervera hem conegut els diferents exercicis que fan els alumnes damunt del cavall durant aquesta teràpia.

#### *- Funcionament de les classes*

La classe es fa a la pista principal de l'hípica, que és coberta. A l'entrada de la pista es col·loca l'escala per facilitar als nens pujar al cavall.

També es col·loquen cinc cons per on els cavalls fan una ziga-zaga, això ajuda el genet a controlar l'equilibri. Al centre de la pista es posen dues barres que defineixen el mig de la pista i on els monitors donen l'ordre, a aquells nens que poden dirigir el cavall, que hi passin entre mig; això ajuda els nens a mantenir la concentració.

Mentre fan aquests recorreguts també han de fer diferents exercicis. Un d'ells consisteix en el següent: mentre el monitor condueix el cavall, el nen ha de portar un xurro aixecat o agafat darrere de l'esquena, cosa que obliga el nen a estirar l'esquena.

Un altre exercici consisteix a col·locar en cada lletra de la pista una fotografia d'una botiga: una botiga de llaminadures, una oficina de correus, una saba-terria... El monitor manarà al nen que vagi a un dels comerços i aquest haurà de buscar-lo i dirigir-hi el cavall. Allà hi trobarà un monitor que farà de botiguer i el nen li haurà de dir el que vol. Això ajudarà el nen a diferenciar les coses i a concentrar-se per trobar la botiga indicada i, alhora, a millorar la seva expressió i vocabulari.

#### **Conclusions**

Durant l'elaboració del treball s'ha aconseguit arribar als objectius proposats a l'inici mitjançant entrevistes i fent recerca a les pàgines web.

---

L'equinoteràpia, a partir de diferents projectes i de la integració en molts centres, ha anat creixent i a poc a poc s'ha anat expandint per tot el món. Actualment, més de cent centres apliquen aquesta disciplina a Espanya. Aquesta modalitat terapèutica va començar dirigida a trastorns neurològics i motors greus, i cada cop s'ha anat ampliant l'àmbit de malalties o discapacitats que tracta.

Les millores dels usuaris no són ni immediates ni limitades. Tota millora té el seu procés, les primeres en presentar-se són la pèrdua de por i l'apropament al cavall, i a partir d'aquí es van aconseguint totes les altres. En cada sessió el pacient fa una millora o un aprenentatge nou.

En els pacients analitzats s'ha pogut comprovar que, a mesura que passen les sessions, augmenta la seva motivació per aquesta teràpia, ja que les millores els generen un benestar general i augmenten les ganes de rebre aquesta teràpia, on desconnecten de la rutina.

Durant l'elaboració del treball, s'han presentat diverses limitacions. La més important ha estat el temps, ja que el curs d'equinoteràpia a l'Hípica del Catllar començava a l'octubre, i fins aquesta data no es va poder començar el seguiment de les classes. Cada cop aquesta disciplina està arribant a més centres i hípiques i això està fent que augmenti el nombre de centres que apliquen l'equinoteràpia. S'estan fent investigacions per veure si és possible augmentar aquesta teràpia a més malalties. L'expansió del coneixement de l'equinoteràpia també ha provocat que més professionals s'assabentin de la realització d'aquesta disciplina i que vulguin participar-hi.

## **Bibliografia**

— A Brief History of the RDA [en línia]. <<http://www.rda-east.org.uk/html/rdahistory.html>> (Consulta: desembre de 2015). — Història Col·legi CPEE Sant Rafael [en línia]. <<http://sae.altanet.org/houmuni/web/strafael//sant-rafael/historia.php>> (Consulta: setembre de 2015). — Lis Härtel, olímpides i Equinoteràpia [en línia]. <<http://vcadiestramiento.com/index.php/historias-de-la-equitacion/pequenas-biografias-grandes-personajes/86-lis-haertel-equitacion-caballos-doma-olimpiadas>> (Consulta: agost de 2015). — Les teràpies assistides amb cavalls [en línia]. <<http://autismodiario.org/2013/06/25/las-terapias-asistidas-con-caballos-un-enfoque-psicopedagogico/>> (Consulta: novembre de 2015). — Què és l'Equinoteràpia? [en línia]. <<http://adeg.jimdo.com/equinoterapia/>> (Consulta: novembre de 2015). — Discapacitats o capacitats? [en línia]. <<http://laisletasport.blogspot.com.es/2012/08/discapacitados-o-capacitados.html>> (Consulta: agost de 2015).