



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 MARZO DE 2009

“LA HIPOTERAPIA Y LA DISCAPACIDAD”

AUTORÍA MARÍA ENCARNACIÓN ALMAZÁN MARTÍNEZ.
TEMÁTICA LA HIPOTERAPIA Y LA DISCAPACIDAD. UNA FORMA DIFERENTE DE TRABAJAR EL CURRÍCULUM.
ETAPA EDUCACIÓN ESPECIAL.

RESUMEN

A través del siguiente artículo, veremos la importancia de la práctica de una de las actividades de ocio, como es la hipoterapia en los alumnos que presentan algún tipo de necesidad educativa especial.

1.- INTRODUCCIÓN.

La hipoterapia consiste en aprovechar los movimientos tridimensionales del caballo para estimular los músculos y articulaciones. Además, el contacto con el caballo, aporta facetas terapéuticas a niveles cognitivos, comunicativos y de personalidad.

Esta terapia, se emplea de forma sistemática desde los años 50 - 60, aunque sus ventajas se conocen desde tiempos muy antiguos. Los antiguos griegos, entre ellos Hipócrates, aconsejaban la práctica de la equitación para mejorar el estado anímico de las personas con enfermedades incurables y más tarde, en el siglo XVII, algunos médicos recomendaban montar diariamente a caballo para combatir la gota.

Del griego "Hippos" (caballo), la hipoterapia, es una alternativa terapéutica que aprovecha los movimientos del caballo para tratar diferentes tipos de afecciones. Es un tratamiento que usa el movimiento multidimensional del caballo. Es un entrenamiento especial físico, que se puede usar terapéuticamente como tratamiento médico, para pacientes con disfunciones de movimiento y otras enfermedades.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 MARZO DE 2009

Históricamente, los beneficios terapéuticos del caballo, fueron ya reconocidos hacia los años 460 a.c.

Hipócrates, ya hablaba del saludable ritmo del caballo y a lo largo de la historia, podemos encontrar muchas referencias a los beneficios físicos y emocionales de la equitación desde el año 1.600.

La hipoterapia clásica en Europa, refleja el modelo alemán muy extendido desde 1.960, donde es fundamentalmente, el movimiento del caballo y la respuesta del que monta, lo que constituye el tratamiento.

Por su naturalidad, la equitación terapéutica, influye a la persona en su totalidad y el efecto en todo el cuerpo, puede ser profundo. Por tanto, una progresión natural fue desarrollándose por todo el mundo, en la aplicación del caballo médicamente.

Una terapia ocupacional con un caballo adecuado, requiere de un acercamiento para establecer el programa, dirigir específicamente las sesiones a las áreas de planificación motora e integración sensorial del jinete. El caballo, se selecciona para los pacientes cuidadosamente por sus movimientos y su comportamiento. El paciente, en función de las indicaciones del terapeuta, puede adoptar diferentes posturas en el caballo en diferentes sesiones.

2.- HISTORIA DE LA HIPOTERAPIA.

La hipoterapia es una alternativa terapéutica basada en estimular los músculos y articulaciones del alumno, a través del movimiento del caballo, lo cual, proporciona características de terapia a niveles cognitivos, comunicativos y de personalidad.

La hipoterapia en Europa como alternativa terapéutica se extiende a partir de los años 50-60.

Podemos decir, que gracias a esta técnica se puede conseguir que niños, que por ejemplo, presenten autismo, experimenten importantes avances en lo que se refiere a su movilidad y, especialmente, a que muestren sus sentimientos al animal cuando no lo hacen hacia muchas personas de su entorno. Y es que el caballo produce efectos físicos beneficiosos en los niños, el calor corporal y su gran tamaño, transmiten protección, solidez al abrazarlo y tocarlo. Estimula la concentración y la motivación, colabora en el aumento de la autoestima, así como la capacidad de percibir estímulos. Al compás del trote de los caballos, los centros nerviosos de los alumnos son estimulados, e incluso se ha comprobado que ciertas hormonas producen sustancias neurotransmisoras en el organismo que dan una sensación de bienestar, relajación y



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 MARZO DE 2009

euforia a los niños que los montan, los caballos simulan las funciones de varios aparatos ortopédicos, ya que sus movimientos oscilatorios van directamente hacia los centros nerviosos, produciendo así una relajación de los músculos y la elevación del tono muscular, lo cual beneficia a pacientes con contracturas en su cuerpo.

Los cuadrúpedos logran captar la atención en niños con problemas neurológicos, enseñar a los pacientes con síndrome de Down y niños autistas a dar órdenes a los caballos, estimulando sus procesos de aprendizaje y percepción.

3.- ETAPAS DE LA TERAPIA ECUESTRE.

El término hipoterapia, se refiere a una forma pasiva de montar, en la que el paciente se sienta sobre el caballo y es colocado en varias posiciones, con lo que se acomoda al movimiento oscilante del animal.

Se ha demostrado el éxito de la hipoterapia mediante radiografías y electromiografías y el de la transferencia del movimiento tambaleante del caballo al paciente, mediante películas científicas.

Cuando se comienzan las sesiones de hipoterapia, el primer paso es en que el alumno realice su primer contacto con el caballo. Este paso, se da acercándose al animal y teniendo un contacto físico con él, acariciarlo, que el alumno sienta su tacto, su musculoso cuerpo y la suavidad de su morro. Ofrecerle una golosina y tener un tiempo de relación.

No se pide que el alumno aprenda a montar, sino que, situado sobre el caballo y acompañado por el terapeuta, adopte varias posiciones que faciliten la circulación sanguínea, mejoren el equilibrio y el sentido espacial.

A través de los movimientos del caballo, se consigue reprogramar el cerebro del jinete, un paciente que, sentado sobre la montura, realiza así un movimiento pélvico muy similar al que efectúa una persona al caminar.

Realizado el primer contacto, se sube al alumno sobre el caballo; se debe sentar en la cruz prácticamente; ésta, es la zona más alta de la columna del caballo, es dónde el cuello se une con la espalda y en este punto, se reciben los movimientos de los músculos anteriores y posteriores. Estos movimientos, son los que estimularán y ayudarán en la terapia al alumno.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 MARZO DE 2009

Cuando vamos subidos a un caballo que marcha al paso, se asegura el ejercicio de la pelvis y la espina dorsal, por lo que la hipoterapia se lleva a cabo en la mayoría de los casos al paso y no al trote o al galope.

La sensación de ligereza de las piernas en el balanceo rítmico del paso del caballo, es una experiencia única para los pacientes que no pueden andar con normalidad.

No siempre el alumno se sentará sobre el caballo en la postura tradicional, a horcajadas y mirando hacia la cabeza del animal, algunas veces y dependiendo del tipo de estimulación que se necesite, es posible que se tumben sobre el lomo, que se siente al revés (mirando hacia la grupa), e incluso que adopte otras posturas.

En esta terapia, el alumno no sólo realiza un ejercicio pasivo a través del caballo, sino que también hace ejercicios para relajarse, estirarse y mejorar el equilibrio, los reflejos y la coordinación. Otra modalidad es el volteo, que consiste en efectuar ejercicios gimnásticos encima del caballo.

Es de gran importancia para:

- Corregir problemas de conducta,
- Disminuir la ansiedad,
- Fomentar la confianza y la concentración,
- Mejorar la autoestima,
- Promocionar estímulos al sistema sensomotriz.
- Incrementar la interacción social y la amistad.

La cadencia rítmica y constante del caballo al andar, proporciona una forma ideal de trabajo y estimulación. La posibilidad de variar las cadencias, aumentando o disminuyendo los ritmos del movimiento, así como la variación de los aires del caballo (paso, trote y galope), permiten una gran variedad de posibilidades de estimulación.

Unos 110 movimientos diferentes transmite el caballo al andar al jinete; no hay músculo ni zona corporal al que no se transmita un estímulo.

Un aspecto muy importante de esta terapia, es que el paciente asume los ejercicios como una diversión, lejos de una terapia, mantiene al alumno entretenido y atento a lo que sucede a su alrededor los ejercicios pasan a un segundo lugar para el alumno, mientras el sistema nervioso central, está trabajando y se obtienen los resultados y avances deseados.

Estas terapias, exigen un personal altamente competente y especializado, además de caballos con un carácter dócil que deben ser absolutamente seguros y muy obedientes.

C/ Recogidas Nº 45 - 6ªA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 16 MARZO DE 2009

Las sesiones, comienzan siendo de unos 15 o 20 minutos, de dos a tres veces por semana; a medida que el paciente avanza, los tiempos normalmente, aumentan y se puede llegar a sesiones de unos 50 o 60 minutos.

4.- ¿CÓMO TRABAJAR LA HIPOTERAPIA DESDE LA ESCUELA?

En primer lugar, hemos de partir de la realización de dibujos, rompecabezas, cuadernos para iluminar con la figura del caballo, este sería el primer acercamiento que los niños tienen con el animal.

Después los alumnos, recorren las caballerizas a fin de que observen la forma de vida del equino, cómo lo bañan y cómo lo alimentan.

Como señala Gallego J, Vicente de Haro, J.J, Napier B; la terapia consta de tres fases:

- Hipoterapia denominada pasiva; Consiste en montar al alumno en el caballo para lograr la interacción, confianza y atención del niño.
- Hipoterapia activa; En ella se enseñan órdenes sencillas para controlar al equino, lo que favorece el aprendizaje del alumno.
- Ultima etapa; El niño ya aprendió a controlar sus movimientos corporales y a dar instrucciones más elaboradas a los equinos.

5.- BENEFICIOS DE LA HIPOTERAPIA.

El listado de beneficios que encierra la hipoterapia para personas con necesidades educativas especiales se completa con aspectos relacionados con el área de la comunicación y el lenguaje, como la de mejorar y estimulación de la comunicación gestual y oral; el incremento de su vocabulario y de frases mejor construidas; y la mejora de la articulación de las palabras. Por último, dentro del área de socialización, gracias a la hipoterapia los alumnos consiguen relacionarse con personas que no pertenecen al entorno familiar, crean relaciones de amistad con los compañeros; y desarrolla el respeto hacia los animales.

La hipoterapia se recomienda a personas con esclerosis múltiple, autismo, síndrome de Down, espina bífida, traumas cerebrales, distrofia muscular...

Los beneficios de la práctica de esta terapia desde el área **psicológica / cognitiva**:

- Mejora la autoestima



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 MARZO DE 2009

- Mejora el autocontrol de las emociones.
- Potencian el sentimiento de normalidad.
- Mejora la autoconfianza.
- Mejora la capacidad de atención.
- Trabajar la memoria.

Área de **comunicación y lenguaje.**

- Mejora y aumenta la comunicación gestual y oral.
- Aumenta el vocabulario.
- Construir frases correctamente.
- Mejorar la articulación de las palabras.

Área **psicomotora.**

- Mejorar el equilibrio.
- Fortalecer la musculatura.
- Mejorar la coordinación, reflejos, planificación motora.
- Mejorar la capacidad de relajación de la musculatura.
- Reducir patrones de movimiento anormales.
- Mejorar el estado físico en general.

Área de **adquisición de nuevos aprendizajes y técnicas de equitación.**

- Aprende a cuidar el caballo.
- Colaborar en las tareas de higiene.
- Diferenciar los distintos utensilios que se emplean para limpiar al caballo.
- Conocer el equipo del caballo y su orden de colocación.
- Subir y bajar del caballo lo más autónomamente posible.
- Aprender a conducir al caballo al paso, trote y galope.
- Montar con y sin silla.

Área de **socialización.**

- Relacionarse con personas que no pertenecen a su entorno familiar.
- Crear relaciones de amistad con los compañeros.
- Desarrollar el respeto hacia los compañeros y el animal.
- Aumentar el número de vivencias.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 MARZO DE 2009

6.- CENTROS DE HIPOTERAPIA.

En España, La Fundación Caballo Amigo (Villanueva de la Cañada, Madrid), presidida por Mercedes Jiménez, organiza a través de un convenio con la Universidad Complutense, el único curso de Equitación Terapéutica que se imparte en España, con formación práctica y teórica, de dos años de duración.

La profesora Jiménez, asegura que utilizando el caballo como herramienta terapéutica, se consiguen resultados muy positivos. *Con un tratamiento adecuado, se puede mejorar la calidad de vida de los discapacitados, pero la gente debe tener presente que no se pueden realizar milagros.*

La Asociación Andaluza de Equitación Terapéutica El Caballo Ayuda, ha formado ya en Sevilla, Cádiz y Huelva a más de cien alumnos discapacitados en los oficios de Mozo de Cuadra, Guarnicionaría, Ayudantes de Enganches y Yegudas. Estos cursos se incluyen en el Proyecto Horizonte, financiado por el Fondo Social Europeo, la Consejería de Trabajo e Industria de la Junta de Andalucía, ANCCE y la propia Asociación.

Además de formarles, se pretende integrar a estos jóvenes aprendices en el mundo laboral relacionado con el caballo y, para ello, la Asociación dispone de ayudas económicas para todos aquellos talleres de guarnicionería, picaderos, clubs hípicos o yegudas, que deseen contratar a estos alumnos.

Por otro lado, la Asociación está trabajando también en un borrador que permitirá la homologación de los centros que quieran incorporar la Equitación Terapéutica entre sus actividades.

CONCLUSIÓN.

La hipoterapia ha demostrado en numerosas ocasiones sus resultados positivos; por ejemplo, niños autistas, incapaces de mostrar afecto hacia sus seres más allegados, son capaces de abrazar a su caballo, niños hiperactivos logran alcanzar estados de relajación...

Como dice la OMS "la salud es un estado de complejo bienestar físico, mental y social y no solo la ausencia de enfermedad o dolencia"



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 MARZO DE 2009

BIBLIOGRAFÍA.

Gallego J, Vicente de Haro J.J, y Napier B. (1999). *Introducción a la hipoterapia e hípica terapéutica en parálisis cerebral*. Almería; Servicio de Publicaciones de la Universidad de Almería.

Comisión Nacional Asesora para las personas con discapacidad. (2006) *Equinoterapia. La rehabilitación por medio del caballo*. Madrid: Trillas.

Organización Mundial de la Salud (2003). *Informe sobre la salud en el Mundo: forjemos el futuro*. Ginebra, Organización Mundial de la Salud.

Barker, S. (1999). *Aspectos terapéuticos de la interacción del animal del humano-compañero*. Madrid: Marfil

Urra, F. (2003). *La equinoterapia aplicada a niños con discapacidad*. Hungría. Hungría.

Nombre y apellidos: María Encarnación Almazán Martínez.

Lugar y provincia: Jaén.

Email: almazanm@hotmail.com

C/ Recogidas Nº 45 - 6ªA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 16 MARZO DE 2009