

ACTUALIZACIÓN

Equinoterapia. Enfoque clínico, psicológico y social

Germán Falke

Profesor Consulto de Pediatría. Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires.

Centro de Realización del Trabajo: Servicio de Adolescencia del Hospital Cir My Dr Cosme Argerich, Asociado a la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires. Argentina

La equinoterapia utiliza los parámetros neurofisiológicos, biomecánicos y psico-evolutivos del paciente.

El uso del caballo en esta terapia deviene de muchos siglos atrás. Hipócrates en su libro Las dietas indicaba la equitación para "regenerar la salud y preservar el cuerpo humano de muchas dolencias".

Personalidades de la medicina, la ciencia, la filosofía y la antropología en sus trabajos científicos mencionan al caballo como "co-terapeuta".

En las postrimerías de la Primera Guerra Mundial el caballo se acepta para su uso terapéutico en Europa y posteriormente en distintos lugares del mundo. En la actualidad la equinoterapia, rehabilitación ecuestre, medicina del deporte permite mejorar las discapacidades psíquicas, emocionales, clínicas y sociales que son objeto de nuestra preocupación.

Equinoterapia-Rehabilitación Ecuestre-Medicina del Deporte

Se desarrolla con un equipo interdisciplinario altamente capacitado integrado por: un Director Médico, Psicólogo, Psicopedagoga, Instructora de Equitación, Asistente Social, Médica Psiquiatra, Médica Veterinaria, Kinesiólogo, Profesor de Educación Física y Auxiliares de Pista.

Hipoterapia

Consiste en aprovechar los movimientos multidimensionales del caballo para estimular los músculos y articulaciones de los pacientes. Además, el contacto con el querido animal aporta facetas terapéuticas a nivel:

- Cognitivo
- Comunicativo
- De personalidad

Esta terapia con el equino se emplea en forma sistemática desde los años 50 para tratar disfunciones en pacientes pediátricos y adolescentes.

Correspondencia: Germán Falke
11 de Septiembre 1856, 2º B (1428) Buenos Aires
E-mail: gerfalke@intramed.net

La equitación terapéutica actúa en las áreas motoras, sensoriales y sociales del paciente. Requiere la elección de un conjunto de caballos adecuados y seleccionados cuidadosamente por sus movimientos, su comportamiento, su carácter y su docilidad.

Siempre la medicina reconoció el movimiento corporal como una herramienta de su práctica. El movimiento corporal del paciente se incorpora a la práctica médica de manera sistemática con fundamentos científicos que se convierten en soportes del proceso de rehabilitación.

La pediatría y la medicina del adolescente tienen actualmente una conciencia de la importancia de la puesta en juego del cuerpo para gestionar la salud. Esta actividad científica constituye "el ejercicio", "el trabajo físico", "la actividad física" o "el deporte", y así la equinoterapia estaría también incluida dentro de la medicina del deporte.

La equinoterapia establece un marco para la utilización del movimiento corporal humano en la práctica médica. Como práctica médica es la intersección entre diversas condiciones de salud y el movimiento corporal.

El movimiento del cuerpo sobre el equino, dada sus características, produce distinto tipo de modificaciones orgánicas y subjetivas, y ya sea en la normalidad o en la patología determina condiciones especiales que deben ser tenidas en cuenta en esta práctica médica. Es necesario conocer el modo de identificar científicamente el movimiento corporal para evidenciar su utilidad y que adquiera un carácter científico dado que la actividad motriz modifica agudamente parámetros orgánicos.

La equinoterapia puede alterar el efecto de drogas utilizadas como medicamentos, mejorando la respuesta terapéutica.

Es importante destacar que la actividad física es un componente fundamental de la salud. Cuando existe una disminución de la capacidad física esta incapacidad condiciona una patología (discapacidad).

La incorporación del movimiento del cuerpo a la práctica médica permite desarrollar el concepto de que la evaluación de la capacidad física de cada pa-

ciente deberá formar parte de los recursos y prácticas de esta especialidad. De esta manera la utilización del movimiento del cuerpo logra la obtención de un mejor estado de salud. Todas estas consideraciones del movimiento corporal son útiles para cada uno de los pacientes de acuerdo a la patología existente.

El movimiento corporal realizado mediante la equinoterapia desarrolla una conducta que genera un desarrollo neuromuscular altamente positivo. El equipo de equinoterapia debe lograr que el trabajo corporal adecuado a cada persona produzca los efectos orgánicos, psicológicos y sociales para beneficio del paciente que dada su afección también continúa con su tratamiento médico, psicológico y social iniciado en el Servicio de Adolescencia del Hospital Cir My Dr Cosme Argerich Asociado a la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires, siendo esta actividad un complemento para lograr los objetivos terapéuticos propuestos.

Considero a la equinoterapia, medicina del deporte, como una especialidad médica y así comparate con el resto de las especialidades los fundamentos generales y comunes de la medicina.

El equipo terapéutico de equinoterapia en su accionar debe encontrar en cuál trabajo corporal adecuado al paciente están contenidos los elementos que van a estimular los efectos orgánicos deseados.

El desempeño motriz del paciente constituye una ingeniería científica, construida entre el paciente y el equipo interdisciplinario, del cual surge la estructura del trabajo propuesto, variable en su forma pero conteniendo los aspectos efectivos para lo que se intenta lograr.

La equinoterapia, rehabilitación ecuestre, incluye:

1. La fisiología del ejercicio.
2. El entrenamiento.
3. El desarrollo neuromotor.
4. La psicología evolutiva.
5. El conocimiento de los agentes: las formas concretas de trabajo físico destinadas a conseguir la salud.
6. El comportamiento social.

Así, la anatomía, la fisiología humana, la semiología y la patología son la base teórica de este campo de la medicina.

El movimiento corporal humano es un hecho de extremada complejidad que incluye varias dimensiones y requiere para su correcto desarrollo un marco científico particular:

1. La fisiología del ejercicio fue fundamentada en el primer libro sobre el tema en 1889 por Fernand Lagrange en su publicación *Physiology of body exercise* y a partir de esa fecha se continúa la investigación entre la relación del ejercicio y la fisiología. Actualmente la fisiología humana explora la relación entre el movimiento corporal y las modificaciones fisiológicas. En la práctica esta fundamentación, la fisiología del ejercicio, explica los efectos del trabajo corporal en los parámetros funcionales orgánicos normales como patológicos que nos permite explicar por qué un ejerci-

cio puede estar indicado o contraindicado en cada afección del paciente.

2. El entrenamiento determina el tipo y cantidad de trabajo físico que va a aplicarse a un paciente para lograr el efecto deseado.
3. El desarrollo neuromotor, la aparición y evolución de la capacidad neuromotriz a través de la dinámica evolutiva de las capacidades motrices del niño y del adolescente por medio de la actividad física se utiliza como recurso para mejorar la salud de acuerdo a la etapa evolutiva que presente el paciente.
4. La psicología evolutiva o lo que el desarrollo motor representa en cuanto a la estimulación de las capacidades físicas: la psicología evolutiva eleva las capacidades psíquicas en cada etapa de la vida humana. Jean Piaget describe las capacidades psíquicas desde una perspectiva operatoria y aplicable a los ejercicios que pueda o no realizar el niño o el adolescente, de acuerdo con su edad cronológica y mental. Las capacidades psíquicas son fundamentales y permiten una realización física. El conocimiento de los mismos permite formular propuestas adecuadas a la edad, sexo y patología existente. El nivel evolutivo psíquico determina qué capacidades le permitirán realizar la propuesta del trabajo ecuestre.
5. El conocimiento de los agentes: las formas concretas del trabajo físico permiten mejorar la salud con un enfoque bio-psico-social.
6. El comportamiento social favorece la integración del grupo como así también las interrelaciones familiares.

El equipo interdisciplinario actuante en pista o picadero debe conocer en forma analítica y profunda la forma de movimientos que van a utilizar como propuesta en cada uno de los pacientes y de acuerdo a su patología.

La equinoterapia utiliza adecuadamente el movimiento corporal como recurso médico para mejorar u optimizar la salud y mediante fundamentaciones específicas permite desarrollar y mejorar la salud a través del movimiento corporal. Evalúa la capacidad motriz de los pacientes desde un criterio médico que permite elaborar propuestas individuales para mejorar el desempeño neuromotor según edad y sexo, como así también su desarrollo evolutivo y psicosocial.

El equino en sus movimientos en los planos sagital transversal y frontal estimula la sensibilidad neuromotora y sensorial del paciente, lo que permite mejorar los aspectos espaciales, estáticos, táctiles que permiten controlar y mejorar:

El equilibrio: Estático
Dinámico

- Control de la postura y del tono muscular.
- Coordinación neuromotora y orientación: espacio temporal y lateralidad.

- Estimulación perceptiva atención y concentración.
- Mejoramiento del esquema corporal y adquisición de postura.

Los pacientes que padecen alguna discapacidad al estar en contacto con el caballo que simboliza fuerza- potencia- movimiento, a través de su manejo les permite mejorar su discapacidad como así también elevar su autoestima y adquirir mayor confianza y autonomía en forma progresiva y constante. Esta autoestima le permitirá integración y relación con el medio y con la sociedad.

El contacto con el caballo, así como el desarrollo de la actividad en un ambiente hípico permite desarrollar el sentido de responsabilidad y estimular su capacidad de autogestión. El desarrollar esta actividad en contacto con la naturaleza permite mejorar la personalidad y lograr un desarrollo pleno, dado que estos niños y adolescentes por su discapacidad concurren con mucha frecuencia a consultorios y tratamientos psico-lógicos y psicopedagógicos.

La equinoterapia-rehabilitación ecuestre medicina del deporte debe considerarse y efectuarse como una rehabilitación integral para disminuir y/o mejorar la discapacidad físico-psíquica, y a través de técnicas de rehabilitación social lograr la inserción en la sociedad de los pacientes y su integración al grupo familiar.

Consideramos a la rehabilitación ecuestre como una Rehabilitación integral que involucra los siguientes niveles:

- Neuromotor.
- Sensorial.
- Cognitivo.
- Social.

La equinoterapia como tratamiento implica:

1. Hipoterapia.
2. Rehabilitación, terapia y educación ecuestre.
3. Volteo.
4. Equitación deportiva.
5. El trabajo social (bio-psico-social).

1. Hipoterapia: utiliza los movimientos multidimensionales del caballo.
2. La rehabilitación y terapia ecuestre: el uso terapéutico del caballo es un conjunto de técnicas de reeducación y de rehabilitación que permite mejorar las lesiones motoras, cognitivas, psicomotrices y de comportamiento que presentan los pacientes, desarrollando esta actividad lúdica y deportiva. Esto permite adquirir, mejorar y desarrollar las competencias posturales y neuromotoras, la posición, y deambulación del paciente.
3. Volteo, (caballo conducido por instructor, trabajo en círculo 6-8 metros): se desarrolla en la etapa inicial y permite comenzar una actividad lúdica para lograr posteriormente la monta en forma independiente.

La realización de ejercicios inicial al paso, aumenta la estimulación neuromotora, desarrolla y mejora el tono muscular, desarrolla el equili-

brio, perfecciona el conocimiento e integración del esquema corporal.

Aprovechando los movimientos del equino en los tres planos espaciales (frontal-transversal-sagital), estimula en el jinete las sensaciones propioceptivas-táctiles y vestibulares.

4. Equitación deportiva: el movimiento del caballo es rítmico y constante, regula el tono muscular del paciente y mejora los movimientos involuntarios (patologías neuromusculares).

El andar provoca pérdida de equilibrio que hace que el paciente acomode su posición para mantener una correcta postura lo que le permite coordinar los movimientos para obtener una adecuada posición en la silla de montar. Regula también el tono muscular, disminuye la hipertonia y estimula la hipotonía. Activa el aparato muscular pelviano. Utiliza los músculos de los miembros inferiores para lograr una correcta estabilización y posición erecta. Actúa mejorando el accionar de los músculos dorsolumbares lo que permite una mejor postura, trabajan coordinadamente las cinturas escapular y pélvica lo que le posibilita integrar su esquema corporal.

5. El trabajo social: logra una interacción grupal y con el equipo interdisciplinario brinda, además, orientación familiar y apoyo psicoafectivo.

La equinoterapia, con el equino como "co-terapeuta", permite al paciente adquirir progresivamente confianza, afianzar su personalidad, mejorar la comunicación individual y grupal. El andar del caballo, guiado por el jinete, permite su orientación espacial, estimular la atención, la memoria y la concentración. El proceso dinámico (paciente-equino-equipo) estimula el desarrollo bio-psico-social.

El caballo no tolera actitudes agresivas y sí responde a instrucciones suaves, claras y concisas, lo que le permite al jinete conocer temperamento y reacciones del equino.

La rehabilitación ecuestre ha permitido a los pacientes mejorar su expresión verbal.

Indicaciones de la Equinoterapia

- ✓ Alteraciones neuromotoras y musculoesqueléticas
- ✓ Escoliosis moderada
- ✓ Mielomeningocele
- ✓ Parálisis cerebral
- ✓ Esclerosis múltiple
- ✓ Afecciones pos-traumáticas cervicodorsolumbares
- ✓ Patologías genéticas
- ✓ Patologías respiratorias

Patología psicológica, sensorial y cognitiva

- ✓ Retraso de maduración
- ✓ Síndrome de Down
- ✓ Retraso mental
- ✓ Trastornos de conducta y aprendizaje
- ✓ Riesgo social
- ✓ Autismo
- ✓ Psicosis
- ✓ Esquizofrenia

- ✓ Fobias
- ✓ Adicciones
- ✓ Drogadependencias

Contraindicaciones

- ✓ Enfermedades neurológicas
- ✓ Tumores craneoencefálicos, quistes, malformaciones craneales
- ✓ Hidrocefalia
- ✓ Miastenia y distrofia muscular progresiva
- ✓ Ataxia
- ✓ Siringomielia, epilepsia

Otras

- ✓ Hemofilia
- ✓ Enfermedad ocular progresiva
- ✓ Hipertensión arterial (no controlada)
- ✓ Arritmias cardíacas severas

Conclusiones

El caballo, por su espíritu, por la inclinación cariñosa y obediente, su actitud y comportamiento hace que todos le brinden cariño, afecto y comprensión, y en esto se basa la relación equipo-caballo-jinete.

Es importante observar sus actitudes y lograr una muy buena comunicación entre el binomio jinete-caballo.

El caballo aprende cuando se le enseña con amor, dulzura, dedicación, repetición y se le otorga

un premio. El caballo gesticula a través de sus movimientos, así la posición de sus orejas expresan su estado de ánimo y captan percepciones sonoras del entorno. El caballo transmite una energía vital dada su ductilidad y sensibilidad a través de percepciones, emociones y sensaciones del jinete.

Los niños y adolescentes que participan de esta actividad han desarrollado su aparato neuromotor, aumentado sus destrezas y logrado un mejor manejo de su cuerpo. Han mejorado su calidad de vida y por ende sus vínculos familiares. La comunicación en el hogar y en la escuela ha sido muy satisfactoria. El binomio jinete-caballo estimula la capacidad, la responsabilidad, la confianza como así también afirma su personalidad y su integración social y comunitaria.

La equinoterapia utilizada como complemento de los tratamientos clínicos-psicológicos-psicopedagógicos y sociales ha demostrado ser de una excelente utilidad médica mejorando las discapacidades.

Y para finalizar agradecemos a nuestro querido y noble animal, el caballo, que cada uno de nosotros llamará por su nombre.

Bibliografía

1. Piaget J. Manual de la Psicología del Niño, Barcelona 1955,1-32.
2. Elwyn HE. La Enciclopedia del Caballo, Vol. I, 10-24.
3. Falke G. Adolescencia, Familia, Drogadicción, Vol. I, 1-16.
4. Nelson WE. Tratado de Pediatría, Vol. II, 2091-2092.