

El caballo como terapeuta, una propuesta de equinoterapia en el Garraf

La equinoterapia utiliza al caballo como herramienta básica para rehabilitar personas con disfunciones físicas; mejorar las capacidades físicas, psíquicas y de relación de personas con disminuciones de todo tipo; aumentar la autoestima, la autoconfianza... en personas con problemas mentales; corregir problemas de conducta, aumentar la autoestima... en chicos y chicas con graves problemas sociales y de carácter y un largo etcétera de aplicaciones que van desde facilitar materiales y medios para practicar la hípica en personas con disminuciones físicas, a las terapias más complejas con personas que casi no pueden ejercer ninguna acción sobre el caballo pero, en cambio, sí que pueden recibir de él los estímulos (movimiento, calor, comprensión mutua, cariño...) pasando por aquellas terapias dirigidas a personas con disminuciones físicas y/o psíquicas menos graves (síndrome de down, retrasos mentales...) disfunciones sociales o problemas como la depresión, la anorexia... El campo de aplicación, pues, es enorme, tanto como sus beneficios. La equinoterapia estimula el desarrollo neuropsicomotor, la adaptación afectiva del individuo al medio, aumenta el grado de autosuficiencia, la confianza en uno mismo, la autoestima, estimula el lenguaje, la comunicación y la socialización; y todo esto repercute directamente en la calidad de vida de los usuarios, que aumenta considerablemente.

Esta terapia aparece en Finlandia en 1951 y se extiende rápidamente por países como Alemania, Francia, Suiza, Inglaterra o Irlanda, por poner algunos ejemplos. En los años 60 ya es una terapia reconocida en estos países donde se utiliza habitualmente y se conocen perfectamente sus beneficios y propiedades rehabilitadoras.

En Cataluña, pese a que comienza a aplicarse, todavía es muy desconocida. Este motivo, unido a la falta de servicios y recursos de este tipo en el Garraf y al deseo de ofrecer un servicio de calidad con los mejores recursos y profesionales para personas con disminuciones físicas y/o psíquicas, disfunciones sociales, problemas psicológicos... ha motivado la aparición de nuestro servicio.

El primer proyecto que llevaremos a cabo en este largo camino que esperamos recorrer será un *Esplai* de verano para chicos y chicas a partir de 6 años que realizaremos durante los meses de julio, agosto y septiembre en la Hípica La Granja (La Llevantina, Sitges) y donde comenzaremos a aplicar los principios y metodologías de la hipoterapia en un ambiente lúdico de ocio y diversión.

Sira Matas Casanova
Raquel Martin Mata

Profesora de equitación
Diplomada en Trabajo Social
"Mou-te", hípica "la Llevantina"
08870 Sitges
Tel. 626 40 889 84/ 938 941 822
raqm@yahoo.es