

# Vivir

Niños con discapacidades psíquicas y físicas acuden a clases de hipoterapia para aprender a mejorar sus recursos y tener «una responsabilidad» a lomos de un caballo

## Las riendas de la salud

ITSASO ÁLVAREZ BILBAO

Rubén se inclina sobre el lomo del caballo y rie a carcajadas. Por una vez es más alto, mucho más, que el resto del mundo. Casi tanto como los árboles. Por encima de los problemas que le agobian. Él, que es tan chiquitín, lo ha logrado. Toma las riendas de la yegua, de tamaño medio-alto, «1,60 de alzada», con ayuda del monitor. Durante la próxima hora será su amo y jinete. Sin ayuda alguna, él es capaz de contener al caballo, que camina en vaivén. Al galope, no; a paseo. Y le habla. Si no al animal, a quien quiera escuchar. Palabras



**ENCARIÑADOS.** Caballo y niño son fieles compañeros.

«Si puede dominar al equino, algún día podrá dominarse a sí mismo»

al viento. No calla el chaval de contento que está. Los días que toca clase de hipoterapia son los mejores de la semana. Seguro que es lo que piensa Rubén o, al menos, esa sensación placentera refleja su rostro. Aunque el muchachito no sepa aún que, «si ha podido dominar al caballo, algún día podrá dominarse a sí mismo».

Como él de entusiasmado, hay otros quince niños del colegio público de educación especial Pintor Martín Sáez de Laredo que, durante este curso, han acudido un par de horas cada semana al centro hípico de la localidad cántabra. La 'signatura' de los caballos es «un recurso más» de cuantos emplean los educadores para que los niños con discapacidades psíquicas severas como autismo, esclerosis múltiple, espina bífida y parálisis cerebral mejoren su tono muscular.

Aquellos obligados a ir en silla de ruedas, con tendencia a cerrar las piernas y encorvar la columna vertebral, consiguen sobre el caballo enderezar el tronco y coordinar las extremidades inferiores y superiores. Erguidos o con medio cuerpo tumbado sobre la grupa en la misma dirección que el animal o de espaldas a él y con las piernas sueltas, controlan la postura, mejoran el equilibrio y la armonía del gesto. La envergadura del caballo ofrece seguridad.

### Concentración

Otros chavales, los que están en buena forma, consiguen algo más: concentrarse. Los niños autistas, por ejemplo. Se sienten atraídos por el cuadrúpedo, pero no lo entienden. Esto les forzará a comunicarse con el terapeuta. Incapaces de mostrar afecto en otras circunstancias, a algunos incluso se les ve abrazar al caballo. «Luego están los niños hiperactivos que no aguantan cinco minutos sentados en el aula, pero, montados en el caballo, se resisten a bajar des-

pués de media hora de clase», explica Nati Madrazo, fisioterapeuta del centro escolar. «Una vez motivado, el menor será capaz de poner de su parte e intentar progresar».

Los pequeños se desinhiben. «¿Qué chaval no tiene 'feeling' con los animales?», plantea la especialista. Además, aprenden de disciplina y tolerancia con órdenes sencillas como «adelante», «atrás», «a un lado». E interiorizan los conceptos que se refieren a las distintas partes del animal: cabeza, cola... Cepillan sus crines, cosquillean su frente. Se hacen cargo. Vigilan

que todo lo relacionado con el caballo esté en orden. «Tienen una responsabilidad». «Es la primera vez que le veo montar, pero nunca le he visto tan contento», relata Pru-

dencio, el padre de uno de los niños.

La hipoterapia contribuye a corregir problemas de conducta, disminuye la ansiedad, fomenta la confianza, mejora la autoestima e incrementa la interacción social y la amistad. Son estímulos complementarios a los que se consiguen con el tratamiento convencional. Relajados, los pequeños lucen a lomos del animal sus mejores sonrisas, esas tan difíciles



**FELIZ.** Rubén se transforma cuando sube al caballo. La hipoterapia no le permite galopar, pero es suficiente.

### EL CABALLO

► **Es un animal con una presencia física poderosa que, a la vez, ha demostrado ser muy receptivo.** Si el perro es el mejor amigo del hombre, podría decirse que el caballo resulta el mejor 'empleado' debido a su carácter gregario y su aceptabilidad de liderazgo. En estado salvaje, vive en pequeñas manadas en las que el afecto entre sus miembros es muy intenso.

► **No hay una raza específica para la terapia, si bien la 'cuarto de milla' es una de las que más se usa para este fin.** Lo que sí se buscan son cualidades muy específicas

en el animal: nobleza, temperamento dócil y tranquilo, que no sea enojón, ni muy salvaje, ya que, aunque se le pueda domar, se trata de un instinto que lleva a la sangre.

► **El caballo dispone de un repertorio de actitudes características.** Coloca la cola entre las ancas si tiene miedo. Patea el suelo cuando se irrita y descubre los dientes como forma de prevenir a los que le rodean de que va a atacar. Si echa las orejas hacia atrás es que no conoce al jinete y si las mueve en sentidos diferentes es que no ha entendido lo que se le ordena.

## La equitación se utilizaba en el siglo XVII para combatir la gota

I. ÁLVAREZ BILBAO

El efecto beneficioso del movimiento del caballo se conoce desde antiguo. Los griegos aconsejaban practicar equitación para mejorar el estado anímico de los enfermos incurables. Incluso el propio Hipócrates (460 a. de C.) hablaba del «saludable trote» de

los equinos. Entre los romanos, el caballo era un instrumento de guerra más que de tratamiento. Más tarde, en el siglo XVII, la medicina utilizó la equitación como método para combatir la gota, una dolencia que en aquella época causaba estragos.

Los primeros datos contrastados datan de 1875, cuando el neu-

rólogo francés Chassignac descubrió que un caballo en movimiento mejoraba el equilibrio, funcionamiento articular y el control muscular de los pacientes neoplásicos y con trastornos neurológicos. La hipoterapia tal como hoy se emplea —en la que el jinete no ejerce ningún tipo de acción sobre el animal, ni físicamente—

La OIT quiere rescatar en 10 años al millón de niños que trabaja en minas

«Mi mayor ilusión sería parecerme a Fred Astaire», dice Igor Yebra



Mónica Molina reconoce que vive muy bien gracias a sus discos

## Y ADEMÁS...

ÓPERA / 79

La representación de 'Aida' atrae al BEC a un numeroso y variado público. Un ruido excesivo de voces y carreras por los pasillos distrajo al público

TELEVISIÓN / 88

'El invento del siglo' sustituye al fracasado 'El show de los records' en Antena 3. Carlos Sobera presentará el programa, que controlará los gustos del público

de sonsacar a veces durante días. Se emocionan, algo inusual. Los ejercicios corporales pasan a un segundo plano desde el momento en que se asumen como una diversión. Su ejecución al aire libre, lejos del ambiente estático de la rehabilitación en el aula. La cadencia rítmica y constante y el calor corporal del equino (38° C) que el jinete percibe transmiten paz. Músculos y ligamentos se destensan sin que el niño se esfuerce, al tiempo que su sistema nervioso central libra batalla; un reajuste interno.

María Ernst, directora de la asociación Taller de Equitación Terapéutica Los Tres Castaños de Madrid, con 20 años de experiencia en este campo, considera que «el caballo es un compañero fiel que establece con el ser humano una dialéctica particular». «No consiste en montar a un niño en la yegua como en las ferias y darle un par de vueltas. Hay que estar

«Entre caballo y ser humano nace una dialéctica particular»

muchas horas trabajando con el animal para que aprenda y sepa qué ritmo es el correcto y qué movimientos pueden perjudicar al paciente», advierte.

De la misma opinión es el matrimonio formado por Miquel Gallardo y Trinitat Barceló, responsables del centro pedagógico para adolescentes conflictivos Sac Xiroi de Barcelona, dependiente de la Dirección General de Atención a la Infancia de la Generalitat. Ellos dan fe de que los caballos que emplean desde 1986 «dulcifican el carácter de los internos que pasan por aquí». «En nuestra granja se comprueba que es difícil estar triste o decaído cuando se monta a caba-

«La cadencia rítmica y el calor corporal del animal transmiten paz»

llo», aseveran.

## Formación y oficio

La «técnica» la importaron de Francia, aunque en España la hipoterapia está ganando adeptos. La Fundación Caballo Amigo (Villanueva de la Cañada, Madrid), que preside Mercedes Jiménez, organiza a través de un convenio con la Universidad Complutense un curso de Equitación Terapéutica de dos años de duración. En Andalucía hay otra experiencia curiosa: el colectivo El Caballo Ayuda ha formado a más de un centenar de alumnos discapacitados en los oficios de mozo de cuadra, guarnicionería, ayudantes de enganches,

y yegudas.

La literatura científica en este campo, sin embargo, aún es escasa. Susana Muñoz Lasa, profesora titular del Departamento de Medicina Física y Rehabilitación de la Complutense de Madrid, ha estudiado durante un año a ocho afectados por esclerosis múltiple que recurren a la terapia con caballos. «Se comprobó que mejora el equilibrio y la marcha en las personas que padecen esta enfermedad a partir de los seis meses de terapia», afirma.

El informe refleja que en todos los pacientes se restableció la función urinaria y, con ello, el descanso. Además, desapareció el estreñimiento tan típico de esta enfermedad. «Creemos que se debe a que el calor que transmite el caballo contribuye a la reestructuración del suelo pélvico», concluye la especialista.

■ i.alvarez@diario-elcorreo.com

«Si no se supera el miedo, no hay que seguir»

La rehabilitación está contraindicada en personas que sufren problemas de corazón y epilepsia

I. A. LAREDO

La terapia con caballos como posibilidad rehabilitadora no es recomendable para personas con problemas cardiovasculares, epilepsia o hernia inguinal o que hayan perdido la capacidad para la abducción de los miembros inferiores. También está contraindicada para casos de miedo irreversible al equino, que pueden darse. María Ernst es muy clara al respecto: «Para algunos niños, el caballo es pelo caliente que se mueve y por eso da cierto repelús».

La familiarización previa con el animal es clave para superar todos los temores y para que la terapia no se convierta en un suplicio. Como comienzo, es esencial que el cuadrúpedo y el paciente entablen una relación especial. En los primeros contactos hay que generar confianza mutua. Las caricias y las atenciones con el caballo suelen ser efectivas para romper el hielo.

## «Acariciarlo, cepillar»

«Verlo, acariciarlo, cepillar, describirlo, reconocerle, llamarle por su nombre», explica la fisioterapeuta Nati Madrazo. «Sobre todo, los niños deben ser protagonistas de su aprendizaje», aclara la especialista. Pie en tierra, se explora el cuerpo del caballo, se establece contacto con él, se alimenta al animal, se contempla y admira su belleza.

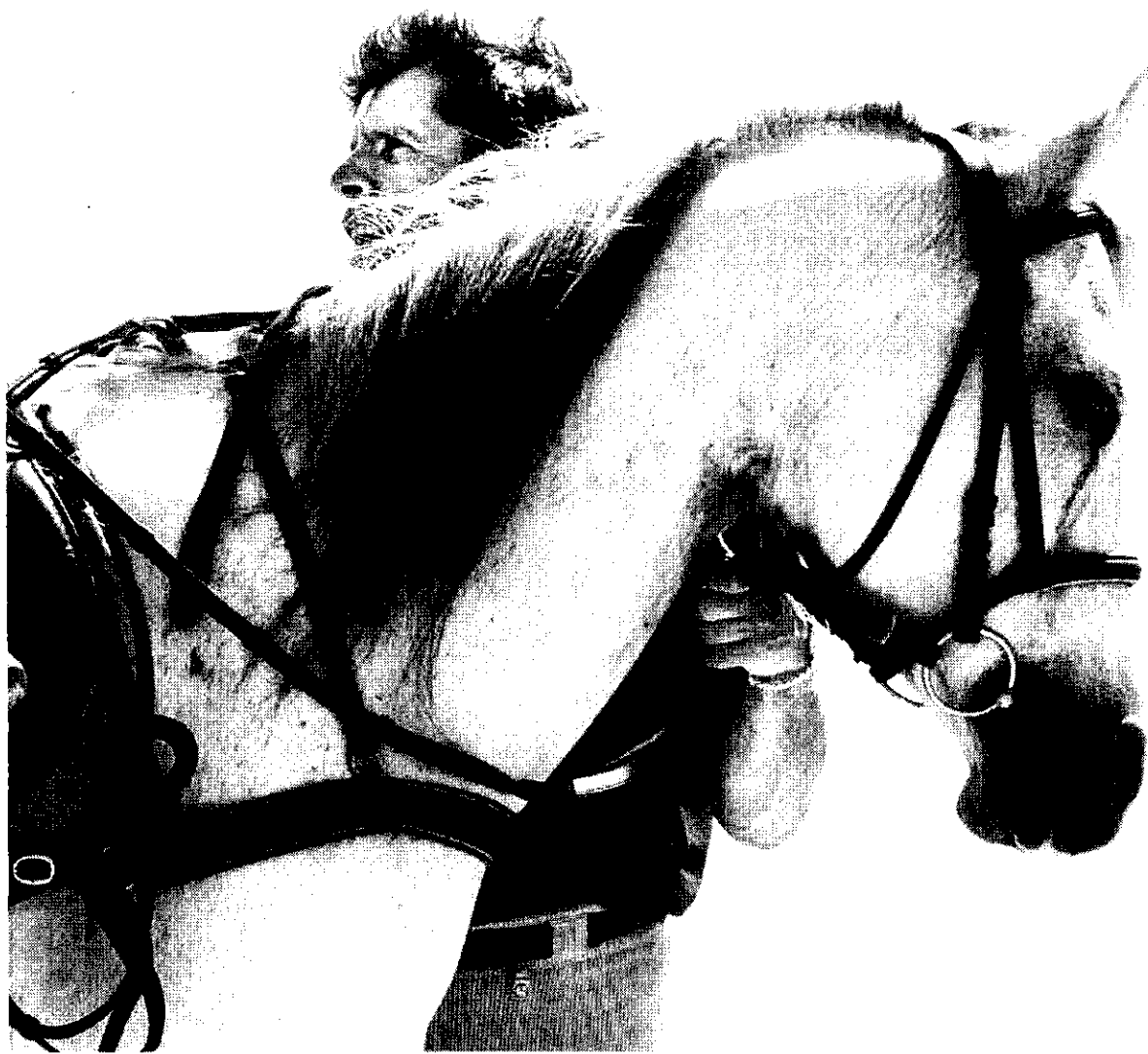
El monitor puede contar his-

torias relacionadas con las cualidades de caballo: cómo educa una hembra a su cría, la doma... A continuación, habrá que pasear junto a la yegua para reconocer el circuito y el recinto donde se desarrollará la clase. No es necesario saber cabalgar. Forman parte de la terapia las instrucciones de monta, manejo y colocación de la montura.

«El caballo es un animal muy receptivo. Nos dice cómo estamos y quiénes somos y no emite juicios de valor cuando entramos en contacto con él. Si recibe cariño, será un compañero fiel», explica Fernando Urriago, responsable del Centro Hípico de Laredo donde se imparte hipoterapia.



POSTURA. Recta en la grupa.



un paseo sereno para que el niño, relajado, transmita sus sensaciones. / REPORTAJE GRÁFICO: MAITE BARTOLOMÉ

ni mentalmente— surgió en Noruega en 1950 y dos décadas después se extendió por Alemania, Austria, Francia, Italia y Suiza como tratamiento complementario. Fue entonces cuando los psiquiatras comenzaron a considerar que el caballo permite a los niños que usan silla de ruedas mirar por una vez en sus vidas por encima de sus semejantes, lo que estimula su autoestima.

Con el paso del tiempo, la equitación terapéutica, también denominada rehabilitación equestre y terapia asistida con caballos, ha ampliado sus campos de

El tratamiento que hoy se emplea surgió en Noruega en 1950

acción. Antes se usaba sólo para corregir problemas en la columna y para la poliomielitis. Ahora, la lista de enfermedades que trata es considerable: parálisis cerebral, esquizofrenia, autismo, esclerosis múltiple, problemas vasculares... Casi siempre el paciente es un niño. La Psicología también se sirve de la hipoterapia para tra-

tar la depresión.

En todo caso, eso sí, se contempla como parte de un tratamiento integral para superar los problemas físicos y psíquicos y no como una medicina aislada. En Austria, Canadá y Gran Bretaña se usa para hacer deporte con minusválidos. Hay especialistas que aseguran que los caballos utilizados como 'coterapeutas' llegan a saber que están ayudando a las personas a mejorar su salud y que cuando entre animal y paciente hay complicidad el primero se muestra feliz de ver y sentir cerca al enfermo.