



“EQUINOTERAPIA” E “HIDROTERAPIA” EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD

La Equinoterapia es uno de los tratamientos actuales que no han obtenido aún evidencia científica de valía pero que han demostrado ser al menos eficaces como complemento terapéutico.

Sin embargo, tal como debería ser contemplada una terapia, ésta debería ser capaz, entre otras cosas, de:

- poder identificar las conductas problema
- adaptar sus programas curriculares a las habilidades del paciente
- ser capaz de ser cambiada en función de los avances que se den o no
- permitir la toma objetiva de datos para poder medir las posibles mejorías

Es una técnica basada en el aprovechamiento del movimiento del caballo para la estimulación de los músculos y movimientos del jinete, reanimando todo su cuerpo quien experimenta, al trotar, una mejoría global.

El auténtico auge de la equinoterapia en Europa surge a partir de los años 50, desarrollándose principalmente en Alemania como se usa en nuestros días, basado principalmente en el establecimiento de una relación directa entre el movimiento del caballo y la respuesta del paciente.

Montar a caballo se considera una terapia integral que utiliza al equino como instrumento terapéutico.

El ejercicio se aplica mientras se monta, reforzando y complementando el efecto terapéutico; además, apoya la regulación muscular, estabiliza el movimiento del tronco y de la cabeza, mejora la coordinación y desarrolla estabilidad, agilidad y fuerza muscular.

Este tipo de actividades se relacionan con el bienestar y en efecto pueden ser beneficiosas.

No consiste pues en negar el montar a caballo como una actividad placentera o de bienestar que puede incluso ser utilizado como programas conductuales (un medio, no un fin) o como reforzador efectivo. Pero no se puede decir que el caballo actúa como co-terapeuta o que la hipoterapia es una "terapia alternativa".

Por otro lado, la hidroterapia se define como el arte de la utilización del agua para el alivio de síntomas de enfermedades físicas y psíquicas. Ha sido utilizada por décadas como parte de un tratamiento integral en el caso de diversas afecciones de salud donde se requiera: analgesia, anti-inflamación, vasodilatación, relajación muscular, efecto antiespasmódico, incremento de la movilidad articular.



Hidroterapia o rehabilitación acuática se define como la realización de ejercicios terapéuticos realizados en el agua, utilizando distintas variedades de técnicas (lavados, abluciones, compresas y fomentos, baños, duchas, chorros, baños de renombre, masajes sub-acuáticos.

Hoy en día la hidroterapia se utiliza en los centros de rehabilitación aprovechando las bondades físicas del elemento.

- 1) Disminución del peso corporal al sumergirse en el agua (Principio de Arquímedes). Esto permite realizar ejercicios con descarga de peso que se encuentra disminuido según la profundidad del lugar, permite al paciente que no podría caminar fuera de la pileta utilizar sus miembros inferiores para lograr mejorar la función perdida.
- 2) Asistencia del movimiento: se necesita menos fuerza para desplazar un miembro, el agua lo que permite a aquellos pacientes con disminución de la fuerza es realizar correctamente ejercicio de rehabilitación.
- 3) La presión del fluido colabora también en disminuir edemas, sobre todo en miembros inferiores para su pronta recuperación.
- 4) La posibilidad de aportar calor a las estructuras dañadas para mejorar los procesos de reparación tisular. El agua transfiere muy bien la temperatura al cuerpo humano.
- 5) Ejercicio contra resistencia en el agua, que es otra forma de realizar ejercitación venciendo una corriente en contra del movimiento.
- 6) Flotabilidad es una de las cualidades del ser humano que puede ser aprovechada como tratamiento terapéutico (en el caso de neurodéficits especialmente).

Bibliografía

Anthrozoos N, Balazote P: “Animales de compañía y mejora de las relaciones interpersonales en un centro geriátrico”. En Fundación Purina (Ed), Animales de compañías fuente de salud. Comunicaciones IV Congreso Internacional (pp.ON-NN). Barcelona: Fundación Purina.

Baun M & McCabe W (3444): “Role animals play in enhancing quality of life for the elderly”. En A Fine (Ed.) Handbook on animal-assisted therapy. Theoretical foundations and guidelines for practice (pp237-251). San Diego: Academic Press.

Asociación Andaluza de Equitación Terapéutica “El caballo ayuda”, <http://www.elcaballoayuda.org/EL%20caballo%20ayuda.htm> Gutiérrez, German, Granados Diana R. Piar, Natalia. Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. Revista Colombiana de Psicología N° 16, 2007, pp. 163-183, Universidad nacional de Colombia.



Dian Dincicn: “La curación por el agua”. Ed. Martínez Roca. Barcelona, 1987.

Sintes Pros, Jorge: “El poder curativo del agua”. Ed. Sintes. Barcelona 1978.

Viñas Frederic: “Hidroterapia”. Ed. Integral. Barcelona 1992.