

Equitación Terapéutica



Amigos y lectores de Hípica Catalana, en esta edición, encadenando un poco con los temas explicados en ediciones anteriores, seguiremos con la EQUITACION TERAPEUTICA, antes de comenzar, haremos un pequeño recordatorio de los tres pilares que soportan a la EQUINOTERAPIA, hemos hablado de la EQUINOTERAPIA SOCIAL, también hemos hablado de la HIPOTERAPIA, y en esta edición como hemos comentado anteriormente, os hablaremos de la EQUITACION TERAPEUTICA.

Con la Equitación Terapéutica buscamos e intentamos conseguir nuevos estímulos complementarios a los logrados con los tratamientos tradicionales.

Desde EQUINOTERAPIA DELTA DEL LLOBREGAT, siempre comenzamos las sesiones con lo que denominamos higiene del caballo, esto básicamente es para que el usuario tenga su primer contacto, ya que a través del tacto pretendemos potenciar la estimulación sensitiva (olor, textura, temperatura corporal etc.), durante el cepillado y peinado del caballo, el usuario desarrolla la Sensibilidad Exteroceptiva, reconociendo las partes de la anatomía del caballo, identificándolas con las de su propio cuerpo.

También nos sirve para ir eliminando miedos, si los hubiera, cuando terminamos las sesiones, si el clima nos lo permite, bañamos al caballo terapeuta, de esta forma el usuario toma conciencia que en su cuerpo estas pautas funcionan igual. Con la Equitación Terapéutica utilizamos juegos y ejercicios en el caballo, con el objetivo de motivar y estimular al usuario para que disfrute y sobre todo que se encuentre a gusto con los terapeutas, el entorno y consigo mismo, haciendo de estos juegos una terapia amena y divertida.

Las personas con discapacidades, en general, no disponen de ejercicios de calidad como los que propone la Equitación Terapéutica, dentro de un entorno y ambiente como el de trabajar, (en nuestro caso) en pleno Parque Natral del Garraf y en otros, al aire libre y también en entornos privilegiados. Esta comprobado que hay un estímulo positivo del sistema propioceptivo ya que el usuario es cada día mas consciente de su propio cuerpo y de su relación con el caballo y el espacio, este proceso esta basado principalmente por la utilización de los ejercicios neuromusculares y gimnásticos.



Verónica Mendez

Los beneficios que nos aporta la **Equitación Terapéutica** en la relación de usuario/caballo son: El desarrollo de la empatía, el desarrollo de la comunicación verbal y la no verbal, el desarrollo de la responsabilidad, el desarrollo del comportamiento cooperativo, el aumento de la atención y concentración, el aumento de la autoestima y la confianza en si mismo, la disminución de impulsos agresivos, el aumento de la capacidad de concentración, el aumento de la capacidad de adaptación, el desarrollo de la voluntad etc. También tenemos que hablar de los efectos sociomotores y sensomotores,

En los ejercicios Sociomotores potenciaremos los ejercicios de respiración, como aspirar y exhalar con el ritmo del caballo, esto contribuye a potenciar la relajación y la relación emocional entre usuario y caballo y fácilmente se establece una comunicación reciproca de gesticulación con el caballo, adquiriendo una especial relevancia para usuarios con autismo. Hay que tener en cuenta que por el mero hecho de montar a caballo ya abrimos un dialogo gesticular entre dos cuerpos, en nuestro

caso, usuario y caballo. No quiero finalizar este artículo, sin dar una pincelada de lo que comentaremos en la próxima edición, os presentare a una gran profesional y un puntal muy importante dentro EQUINOTERAPIA DELTA DEL LLOBREGAT, **Verónica Mendez**, (Terapeuta Ocupacional especialista en salud mental), y gran amante de los caballos, la cual nos comentara los trabajos que podemos realizar con nuestros usuarios "pie a tierra". Os emplazamos a la próxima edición, y mandamos desde **Equinoterapia Delta del Llobregat**, un saludo y un fuerte abrazo, para todos nuestros lectores.

caso, usuario y caballo.

No quiero finalizar este artículo, sin dar una pincelada de lo que comentaremos en la próxima edición, os presentare a una gran profesional y un puntal muy importante dentro EQUINOTERAPIA DELTA DEL LLOBREGAT, **Verónica Mendez**, (Terapeuta Ocupacional especialista en salud mental), y gran amante de los caballos, la cual nos comentara los trabajos que podemos realizar con nuestros usuarios "pie a tierra".

Os emplazamos a la próxima edición, y mandamos desde **Equinoterapia Delta del Llobregat**, un saludo y un fuerte abrazo, para todos nuestros lectores.

Más información:
Manel Cruz Tel.615306300
info@deltadelllobregat.cat

