

# Equinoterapia

Apreciados amigos y seguidores de este artículo, con el final del verano, las vacaciones y la vuelta al cole nos ponemos en marcha con las pilas recargadas y con ganas de comenzar de nuevo la actividad, nuestra actividad la Equinoterapia, en esta edición hablaremos de la EQUINOTERAPIA en general, dando unas pequeñas pinceladas de esta magnífica terapia complementaria.



**T**ambién os presentaremos a Alberto López, excelente alumno de nuestra asociación, el cual ganó, el primer premio de narrativa Miguel Delibes, con una historia impresionante basada en sus propias vivencias, (y un poquito de imaginación). Desde estas líneas quiero felicitarlo Alberto, por tu premio, y también por tu impresionante evolución en este mundo tan maravilloso de los caballos. ¡¡¡ FELICIDADES ALBERTO!!! Para empezar comentaremos a grandes rasgos los orígenes y que es la equinoterapia, e iremos ampliando temas en las siguientes ediciones.

## ORIGENES DE LA EQUINOTERAPIA

La utilización de caballos para la rehabilitación psicomotora, no es una terapia actual, sino que se remonta a la época de la antigua Grecia, Hipócrates (458 - 377 A.C.), aconsejaba la utilización de la equitación para la curación de dolencias, entre ellas el tratamiento

del insomnio. También aseguraba que la práctica de la equitación mejoraba el tono muscular de sus practicantes.

Galeno (130 - 199 D.C.), médico particular del emperador Marco Aurelio, le recomendó practicar la equitación para mejorar su autoestima y seguridad en si mismo, ya que era bastante indeciso a la hora de tomar decisiones.

El médico inglés Thomas Sydenham (1624), recomendaba en su libro "Tratado sobre la gota" que la practica de la equitación era el mejor remedio para tonificar la sangre y la mente, recomendando también esta práctica para pacientes con tuberculosis, cólicos biliares y flatulencias.

Liz Hartel (Dinamarca), cuando tan solo tenía 16 años sufrió una poliomielitis muy grave, la cual la dejó en una silla de ruedas durante mucho tiempo y después pasó a las muletas, anteriormente a la enfermedad había practicado equitación y siguió practicándola des-

pues en contra de la opinión de todo el mundo y ocho años después en las olimpiadas de Helsinki (1952), consiguió una medalla de plata en la modalidad de doma clásica. Podríamos seguir con un largo etc. de autores, médicos incluso poetas como es el caso de Goethe (1749), poeta alemán que practicó diariamente durante toda su vida la equitación y escribió aquello de: **Aquí hombre y animal se funden en un solo ser, de tal forma que no se sabría decir cual de los dos efectivamente esta domando al otro.**

## QUE ES LA EQUINOTERAPIA

La equinoterapia es una modalidad terapéutica, complementaria, en la cual el caballo es el hilo conductor para trabajar la psicología, pedagogía y fisioterapia.

Los movimientos tridimensionales del caballo estimulan los músculos y articulaciones, también su temperatura que está alrededor de los 39º, hace que se relajen nuestros músculos y fortalece tanto el área física como psíquica.

Durante la práctica de la equinoterapia, el caballo y el practicante se funden para actuar en conjunto estableciendo un vínculo de afectividad y armonía, donde premia la confianza mutua entre ambos.

El caballo ha sido desde sus orígenes compañero del hombre para diferentes funciones, trabajo, transporte, deporte, guerras etc. y además, ha sido utilizado para mejorar la salud física y psíquica. Actualmente cada vez está más en auge éste tipo de terapia complementaria en nuestros tiempos y está demostrado científicamente los beneficios que nos aportan este tipo de terapias en todas sus modalidades.

La equinoterapia la podríamos dividir principalmente en tres áreas: EQUINOTERAPIA SOCIAL, HIPOTERAPIA (su nombre proviene de la palabra griega "HIPPOS", caballo) y EQUITACION TERAPEUTICA. De éstas tres modalidades seguiremos hablando próximamente.

**Os emplazamos a los simpatizantes de este tema a la próxima edición.**



# Mi amigo Iker

El último de mis amigos se llama Iker. Lo conocí en Gavà, donde él vive junto con otros compañeros en pleno parque natural de El Garraf. Le gusta mucho la naturaleza, pues vive rodeado de perros, gatos, ocas e incluso de una llama. Lo

ALBERTO LOPEZ



primero que me impresionó al verlo fue su tamaño, grande y gordo, panzón. Al lado mío parecía un gigante, pero su aspecto bonachón me inspiró confianza. Desde el primer momento supe que seríamos amigos. Jugué con él a los indios e intenté subir-

me a su espalda como hacen los cheeroques imaginándome que nos perseguían cow-boys que nos disparaban con sus rifles. Iker corría mucho y pronto nos deshicimos de nuestros enemigos. Aproveché para presentarme a algunos de sus amigos, Nando, delgado, melencudo y elegante, Frida guapetona y coqueta. Pronto los cuatro nos fuimos a recorrer el parque. Por unos caminos sembrados de pinos llegamos a Begues que era el lugar más lejano al que les dejaban ir

solos. Regresamos trotando y jugando antes de que se dieran cuenta de nuestra ausencia. La verdad es que a partir de entonces, estoy deseando que pasen los días para ir nuevamente a verlos. Sé que me estarán esperando en sus establos, pues Iker y sus amigos son unos magníficos caballos a los que les encanta jugar con niños.

PSEUDÓNIMO: PRINCE OF PERSIA  
CATEGORÍA: C



Más información:  
MANEL CRUZ  
Tel. 615306300  
info@deltadelllobregat.cat

#### EMPRESAS COLABORADORAS:



Ganadería P.R.E.  
Juan Canovas Cabrera



HIPICA LA SENTIU



JORDI AZNAR

#### AGRADECIMIENTOS:

Queremos mandar desde aquí nuestro agradecimiento por su colaboración desinteresada a Hipica "LA SENTIU", GANADERIA JOAN CANOVAS y a JORDI AZNAR gran experto en doma y manejo natural del caballo.



# Herrajes y Caballos

Tienda hipica de más de 200 m<sup>2</sup> · Todo para el jinete y el caballo · Distribuidor para toda España de herraduras

Carrer de la Imaginació, 10 · Poligon Gavà Park · 08850 · GAVÀ · Barcelona

Tels. 936627471 · 609105880 · 658816753 · Fax. 936383024

[www.herrajescaballos.com](http://www.herrajescaballos.com) [herrajescaballos.com@herrajescaballos.com](mailto:herrajescaballos.com@herrajescaballos.com)

