

Equinoterapia

Mi nombre es Manel Cruz, y quiero compartir con todos los lectores de HIPICA CATALANA el tema de la EQUINOTERAPIA, del cual iremos comentando periódicamente.

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 sí 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 práctica 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 sólo 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 después 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 cuál de los dos efectivamente está domando al otro.**

QUÉ 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 39°, 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 este 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 TERAPÉUTICA**. De estas tres modalidades seguiremos hablando próximamente. Os emplazamos a los simpatizantes de este tema a la próxima edición.

Manel Cruz 615306300

