



Clases de Equitación e iniciación a la doma

Damos clases particulares por horas o en grupos. Con abonos mensuales o anuales.

Hipoterapia y Equitación Terapéutica

"Son terapias complementarias a las ya existentes que utilizan al caballo como mediador para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad física, psíquica o sensorial, problemas de salud mental y/o problemas de adaptación social."

Aplicadas por Técnico titulado como Experto Universitario por la Universidad Complutense de Madrid

HIPOTERAPIA:

Se trata de una alternativa terapéutica que aprovecha los movimientos del caballo, para tratar diferentes tipos de afecciones; un entrenamiento físico especial, que se puede usar como tratamiento médico, para pacientes con disfunciones de movimiento y otras enfermedades.

Ya los griegos aconsejaban la práctica de la equitación para mejorar el estado anímico de las personas con enfermedades incurables. En el siglo XVII, algunos médicos recomendaban montar diariamente a caballo para combatir la gota. Las primeras investigaciones para demostrar el valor terapéutico de la equitación se fijan en 1875. Pero se empieza a usar de forma sistemática a partir de los años 50-60, que comienza en Alemania desde donde se extenderá a toda Europa.

Actividades ecuestres de intervención terapéutica, dirigidas a personas afectadas por discapacidades incapaces de ejercer una acción sobre el caballo.

Es una terapia basada en la transmisión del movimiento tridimensional del caballo hacia el jinete, quien está expuesto a movimientos rítmicos y simétricos, iguales a los que presenta el ser humano al andar. El paciente se ve obligado a reaccionar y adaptarse frente a los estímulos que produce el caballo. Esta reacción es sensorial, muscular y articular, mejorando así el enderezamiento de la espalda, adquiriendo equilibrio, coordinación en los movimientos y la marcha.

Se beneficia de las propiedades físicas del caballo como su masa, su temperatura, su movimiento... estimula al paciente los músculos, las articulaciones, la piel, el equilibrio y produciendo el efecto de relajación.

EQUITACIÓN TERAPÉUTICA:

Actividades ecuestres destinadas a personas con discapacidad, enfermedad o incapacidad social susceptibles a ejercer una acción sobre el caballo. El paciente interviene en las actividades con el caballo bajo la supervisión del terapeuta.

Ésta es una terapia que requiere un caballo adecuado y un programa dirigido por el fisioterapeuta para dirigir las sesiones al área de planificación motora y sensorial. El caballo se selecciona para los pacientes por sus movimientos y comportamientos.



Un caballo al paso transmite al jinete 110 impulsos por minuto, en una serie de oscilaciones tridimensionales como son: avance y retroceso, elevación, descenso, desplazamiento y rotación.

El caballo nos ofrece tres características que son la **base de la terapia** y estos se dan simultáneamente mientras se está montando.

1.- La transmisión del calor corporal del cuerpo del caballo al jinete

El calor corporal del caballo es de 38° y una vez ejercitado puede llegar a alcanzar 38,8°. Como el cuerpo del caballo genera más calor que el del ser humano podemos beneficiarnos de él como si fuera un instrumento calorífico que nos ayuda a relajarnos y distender la musculatura espástica.

2.- La transmisión de impulsos rítmicos

El caballo trasmite a través de su dorso de 90 a 110 impulsos rítmicos al cuerpo del jinete que estimulan reacciones de equilibrio y producen una agradable sensación por su efecto mecedora, lo que contribuye también al bienestar psíquico y emocional del jinete.

3.- La transmisión de un patrón de locomoción similar al de la marcha humana

La biomecánica del paso del caballo es muy similar a la del ser humano. Cuando eleva los miembros posteriores por debajo del centro de gravedad, la grupa y el lado del dorso en el que el posterior está elevado desciende ostensiblemente. Esto sucede de forma alterna al paso en cuatro tiempos y al trote en dos. Este movimiento se transmite a la pelvis del jinete y es como si "andar sentado".

Esta terapia está **dirigida a** personas afectadas por:

- Discapacidad motriz
- Discapacidad mental
- Discapacidad sensorial
- Enfermedades mentales
- Inadaptación social.

La Hipoterapia y la Equitación Terapéutica se caracterizan por tener un enfoque de tratamiento global, que influye en todas las áreas de desarrollo de la persona. Este hecho hace que sea una actividad especialmente enriquecedora a todos los niveles y que se adapte a las habilidades y necesidades de personas muy diferentes.

Los **beneficios** que aportan son:



ÁMBITO FÍSICO

Estimula el sistema sensoriomotor.
Potencia la relajación.
Mejora la coordinación y la disociación de movimientos.
Potencia la simetría corporal, la imagen y el esquema corporal.
Fortalece la musculatura.
Mejora el control cefálico.
Mejora la planificación motora.
Aumenta y mejora la capacidad de percepción.
Potencia el equilibrio.
Regula el tono muscular.
Mejora en la adquisición de la lateralidad
Potencia la motricidad fina y gruesa
Desarrolla la coordinación viso-motora
Aumenta la adquisición de la estructura espacio-temporal.
Facilita la adquisición del ritmo.
Fomenta el bienestar físico general.
Mejora la rapidez de reflejos
Aumenta la capacidad de movimiento de las articulaciones.
Reduce los patrones de movimiento anormales.
Mejora la capacidad respiratoria y circulatoria.
Mejora el proceso de digestión.
Potencia la integración sensorial.

ÁMBITO EMOCIONAL

Mejora la autoestima
Mejora la seguridad en uno mismo.
Refuerza la conducta positiva.
Corrige o disminuye problemas de conducta.
Mejora la tolerancia a la frustración.
Mejora los estados de ánimo deprimidos.
Potencia el autocontrol.
Disminuye la ansiedad.
Mejora el locus de control.
Fomenta el sentimiento general de bienestar.
Aumenta el interés por el mundo exterior.
Aumenta la respuesta ante situaciones de riesgo.
Mejora en el desarrollo de la paciencia.
Potencia el sentimiento de normalidad.

ÁMBITO COGNITIVO Y DE ADQUISICIÓN DE NUEVOS APRENDIZAJES

Potencia la capacidad de atención.
Permite el trabajo de la memoria y la secuenciación.
Potencia la planificación motriz.



Refuerza aprendizajes escolares.

Aumenta la percepción correcta y completa del medio que le rodea.

Potencia la adquisición de nuevos aprendizajes dentro del ámbito ecuestre.

Facilita la extrapolación de los cuidados del caballo a las actividades de la vida diaria.

ÁMBITO COMUNICATIVO

Mejora la respiración

Fomenta el lenguaje.

Aumenta el contacto ocular.

Mejora las conductas comunicativas pre-verbales.

Aumenta el vocabulario.

Facilita la comunicación gestual y oral.

Mejora los órganos fonatorios (deglución, babeo, etc.)

Potencia la comprensión e identificación de símbolos.

Fomenta la comprensión contextual, gestual y del lenguaje: respuesta a la comunicación de los demás.

ÁMBITO SOCIAL

Interrumpe el aislamiento.

Fomenta el dominio de sí mismo.

Disminuye la tensión y la excitación.

Produce una relación triangular: paciente, terapeuta, caballo.

Facilita la expresión de sentimientos.

Estimula interés por el medio que le rodea.

Facilita la relación con familiares y grupo de iguales.

Mejora la relación con personas que no pertenecen al entorno conocido.

Fomenta el respeto y el amor por los animales.

Aumenta el número de vivencias.