

Cerca de 60 niños con discapacidad de toda España participarán este año en un proyecto pionero en este país. El Plan Nacional de Integración Social de Personas con Discapacidad a través del Deporte Equestre, impulsado por FUNDACIÓN MAPFRE, consiste en la utilización del caballo, la equitación y el mundo ecuestre en general para facilitar la integración de estas personas en la sociedad. Con el desarrollo de esta terapia se mejora su estado físico y se fortalece su autonomía y autoestima, cualidades indispensables para mejorar su calidad de vida.

No ha sido fácil arrancar, pero después de un año de preparación, este proyecto, único en España, es ya una realidad. Desde hace dos meses un total de ocho centros ecuestres de Madrid, Pamplona, Orense, León, Tarragona, Sevilla, Granada y Cartagena, asesorados, supervisados y evaluados por el Instituto de Acción Social de FUNDACIÓN MAPFRE y por la Fundación Caballo Amigo, aplican la llamada «terapia ecuestre». El objetivo es desarrollar la autonomía de las personas con discapacidad con edades comprendidas entre los 8 y los 18 años, de acuerdo al programa de formación de jinetes Galope 1, de la Real Federación Hípica Española. Como resultado de estas sesiones, que se realizan en un centro ecuestre, se potencian diferentes aspectos de su desarrollo relacional y social, como la confianza en sí mismos y la capacidad de relacionarse y comunicarse con otras personas. También se mejora notablemente su estado físico y su desarrollo motor, repercutiendo en su equilibrio, tono muscular y control postural.

# Equinoterapia

Con la ayuda de un caballo



En España, se ha iniciado una experiencia piloto con el fin de sensibilizar a los profesionales de la educación de que la equitación es una herramienta extraordinaria para la educación y la integración social de sus alumnos, y para evaluar la capacidad organizativa y la respuesta de los diferentes centros. Una vez finalizado este periodo, las escuelas llevarán a cabo un programa completo de equitación terapéutica, –terapia rehabilitadora basada en la utilización del caballo y el deporte ecuestre–, durante el próximo curso escolar. Esta iniciativa, que tendrá una duración aproximada de nueve meses, y que sirve como refuerzo y apoyo a los programas de formación que reciben estas personas en colegios e instituciones educativas, permitirá a los casi 60 alumnos que componen el programa salir de su rutina diaria, aprender a disfrutar con el deporte, que muchos realizan por primera vez, y potenciar la relación entre las familias, educadores y voluntarios que quieran unirse al proyecto.

Autor: **Nuria del Olmo**





El Centro de Equitación y Equinoterapia Bilau se creó hace cinco años en Yelz (Navarra), con una clara orientación pedagógica. Su experiencia, puesta al servicio del programa de integración social a través del deporte ecuestre de FUNDACIÓN MAPFRE, está dando los mejores resultados.



Para desarrollar la autonomía de estas personas, aprenderán a montar a caballo (subir y bajar del animal y conducirlo por la pista al paso, trote y galope); realizar las actividades propias del cuidado del caballo, como cepillarlo, alimentarlo, ensillarlo y limpiar la cuadra; y aprender ciertos conocimientos teóricos de anatomía del animal. Los participantes también se relacionarán con los monitores y otros alumnos de la escuela, actividades imprescindibles para su integración; se inscribirán en las federaciones territoriales de hípica; y se prepararán para superar, como cualquier otro alumno, los exámenes pertenecientes al programa de formación de jinetes de la Real Federación Hípica Española. El programa también contempla la posible integración final de estos jinetes en estas escuelas de equitación, lo que les permitirá participar en su vida social y en los eventos deportivos y competiciones que se organicen.

«Está siendo todo un reto», señala Fernando Garrido, Director General del Instituto de Acción Social de FUNDACIÓN MAPFRE, «especialmente si se tiene en cuenta que muchas de estas personas nunca han tenido la oportu-



tunidad de practicar un deporte: para los profesores de equitación, a los que hemos marcado unos objetivos exigentes y una metodología de trabajo y programación muy concreta; a los educadores de los colegios, a los que hemos tenido que sensibilizar para que apoyen la iniciativa y para que sean flexibles a la hora de facilitar a los alumnos la realización de esta actividad en horario escolar; y a los padres y tutores, que ven con cierto temor que sus hijos no se integren en la actividad al cien por cien y se frustren». Este proyecto que, según Garrido, quiere convertirse en uno de los más emblemáticos de FUNDACIÓN MAPFRE, «beneficia a todas las partes, no sólo a los participantes, –voluntarios de MAPFRE, profesores de los centros educativos, responsables de las federaciones hípicas territoriales y Federación Hípica Nacional, profesionales de la salud y la educación y familiares–, aportándonos gran satisfacción». Hay que tener en cuenta que «este colectivo demanda y necesita una serie de servicios que les ayuden a integrarse en la sociedad, y si hay algo que favorece su integración social es sin duda el deporte». Gracias a este proyecto, añade, «estas personas van a tener la oportunidad de disfrutar de una experiencia única y demostrar a la sociedad sus habilidades y capacidades».

**Las limitaciones no se ven encima de un caballo. Los alumnos se sienten más iguales y capacitados, lo que repercute en su autoestima y confianza en sí mismos**



ALBERTO CARRASCO

La Fundación Caballo Amigo desarrolla la terapia ecuestre en el Club Hípico San Luis, situado en Villanueva del Pardillo (Madrid).

Mercedes Jiménez, Presidenta de la Fundación Caballo Amigo, también se muestra muy ilusionada con este proyecto, que alcanza un objetivo clave: «encima de un caballo todas las personas son jinetes, con diferentes capacidades, lo que permite que las personas con discapacidad se sientan más iguales e integradas y tengan mayor autoestima y confianza en sí mismas». Considera que el colectivo al que va dirigido este programa, personas en riesgo de exclusión social por causa de una discapacidad y por proceder de familias con pocos recursos económicos, así como alumnos con necesidades especiales procedentes de centros de educación especial o aulas de integración, participará de una actividad diseñada a la medida de sus necesidades, y lo más importante, adaptada al ritmo de aprendizaje de cada alumno, «lo que nos garantiza el éxito de la práctica ecuestre y evita el fracaso, la desmotivación y posible frustración en los alumnos». Además de coordinar este plan nacional, la Fundación Caballo Amigo firmó el año pasado un acuerdo de colaboración



ALBERTO CARRASCO



con el Instituto de Acción Social para desarrollar el proyecto de integración a través del deporte ecuestre en el Club Hípico San Luis, situado en la localidad de Villanueva del Pardillo, en Madrid. El acuerdo, que fue firmado por Doña Elena de Borbón, Directora de Proyectos Sociales y Culturales de FUNDACIÓN MAPFRE, especialmente involucrada en el proyecto por su gran afinidad con el mundo ecuestre, ha permitido que ocho personas en riesgo de exclusión social se beneficien de esta terapia durante nueve meses. El éxito de este proyecto ha sido la primera piedra para que el Plan Nacional de Integración Social a través del Deporte Ecuestre salga adelante.

**En primera persona.** Luis Peregrín es Director del Pony Club Granada, uno de los centros que participan en el proyecto. Aquí se imparte la hipoterapia desde 1995 y desde entonces cerca de 40 personas, casi todas con autismo, se han beneficiado de esta terapia «una forma de rehabilitación, educación y reeducación para las personas con necesidades especiales, que busca mejorar su calidad de vida y favorece su inclusión en la sociedad». Gracias a la iniciativa de FUNDACIÓN MAPFRE, este centro ecuestre también impartirá equinoterapia a 9 personas con autismo

pertenecientes a dos centros de Granada, el Victoria Eugenia y Los Carmenes. En el centro trabajarán en equipo para intentar sacarles de su aislamiento habitual, favorecer el diálogo con otros alumnos y enterrar los miedos que les impiden llevar una vida normal. También trabajarán la concentración, que este colectivo pierde con facilidad. Otra de las entidades colaboradoras, el Centro Ecuestre de Villamarín, en Orense, también trabajará con 20 niños de entre 7 y 12 años que estudian en el Centro Manuel Luis Acuña, situado en esta provincia. Estas personas con retraso mental y psicomotor, niños prematuros con problemas de desarrollo, inmigrantes con retraso escolar y menores procedentes de centros de acogida, se subirán a un caballo para aprender la técnica de la equitación y para mejorar su capacidad de disciplina y autocontrol. También conocerán la

**Del proyecto no sólo se benefician las personas con discapacidad. La recompensa también llega a educadores, familiares y voluntarios**

El Pony Club Granada imparte hipoterapia desde 1995. Desde entonces más de 40 personas, casi todas con autismo, se han beneficiado de esta terapia. Gracias al proyecto de FUNDACIÓN MAPFRE recibirán atención personalizada 9 personas autistas pertenecientes a dos centros educativos de esta ciudad.







JORDI PARRA

El Centro Hípico Mas Aragón, en Tarragona, desarrolla la hipoterapia desde hace seis años, una actividad que beneficia cada año a más de 300 personas con retraso mental, síndrome de Down, patologías asociadas a trastornos psicomotores y psiquiátricos, así como hiperactividad y déficit de atención.



JORDI PARRA

En esta iniciativa pionera participan ocho centros ecuestres que tendrán que cumplir con unos requisitos concretos y unos objetivos muy exigentes

sensación de movimiento y velocidad, que tanto ayuda a estas personas, especialmente a los ciegos y a los que van sentados en silla de ruedas, así como a implicarse en una actividad que a la mayoría les divierte y a la que algunos consiguen aficionarse de manera permanente. María Jiménez, responsable de este proyecto en esta escuela de equitación, cree que «como resultado de la terapia, la rehabilitación es todo un éxito en la gran mayoría de los alumnos». Considera que si un paciente cree que su calidad de vida mejora, significa que realmente ha mejorado, y que si se siente con ánimo para hacer más actividades en su día a día, su sensación de bienestar mejorará y su evolución será imparable.

En el Centro Hípico Más Aragón, en Tarragona, se practica la equinoterapia desde hace más de 6 años, una actividad de la que se benefician anualmente cerca de 300 personas con retraso mental, síndrome de Down, patologías asociadas a trastornos psicomotores y psiquiátricos, así como hiperactividad y déficit de atención. Sonia Romera, una de las coordinadoras del proyecto de FUNDACIÓN MAPFRE en este centro, subraya que con la hipoterapia en concreto, dirigida a personas con afecciones severas que no pueden ejercer mando o con-



trol sobre el caballo y que precisan ayuda de manera constante por parte de profesionales, se trabajan aspectos del área físico-psicomotriz, entre otros. El objetivo que se persigue ahora con los siete alumnos de la Unidad de Soporte a la Educación Especial del Instituto Narcís Ollé de Tarragona, es «intentar que exista un intercambio real entre el caballo y el alumno, que éste se sienta útil y que ante todo se encuentre relajado y tranquilo». Sólo así se alcanza la recompensa: mayor autocontrol, sentido de la responsabilidad y gran satisfacción por un trabajo bien hecho en el que por una vez, no existe tanta presión familiar y educativa. «En esta actividad, las normas las impone el caballo, no el educador, y este factor relaja mucho al alumno porque le devuelve la confianza en sí mismo, la autonomía perdida», añade.

Así lo cree también Álvaro de la Puente, Gerente de la Fundación Carriegos, en León, institución con la que FUNDACIÓN MAPFRE empezó a colaborar en 2006 para por primera vez desarrollar, junto con personal especializado de la Asociación Aspace-León, un programa de

equinoterapia dirigido a un grupo de seis niños con discapacidades físicas y psíquicas. De la Puente considera que este programa, que ha empezado a funcionar recientemente, facilitará la relajación muscular de los alumnos, les ayudará a mejorar la coordinación y el equilibrio, fortalecerá su respiración y, lo más importante, les devolverá la confianza, «imprescindible para su integración en la sociedad». A estas virtudes se une la importancia de que los alumnos de seis niños del Centro Público Sagrado Corazón con distintas discapacidades de tipo intelectual, que estarán atendidos en todo momento por fisioterapeutas, pedagogos, psicólogos, educadores especiales y monitores de equitación especialmente formados en discapacidad, tendrán que cuidar al caballo, limpiarlo y ocuparse de él. «Esta actividad» añade, «permitirá a los alumnos cambiar el papel que ocupan habitualmente, el de personas a las que hay que atender sin descanso, para ser las que se ocupan de cuidar un animal, una tarea que contribuye a que se sientan útiles y a ganar confianza en sí mismos». ■



JORDI PARRA

## Terapia efectiva

**La Universidad** Complutense de Madrid ha realizado recientemente un estudio para comprobar los efectos positivos de la hipoterapia en personas afectadas de esclerosis múltiple, una enfermedad neurológica crónica del sistema nervioso cuya incidencia está aumentando de forma muy significativa en los últimos años y que tiende al empeoramiento, ya que es crónica y progresiva. El trabajo analizó la evolución en el equilibrio, la marcha y las actividades de la vida diaria antes y después de los seis meses que duró el tratamiento de hipoterapia, que se hizo de forma regular en sesiones de 20 minutos a la semana. Los resultados han sido muy positivos. Si al comienzo de las sesiones los pacientes tan solo podían permanecer 5 minutos montados a caballo debido al cansancio y la fatiga, al finalizar la terapia muchos de ellos superaban los 20 minutos al día. Los beneficios fueron inmediatos: mejora del ánimo, abandono de laxantes y desaparición de los síntomas de apatía, mayor energía y una valoración más positiva de su calidad de vida. Muchos coincidieron en que el tiempo en que practicaban hipoterapia era el más importante de la semana.