Titulo Ponencia: “Un camino hacia la Autonomía: de las Terapias con Caballos a los Paraecuestres y Olimpiadas Especiales”.

Eje Temático: Recreación, Deporte y Tiempo Libre.

Ponencia: Proyecto de Investigación

Autores: Fernández, Lucas. DNI: 28129258. Título: Psicomotricista. Técnico en Salud con Especialidad en Psicomotricidad.

Maite Sánchez Calot: DNI:30596717. Título: Universitario Incompleto: Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de La Plata.

Filiación Institucional: CEDICA, Centro de Equitación para Personas con Discapacidad y Carenciadas.

Correo: lucasfernandez@cedica.org.ar; maitesanchez@cedica.org.ar

Palabras claves: TACAS, PARAECUESTRES, AUTONOMIA.

**CEDICA** trabaja con la finalidad de IGUALAR OPORTUNIDADES procurando la **integración familiar**, el logro de la **escolaridad**, la **inserción laboral** y la mejora integral de la **calidad de vida** de sus alumnos. Nos enorgullecemos al afirmar que somos una ONG próxima a cumplir 22 años de actividad ininterrumpida en pos de la Inclusión Social de las personas con discapacidad y carenciadas.

Los alumnos de CEDICA son personas en situaciones de riesgo y vulnerabilidad social con distintos niveles de discapacidad física y/o mental, que pueden presentar patologías asociadas. La mayoría proviene de hogares carenciados y familias vulnerables -muchos sin cobertura en rehabilitación-, otras ONG, Centros de Salud, Institutos de Menores, Hospitales Hogares, Centros de Día, Hogares para Niños de la calle, y Escuelas, entre otras instituciones.

El trabajo coordinado entre CEDICA y diversos organismos del GPBA, ha permitido durante dos décadas, detectar a los potenciales beneficiarios para la actividad y otorgarles becas de asistencia, de forma que esta terapia ecuestre sea gratuita para todos los alumnos.

Esta alianza estratégica con el gobierno provincial fue plasmada originalmente con el entonces *Consejo de la Mujer*, actualmente Ministerio de Desarrollo Social de la Provincia de Buenos Aires. En 1997 CEDICA crea e integra el *Programa de Actividades Ecuestres* de la Dirección de Políticas para Personas con Discapacidad, del mencionado Ministerio.

Además, la institución recibió el apoyo del Instituto de Lotería y Casinos de la Provincia de Buenos Aires, que mediante el Hipódromo de La Plata (HLP), otorgó a CEDICA la primera sede institucional, lo cual implicó no sólo contar con las instalaciones necesarias para realizar la actividad sino también el alojamiento, alimentación y cuidado de caballos; el espacio administrativo, para capacitar al equipo de trabajo y los voluntarios; y la difusión de la actividad a través de sus medios informativos.

En 2008 la institución recibió un nuevo impulso del Instituto de Lotería provincial que le permitió realizar la apertura de su segunda sede en el Campo Arroyo San Juan (CASJ) en la localidad de Arturo Seguí. Al igual que el Hipódromo de La Plata, este lugar también cedió gratuitamente el uso de sus instalaciones, permitiendo ampliar la capacidad de atención a la población de la zona, de grandes carencias económicas, mediante alianzas estratégicas con nuevas reparticiones provinciales como el CEAT, la Escuela Especial y el Centro de Salud locales, entre otros.

Desde 2010 a la actualidad, CEDICA inauguró un Centros de TACAs denominado “Libres para Montar”, en la Unidad 10 del Servicio Penitenciario Bonaerense, único en su tipo en Latinoamérica, ya que es un Hospital de Salud Mental dentro de una Unidad Penitenciaria.

Este programa es novedoso y muy especial, ya que el Equipo CEDICA capacitó a oficiales y suboficiales del SPB y a profesionales de la Dirección de Sanidad del SPB, creando un equipo propio, incluyendo a internos de la U.10 que colaboran como Voluntarios.

En el año 2012 CECICA capacitó a oficiales y suboficiales de la Dirección de Caballería de la Policía de la PBA, creando en el Haras “La Teruca” un nuevo servicio, único en el país en una repartición policial, que dirigido por profesionales de CEDICA, atiende a hijos de policías y personas de la comunidad del municipio de Berazategui.

El equipo de CEDICA cuenta en la actualidad con un total de 80 personas entre los diferentes equipos de trabajo:

Director Ejecutivo: Alejandro Zengotita

Directora Técnica: Gabriela Salas.

Área de Administración y Gestión

Área Técnica: conformada por Profesionales de la Salud: Terapistas Ocupacionales, Psicólogas, Psicopedagoga y Psicomotricista.

Área Ecuestre: Domador, Entrenadores de Caballos y Conductores.

Área Voluntariado: por CEDICA pasan por año aproximadamente 50 personas que colaboran con nuestra actividad.

Las TACAs- Terapias y actividades asistidas con caballos como medio

La actividad que realizan los alumnos de CEDICA es reconocida internacionalmente como TACAs- Terapias y actividades asistidas con caballos, aunque en Argentina se denomina habitualmente *Equinoterapia*. Se trata de una terapia integral y complementaria, que requiere un abordaje transdisciplinario y que apunta a la recuperación de la persona en sus dimensiones biológica, psíquica y social.

En las TACAs, el caballo, por las características de su naturaleza innata y del medio ambiente en el que se desenvuelve, funciona como mediador terapéutico facilitando el proceso rehabilitador. Simbólicamente este gran animal representa la potencia, la fuerza, la libertad de movimiento, el control; características que ayudan a reforzar la autoestima y la autoconfianza. El hecho de ocuparse de un animal tan grande estimula, entre otros factores, la capacidad de autogestión, el sentido de la responsabilidad y favorece la adquisición progresiva de una mayor autonomía, entendida como la capacidad de proyectar la propia existencia para poder relacionarse con los demás y participar activamente en la construcción de la sociedad. Más allá de los objetivos de trabajo específicos de cada persona, el caballo se presenta como una motivación que funciona como centro de la actividad y que ofrece la posibilidad de participar activamente y con placer del proceso terapéutico.

La Federación Internacional ha propuesto la organización de las TACAs en los métodos de trabajo denominados *hipoterapia*, *monta terapéutica (incluyendo técnicas de volteo)* y *equitación adaptada*. CEDICA también utiliza el método llamado *establo terapia,* y un *taller pedagógico* especialmente diseñado por los profesionales de la institución. Los beneficios de la monta son comunes a todos los métodos de trabajo, sin embargo, la elección de una modalidad de trabajo permite resaltar o acentuar distintos aspectos de la actividad.

HIPOTERAPIA:

* Indicada para personas con un mayor compromiso físico, con el propósito de aprovechar el movimiento tridimensional de marcha del caballo, la temperatura corporal y los impulsos rítmicos (principios)
* Se caracteriza por ser un tipo de monta en la cual el caballo es controlado por el terapeuta

Hipoterapia pasiva: la persona se adapta al movimiento del caballo sin ninguna acción de su parte.

Hipoterapia activa: se agregan ejercicios de estimulación que complementan y enriquecen los beneficios.

Posible *Backriding*

Posible *Maternaje*

MONTA TERAPÉUTICA:

* Utilizada con fines educativos, por lo que se suele recurrir a todo tipo de materiales lúdicos y didácticos
* Es la persona que monta quien eventualmente ejerce el control sobre los movimientos del caballo
* Puede sumar ejercicios y juegos terapéuticos para convertirse en un jinete activo (capacidades corporales y aspectos psicosociales)

Técnicas de volteo (acrobacia arriba del caballo).

Técnicas de equitación básica.

Posible *Backriding*

Posible *Maternaje*

EQUITACIÓN ADAPTADA:

* Equitación como deporte para personas con discapacidad.
* Objetivo: deporte a nivel competitivo, Olimpíadas Especiales.

ESTABLO-TERAPIA:

* Actividades asociadas al mundo del caballo.
* El vínculo y el aprendizaje de tareas que complementan y enriquecen el método de monta elegido para trabajar. Ejemplo: Métodos de limpieza, ensillado, etc…

“Un camino hacia la Autonomía: de las Terapias con Caballos a los Paraecuestres y Olimpiadas Especiales”

En la seguridad del vínculo entre personas y caballos gravitan múltiples posibilidades terapéuticas, es por esto que se funda el Centro de Equitación para Personas con Discapacidad y Carenciadas-CEDICA-.

En los 20 años de experiencia, se fue forjando un trabajo con procesos de mejora continua, para esto CEDICA se dedica al diseño y asesoramiento Integral para la formación y gestión de centros y programas de TACA, esto incluye la formación de profesionales, voluntarios y equipos de trabajo, para optimizar esta Terapia Complementaria.

El trabajo en la pista ecuestre, con el correr del tiempo, derivo en la inquietud y necesidad de crear diferentes herramientas para el crecimiento Institucional. Es por esto que se elaboraron diferentes programas, de gestión, investigación y formación, promoviendo la multiplicación del saber a profesionales e Instituciones nutriéndonos de manera recíproca.

Los aspirantes a ser alumnos de CEDICA ingresan primeramente en una lista de espera que en la actualidad está conformada por aproximadamente 50 aspirantes, y en el momento en el que está el profesional adecuado, el caballo correcto y el equipo conformado, es que se realiza el proceso de admisión donde se llevan a cabo las entrevistas con padres/tutores, evaluaciones al alumno para luego diseñar una pre-planificación específica, para iniciar el trabajo terapéutico.

Generalmente se inicia un primer acercamiento, donde podemos utilizar la metodología de establo terapia, para familiarizarnos y confiar en nuestro caballo. Esto puede demorar algunas sesiones dependiendo de cada alumno.

Este proceso se va a ajustando periódicamente, de acuerdo a los objetivos cumplidos o las dificultades encontradas en el trabajo.

Luego iniciamos siempre la monta con hipoterapia, con o sin monta gemela, evaluando las posibilidades del jinete. Es importante respetar los tiempos de cada persona y en estas primeras instancias se trabajará evaluando los tres principios básicos que nos brinda el Caballo:

Primer Principio: transmisión del calor corporal del caballo al cuerpo del jinete.

Segundo Principio: transmisión de impulsos rítmicos del lomo del caballo al cuerpo del jinete.

Tercer Principio: transmisión de un patrón de locomoción tridimensional, equivalente

Al patrón fisiológico de la marcha humana.

El coordinador a cargo de la terapia evalúa cuáles serán los aparejos que va a utilizar con el alumno, verificando el asiento con una matra sola. Esto nos da la posibilidad de ver alguna postura viciosa que podamos modificar con el paso del caballo o simplemente con la utilización de la montura correcta.

Durante la iniciación, los alumnos construyen con el equipo de trabajo un código de comunicación específico de la terapia, como pedir paso/alto, dentro de las posibilidades de cada uno, esto puede ser desde la palabra, un gesto, un parpadeo de ojos, taloneo, entre otros. Por eso se habla de construcción, ya que no es algo establecido por todos los miembros del Equipo, sino que el terapeuta es quien decodifica esto para significarlo y darle un sentido comunicacional.

Paralelamente se van a trabajar aspectos psicológicos, psicopedagógicos, y motrices, de acuerdo a la necesidad de cada persona, todo en una mirada global.

Cada alumno dependiendo de sus recursos va evolucionando en la complejidad del trabajo adquiriendo diferentes habilidades que lo llevarán a una nueva Metodología: La Monta Terapéutica. Desde este espacio el Jinete incorpora las ayudas necesarias para poder realizar algunos circuitos, tales como zig-zag, impulsar con las piernas, el paso del caballo y el alto, con ayuda de las riendas.

Es importante que el terapeuta lea claramente cuál es la metodología que debe utilizar cada alumno y saber que en el proceso de trabajo esto puede sufrir modificaciones de acuerdo a la patología, los objetivos y las necesidades de los Jinetes.

El crecimiento de un alumno, el cambio de medicación, y/o modificaciones en el núcleo familiar, pueden provocar un desajuste en el Jinete, que implique que debamos retrotraer el trabajo para brindarle un espacio seguro y de contención para, a partir de allí, explotar todo su potencial.

En los últimos tres años, CEDICA ha hecho un vuelco radical en su forma de trabajar y desde la supervisión de la Dra. Verónica Settepassi, -Coordinadora del Área Equinoterapia de la Escuela Hipocampo Club Hípico Buenos Aires, Médica Clínica especializada en Neuro-Rehabilitación de Pacientes con Discapacidad, formada en Rehabilitación Ecuestre en la Asociación Nacional Italiana de Rehabilitación Ecuestre (ANIRE) y en La Facultad de Medicina de Florencia, Italia- es que nos propusimos brindarle mayor autonomía a nuestros alumnos. Esto significó poder paulatinamente sacar los “bastones” en la Pista Ecuestre, y proporcionar una nueva posibilidad de Monta.

Ese fue el primer paso para imaginar los Torneos Paraecuestres. Tal es así que se comenzó a trabajar, especialmente en la sede del campo, con alumnos dentro de su proceso terapéutico con mayores herramientas ecuestres.

Surge entonces la necesidad de modificar el entrenamiento de los caballos y empezar a pensar en la figura del profesor de Equitación.

**Entrenamiento de caballos**

Actualmente, CEDICA está conformado por un equipo ecuestre de siete personas. Cada uno de sus integrantes tiene a su cargo una cierta cantidad de caballos, y se encarga tanto de los cuidados veterinarios, como también de organizar una grilla de entrenamiento con objetivos a corto y largo plazo. Es importante recalcar, que siempre se trabaja en equipo, buscando en conjunto la menera de unificar el entrenamiento de los caballos para que la enseñanza sea la misma para todos.

Como parte del entrenamiento, se trabaja sobre los puntos débiles de cada caballo, como por ejemplo los mañerismos, taras, partidas al galope a la mano correcta, etc., tratando de maximizar sus habilidades. Por ejemplo, si trabajamos al caballo dos veces por semana, un dia trabajaremos en adiestramiento; y otro, reforzando las indicaciones con la voz. Asi, si tenemos un alumno con poco uso de riendas o de piernas para la impulsion, podemos controlar a nuestro caballo utilizando sonidos como “besos” para que avance o “shhh” para que se detenga o disminuya la marcha.

Al plantearse la posibilidad de llevar a cabo un evento con actividades paraecuestres, fue necesario crear una nueva planificación de trabajo específica para dicha actividad.

La actividad paraecuestre es una disciplina hípica, que forma parte de los Juegos Paralímpicos, en los cuales ha participado desde el año 1996.

El Torneo Parecuestre es una competencia de adiestramiento pensada para personas con discapacidad, en donde los jinetes y amazonas son clasificados en diferentes grados, según la clasificación de grados creada por la Federación Ecuestre Internacional (FEI) teniendo en cuenta la capacidad de controlar los diferentes aires del caballo (paso, trote, galope) y de poder ejecutar técnicamente los diferentes movimientos, garantizando la igualdad entre los participantes.

Tras una clasificación médica, los atletas pasan a formar parte de uno de los cinco grados que existen en la actualidad: 1a, 1b, 2, 3 y 4.

A lo largo de la clasificación médica, se evalúan tres aspectos diferentes:

* Fuerza muscular.
* Amplitud de los movimientos.
* Coordinación.

También se valoran ayudas específicas (la capacidad de lectura, manejo de riendas o estribos adaptados etc.) que favorecen la seguridad en la monta del caballo.

A grandes rasgos, las tablas o tests, se dividen según el grado de discapacidad, existiendo pruebas al paso, paso y trote, y paso, trote y galope. Dentro de las mismas se observa un listado de figuras de diversa complejidad, (círculos de diferente diámetro, diagonales, etc.), en picaderos de arena de 20mx40m o de 20mx60m.

Institucionalmente, una vez determinada la cantidad de alumnos/participantes, se entrenarán los posibles caballos aptos para el concurso, evaluándose uno por uno sobre las tablas de equitación. En este momento se tienen en cuenta las potencialidades/dificultades de cada caballo para, entre otras cosas, mejorar círculos para una o ambas manos, salir bien a la mano al galope, corregir la velocidades en el trope y al paso.

Una vez que se prueba la metodología y se observa una respuesta positiva de los caballos, se suma al entrenamiento a los alumnos.

Rol del profesor de Equitación

Teniendo en cuenta la historia del alumno en la actividad, el profesor de equitación potencia las habilidades ecuestres, respetando el trabajo previamente realizado por el profesional de la salud, en continua supervisión.

Empezando siempre desde lo más simple a lo más complejo, en la pista se utilizan conos grandes y pequeños para delimitar el espacio, además de las letras reglamentarias de la actividad, lo cual ayuda a los alumnos a orientarse y al caballo a ordenarse, para que las figuras sean lo más prolijas posible.

Se comienza haciendo figuras aisladas, luego se dictan las tablas y paulatinamente, a medida que se avanza en el entrenamiento, se sacan de manera progresiva las ayudas del profesor, logrando que el alumno se desenvuelva lo más autonomamente posible.

De este modo se logra que el alumno alcance la mayor independencia, dejando de realizar una actividad terapéutica, para pasar a practicar la equitación como deporte.

**BIBLIOGRAFÍA**

* Grosss, E. (2000). *Equinoterapia-la rehabilitación por medio del caballo*. Editorial Trillas.
* Swift, S. (). *Equitación Centrada.* Editorial Hispano Europea.
* Federación Ecuestre Argentina (FEA) [www.fedecuarg.com.ar](http://www.fedecuarg.com.ar)
* Federación Ecuestre Internacional [www.fei.org](http://www.fei.org)