

La Psicoterapia Asistida con Caballos

-

Rehabilitación del cáncer



1. Introducción

- I. Terapias ecuestres
- II. Psicoterapia Asistida con Caballos (P.A.C.)

2. Equidae

- I. Definición
- II. Valores
- III. Servicios y actividades
- IV. El equipo

3. Equidae y el cáncer

- I. Nuestros pacientes: *3 programas*
- II. Enfoque
- III. Intervención

4. Anexos



01

INTRODUCCIÓN



Los caballos, parte imprescindible del equipo, son animales muy **receptivos** y **sensibles** a las reacciones de las personas, tienen una gran capacidad para interpretar el lenguaje no verbal, llegando por ello a establecer una **relación asombrosa con los pacientes**.

Son auténticos **maestros canalizadores de emociones**, del aprendizaje y eficaces rehabilitadores físicos y psíquicos.

"Un caballo que reposa tranquilo con su cabeza apoyada en el hombro de un humano es mucho más que una imagen hermosa: es una conversación".

Terapias ecuestres: *concepto*

¿En qué consisten las terapias ecuestres?

Son todas aquellas actividades que se realizan **con el caballo** (ya sea montado o pie a tierra) y cuya finalidad es ayudar a la **rehabilitación, reeducación, normalización, integración y socialización** de personas con alguna alteración física, psíquica, sensorial, psicológica, o con alguna problemática social o comportamental.

Las Terapias Ecuestres se basan en unos **principios** agrupados en dos bloques, cuya combinación armoniosa convierten al caballo en un **ideal co-terapeuta**:

- ✓ ***Las características físicas del caballo***
- ✓ ***Factores psico-educativos y emocionales***

Terapias ecuestres: *principios*

Como hemos señalado, las terapias ecuestres se sustentan en **dos principios**:

1) **Características físicas**: el caballo aporta unas características físicas únicas que permiten el éxito de la terapia:



Calor corporal (38º-38´5): fuente calorífica que nos ayuda a **relajar y distender** la musculatura excesivamente rígida.

Su caminar: la mecánica del paso del caballo es muy similar a la del ser humano, cuando camina, sus caderas se desplazan arriba y abajo de forma alterna. Este movimiento se transmite al jinete, haciendo mover, pero sin resistencia, sus propias caderas, produciendo un masaje que beneficia sobre todo la zona lumbar.

Transmisión de impulsos rítmicos: el caballo transmite a través de su dorso (zona donde va sentado el jinete) de 90 a 110 impulsos rítmicos al cuerpo del jinete, que estimulan reacciones de equilibrio y producen una agradable sensación, lo que contribuye también al bienestar psíquico y emocional del jinete.

2) Factores psico-educativos y emocionales: el hecho de trabajar con caballos permite el desarrollo en nuestros pacientes de una serie de **habilidades**:

Interacción persona-caballo

- Desde el primer momento se establece entre paciente y caballo una **exclusiva relación de confianza** que resulta imprescindible en el trato con un animal tan sensible y huidizo.
- El caballo: **un compañero ideal**, con el que no hay lugar a la ambigüedad, receptivo a nuestra atención y cuidados. Nos acepta como somos, sin juzgarnos.

Responsabilidad

- Desde el primer momento, hacemos ver a nuestros pacientes que el caballo, pese a su tamaño y fortaleza, es **vulnerable** y **depende de nuestros cuidados**.
- Además, aprenden a **comunicarse** con el caballo y a interpretar sus estados de ánimo para poder actuar al respecto. Esto desarrolla su **capacidad perceptiva** y la **empatía**.

Autocontrol y respeto

- Los caballos están dotados de una **extraordinaria sensibilidad** para la percepción de lo que les rodea y de un fuerte **instinto de huida ante posibles amenazas**.
- Trabajar con ellos implica una necesidad de **autocontrol y el respeto de ciertas normas de seguridad**, así como aprender el lenguaje no verbal que utilizamos al dirigirnos a ellos y mantener una **actitud serena y amable**.

Psicoterapia Asistida con Caballos (P.A.C.)



¿Qué es la Psicoterapia Asistida con Caballos?

Es un método terapéutico y educacional en el que se utiliza **el caballo** como **instrumento natural** de **rehabilitación bio-psicosocial** en personas con necesidades psicológicas especiales.

En él, se utilizan los **movimientos naturales del caballo** - así como su **contacto** y el **medio ambiente** en el que habita- como **facilitador del proceso terapéutico**.

Su **finalidad** es la de **estimular, rehabilitar y reeducar** a las personas en aquellas funciones y habilidades que, por diversos motivos, no se han adquirido o se encuentran alteradas (*ej.: habilidades sociales, autoestima, responsabilidad,...*)

Los caballos son un **centro de interés** sobre el cual se trabaja de **forma lúdica**, si a esto le unimos que las terapias se **desarrollan al aire libre**, forman un conjunto único que favorece la **atención** y la **concentración** a la hora de trabajar los objetivos terapéuticos.

La OMS afirma que *"la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad o dolencia"*.

02

EQUIDAE

EQUIDAE: *definición*



¿Qué es EQUIDAE?

Equidae es una organización que se dedica a la Equinoterapia, terapia ecuestre centrada en **disfunciones psíquicas y sociales** con bases psicológicas o psiquiátricas, y trabaja desde un programa concreto que se denomina:

“Psicoterapia Asistida con Caballos”



www.equidae.es
info@equidae.es



EQUIDAE busca la **excelencia** y la **diferenciación**.

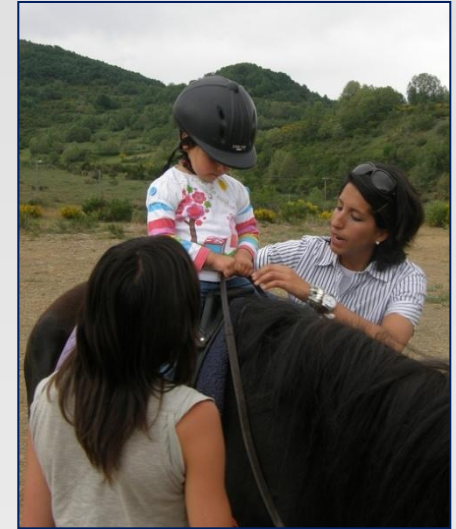
Como muestra de ello, cuenta con una serie de

valores que definen su **forma de trabajar** y **de existir**:



- Ofrecemos un **servicio de calidad** a nivel terapéutico. Contamos siempre con profesionales cualificados, motivados y formados en la materia.
- El centro cuenta con los **medios necesarios** para llevar a cabo las sesiones de forma óptima, cuidando en todo momento la **seguridad** de nuestros pacientes.
- Establecer como principios elementales la **ética profesional** y la **honestidad**.

- ✓ Sesiones de terapia **individual, familiar y de grupo.**
- ✓ Organización de **campamentos** en períodos vacacionales.
- ✓ **Escuela de padres** (talleres de padres y/o padres e hijos)
- ✓ **Jornadas de puertas abiertas.**
- ✓ **Cursos de formación** en Psicoterapia Asistida por Caballos (a largo plazo)



EQUIDAE: *el equipo*



Equidae aporta un **valor añadido** a sus terapias: el trabajo coordinado de un **equipo multidisciplinar** compuesto por **profesionales de la salud** (psicólogos, neuropsicólogos, psico-oncólogos) y **expertos en etología equina**.

Dirección de EQUIDAE

Ana Preysler

Socia y codirectora de Equidae. Licenciada en **Psicología** por la Universidad Pontificia de Comillas, Especializada en **Terapia de la Conducta Infanto-juvenil** por Betania Psicología, Experta en **Psicoterapia Asistida con Caballos** por EAGALA y Máster en **RRHH** por Garrigues.

Cuenta con más de doce años de experiencia como formadora en diferentes ámbitos ecuestres, tanto con niños y adolescentes en diferentes centros de la Comunidad de Madrid, como con adultos por medio del Instituto Superior del Caballo.

Maite Preysler

Socia y codirectora de Equidae. Experta en **Etología Equina** a través de más de 20 años de experiencia en el trato y manejo del caballo. **Técnico deportivo** de equitación por El Instituto Superior del Caballo

Participa activamente en diferentes proyectos de ayuda a personas afectados por leucemia, linfoma, mieloma y otras enfermedades hematológicas. Vocal de ASCOL (Asociación contra la Leucemia y enfermedades de la sangre) y de AELCLES (Agrupación Española de Entidades de Lucha Contrala Leucemia y Enfermedades de la Sangre).

03

EQUIDAE Y EL CÁNCER

EQUIDAE y el cáncer

La experiencia del cáncer es **diferente** y **exclusiva** para cada persona e igualmente lo son los **miedos** y las **dificultades emocionales** que conlleva.

EQUIDAE consciente de ello, ha creado **programas** especialmente **adaptados** para lograr un soporte integral de las necesidades bio-psicosociales de aquellas personas que se han visto afectadas por esta enfermedad.



Nuestros pacientes: *3 programas*



EQUIDAE cuenta con **3 programas** con características específicas dirigidos a nuestros **3 grupos poblacionales**:

I. Niños y adultos: *supervivientes de cáncer*

II. Adultos: *familiares y acompañantes de pacientes onco- hematológicos*

III. Niños: *hermanos e hijos de pacientes onco-hematológicos*

Los tres cuentan con un objetivo común: ***mejorar la calidad de vida y reducir el malestar emocional de nuestros pacientes, ayudándoles a recuperar su funcionamiento cotidiano.***

I. Niños y adultos: *supervivientes de cáncer*

Descripción: una vez recibida el alta médica, tras meses e incluso años de tratamientos e intervenciones, deben **recuperar su ritmo de vida anterior y reincorporarse** a la sociedad **dejando atrás su rol de enfermo.**

Objetivos generales:

- **Superar las crisis** inherentes a esta enfermedad y **recuperar la ilusión** por la vida.
- **Disminuir el aislamiento social**, en parte impuesto por la larga duración del tratamiento pero en ocasiones elegido debido a una pérdida de autoestima y alteración de las habilidades sociales.
- Recuperar la capacidad para **asumir de nuevo responsabilidades** y a establecer prioridades.
- Implicarles en una **actividad física** compensando la vida sedentaria que conlleva en muchos casos el tratamiento de la enfermedad.
- **Aceptar sus limitaciones** y **potenciar sus capacidades**, mejorando la **autoestima**.
- Ejercitar la **paciencia** y la **comprensión** con uno mismo, trabajando las **frustraciones**.

II. Adultos: *familiares y acompañantes de pacientes onco- hematológicos*



Descripción: el cáncer no sólo afecta a los propios enfermos sino **también repercute en sus familiares y acompañantes**, siendo una **f fuente de estrés** importante que implica, en muchos casos, alteraciones emocionales y funcionales.

Objetivos generales:

- Crear un **espacio y tiempo único para ellos**. En la mayoría de los casos se produce una restricción impuesta en parte y también voluntaria de las actividades, todo gira en torno a los cuidados del paciente.
- Enseñarles a **“vivir el presente”**, a pensar en el aquí y el ahora, estableciendo comparaciones con el comportamiento equino y trabajando **la relajación** y el olvido temporal de la situación que rodea a la enfermedad.
- Intervenir en caso de percibir en nuestros pacientes **alteraciones** de tipo **psicológico y/emocional**.
- Una vez el paciente recibe el alta médica, las sesiones se pueden convertir en grupales, para trabajar posibles **alteraciones relacionales** entre los **miembros de la familia** y el **ex paciente**.

III. Niños: *hermanos e hijos de pacientes onco-hematológicos*



Descripción: el diagnóstico de cáncer crea un importante conflicto socio-emocional para toda la familia, pero en ocasiones, las **necesidades de los más pequeños son las menos consideradas**, dado que se dedican todas las energías a atender las necesidades del paciente, descuidando en cierta medida las necesidades de hijos y hermanos.

Objetivos generales:

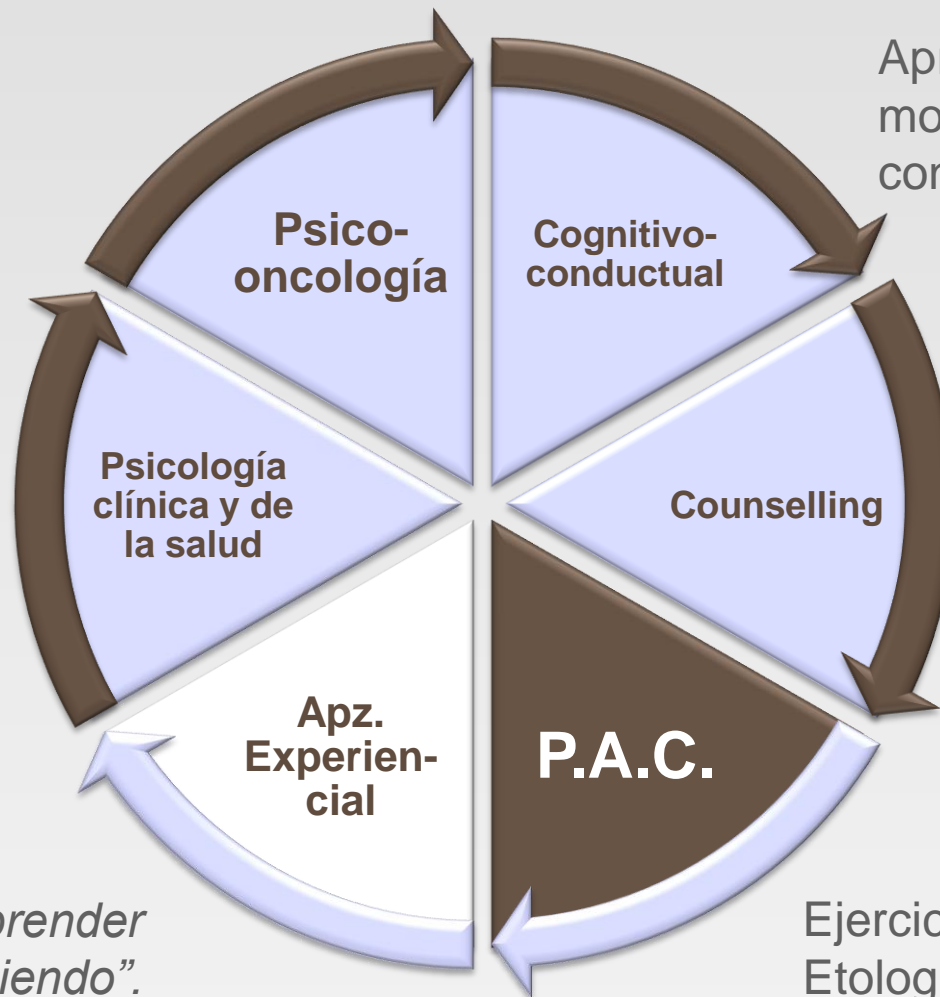
- Crear un **espacio y tiempo único para ellos**. Con ello buscamos:
 - Que sientan que sus padres también les brindan protagonismo y atención con una actividad gratificante a la vez que terapéutica.
 - Disminuir/eliminar las conductas recesivas y otras llamadas de atención, así como los celos.
- Reforzar su **autoestima**. Crear una imagen positiva y de seguridad en sí mismos.
- Mitigar el sentimiento de **culpa y abandono** que muchos de ellos sienten.
- Intervenir en **funciones y habilidades** que hayan podido quedar **alteradas** a raíz de la noticia de la enfermedad.

Enfoque de trabajo

3 bloques fundamentales



- Psicología
- P.A.C.
- Experiencia



Aprendizaje y modificación de conducta.

Habilidades de comunicación, autorregulación, y solución de problemas.

Método “*aprender haciendo*”.

Ejercicios pie a tierra. Etología equina.

Características de las sesiones

Las sesiones se pueden llevar a cabo **pie a tierra** o **a caballo**.

La dificultad de los ejercicios aumenta a medida que avanza la terapia y en **función de la destreza** y **las necesidades concretas** de cada paciente

La **duración de las sesiones** es de 60 minutos la terapia individual y 90 minutos la terapia de grupo.

No es necesaria experiencia previa con caballos para recibir este tipo de terapia. En esos casos, empezamos por lo más elemental, **explicándole los códigos de comportamiento con los caballos**.



Ejemplos de ejercicios



Pie a tierra

- Cómo acercarse a los caballos en libertad.
- Guiar y desplazar un caballo solo utilizando el lenguaje corporal.
- Juegos terapéuticos en grupo, trabajando con los caballos en libertad.
- Limpieza y cuidado del caballo.



A caballo

- Guiar montado al caballo por la pista.
- Volteo: el especialista ecuestre guía al caballo pie a tierra y el psicólogo propone ejercicios de agilidad y equilibrio.
- Monta a pelo (sin montura).
- Paseos en el exterior.

Estructura de las sesiones

Apertura de sesión

Toda sesión de P.A.C. comienza con una **explicación de los ejercicios** que van a componer la terapia del día, los **objetivos** y **consignas** asociados a cada ejercicio y su finalidad.

Aplicación del programa según objetivos

Cierre de sesión

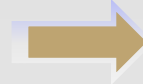
- El cierre de sesión resulta muy necesario por dos motivos:
- Para **repasar con los pacientes** y que tomen conciencia de lo **adquirido** durante la sesión.
 - Y además, ofrece **información añadida y feedback** a los **terapeutas**.

04

ANEXOS

Referencias de Equidae

**Asociación Española
Contra el Cáncer
(AECC)**



Proyecto piloto con un grupo de adolescentes supervivientes de cáncer.

**Instituto Europeo de Salud y
Bienestar Social**



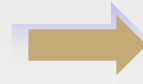
4º Congreso Europeo de Pacientes, Innovación y Tecnología.

**Grupo IMO – Instituto Madrileño
de Oncología**



Estudio de investigación a cerca de la P.A.C. en la rehabilitación del cáncer.

Fundación Grupo IMO



Colaboración en la campaña del día mundial contra el cáncer-2011.

Centro de Psicología BETANIA



Acuerdo de colaboración con población infanto-juvenil objeto de atención clínica.

- ✓ EFE (05.12.2010)

EQUINOTERAPIA-CÁNCER (Previsión)

“Un proyecto pionero en España aplica la Equinoterapia en enfermos oncológicos”

<http://www.abc.es/agencias/noticia.asp?noticia=615324>

- ✓ Sanifax (Octubre 2010)

Artículo: “La mente del caballo y su parecido con la mente humana”.

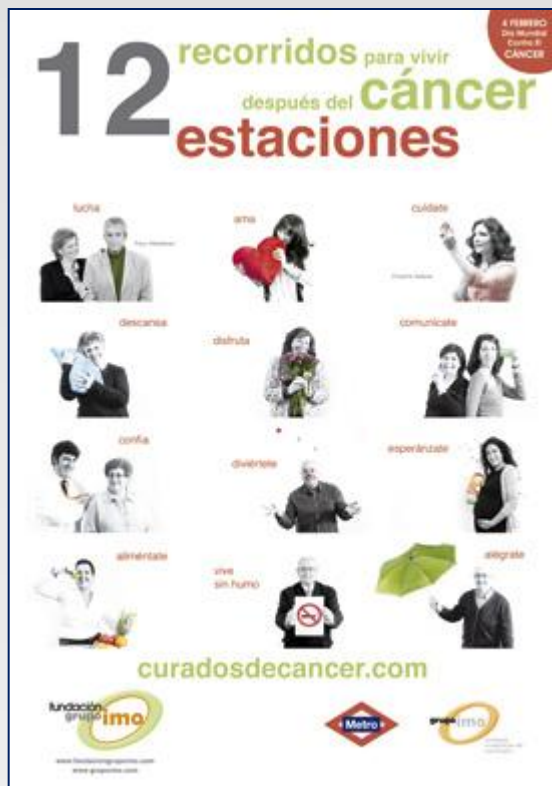
- ✓ Proyecto piloto con AECC (Diciembre 2010)
Revista de AECC de diciembre'10.

Psicoterapia asistida con caballos

La Junta Provincial de Madrid, en colaboración con la empresa Equidae, ha desarrollado un proyecto piloto con un grupo de adolescentes afectados por cáncer con los que se trabajarán los principios de la equinoterapia mediante el Programa de Psicoterapia Asistida con Caballos. Se pretende disminuir el aislamiento social, incrementar la actividad física y ofrecer un espacio de ocio que sea punto de encuentro.



Prensa sobre EQUIDAE II



- ✓ Campaña de Grupo IMO por el día mundial contra el cáncer (2011):

<http://www.grupoimo.com/descargas/campana-dia-mundial-contra-el-cancer-2011>



- ✓ Programa de TV1 Saber Vivir: Prevenir y curar el cáncer (Febrero 2011):

<http://www.rtve.es/alacarta/todos/ultimos/dia-0.html#1006765>

Muchas gracias

más información:

www.equidae.es

info@equidae.es

