



## REVISTA

### JUVENTUD Y CIENCIA SOLIDARIA:

En el camino de la investigación

# LA EQUINOTERAPIA

Ariana Michella Illaisaca Cárdenas, Susan Camila Quezada Cáceres



Mi nombre es **Ariana Michella Illaisaca Cárdenas**, tengo 14 años y estudio en el 10 año EGB, de la Unidad Educativa Hermano Miguel de la Salle, en Cuenca. Me gusta entrenar equitación. Quiero estudiar Medicina Veterinaria en la universidad.



Mi nombre es **Susan Camila Quezada Cáceres**, tengo 14 años y estudio en el décimo año EGB, de la Unidad Educativa Particular Hermano Miguel de la Salle, en Cuenca. Entreno equitación. En la universidad quiero estudiar Medicina.

## Resumen

El propósito de este artículo es dar a conocer los diferentes métodos de terapia con equinos. A lo largo de la historia, la equinoterapia ha sido muy usada como tratamiento complementario para diversas enfermedades. Esta terapia se basa en los movimientos del caballo, los cuales actúan como una herramienta terapéutica única, mejorando la calidad de vida de los pacientes.

**Palabras clave:** terapia ecuestre, equinos, rehabilitación, discapacidad, terapia natural

## Explicación del tema

Desde tiempos remotos, el caballo ha sido reconocido por sus cualidades terapéuticas. En la antigua Grecia ya se recomendaba la equitación como medio para

mejorar la salud emocional. Hipócrates, en el año 460 a.C., destacaba los beneficios del “trote saludable del caballo”. Según [1], este animal también era considerado sagrado por el dios Poseidón. Más adelante, en 1875, el neurólogo francés Chassaignac comenzó a emplear caballos como parte de sus terapias, observando mejoras tanto en el equilibrio y control muscular de los pacientes como en su estado anímico [2].

En este marco, la terapia asistida con caballos se presenta como un modelo basado en la experiencia directa del paciente con el animal, desarrollándose generalmente desde el suelo, sin necesidad de montar. Este tipo de intervención se enfoca en cómo reacciona el paciente ante diferentes actividades junto al caballo, respetando los fundamentos de la psicoterapia tradicional: identificar el problema, analizar sus causas y establecer un plan de tratamiento [3].

El caballo cumple un rol fundamental como guía en el proceso de aprendizaje emocional. A través del aprendizaje asistido con caballos, se trabaja principalmente en el ámbito emocional, más que en el racional. Las emociones suelen ser desplazadas por el pensamiento lógico, sin embargo, es precisamente la emoción la que genera respuestas físicas inmediatas. El cuerpo reacciona frente a una emoción incluso antes de que la persona sea consciente de ella, lo cual se refleja en su lenguaje corporal. Los caballos, debido a su alta sensibilidad, pueden captar estas señales sutiles de forma inmediata, e incluso antes de que el paciente las exprese de manera consciente o visible [3].

La Asociación de Equinoterapia define la equinoterapia como un tratamiento que utiliza al caballo y la clasifica en tres modalidades: hipoterapia, monta terapéutica y equitación. Además, la asociación señala dos tipos de terapia asistida con caballos que se encuentran interrelacionadas: terapia activa y terapia pasiva [4]. El caballo se desplaza mediante tres tipos de movimiento: paso, trote y galope. [5] menciona

que la equinoterapia puede aplicarse en diversos casos específicos, como depresión, Alzheimer, discapacidad intelectual, síndrome de Down, entre otros [6]. Se reconoce que el contacto con los animales y la naturaleza, por sí solo, ejerce un efecto terapéutico significativo. En particular, distintos estudios han demostrado que el caballo, al establecer una conexión con las personas, genera efectos calmantes, relajantes y emocionalmente positivos, siendo altamente beneficioso para quienes participan en estas terapias [7].

Asimismo, el autor señala que en el país esta forma de terapia aún no ha alcanzado la difusión ni el reconocimiento necesarios para ser aprovechada ampliamente como una alternativa curativa [8]. Cabe resaltar que, al no estar regulada formalmente, la equinoterapia puede ser aplicada a la mayoría de pacientes, siempre que su condición física lo permita.

A continuación, se detallan algunos de los beneficios de esta terapia junto a algunos ejemplos de sus efectos en los pacientes.

**Tabla 1.** Beneficios de la equinoterapia en diferentes dimensiones del paciente

Tipo	Descripción	Ejemplos
Emocional	Mediante la equinoterapia el paciente presenta cambios en su autoestima y mejora su interacción afectiva.	Aumenta la confianza en sí mismo y reduce la ansiedad.
Social	Mejora la interacción y comunicación con otras personas.	Ayuda a mantener contacto visual y su comunicación.
Cognitivo	Favorece con los procesos mentales y trabajar su atención.	Incremento de concentración y resolución de tareas.
Físico	Estimula funciones motoras gracias al movimiento del caballo.	Mayor equilibrio y coordinación.

## Conclusiones

La equinoterapia es considerada una de las terapias complementarias más importantes y efectivas para tratar diversas condiciones físicas, cognitivas y emocionales. Los beneficios que ofrece pueden mejorar la calidad de vida de los pacientes, siempre que se realice un análisis previo de la condición a tratar y se seleccione la técnica adecuada. Este tratamiento favorece el desarrollo motor y el equilibrio gracias a la interacción con el caballo, estimulando la coordinación y re-

sultando especialmente útil en personas con parálisis cerebral, trastornos neuromotores y dificultades de movilidad. Asimismo, el vínculo que se establece con el caballo fomenta la autoestima, la confianza y la motivación. Aunque la equinoterapia continúa siendo objeto de estudio, la evidencia disponible respalda su eficacia, consolidándola como una herramienta valiosa en los procesos de rehabilitación y desarrollo emocional.

## Referencia

- [1] I. Martínez Guzmán, "EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA DE EQUINOTERAPIA PARA REDUCIR NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS EN UN COLEGIO PRIVADO DE LA CIUDAD DE GUATEMALA." 2016.
- [2] P. Oropesa Roblejo, I. García Wilson, V. Puente Saní, and Y. Matute Gaínza, "Terapia asistida con animales como fuente de recurso en el tratamiento rehabilitador," *Medisan*, vol. 13, no. 6, pp. 0–0, 2009, iSBN: 1029-3019.
- [3] F. M. Yrigoyen, "Intervención terapéutica con caballos visión desde la psicología," *Avances en psicología*, vol. 22, no. 1, pp. 49–60, 2014, iSBN: 1812-9536.
- [4] American Hippotherapy Association, "Overview of Hippotherapy as a Treatment Tool," 2021. [Online]. Available: <https://static1.squarespace.com/static/66a1425db156d3705a467d5e/t/67fc4fafd4151546f5dd3b4c/1744588722339/Hippotherapy+Final+PPT.pdf>
- [5] C. Pellitero, G. I. Kiwitt, and V. Gurini, "Equinoterapia," *Ciencia Veterinaria*, vol. 8, no. 1, pp. 72–73, 2006. [Online]. Available: <https://cerac.unlpam.edu.ar/ojs/index.php/veterinaria/article/view/1918>
- [6] A. M. U. Posada, T. F. R. Palacio, and D. Y. B. Fernández, "Cómo beneficia la equinoterapia a las personas con síndrome de Down?" *CES Salud Pública*, vol. 3, no. 1, pp. 4–10, May 2012. [Online]. Available: [https://revistas.ces.edu.co/index.php/ces\\_salud\\_publica/article/view/2086](https://revistas.ces.edu.co/index.php/ces_salud_publica/article/view/2086)
- [7] R. Delgado Fernández and B. Sánchez Gómez, "La equinoterapia como alternativa en la rehabilitación de la parálisis cerebral infantil," *Mediciego*, vol. 20, no. 2, Dec. 2014. [Online]. Available: <https://revmediciego.sld.cu/index.php/mediciego/article/view/152>
- [8] L. D. Herrera Plata, "Comunicación y equinoterapia para el desarrollo humano de niños con diferentes necesidades educativas," Ph.D. dissertation, Universidad de San Carlos de Guatemala, 2014.