



GENERALITAT
VALENCIANA



SISTEMA PÚBLICO
VALENCIANO DE
SERVICIOS SOCIALES



C.R.I.S.E.M.
Centro de Rehabilitación e
Integración Social de Elda,
Petres y Comarca

PROGRAMA TERAPIA ASISTIDA CON CABALLOS



1. JUSTIFICACIÓN

2. OBJETIVOS

2.1. *Objetivo General*

2.2. *Objetivos Específicos*

3. DESCRIPCIÓN DE LAS ACCIONES / ACTUACIONES

4. CRONOGRAMA

5. CONCLUSIONES



1. JUSTIFICACIÓN

La ocupación como método terapéutico a través de los animales, puede utilizar la ocupación como fin en sí misma promoviendo la participación e integración de la persona, favoreciendo el aprendizaje y la adquisición de habilidades y destrezas, la mejora o recuperación ligadas al desempeño de actividades ligadas al automantenimiento y autocuidado, educación, productividad, ocio y juego. Otro uso terapéutico de la ocupación a través de los animales puede promover estilos de vida saludables y la adquisición, mantenimiento y mejora del sentimiento subjetivo de bienestar psicológico y social.

La base de la intervención terapéutica en el tratamiento de una enfermedad mental suele ser farmacológica, ésta incide en determinada sintomatología pero permanecen otros síntomas de la enfermedad que no desaparecen con el tratamiento farmacológico y debe complementarse con otro tipo de terapias.

Algunos estudios han confirmado los efectos psicológicos positivos que suponen la compañía y el cuidado de animales domésticos sobre las personas que conviven con ellos. Los animales de compañía son capaces de aliviar la ansiedad, reducir en nivel de estrés, proporcionar soporte emocional y desarrollar un sentimiento de seguridad. Generalmente el malestar puede ser aliviado a través de distracciones y los animales nos proporcionan estímulo a todos nuestros sentidos así como a nivel emocional.

Por otro lado investigaciones realizadas sobre Terapias Asistidas con Animales (TAA) en trastornos mentales graves concluyen con datos de mejora muy positivos. Entre la sintomatología llamada negativa, actitudes habituales disminuidas sobre las que no incide el tratamiento farmacológico, encontramos mejoras en: expresión emocional, abulia o apatía (desmotivación y falta de emoción), alojia (ausencia de espontaneidad y en la disminución del flujo de la conversación), estimulación cognitiva, anhedonia (incapacidad para experimentar placer, pérdida de interés o satisfacción), autoestima, sentimiento de soledad e incremento prosocial.



También se observa mayor motivación e implicación en el entrenamiento de las AVD'S (actividades de la vida diaria básicas e instrumentales y avanzadas).

Los animales son agentes motivadores y reforzadores de conductas, además de catalizadores de emociones. Existe evidencia científica que el contacto con la naturaleza y otros animales aportan beneficios, son facilitadores de la persona con el entorno, mejoran la calidad de vida, ayudan a tolerar tiempos de espera y aumentan la tolerancia a la frustración, entre otros muchos, en las personas que padecen una enfermedad mental.

Los animales tienen una manera particular de aceptar a las personas sin calificarlas, y sin ningún tipo de juicio. Entre los principales beneficios, podemos destacar los siguientes: empatía, enfoque exterior, relaciones, aceptación, socialización, incremento de la comunicación, en definitiva beneficios fisiológicos, físicos y emocionales.

Concluyendo, en un país donde la prevalencia de sufrir una enfermedad mental es cada vez mayor, se hace necesario investigar sobre TAA en estos colectivos y trabajar desde el tratamiento farmacológico, cuando es necesario, complementándolo con otras terapias. La TAA proporciona beneficios físicos, psicológicos y sociales que permiten mantener y mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedad mental.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo General

- Favorecer la mejorar en área física, cognitiva, emocional, social y conductual.

2.2. Objetivos Específicos

Área Física:

- Mejorar psicomotricidad fina y gruesa.
- Reducir niveles de estrés y ansiedad.
- Fomentar la actividad física.



Área cognitiva:

- *Trabajar las principales funciones cognitivas y sensoriales: atención, percepción, memoria, lenguaje, atención, concentración, praxias y gnosias.*
- *Facilitar ejercicios de habilidad viso-espacial.*

Área emocional:

- *Fomentar la afectividad y el desarrollo de conductas de apoyo emocional.*
- *Mejorar la confianza y la autoestima.*
- *Favorecer la expresión de emociones y paliar el sentimiento de soledad.*
- *Aumentar la percepción de sentirse útil y necesario.*

Área social:

- *Incrementar la interacción durante y después de la actividad.*
- *Facilitar la creación de vínculos con otras personas.*
- *Motivar salidas al exterior*

Área Comportamental-conductual:

- *Favorecer la autonomía*
- *Favorecer el control de impulsos, estereotipias, praxias- apraxias*
- *Trabajar repertorio de habilidades adquiridas o reforzadas, y secuencia de conductas en áreas como la higiene personal, hábitos de estudio, tareas del hogar, resolución de conflictos, AVDs (Actividades de la Vida Diaria, básicas y/o instrumentales)*

3. DESCRIPCIÓN DE LAS ACCIONES / ACTUACIONES

Esta actividad se ha realizado en las Instalaciones ecuestres "Los Establos" y en colaboración con su equipo de profesionales. Los participantes han tenido la oportunidad de disfrutar de una actividad en un ambiente natural y con mucha cercanía con diferentes animales; no solo con caballos, sino también con perros, gatos, ocas, búfalo, etc. Esta actividad se ha dividido en dos partes:



- *Conocimiento y cuidados del caballo: durante la primera parte de la actividad los asistentes han podido visitar las instalaciones al completo de "Los Establos" descubriendo sus cuadras, paseando por las zonas de pasto y observando como es el día a día de los equinos. Seguidamente han conocido la fisionomía del caballo, los cuidados que requieren, el aseo (tanto del pelaje como de los cascos y herraduras) y el peinado. Por último, se conocía de forma básica como se debe poner el cabezal y la montura al caballo de forma correcta para realizar la equitación.*
- *Equitación: en la segunda parte de la clase los participantes podían realizar equitación básica en una pista siguiendo las órdenes y consejos de los profesionales de las instalaciones.*

A lo largo de las diferentes sesiones se ha observado y registrado los beneficios que han aportado a las personas participantes realizar terapias asistidas con caballos.

En el ámbito físico el 95% se han beneficiado del movimiento del caballo y de su calor corporal favoreciendo el equilibrio, mejorando el control cefálico, reforzando el tono muscular y activando la circulación sanguínea. También ha reducido rigidez y espasticidad. En el ámbito psicológico - emocional primero se intentado mejorar el bienestar general de la persona. A medida que se iba llegando a un equilibrio en este aspecto se trabajaban habilidades cognitivas como la concentración, la memoria o la atención. Todo esto lleva a una subida de la autoestima en la persona. A medida que se va trabajando esto, se van creando relaciones y vínculos, basadas en el respeto y la empatía permitiendo trabajar las vías de comunicación verbal y no verbal que puedan ser útiles para la persona en su vida diaria.

Respecto al ámbito sensitivo, al realizar esta actividad en un entorno natural permite ofrecer a la persona un nuevo abanico de estímulos que le pueden ayudar a adaptarse a nuevas situaciones que se le puedan presentar en su día a día.



En las sesiones iniciales el objetivo principal ha sido el de crear un vínculo de confianza entre la persona usuaria, terapeuta y caballo, creando un clima apropiado para poder trabajar en las siguientes sesiones. No todas las personas usuarias en las sesiones iniciales consiguieron montar en el caballo, poco a poco se fueron trabajando los miedos, confianza entre otros.

Dentro de las actividades o actuaciones que se han llevado a cabo han sido:

Actividades de la Vida Diaria:

- Actividades Básicas de la Vida Diaria: donde se han trabajado baño, alimentación, control y recogida de esfínteres, montaje de monturas (vestido) y retirada de monturas, movilidad, cuidado de ayudas técnicas del caballo, higiene y aseo.
- Actividades Instrumentales de la Vida Diaria: que incluye el cuidado de mascotas, preparación de alimentación del caballo.

Se han trabajado las distintas habilidades de desempeño, estas pequeñas unidades de desempeño, son características de lo que uno hace en contraste con las capacidades corporales, donde se incluyen las habilidades motoras, de procesamiento, de comunicación entre otras.

Y en conjunto se han trabajado las emociones, con actividades y dinámicas que han permitido entender y gestionar las emociones vividas. Estas actividades han permitido expresar sentimientos y sensaciones que reduzcan la tensión, estrés y ansiedad.

4. CRONOGRAMA

La actividad se realiza todos los miércoles entre las 8:30h y las 14:30h, durante los meses de enero a diciembre.

Días	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Lunes												
Martes												
Miércoles	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Jueves												
Viernes												



5. CONCLUSIONES

Este programa ha conseguido cubrir una necesidad importante para los participantes, y ha sido la de mantener una ocupación significativa, que ha permitido una integración social dentro de la comunidad, apoyando y fomentando un funcionamiento lo más autónomo, integrado e independiente, así como el desempeño de roles sociales valiosos y normalizados.

Este programa está siendo una potente herramienta de ayuda para la intervención de los profesionales. Además las personas usuarias han valorado de manera positiva los beneficios que durante las distintas sesiones han conseguido como mejorar las capacidades sociales y de comunicación, han disminuido ansiedad durante la sesión, así como un estado de ánimo más adaptado. Durante todas las sesiones se ha fomentado la afectividad y el desarrollo de conductas de apoyo emocional.

Como punto menos favorable, es el coste que supone esta actividad, ya que los recursos económicos de usuarios/as y de la propia asociación son muy limitados. Por ello participamos en esta iniciativa. Agradecidos por su labor.