

El poder terapéutico del caballo

“Al Paso” es un proyecto pionero en Navarra en el que a través del caballo se trabaja con menores en situación de desprotección con perfil de dificultad social

El caballo como vehículo para ayudar a menores en situación de desprotección y dificultad social es la razón de ser del proyecto “Al paso” puesto en marcha por nuestra entidad junto a Equitén, entidad especializada en Psicoterapia Asistida con Caballos. Un proyecto pionero en el que van a participar ocho menores procedentes de los hogares funcionales del programa de Acogimiento Residencial Básico (ARB). “Al paso” comenzó en octubre gracias a la subvención del 0,7% de Gobierno de Navarra.

Desde Xilema nos parecía interesante poder ofrecer alternativas al trabajo terapéutico habitual o complementarlo con una terapia innovadora. Y es que, frente a otras terapias tradicionales, esta terapia ofrece la ventaja de realizarse al aire libre, en contacto con los animales y en un entorno relajado, en la naturaleza.

Se trata sin duda de un proyecto inédito en nuestra comunidad ya que hasta ahora no se ha realizado en Navarra un programa específico de psicoterapia asistida con caballos para menores en régimen de acogimiento residencial, dirigido por profesionales licenciados en psicología y especializados en este ámbito, con una visión sistémica para enfocar las sesiones, teniendo en cuenta la realidad de estos menores y el beneficio que las terapias podría suponer tanto a nivel personal, como de convivencia en el recurso en el que se encuentran y en muchos casos, a nivel familiar.

Los menores a los que va dirigido este proyecto cuentan con edades comprendidas entre los 6 y los 18 años. Son menores que han sufrido situaciones de desprotección a diferentes niveles. La



mayoría proviene de entornos carentes de cuidados básicos y atención emocional, de ambientes desorganizados y de familias con dificultades para establecer vínculos seguros. Las experiencias por las que han pasado han sido de tipo traumático, dejando un impacto que no han podido metabolizar y que les resulta muy doloroso. Por lo tanto son chicos y chicas que han ido acumulando pérdidas y duelos y que tienen una desconfianza en el mundo y en concreto en el mundo adulto, con dificultad para mentalizar y poder pensar sobre sus experiencias y las de otros.

En este sentido la terapia con caballos está demostrando el impacto positivo que aporta a determinados colectivos vulnerables y que tienen dificultades en la comunicación y el establecimiento de vínculos. En una sesión de trabajo con caballos, un chico o chica se mueve, ejercita su psicomotricidad, siente emoción, aprende cosas nuevas, se comunica e interactúa socialmente.

En qué consiste “Al paso”

“Al paso” se compone de una serie de terapias individuales y personalizadas, llevadas a cabo por un equipo de profesionales especialistas en la terapia asistida con caballos. El trabajo se realiza en las instalaciones de Equitén, situado en Zolina.

Los objetivos generales que perseguimos son mejorar la calidad de vida de los niños, niñas y adolescentes de ARB así como favorecer la expresión y conexión emocional en un contexto de seguridad, en contacto con los animales y la naturaleza.

Asimismo buscamos una serie de objetivos más específicos como son, dentro del área psicológica y emocional, mejorar la autoestima y la confianza en sí mismo/a, disminuir el nivel de ansiedad y disminuir la sintomatología depresiva. En el área de la comunicación y el lenguaje buscamos mejorar las habilidades sociales y en el área conductual buscamos reducir la impulsividad y disminuir las conductas disruptivas.

Para lograr todos estos objetivos los menores trabajarán con el caballo como vehículo.

Y es que el caballo de terapia por sus características tanto físicas como de nobleza, ofrece múltiples beneficios.

Es una fuente de motivación para acudir a terapia y conseguir una mayor adhesión al tratamiento, favorece la creación de un vínculo afectivo sano, de cuidado, confianza y responsabilidad, es un elemento terapéutico que facilita la escucha, la apertura y el desbloqueo emocional y mejora el desarrollo socio-afectivo, la regulación emocional, aumenta la autoestima, la autoconfianza y la autonomía personal.

La metodología de las sesiones es participativa aunque se va adaptando en función de las necesidades de cada menor.

Este proyecto, además, no solo es beneficioso para estos chicos y chicas sino que se beneficiarán todas aquellas personas, en este caso otros menores que conviven con los menores, y puedan notar los resultados obtenidos, además del trabajo personal que influirá en las relaciones familiares o bienestar del menor y repercutirá en su vida en general, incluso en su entorno escolar.

*Área Comunicación
Octubre 2020*