



EVIDENCIA CIENTÍFICA SOBRE TERAPIAS ECUESTRES

Autoras: M^a Dolores Apolo Arenas
Esther López Fernández-Argüelles
Isabel Jiménez

INTRODUCCIÓN

Históricamente, es bien sabido la utilización del caballo como medio terapéutico. Empíricamente, también hemos podido observar beneficios físicos, psíquicos, comportamentales y sociales con la realización de Terapias Ecuestres. Pero, ¿qué nos cuenta la literatura científica? ¿qué ámbitos, patologías, variables.... Se han estudiado a nivel científico? ¿Cuánto de fiable es la documentación e información que leemos? ¿Realmente son conocidos todos los beneficios, posibilidades o contraindicaciones de las terapias ecuestres?..... todas estas preguntas nos cuestionamos a la hora de realizar programas de terapias ecuestres, sobretodo teniendo en cuenta, la diversidad de personas susceptibles de estas actividades.

Debido al auge que las terapias ecuestres están adquiriendo en nuestro país en los últimos años, a la escasa documentación en español, las controversias en terminologías y metodologías, así por nuestro interés en la investigación; hemos realizado este trabajo, el cual es una primera parte para conseguir nuestro objetivo: Conocer los estudios y resultados de la investigación científica en terapias ecuestres, así como la evidencia de las mismas, es decir, analizar si realmente los estudios científicos cumplen los requisitos para ser considerados evidentes (probado), y por tanto de fiabilidad terapéutica.

Conocer la evolución de la producción científica en terapias ecuestres.

Esta primera parte es un primer análisis, en ningún caso los resultados son concluyentes.

METODOLOGÍA

Debido a la gran información y considerando que la información más actual se encuentra en las publicaciones periódicas (revistas). Se han realizado búsquedas en bases de datos de gran relevancia: Medline, Scopus, Web Isi of Knowledge, Plataforma Webspurs, PEDro Utilizando como estrategia de búsqueda los términos: hippotherapy, therapeutic riding, riding therapy, horseback riding, therapeutic horse, equine-assisted therapy, como palabra clave, en el título o en el abstract. Es una búsqueda amplia para abarcar más posibilidades de recuperación. Primer análisis manual de todos los títulos y abstracts recuperados, descartando los no relacionados con las terapias ecuestres o los que presentaban déficit en la información. Procesamiento de los datos a través del programa ACCESS y SPSS 11.5, clasificándolos según el año de publicación, idioma, tipo de publicación y temática u objeto de estudio.



RESULTADOS

El número de artículos recuperados han sido:

- Medline: 125 documentos
- SCOPUS: 505 documentos
- Web ISI of knowlodge: 108 documentos
- Plataforma Webspirs: 130 documentos
- PEDro: 3 documentos

El número total de artículos que hemos analizado han sido 250, que son los resultantes después de descartar:

- Los documentos comunes a las diferentes bases de datos o recursos.
- Todos los documentos no considerados artículos de revistas, como las tesis, libros o monografías, los actas de congresos y URL.
- Todos los documentos no relacionados con las terapias ecuestres.

Los resultados más significativos son:

- Respecto al idioma original del artículo:

o Inglés	47,2%	118 artículos.
o Alemán	32,4%	81 artículos
o Checo	6%	15 artículos
o Francés	4,8%	12 artículos
o Italiano	3,6%	9 artículos
o Ruso	2,4%	6 artículos
o ESPAÑOL	NINGUNO	
- Productividad por año:
 - o Podemos encontrar publicaciones desde 1970 (condicionado a la cobertura de las bases de datos) hasta el año 2006.
 - o Años con mayor número de artículos: 1978 (20), 2004 (16), 1975 (13), 1997 (13), 1983 (10).
- Autores:
 - o Los autores con mayor número de publicaciones: Riede D (7), Roscio A (7), Conti B (5), Kuprian W (5)
- Revistas:
 - o Revistas con mayor número de artículos relacionados con T.E: Krankengymnastik (16, alemán), Rehabilitacia (14, checo), Riabilitazione (9, italiano)



- **Respecto a la temática y objeto de estudio:**

El mayor número de artículos son referidos a la parálisis cerebral, y generalidades de las Terapias Equestres, el resto de los artículos los hemos clasificado según las temáticas: Esclerosis Múltiple, Lesiones medulares, ámbito educacional-comportamental, ámbito psicológico-psiquiátrico, influencias en patologías de la columna, el caballo, otros estudios aislados.

- **PARÁLISIS CEREBRAL**, generalidades de los beneficios de las terapias ecuestres, ensayos clínicos y revisiones de literatura. Algunos resultados relevantes:
 - En comparación: tratamiento regular- tratamiento regular + hipoterapia ↗ Algunas mejorías en la motricidad gruesa. No efectos en el tono muscular. Mantenimiento de los efectos.
 - En comparación: hipoterapia 8 minutos-simulacro con un barril ↗ mejorías significativas en la simetría de la actividad muscular.
 - Comparativo metodología Bobath-hipoterapia ↗ ambos casos positivos. Más beneficios en la adquisición de técnicas de movimiento, reducción de la espasticidad e hipercinesias y aumento de la capacidad de desarrollo con “therapeutic riding”.
 - Mejora de la función motora gruesa. Reducir grado de discapacidad.
 - Mejora de la estabilidad postural en el plano frontal y sagital.
 - Mejora en el movimiento pélvico.
 - Facilitación de las reacciones de equilibrio en diplegias, infrecuentemente en cuadriplejias.
 - Beneficios físicos y psicosociales
 - Mejoras clínicas en el tono muscular y equilibrio.
 - La hipoterapia sólo puede abordar un número pequeño de todas las limitaciones de la PC. La espasticidad no es solucionable. Sí motivación psicológica.
 - Mayores éxitos en niños preescolares que en mayores. Integración de la hipoterapia con otros programas.
 - Mejora duradera de capacidad motórica e intelectual. Influencia positiva sobre las disfunciones neuromusculares. MOTIVACIÓN.
 - Inhibición de reflejos patológicos
 - Habilidades funcionales no investigadas.
 - Mejoría en la coordinación
 - Después de un programa de 8 semanas, disminución del consumo de energía durante la marcha e incremento de la función motora.
 - En personas con secuelas de parálisis cerebral, la hipoterapia es efectiva encontrando cambios significativos neurofisiológicos de aferencia al tallo y al tálamo.
 - Necesidad de MÁS ESTUDIOS.

- **GENERALIDADES DE LAS TERAPIAS ECUESTRES**. Hay un gran número de artículos sobre las terapias ecuestres en general, historia, beneficios en los diferentes ámbitos, contraindicaciones.



- Hipoterapia, superioridad con otras formas de tratamiento en niños y jóvenes con discapacidad
 - “Therapeutic riding”, reconocido como medida pedagógica
 - Contraindicado en menores de 3 años.
 - Diferencias entre la práctica de hipoterapia en Alemania e Inglaterra.
 - Necesidad de MÁS ESTUDIOS, ensayos controlados.
- **ESCLEROSIS MÚLTIPLE**
- Tras un programa de 10 semanas con sesiones de 30 minutos (11 personas), se encontraron mejorías variables en los distintos sujetos ³. Algunas mejorías se encontraron en el equilibrio, tensión muscular, dolor y AVD. Sobre todo en el equilibrio y el nivel emocional ³.
 - Buenos resultados en espasticidad
 - La hipoterapia está indicada cuando es capaz de sentarse libremente sobre el caballo y mantener el equilibrio al paso ⁶⁹. Beneficios en la fuerza, enderezamiento del tronco, coordinación de la cabeza y los brazos. Mejora de la función respiratoria ⁶⁹.
 - Sólo en un 25% está indicado la hipoterapia ⁹⁹.
 - Se precisa entrenamiento adecuado del fisioterapeuta y el caballo ⁹⁹.
 - MÁS ESTUDIOS ^{60,99}.
- **LESIONES MEDULARES**
- En un estudio aplicado a 68 sujetos durante 18 meses en un programa de “therapeutic riding” encontraron efectos positivos en la espasticidad, síndromes dolorosos, mayor función intestinal, mayor estado de ánimo, mejoría del sueño, sinceridad y motivación.
 - Reducción significativa de la espasticidad en extremidades inferiores. Mejores resultados obtenidos en pacientes con gran espasticidad.
 - No hay diferencias significativas entre el efecto a corto plazo en paraplejas y tetraplejas. (estudio de 32 sujetos)
- **ÁMBITO PSICOLÓGICO-PSIQUIÁTRICO**
- En estudios experimentales realizados en adultos con una muestra entre 5-8 sujetos, se han encontrado beneficios psicosociales: aumento de la autoestima, confianza, habilidades sociales. Estas variables adquiridas en el programa de terapias ecuestres se transfieren a las AVD. Mejoras en el equilibrio en bipedestación y cuadrupedia por la estimulación vestibular de diferentes formas con el movimiento del caballo.
 - Las terapias ecuestres pueden ofrecer medidas para superar el internamiento de personas con trastornos psiquiátricos.
 - En niños con trastornos neurosiquiátricos se pueden encontrar mejoras de los síntomas neuróticos, ansiedad y mejora del comportamiento.



- **ÁMBITO EDUCACIONAL-COMPORTAMENTAL**
 - Los estudios relacionados con este campo, son descriptivos. Los estudios empíricos revelan mejoría en el comportamiento.

- **INFLUENCIAS EN PATOLOGÍAS DE LA COLUMNA**

Algunas de las afirmaciones encontradas

 - No hay razón para contraindicar montar a caballo de forma sistemática para las personas con radiculalgias.
 - En la enfermedad de Bechterew efectos positivos para el dolor. Se precisa más investigaciones.
 - Enfermedad de Scheuermann: la hipoterapia tiene influencias positivas en la columna vertebral, y no implica ningún riesgo en perjudicar los discos intervertebrales por la presión.
 - No se encuentra ninguna conexión entre montar a caballo y una mayor incidencia de osteoporosis en la columna vertebral y espondilolistesis que en la población normal. Es importante una musculatura glútea fuerte para evitar descompensaciones.
 - La hipoterapia representa una nueva forma de tratamiento conservador de segmentos inestables después de una intervención quirúrgica de hernia de disco. Los pequeños movimientos que recibe la columna provoca la movilización de segmentos y estabiliza segmentos hipermóviles. La tensión alternativa que se produce al montar a caballo mejora las estructuras de la columna.

- **EL CABALLO DE TERAPIAS**
 - Estudios de biomecánica sobre la influencia de la cabeza del caballo y el movimiento de la pelvis del caballo. Cuando la cabeza está fijada en una posición alta, los movimientos de flexo-extensión, rotación axial y lateralidad de la zona lumbar son reducidos.
 - La asimetría en los movimientos del caballo está influenciada por el modo de llevar el caballo y factores externos.
 - El grado de movimiento de la cintura escapular y pélvica cambian con la velocidad del caballo

- **OTROS ESTUDIOS**
 - Los efectos sobre **personas ciegas** abarcan desde el entrenamiento de la coordinación al desarrollo de la fuerza muscular, influye en el sistema circulatorio. Las terapias ecuestres proporcionan una extensión de las experiencias.
 - Hay algunos estudios relacionados con los profesionales entre ellos destacar un estudio sobre Terapia Ocupacional: los terapeutas ocupacionales en activo no se involucran en las TE por desconocimiento del caballo y falta de tiempo.



DISCUSIÓN-CONCLUSIONES

En la documentación científica normalmente no hay metodologías de trabajo, sino resultados o análisis de programas de terapias ecuestres o revisiones de la literatura.

¿Es la documentación científica existente suficiente para determinar los beneficios y contraindicaciones de las terapias ecuestres?

¿Podemos decir que existe una evidencia científica sobre las Terapias Ecuestres?

¿Se investiga en España?

¿En qué nos basamos para realizar terapias ecuestres?

Con este análisis previo no podríamos responder con certeza, pero sí es cierto que se **PRECISAN MÁS ESTUDIOS** teniendo en cuenta distintas variables. Existen pocos estudios experimentales con grupo control, la población de los estudios es muy pequeña y la variabilidad de los sujetos es muy grande para poder llegar a afirmaciones rotundas, además se precisan estudios con una adecuada metodología tanto instrumental como en diseño.

Observacionalmente estamos convencidos de las ventajas de la utilización del caballo con finalidad terapéutica. Desde hace tiempo se intenta objetivizar pero actualmente aún queda mucho camino.