



## **Curso de Terapias Ecuestres: Aprendizaje emocional en el trabajo terapéutico con Caballos**

**Coordinadores:** Lic. Marcela Aldazábal y Lic. Mónica Gramajo.

### **1. Fundamentos:**

Las terapias ecuestres incluyen un conjunto de actividades asistidas con caballos que aportan numerosos beneficios, tanto a nivel físico como psicológico. Son terapias altamente beneficiosas que ayudan a las personas a aumentar sus recursos y fortalezas. Los caballos son mediadores y facilitadores de los diferentes procesos humanos que ayudan al profesional a poder trabajar sobre los objetivos terapéuticos propuestos.

La equinoterapia es una terapia complementaria que inicialmente se aplicó al tratamiento de personas con discapacidad motora, ya que es neuroestimulante y neurorehabilitante. El eje fundamental de esta terapia es el establecimiento de un vínculo de sostén y confianza con el caballo, que posibilita ampliar el trabajo terapéutico sobre diferentes temáticas dentro del ámbito de la salud mental.

El ser humano es un ser sociable por naturaleza y los caballos también son seres sociales y gregarios con roles asignados en sus manadas, tal como los tienen los seres humanos en sus grupos de pertenencia. La presencia del caballo permite lograr la congruencia y coherencia entre el hacer y el sentir, en el aquí y ahora, favoreciendo un modelo de aprendizaje integral que surge del contacto con el entorno natural.

Los caballos son seres sintientes con gran capacidad perceptiva y cognitiva, con un camino de evolución conjunta con el ser humano a lo largo de la historia. La comunicación con ellos es a través de movimientos, gestos y posturas, sin mediar palabras, lo cual nos lleva a estar presentes y potenciar la observación y la creatividad.

Por lo tanto, trabajar con caballos desarrolla la autoconciencia ya que, al ser un animal “de presa” en la naturaleza, amplía sus sentidos para estar en *feedback* permanente con el entorno, ayudando al ser humano a registrar sus conductas y consecuencias.

Además, el concepto de bienestar animal propone en la actualidad un cambio de paradigma al entender al caballo como un ser sintiente, con necesidades físicas, emocionales y psicológicas. De esta manera, se lo reconoce como un ser con derechos y necesidades que deben estar cubiertos, teniendo en cuenta el concepto de “sentiencia” el cual implica poseer la conciencia y la capacidad cognitiva necesaria para tener sentimientos.

Las últimas investigaciones demuestran la importancia que tienen las intervenciones con animales sobre la salud mental y cómo las experiencias vivenciales favorecen la posibilidad de cambio y transformación en los seres humanos. Es así que, en este curso proponemos un modelo integrador de trabajo que articula la equinoterapia y la psicoterapia asistida con caballos dentro de una misma sesión.

En este sentido, fundamentamos el curso desde los modelos cognitivos conductuales, los aportes de la psicología positiva y el mindfulness, que se integran con las últimas investigaciones de la etología y las nuevas modalidades de terapias ecuestres.

## **2. Objetivos**

Se espera que al finalizar el curso los profesionales:

- Conozcan las bases de la terapia cognitivo conductual y su aplicación a las terapias ecuestres.
- Adquieran conocimientos introductorios sobre las terapias ecuestres.
- Conozcan las herramientas clínicas que permiten conducir un tratamiento eficaz.
- Vivencien, a nivel personal, durante la práctica en pista junto a los caballos, las principales técnicas del tratamiento.

### **3. Plan didáctico:**

#### **Modalidad**

El curso se dicta de manera sincrónica vía zoom durante cuatro meses, con frecuencia semanal, más una práctica presencial en la localidad de Escobar, Prov. de Buenos Aires.

#### **Metodología**

Se trabajará fundamentalmente con exposiciones teóricas y ejercicios prácticos de casos clínicos. El curso incluye una jornada **exclusivamente práctica** para consolidar y generalizar el aprendizaje junto a los caballos.

#### **Evaluación**

El sistema de evaluación incluye un examen multiple choice para la evaluación teórica y la presentación de un trabajo práctico.

#### **Duración**

Un cuatrimestre. 45 horas teóricas y 15 horas prácticas. un total de 60 horas.

#### **Días de cursada**

miércoles de 18:00 a 20:30 hs por Zoom.

### **4. Programa sintético:**

- Introducción a la terapia cognitivo conductual aplicada a las terapias ecuestres.
- Introducción a las terapias ecuestres: equinoterapia, psicoterapia, trabajo pie a tierra y aprendizaje asistido con caballos.
- Las terapias ecuestres como un nuevo ámbito de trabajo en salud mental
- El trabajo interdisciplinario en las terapias ecuestres.
- Características del caballo: SNC, aprendizaje, sentidos externos e internos (tacto, olfato, visión, oído).

- Historia del vínculo humano – animal. ¿Por qué con caballos?
- Conceptos fundamentales: etología, bienestar animal y “sientencia”.
- Nociones de neurodesarrollo y neuropsicología aplicadas a las terapias con caballos.
- Vínculo y comunicación interespecie.
- Ecopsicología: la importancia del entorno y la riqueza ambiental en las terapias ecuestres.
- Conceptos y herramientas clínicas de la psicología positiva y mindfulness aplicado a las terapias ecuestres.

## **5. Programa analítico:**

la sincronidad y el emparejamiento emocional dentro de la comunicación

### **Unidad I:**

Características de la terapia cognitivo conductual. Triada cognitiva. Esquemas, creencias y pensamientos automáticos. Distorsiones cognitivas. Aspectos emocionales, cognitivos y conductuales en las intervenciones clínicas aplicadas a las terapias ecuestres. Fundamentos de las Terapias Ecuestres. Historia y evolución de las mismas. Bases del contacto con los caballos. Características del caballo. El caballo como mediador terapéutico. Etología aplicada al vínculo humano-animal. El concepto de bienestar animal, las cinco nuevas libertades en relación a las necesidades básicas y complejas que deben tener cubiertas todos los animales. Concepto de “sientencia”. La importancia del trabajo pie a tierra para establecer un vínculo de confianza y estimular diferentes habilidades. Equinoterapia y psicoterapia asistida por equinos. Metodología de trabajo en pista. Características del equipo interdisciplinario.

### **Unidad II:**

Abordajes desde la psicología positiva, áreas de aplicación en terapias ecuestres. Mindfulness, flow y bienestar psicológico. Gestión de las emociones en el trabajo en pista con los caballos. Técnicas de desarrollo personal para potenciar la autoestima, empatía, confianza y una comunicación efectiva. Resolución de conflictos, liderazgo y trabajo en equipo. La importancia del ritmo, interespecies más allá de las palabras. Neurodesarrollo y neuropsicología. El caballo

como integrante del equipo de trabajo en salud mental.

## **6. Dirigido a:**

Psicólogos y todos los profesionales del ámbito sanitario, educativo y/o social, como también a todas aquellas personas que quieran adquirir conocimientos sobre el funcionamiento de las terapias ecuestres y su aplicación.

## **7. Bibliografía:**

### **Unidad I:**

Beck, J. (2015). *Terapia cognitiva: Conceptos básicos y profundización*. (7) (8) (9) (11) Editorial Gedisa.

Fea, E. (2010) *Definición de equinoterapia* en *Propuesta de superación por el caballo* pp 18-26 Editorial Dunken.

Fea, E. (2010) *Concepciones de trabajo en las prácticas de equinoterapia*. En Etel Fea *Propuesta de superación por el caballo* pp 43-49 Editorial Dunken.

Iribarren, G,(2010) *Antecedentes históricos de la equinoterapia*. En Etel Fea, *Propuesta de superación por el caballo* pp 27-32 Editorial Dunken.

Di Palma, A (2010) *El caballo*. En Etel Fea, *Propuesta de superación por el caballo* pp 33-42 Editorial Dunken.

Gross Naschert, E. *Equinoterapia (2006) La rehabilitación por medio del caballo*. Editorial Trillas.

Zlotnik, A. (2007) *Relinchos y Susurros. Un estudio acerca del contacto y comunicación con los caballos*. Editorial Maipue.

### **Unidad II:**

Candarle, J. (2018). *Mindfulness: Atención plena para vivir mejor* pp 105-115. Ediciones B.

Castro Solano, A. (2010) *El estudio del bienestar psicológico*. En *Fundamentos de la Psicología Positiva* pp 43-68. Editorial Paidós.

Castro Solano, A. (2010) *Las emociones positivas*. En Fundamentos de la Psicología Positiva pp 69-95. Editorial Paidós.

Castro Solano, A. (2010) *Las fortalezas del carácter*. En Fundamentos de la Psicología Positiva pp 111-135. Editorial Paidós.

Csikszentmihalyi, M. (1997) *Fluir. Una psicología de la felicidad* pp 74-147. Editorial Kairós.

Kabat-Zinn, J. (2016) *Vivir con plenitud las crisis* pp 49-81. Editorial Kairós.

Lleras, F. (2012). *Comprender al caballo, comprenderse a uno mismo. Claves para la comunicación en el trabajo de intervención terapéutica asistida con caballo*. En Juan Vives Vilarroig, *El caballo como facilitador en el proceso de enseñanza-aprendizaje del niño con TDAH: Bases para la estimulación del autocontrol, la atención y la relajación en los niños con trastornos por déficit de atención con hiperactividad a través del trabajo asistido con caballos* pp 205-241 Editorial Lauró.

Zlotnik, A. (2021). *De potrillos: Una amistad para toda la vida*. Editorial Maipue.