



Fundación Foro

Curso sobre Terapias Ecuestres: Aprendizaje emocional en el trabajo terapéutico con Caballos

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.

Días de cursada: Miércoles de 18:00 a 20:30 hs por Zoom.

Horas que acredita: 45hs teóricas y 15hs prácticas. Total: 60hs.

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:

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, la



sincronicidad y el emparejamiento emocional dentro de la comunicación 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. Coordinadoras: Lic. Marcela Aldazábal y Lic. Mónica Gramajo.

8. 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.