



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

Coordinadores: Lic. Marcela Aldazábal.

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 sincronicidad 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.