

PER QUÈ EL CAVALL?

La major part de les activitats assistides amb animals que oferim des de la nostra Fundació, parteixen de la interacció mediada amb el cavall com a eix vertebrador. Per què el cavall? Ens remetrem en primer lloc a què és un cavall –els fonaments etològics i biomecànics en què ens basem-, així com als orígens històrics d'aquest tipus d'activitats terapèutiques.

CARACTERÍSTIQUES DEL CAVALL I EL SEU VALOR PEDAGÒGIC

Segons Lisandro (2004), el cavall és un animal herbívor, presa, per tant curiós i neofòbic, gregari, que viu en manada -d'aquí el seu caràcter sociable- estructurant el seu grup en uns ordres de jerarquia, ja siguin heretats o adquirits, molt estrictes que són complerts per tots els seus integrants. Independentment de la posició que ocupa cada animal dintre de la manada, el simple fet de pertànyer a ella i estar protegit pels altres integrants fa que es senti segur. La convivència en grup els ofereix més possibilitats de sobreviure als atacs dels depredadors. El cavall estabulat, al perdre el grup de referència, segueix necessitant d'una figura que li guiï i, al mateix temps, li ofereixi seguretat. Per a entendre les característiques i al seu torn la importància de la relació interactiva que pot establir amb els humans, cal considerar els següents aspectes:

Els sentits. Disposa de sentits que les persones no posseïm o si els posseïm estan poc desenvolupats i fins i tot aletargats. Entre d'altres trobem la premonició i l'orientació. Els més desenvolupats són la vista, l'oïda i l'olfacte.

- La vista del cavall ha evolucionat de manera diferent a la de l'humà, té els ulls situats als costats del seu cap, de manera que pot cobrir gairebé totalment el seu entorn sense ser sorprès i devorat.
- L'oïda, com tot animal de presa, és un dels sentits més desenvolupats i sensibles que posseeix. Li ajuda a prevenir els atacs per sorpresa, les seves orelles es mouen en tots sentits, independentment una de l'altra, pel que pot concentrar-se perfectament en els sons de dues situacions diferents.
- L'olfacte juga un paper molt important per a conèixer als seus congèneres per l'olor, ensumar el vent a la recerca d'agressors, reconèixer aliments, etc.
- El tacte un sentit que es troba en tota l'extensió del seu cos, com les persones, però es troba més desenvolupat en uns pèls llargs i forts situats prop dels ulls, en el musell i la barbada, que els ajuden a saber la proximitat dels objectes.
- El gust els ajuda a seleccionar els aliments necessaris a nivell nutricional a cada moment.

Un cavall és un mamífer gregari perfectament adaptat al seu entorn. El seu cos, òrgans sensorials, el seu processament mental de la informació, la seva vida social i els seus codis de comunicació estan dissenyats per aconseguir el seu màxim propòsit: la supervivència al seu hàbitat natural, i són tals característiques les que li confereixen la categoria de "cavall". (Lucy Rees, 2000. *La mente del caballo*, pag.142):

Aquestes particularitats fan que el cavall sigui un animal molt sensible i atent a tot el que succeeix en el seu entorn. Neofòbic per definició i per a la seva supervivència en estat natural, requereix de la nostra part aproximar-nos a ell de forma cautelosa i confiada. Ens valdrem d'aquesta sensibilitat i del sentit de jerarquia descrit anteriorment per a definir el nostre comportament amb ell, que haurà de ser bo i fiable, impartint ordres amb sentit i no amb violència i sense lògica. La seva forma de processar la informació és el segon aspecte a considerar. Irwin (2004) afirma que l'esquema mental del cavall requereix que s'estableixin pautes d'interacció clares i lògiques en la nostra relació. En el seu comportament no tenen cabuda les ambigüitats ja que qualsevol indecisió resultaria molt desfavoridora per a un animal de presa resultant un clar avantatge per als seus depredadors. Així doncs, l'actitud de fugida és la principal defensa davant qualsevol situació no molt clara; després d'aquesta primera reacció, i quan el cavall ja ha posat pel mig la distància prudencial, observa i fins i tot pot tornar, si els seus sensors d'alerta no li indiquen el contrari. Organitza la informació que percep de forma dicotòmica, i nosaltres hem de tenir-ho en compte a l'hora d'acostar-nos a ell: seguretat/perill, lògic/il·lògic, agradable/desagradable, possible/impossible seran les polaritats més importants que a continuació presentem:

- Seguretat/perill. La neofòbia caracteritza la conducta del cavall, que considera perillós tot el nou, duent-li a actuar amb recel i desconfiança. És per això que hauríem de preparar la presentació d'un objecte estrany deixant-li olorar i mirar i acompanyant amb les nostres carícies i la nostra veu en to suau. Si en la relació amb l'animal es percep confiança i assossec, ell acceptarà el que li oferim sense sentir-se amenaçat.
- Lògic/il·lògic. Hem de demanar-li al cavall respostes lògiques no des de la nostra perspectiva, sinó segons el seu punt de vista; intentant ser empàtics en tot moment. Si establim una gradació lògica i progressiva en les exigències i recompensem com es mereix cada resposta, assolirem que compregui les nostres peticions i vagi accedint a fer coses que d'altra forma no realitzaria. El que és lògic indueix al cavall a fer-ho.
- Agradable/desagradable. Aquestes sensacions ens ajuden a fer entendre al cavall allò que esperem d'ell; ha d'associar cada acció a una de les dues. Reforçar de forma positiva i agradable la resposta que desitgem, amb carícies o veu càlida. En la nostra relació amb el cavall hem de ser molt clars a l'hora de demanar i summament raonables en el moment de reforçar l'acció, bé sigui positiva o negativament.
- Possible/impossible. Hem de tenir sempre en compte la capacitat, tant física com mental, del cavall, així com el seu grau de preparació per a comprendre el que li volem ensenyar. És important que sapiguem valorar la seva maduresa adaptant la nostra demanda al seu raciocini. Si ajustem la nostra conducta al sentit comú que regeix la manera de relacionar-nos amb el cavall i el seu entorn, advertirem la necessitat d'anticipar i acompanyar tot el nou que pugui generar desconfiança, així com ser clars i justs tant en les demandes com en els reforços a les seves respostes, i adequar les exigències a les capacitats i el nivell de maduresa de l'animal.

Aquestes polaritats exigeixen de la nostra relació una planificació reflexionada per a cada actuació, alhora que haurem d'estar disposats a reconduir la nostra

actuació a les seves reaccions i ajustar les nostres demandes a cada possibilitat de resposta. La claredat, la lògica i l'equitat en les nostres accions, faran del cavall un animal calmat, confiat i atent.

REGISTRES HISTÒRICS

Ara que ens hem fet una idea general de les característiques d'aquest gran herbívor, passem a fer un breu repàs pels registres històrics sobre la interacció amb el cavall amb finalitats terapèutiques, des de temps anteriors a Crist fins a l'actualitat:

HIPÒCRATES DE LOO (458-377 a. C.) al seu Llibre de les dietes aconsellava l'equitació per millorar la salut i preservar el cos humà de moltes dolències, sobre tot pel tractament de l'insomni. Afirmava que l'equitació practicada a l'aire lliure fa que la musculatura millori i sigui tònica.

ASCLEPIADES DE PRUSIA (124-40 CA.) també recomanava "el moviment del cavall" a pacients caquètics, gotosos, hidròpics, epilèptics, paralítics, apoplètics, letàrgics, frenètics i també pels que pateixen febre terciana"

GALENO (130- 199 d. C.) consolidador i divulgador dels coneixements de la medicina occidental, metge particular de l'emperador Marc Aureli, que era una mica lent per les decisions, va recomanar l'equitació com a forma de millorar la velocitat en la presa de decisions.

EDAT MITJANA: També la ciència àrab, està vinculada a la cultura eqüestre ja que en aquest període es troben signes de benefici lligats a aquesta activitat. També es troben dos fragments d'un primer text de pedagogia com ús general de la disciplina eqüestre dirigit per mestres hitites.

MERKURIALIS (1569): a la seva obra D'Art Gimnàstica esmenta l'observació feta per Galè, que l'equitació no té una posició secundària entre els exercicis de gimnàstica, perquè exercita no sols el cos sinó també els sentits. L'autor fa esment dels diferents tipus de pas del cavall; diu que l'equitació augmenta "la calor natural" i dóna remei a "l'escasetat d'excrecions". A l'inici del segle XIV, César Bòrgia va afirmar que "aquell que desitja mantenir una bona forma física, haurà de cabalgar".

THOMAS SYDENHAM (1624-1689): aconsellava al seu llibre "la gota": 'Tractat sobre la gota', practicar asiduament l'esport eqüestre. Potser es devia al fet que fos capità de cavalleria durant la guerra civil. En Observacions Mèdiques va afirmar que "la millor cosa que he conegut per enfortir i reanimar la sang i la ment és montar diàriament i fer llargues passejades a l'aire lliure". En conseqüència, va aconsellar aquesta activitat com a tractament ideal per la tuberculosi, còlics biliars i flatulències, arribant a col·locar a disposició dels pacients pobres els seus propis cavalls.

SAMUEL T. QUELMALZ (1697-1758): metge de Leipzig, Alemanya, també va inventar, el 1747, una màquina eqüestre. Es tractava d'una espècie de grua que imitava de la millor forma possible els efectes induïts pel moviment eqüestre. A la seva obra "La salut a través de l'equitació", troba per primera vegada una referència del moviment tridimensional del dors del cavall.

GIUSEPPE BENVENUTI (Itàlia), metge de les terres dels Banys de Lucca, el 1772 es va interessar per l'assumpte i a " Reflexions sobre els efectes del moviment del cavall" diu que l'equitació, a més de mantenir un cos sa i de promoure diferents funcions orgàniques, causa una activa funció terapèutica.

JOSEPH C. TISSOT, el 1782, va tractar exhaustivament els efectes dels moviments eqüestres al seu llibre "Gimnàstica mèdica, cirurgia o experiència dels beneficis obtinguts pel moviment". A més dels efectes positius, Tissot també va descriure, per primer cop, les contraindicacions de la pràctica excessiva d'aquest esport. D'acord amb l'autor, existeixen tres formes de moviment: actiu, passiu i actiu-passiu, que és típic de l'equitació. Ell il·lustra els diferents efectes de les diverses formes de caminar, entre elles, el pas, considerat com el més eficaç des del punt de vista terapèutic.

GUSTAVE ZANDER (suec), fisiatra en mecanoteràpia, va ser el primer en afirmar que les vibracions transmeses al cervell amb 180 oscil·lacions per minut estimulen el sistema nerviós simpàtic. Quasi cent anys després, el metge professor Dr. Rieder (suec), cap de la unitat neurològica de la Universitat Martín Luther, d'Alemanya, va mesurar aquestes vibracions sobre el dors del cavall al pas amb la increïble coincidència que corresponien exactament als valors que Zander havia recomanat.

HOSPITAL ORTOPÈDIC D'OSWENTRY (Anglaterra) El 1901 va ser fundat el primer Hospital Ortopèdic del món. A causa de la guerra dels Boers a l'Àfrica del Sur, el nombre de ferits era molt gran. Una dama anglesa, voluntària d'aquell hospital, va decidir portar els seus cavalls a l'hospital, a fi de quebrar la monotonia del tractament dels mutilats. Aquest és el primer registre d'una activitat eqüestre lligada a un hospital.

HOSPITAL UNIVERSITARI D'OXFORD (1917), va fundar el primer grup de equinoteràpia, amb l'objectiu d'atendre al gran nombre de ferits de la 1a Guerra Mundial, també amb la idea fonamental d'evitar la monotonia del tractament.

LIZ HARTEL (Dinamarca) als 16 anys va ser atacada per una forma greu de poliomielitis que la va postrar durant temps en una cadira de rodes i, posteriorment, la va obligar a desplaçar-se amb croses. Liz Hartel practicava l'equitació abans de la malaltia i, contrariant a tothom, va continuar amb la seva pràctica. Vuit anys més tard, a les Olimpíades de 1952, fou premiada amb la medalla de plata en doma clàssica, competint amb els millors genets del món i el públic es va percatar del seu estat quan va haver de baixar del cavall per pujar al pòdium i va necessitar dos bastons canadencs.

Aquest fet es va repetir quatre anys després, a les Olimpíades de Melbourne el 1956. A partir d'aquest fet, aquest exemple d'autoteràpia va despertar la classe mèdica empírica, que va passar a interessar-se pel programa d'activitats eqüestres com a mètode terapèutic, tant que al 1954, a Noruega, va aparèixer el primer equip interdisciplinari format per una fisioterapeuta i el seu company, que era psicòleg i instructor d'equitació.

Al 1956 es crea la primera Associació a Anglaterra.

A França la reeducació eqüestre neix el 1965, celebrant-se el 1974 el primer Congrés Internacional.

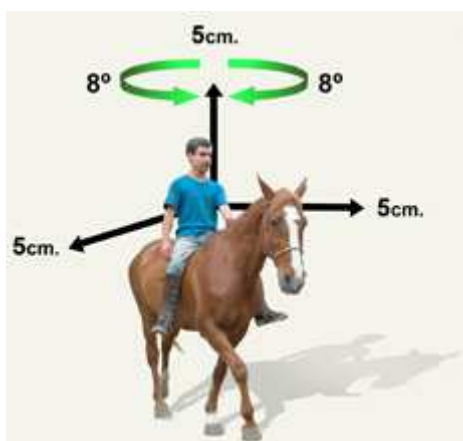
El 1985, a Itàlia -Milán- es celebra un congrés on es crea la Federació Internacional de Equinoteràpia: Federation Riding Disabled Internacional (FRDI), amb seu a Bèlgica.

Finalment, i un cop revisades algunes de les dades històriques que han anat construint el marc de referència de les teràpies eqüestres, ens centrarem en el principi terapèutic de la biomecànica equina, és a dir, la conjunció del seu moviment i la seva morfologia.

EL SEU MOVIMENT

Cada pas complet del cavall representa patrons semblants als de la marxa humana, imposant moviments de la cintura pèlvica del genet de l'ordre de 5 cm en el plànol vertical, horitzontal i una rotació de 8 graus cap a la dreta i l'esquerra. El cavall, amb el seu caminar, exigeix del genet ajustaments tòncics per adaptar el seu equilibri a cada moviment, donat que el treu del seu centre d'equilibri. Cada pas del cavall produeix d'1 a 1,25 moviments per segon, en 30 minuts de treball el genet executa de 1.800 a 2.250 ajustaments tòncics. Els moviments de la cintura pèlvica produeixen vibracions a les regions osteoarticulars, que són transmeses al cervell, via medul·la, amb una freqüència de 180 oscil·lacions per minut.

L'aportació d'escalfor i massatge, a través dels músculs del cavall en moviment i en repòs, al muntar-lo sense sella. La variabilitat de la marxa del cavall, possibilita terapèuticament, graduar el grau de sensacions i estímuls propioceptius, tàctils, tèrmics i cinestèsics, que rep el genet.



- Moviment tridimensional del dors del cavall.
- Cada pas del cavall produeix 1 a 1.25 moviments tòncics per segon en 30' produeix de 1800 a 2250 ajustaments tòncics.
- Les vibracions que es produeixen des de la cintura pèlvica, són transmeses al cervell via medul·la, amb una freqüència de 180 oscil·lacions per minut

LA SEVA MORFOLOGIA

Alçada (distància des de la creu al terra): Es treballa amb cavalls que mesuren entre 1m. i 1m. 70 cm. D'acord a les necessitats específiques per cada usuari, amb o sense ajut per muntar, es triarà l'alçada adient per l'estimulació neuromuscular del mateix. Per usuaris que es traslladen en cadira de rodes, el fet de poder contemplar el món des de dalt del cavall implica veure des de 1'50 m a 2 m. sumant la pròpia alçada des del cap a la cintura a l'alçada del cavall, resultant un moment molt diferent i estimulants, perquè a més el trasllada per llocs impossibles d'accedir, com per exemple les branques d'un arbre.

Morfologia toràcica: Les diferents formes del perímetre toràcic, ja siguin angulars (piramidal) o rodones (toneliformes) permeten al genet estimular i realitzar els moviments d'adducció i abducció de les extremitats inferiors.

Característiques del desplaçament: L'equí que millor s'adapta per l'estimulació psico-fisio-terapèutica, en la majoria dels usuaris, és el que es desplaça com a bíped-diagonal, ja que aconsegueix movilitzar el centre de gravetat de l'usuari en forma diagonal. El desplaçament bíped-diagonal del cavall al pas, proveeix a qui el monta a través del moviment cadencial, variable, rítmic i repetitiu els estímuls abans esmentats, esdevenint així el cavall un cos cilíndric de reaccions en tres dimensions.

En el camp dels moviments d'aquest cos cilíndric de reaccions verticals, horitzontals, longitudinals i de rotació, el cos del genet ha de conservar la postura a través de moviments combinats, sense fer esforços per fixar-se. Una combinació d'adherència, constituïda pels bessons, les cuixes, les natges, el funcionament de les articulacions –cadera, turmells, genolls i columna- i el treball muscular fan que el genet absorbeixi les reaccions provinents de la locomoció del cavall. Alhora que treballa l'aparell locomotor, es va desenvolupant d'acord als exercicis precisos: l'equilibri, coordinació, destresa, assentiment de la força física... naixent així la autoconfiança, augmentant la voluntat, la capacitat de decisió, la iniciativa, la tenacitat, perseverància, paciència i autocontrol, entre d'altres.

Per concloure, dir que la filosofia de treball de la nostra Fundació, parteix de l'estret vincle existent entre la psique i la motricitat pel desenvolupament integral de la persona, contemplant-la sempre en la seva totalitat –habilitats personals, socials, cognitives i motrius- i evitant la parcel·lació de l'usuari, sigui quina sigui la dificultat de base.