



**UNIVERSIDAD  
PANAMERICANA**  
*"Sabiduría ante todo; adquiere sabiduría"*

Facultad de Humanidades  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social

**Efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima**  
(Tesis de Licenciatura)

Grescia Liliana Román Ramírez

Guatemala, junio 2020

# **Efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima**

(Tesis de Licenciatura)

Grescia Liliana Román Ramírez

Licenciada Magda Raquel Custodio Gómez (Asesor)

M.A. Mónica García Gaitán (Revisor)

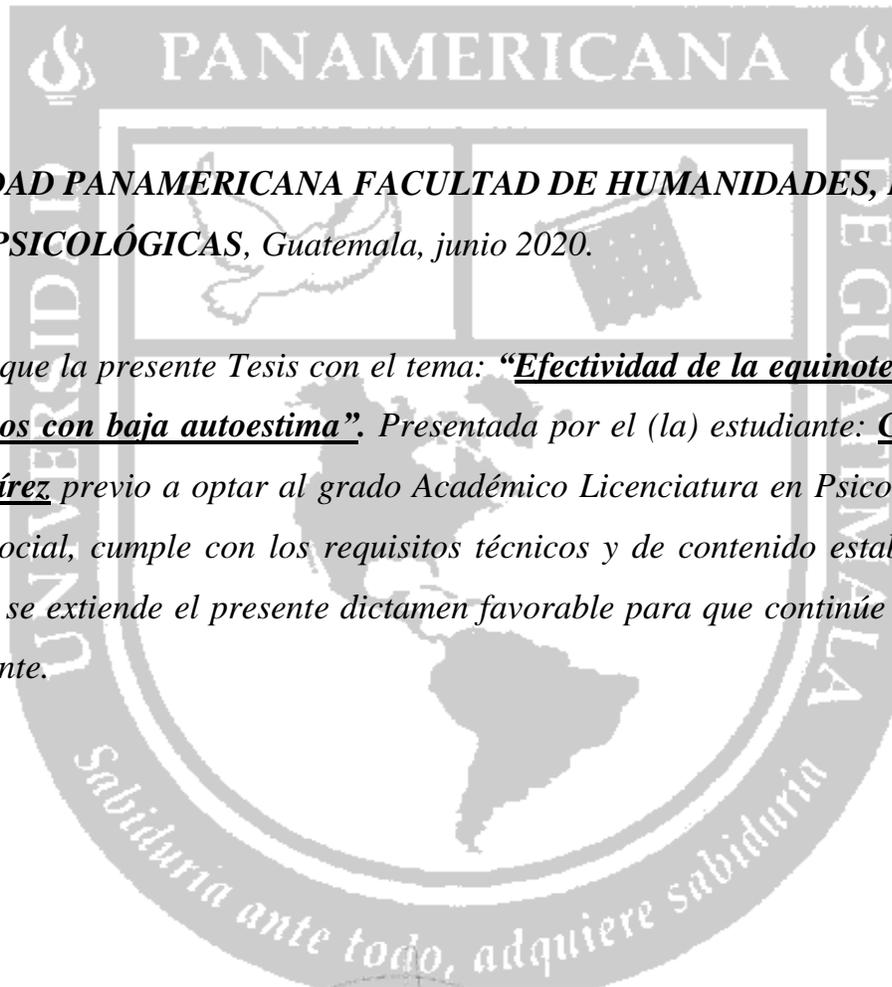
Guatemala, junio 2020

## **Autoridades Universidad Panamericana**

Rector	M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus
Vicerrectora Académica	Dra. Alba Aracely Rodríguez de González
Vicerrector Administrativo	M.A. César Augusto Custodio Cobar
Secretaria General	EMBA Adolfo Noguera

## **Autoridades Facultad de Humanidades**

Decano	M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Vicedecano	M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez



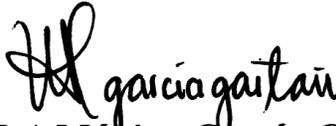
**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, junio 2020.**

*En virtud de que la presente Tesis con el tema: **“Efectividad de la equinoterapia en niños de 7 a 10 años con baja autoestima”**. Presentada por el (la) estudiante: **Grescia Liliana Román Ramírez** previo a optar al grado Académico Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

**Lcda. M. Raquel Custodio**  
**Asesora**

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, 22 de junio del 2020.**

*En virtud de que la presente tesis con el tema: “Efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima”. Presentada por el (la) estudiante: **Grescia Liliana Román Ramírez**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

  
**M.A Mónica García Gaitán**  
**Revisor**

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, junio 2020. -----**

En virtud que la presente Tesis con el tema “**Efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima**” presentado por el (la) estudiante **Grescia Lilliana Román Ramírez,** reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar grado académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, para que el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.



**M.A. Elizabeth Herrera de Tan**  
**Decano**  
**Facultad de Humanidades**



**Nota:** *Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.*

## Contenido

<b>Resumen</b>	i
<b>Introducción</b>	ii
<b>Capítulo 1 Marco Referencial</b>	
1.1. Antecedentes	1
1.2. Planteamiento del problema	5
1.3. Justificación del estudio	6
1.4. Pregunta de investigación	7
1.5. Objetivos	7
1.5.1. Objetivo general	7
1.5.2. Objetivos específicos	7
1.6 Alcances y límites	7
<b>Capítulo 2 Marco Teórico</b>	
2.1 Equinoterapia	9
2.1.1 Principios Terapéuticos	12
2.1.2 Normas de Seguridad	15
2.1.3 Equinoterapia en niños	16
2.1.4 El caballo como coterapeuta	19
2.2 Autoestima	23
2.2.1 Baja autoestima	25
2.3 autovaloración	26
<b>Capítulo 3 Marco Metodológico</b>	
3.1. Método	28
3.2. Tipo de investigación	29
3.3 Niveles de la investigación	29

3.4 Pregunta de investigación	30
3.5 Variable de la investigación	30
3.6 Muestreo	30
3.7 Sujetos de la investigación	31
3.8 Instrumentos de la investigación	31
3.9 Procedimiento	31

## **Capítulo 4 Presentación y Discusión de resultados**

4.1. Presentación de resultados	33
4.1.1 Observación de equinoterapia dirigida a dos pacientes	33
4.1.2 Resultados obtenidos en la encuesta	36
4.2. Discusión de resultados	41

<b>Conclusiones</b>	42
<b>Recomendaciones</b>	43
<b>Referencias</b>	44
<b>Anexos</b>	46

## **Lista de tablas**

Tabla No. 1	47
-------------	----

## **Lista de gráficas**

Gráfica No. 1 ¿Conoces qué es equinoterapia?	36
Grafica No. 2 ¿Conoces los beneficios de la equinoterapia en niños?	37
Grafica No. 3 ¿Has notado algún cambio en la autoestima de tus hijos o pacientes que asisten a equinoterapia?	38
Grafica No. 4 ¿Recomendarías la equinoterapia a más personas?	39
Grafica No.5 ¿Crees que es importante que existan centros especializados en equinoterapia en Guatemala?	40

## **Resumen**

La efectividad de la equinoterapia en niños de 7 a 10 años fue identificada a través de la utilización oportuna de documentación nacional e internacional, además de encuestas, las cuales fueron respondidas por los padres de cada uno de los niños participantes y de los equinoterapeutas, y de dos observaciones directas, realizada con profesionales de la equinoterapia, en una sesión para pacientes principiantes y otra para pacientes intermedios, refiriéndose al estadio de la terapia para describir las características de los niños con baja autoestima y la importancia de esta terapia alternativa. Demostrando a través del trabajo de campo oportuno que existe una correlación positiva al utilizar a los caballos como coterapeutas, los caballos son entes de cambio, así como los mismos terapeutas.

Por lo que a raíz de la investigación realizada el presente trabajo se encuentra conformado por el capítulo uno, denominado Marco Referencial, en el cual se encuentran los antecedentes de la investigación, en la cual se detallan investigaciones similares al tema de estudio de esta tesis con el fin de dar a conocer diferentes puntos de vista sobre el mismo así mismo se encuentran detallados los objetivos de la investigación, el planteamiento del problema, la justificación del estudio, entre otros. En el segundo capítulo, se encuentra el Marco Teórico en el cual se encuentra equinoterapia como tema principal, seguido de subtemas importantes, desglosados cuidadosamente para facilitar la comprensión del lector, entre ellos caben destacar, el caballo como coterapeuta, equinoterapia en niños, autoestima, entre otros.

A continuación, se encuentra el capítulo tres, llamado Marco Metodológico en el cual se detalla el tipo de método que se utilizó en la investigación, el tiempo de investigación, las variables, los instrumentos, la muestra, los sujetos de investigación y el procedimiento. Finalmente se encuentra el capítulo cuatro conformado por la presentación de resultados en forma de gráficas, esto permite una mejor visualización de los datos obtenidos de la investigación y la discusión de los resultados en la cual se detallan los hallazgos más relevantes de la investigación.

## **Introducción**

En el mundo moderno existe una amplia gama de diferentes terapias que se pueden utilizar para mejorar la autoestima de las personas, ciertamente en algunos casos lo más práctico es irse por la línea de lo convencional, pero resulta interesante explorar algo distinto, lleno de energía vibrante como lo es la equinoterapia. Muchos terapeutas probablemente no tengan muchos conocimientos al respecto ya que es un tipo de terapia alternativa y complementaria a la atención clínica, psicológica y social, pero su aportación a la mejora de la autoestima es evidente por lo que se incita al lector a prestar más atención en esta terapia.

El objetivo primordial de esta tesis es dar a conocer la equinoterapia y su efecto positivo en pacientes con baja autoestima, por lo que a lo largo de esta tesis se podrá tener una idea más amplia sobre la equinoterapia, desde su nacimiento hasta su desarrollo a través del tiempo, cabe resaltar que la presente brinda información oportuna sobre el caballo que en este caso es un coterapeuta activo en la solución de la problemática relacionada a la autoestima, el aspecto positivo de trabajar con un equino el área personal para mejorar la autoestima a través de actividades relacionadas que puedan estimular el desarrollo apropiado de esta.

Una de las razones por las cuales se llevó a cabo este trabajo es para demostrar al mundo de la psicología que el trabajo con los animales, particularmente con el caballo es fantástico, el mundo ecuestre ha podido comprobar cómo la relación entre caballo y jinete promueve la curación física, psicológica y emocional, esto gracias a las virtudes de los caballos y los encuentros diseñados por profesionales que coadyuvan a profundizar en áreas de conflicto. Por ello, la presente investigación pretende ofrecer al profesional de la psicología, una alternativa más de terapia funcional.

Por lo que se espera que de este trabajo los profesionales de la psicología puedan optar a una terapia más amigable, que da resultados inmediatos a través del contacto con el caballo, se espera que a partir de esta información el mundo de la psicología logre ampliar sus conocimientos a través de esta terapia alternativa y se continúe la investigación sobre este tema para que así sea una plataforma para la sanación de futuros pacientes.

# Capítulo 1

## Marco Referencial

### 1.1. Antecedentes

El desarrollo de la psicología a lo largo del tiempo ha traído nuevas investigaciones y nuevos estudios principalmente en el ámbito de la psicoterapia, siendo la psicoterapia un tipo de tratamiento para todos aquellos padecimientos relacionados con la conducta, el pensamiento y las emociones y sentimientos, esto es tratado a través de diversas técnicas psicoterapéuticas, en esta investigación se centra en la equinoterapia para tratar dichas afecciones.

Según la 23ª edición del diccionario de la Real Academia Española (2019) la equinoterapia nace etimológicamente de la raíz latina *Equus* que significa equino y de la raíz griega *therapeia* que significa tratamiento, por lo que se define a la equinoterapia como la terapia que se centra en la utilización del caballo como coterapeuta, él participa activamente en la terapia siendo también una herramienta para el desarrollo de esta.

Por su parte, la equinoterapia es reconocida por Hipócrates, padre de la medicina, quien menciona que la equinoterapia es beneficiosa para todo tipo de pacientes, por lo que existen diversas problemáticas que pueden ser tratadas a través de esta terapia, entre algunos ejemplos cabe mencionar: víctimas de trata, trauma, problemas de aprendizaje, problemas psicomotores, entre otros. Para los efectos de esta tesis se ha decidido evaluar los efectos positivos de la equinoterapia que puede favorecer al tratamiento de la autoestima.

Según Constance Scharff (2017) en su artículo "*The Therapeutic Value of Horses Who benefits from equine-facilitated psychotherapy*" refiere que existe un valor terapéutico en estar en compañía de un caballo, atender las necesidades de un caballo, reducen el estrés, bajan la presión arterial y mejoran la salud en general.

Según *Professional Association of Therapeutic Horsemanship International* (PATH, 2019), existen muchas formas de terapia asistida por caballos. Las personas que no están familiarizadas con los caballos pueden sentir que el trabajo con estos es intimidante. Los caballos pueden ser espejos o reflejos de las emociones humanas, ellos responden al estado emocional que se muestra. Ellos son animales de manada, lo que significa que ellos tienen un sentido emocional fuerte como herramienta de supervivencia; ellos se alimentan de respuestas de otros caballos de la manada. Si uno de los caballos de la manada está asustado, los otros caballos se asustarán. Ellos responden similar a los humanos. Si una persona se acerca a un caballo con enojo, el caballo responderá siendo tímido o convirtiéndose en obstinado. Los caballos nunca esconden sus emociones. Por estas cualidades, los caballos pueden ser utilizados para sanar a las personas de una variedad de problemas psicológicos.

Por lo anteriormente mencionado, se puede notar que la terapia asistida por caballos puede brindar experiencias únicas al paciente, siempre y cuando un grupo de profesionales de la psicología estén presentes utilizando técnicas y herramientas apropiadas para desempeñar su papel como promotores de la salud mental y puedan conducir apropiadamente el tratamiento con esta terapia.

En el artículo “*Equine Assisted Growth and Learning Association*”, publicado en Newswire Santaquin, Utah, (2011), sobre la asociación para el crecimiento y el aprendizaje asistido con equinos se menciona, que la equinoterapia se coloca a la vanguardia en el terreno de las terapias alternativas. Se pone a la vanguardia debido a que se ha expandido a 38 países, entre estos Guatemala. EAGALA ha establecido los estándares para la terapia asistida con caballos la cual incluye psicoterapia asistida con caballos y el aprendizaje asistido con equinos y ha capacitado a más de 8,000 personas mundialmente para la práctica de este modelo, el cual fue fundado en 1999.

Según la psicóloga Annie Ricalde (2011), coordinadora regional de EAGALA para Latinoamérica, la presencia del crimen organizado y la pobreza ha dejado a muchos niños vulnerables al narcotráfico, vicios de droga o alcohol y el reclutamiento al crimen, el programa se centra en actividades de acuerdo con el modelo EAGALA, los cuales ayudan a la juventud a comprender que tienen la fortaleza y opción de escoger un camino más provechoso y tomar sus vidas de nuevo. El

modelo EAGALA es un modelo estructurado de intervención psicológica o psiquiátrica en el que los caballos son una herramienta para el aprendizaje y el crecimiento emocional y social de los participantes.

En la revista *Guate Equinos* (2016), mencionan que el aprendizaje y psicoterapia asistida por caballos Modelo EAGALA, es el único avalado por la Asociación Americana de Psicología (APA) para hacer entrenamientos con caballos. *Guate Equinos* menciona que en la terapia individual trabajan con miedos, depresión, ansiedad, estrés, estrés postraumático, frustración, desmotivación, autoestima baja, resentimientos, cólera, ira, sentimientos de culpa, codependencia, desórdenes alimenticios, inseguridad, agresividad y duelos no resueltos.

De la revista *Lookmagazine* de Guatemala publicada el 14 de junio del 2018, dentro del artículo confidencialmente, se habla sobre Astrid, la jinete estrella de olimpiadas especiales, demostrando que a pesar de las adversidades logra salir adelante como medallista olímpica, y pese a su discapacidad ella demuestra constantemente que se puede lograr alcanzar las metas deseadas y esto sustenta de una manera impresionante la búsqueda de realizar una investigación sobre la efectividad del tratamiento de la baja autoestima utilizando la terapia asistida por caballos.

En otro artículo académico elaborado por *Scientific online paper* (SOP) titulado “*Equine Therapy in the treatment of female eating disorder*” (2014) se puede apreciar que se han realizado investigaciones que evidencian de forma observacional y estudios de pruebas piloto sobre la eficacia de la terapia asistida por animales en desordenes como depresión, baja autoestima, ansiedad, déficit de atención, duelos, conducta antisocial, estrés postraumático entre otras.

Por lo anteriormente mencionado, se puede notar que existen varios estudios relacionados a la equinoterapia y es menester de esta investigación ampliar la información sobre dicho tema. La equinoterapia es una herramienta terapéutica importante que favorece los procesos psicológicos, emocionales y sociales con pacientes que presenten conflicto en algunas de las áreas mencionadas, debido a que se busca promoverla en Guatemala, es importante conocer más a fondo el desarrollo de dicha terapia y facilitar información a todo aquel que desee conocerla.

Internacionalmente la equinoterapia tiene mucho auge, despierta el interés de muchos profesionales que en cierto punto de su carrera deciden estudiarla más a profundidad, creándose escuelas enfocadas en el aprendizaje de dicha terapia, promoviendo así nuevas técnicas terapéuticas y una implementación apropiada dentro de un plan terapéutico, usualmente la equinoterapia trata a pacientes con algún tipo de discapacidad física o neuronal pero se ha visto a lo largo de la historia que también puede funcionar en pacientes con problemas de comportamiento o actitudinales, afortunadamente se tenga o no una discapacidad de cualquier tipo, la relación que se forma entre caballo y jinete es invaluable, el caballo se convierte en una parte clave del engranaje que conforma la equinoterapia debido a que este, primordialmente es el que beneficia al paciente con su sola presencia.

Conviene resaltar que cuando se trabaja equinoterapia no se puede dejar de lado hablar acerca del caballo y su importancia, básicamente es una herramienta pensante, que tiene sus propias reacciones a ciertos estímulos, que al mismo tiempo estimula al paciente, creando conexiones profundas, se dice que los caballos son extremadamente empáticos, realmente capaces de ponerse en el lugar de la otra persona, cuando se logra una conexión extrema a ese nivel, se puede decir que el caballo y el ser humano se vuelven uno solo, al llegar a este extremo tan importante se produce sanación, se debe aclarar que desde el instante mismo en el que el paciente tiene el primer contacto con el caballo, aunque sea por algunos minutos ya empieza a sanar, sea cual sea el problema.

Con base a lo antes mencionado, es impresionante como la autoestima de los pacientes va aumentando paulatinamente ya que el caballo les permite que se sientan bien consigo mismos, llevándolos poco a poco a realizar tareas más complejas y que representan retos para ellos, esto mismo les permite alcanzar metas y reforzar su auto valía, a su vez el éxito logra que la autoestima incremente, lo cual, para efectos de esta tesis, se irá comprobando oportunamente durante el trabajo de campo.

## 1.2. Planteamiento del problema

En la sociedad guatemalteca se puede apreciar que en diversos sectores de la población existe la gran necesidad de implementar nuevas terapias psicológicas, en Guatemala, la equinoterapia lleva una trayectoria corta todavía no ha alcanzado el auge que merece. Existen en Guatemala escuelas de equitación que presentan programas de equinoterapia, algunas de estas escuelas tienen certificaciones internacionales que apoyan el proceso adecuado de esta terapia.

Es reconocido por los equinoterapeutas que la relación entre el caballo y el jinete, esta terapia llena de satisfacción al paciente debido a que se marcan metas claras que el paciente debe de alcanzar, por ejemplo, si existiera un paciente que no posee mucha movilidad en sus manos, solamente en sus dedos, este puede ser capaz de seguir las rutinas que su equinoterapeuta proponga, poco a poco aprenderá a realizarlas y podrá demostrar que ha mejorado su habilidad, por lo que esto promoverá una sensación de bienestar logrando así aumentar su autoestima. Las palabras claves en esta terapia podrían ser constancia y paciencia de parte de los equinoterapeutas, del paciente y de sus cuidadores para que se logren alcanzar las metas que se creen inalcanzables.

Por lo tanto, esta investigación se centra en dar a conocer información pertinente sobre la equinoterapia y la forma en que los equinoterapeutas abordan la problemática psicológica, específicamente la baja autoestima en niños comprendidos entre 7 años a 10 años de edad, esta población es el objetivo de observación debido a que los niños son los usuarios más frecuentes de la terapia, por lo que la necesidad de investigar la efectividad de la equinoterapia en una población infantil con baja autoestima es prioridad para que se le pueda dar el auge que merece y así muchos más pacientes puedan gozar de la terapia.

### 1.3. Justificación del estudio

Hoy en día el crecimiento de las terapias alternativas está en su gran apogeo, la psicología brinda la oportunidad de experimentar diversas terapias funcionales para las necesidades individuales de los pacientes, entre las cuales la equinoterapia forma parte de las técnicas que emplean los profesionales de la salud mental para abordar problemáticas físicas, psíquicas, sensoriales en los pacientes, este tipo de terapia es asistida por un caballo, jinete y terapeuta, este último debe poseer habilidades ecuestres e hípicas, y conocimientos en fisioterapia y psicología.

La equinoterapia estimula respuestas psicológicas por medio de actividades oportunas realizadas por los terapeutas, mejora notablemente la autoestima de los pacientes por medio de alcanzar logros que son significativamente importantes para los participantes, ayuda a la toma de decisiones aplicada a la vida diaria, fortalece a través de estas actividades una autoestima saludable.

Resulta interesante investigar cómo se da el proceso psicoterapéutico presentado en la relación caballo jinete y terapeuta, debido a que estos tres elementos trabajan sincronizadamente para obtener resultados favorables en aspectos físicos, cognitivos, emocionales y conductuales. Los resultados obtenidos de esta práctica demuestran que el apoyo del caballo es fundamental para la sanación ya que este puede emular reacciones del paciente, se dice que el caballo es sumamente empático, tiene la maravillosa capacidad de poder comprender el lenguaje corporal de la persona y transmitirle una respuesta imperceptible al cuerpo.

Por lo anteriormente mencionado el interés de investigar esta práctica nace de la relación con estos magníficos animales, por experiencia de primera mano, se reconoce la capacidad de esta práctica como algo importante de compartir con la población guatemalteca, a su vez se desea dar a conocer a los profesionales de la salud mental los beneficios que tiene esta terapia en la autoestima de los pacientes.

## 1.4. Pregunta de investigación

¿Cuál es la efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima?

## 1.5. Objetivos

### 1.5.1. Objetivo general

Identificar la efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima

### 1.5.2. Objetivos específicos

- Describir las características de los niños con baja autoestima.
- Describir la equinoterapia y su importancia.

## 1.6. Alcances y límites

Entre los alcances de este estudio se puede mencionar que dará a conocer a los profesionales de la psicología que es posible tratar varios tipos de problemas psicológicos por medio de una terapia alternativa, que, si bien es cierto, es bastante nueva en el país, tiene un gran respaldo internacional, paulatinamente está empezando a tomar un fuerte auge en Latinoamérica.

La investigación abarca únicamente a pacientes niños con baja autoestima y como esta irá aumentando a medida que avanza el tratamiento con equinoterapia.

Entre los límites de la presente investigación cabe resaltar que la falta de tiempo no permitirá explorar cada uno de los centros de equinoterapia del país por lo que no se conocerán los tipos de técnicas que cada centro en específico utilice.

Banco de datos incompleto en relación con el seguimiento periódico o avance clínico de los pacientes, ya que no se conocerá a fondo la problemática de cada paciente que realice la sesión de equinoterapia.

Por último y no menos importante, las personas que realizan las certificaciones de equinoterapeutas no visitan muy seguido Guatemala por lo que no se podrá conocer cuáles son los estudios que estos terapeutas realizan para desarrollar su terapia.

## **Capítulo 2**

### **Marco Teórico**

#### 2.1. Equinoterapia

Desde el principio de la historia se conoce que los animales han sido fieles acompañantes de los humanos, particularmente el caballo ha existido como acompañante del humano desde hace aproximadamente seis milenios. La investigación conduce a que uno de los mayores puntos de cambio en la humanidad se relaciona con la domesticación del caballo, al principio eran utilizados para alimentarse ya que eran demasiado grandes para controlarlos, pero luego conforme avanza la historia los caballos toman otra participación más importante en la vida de los humanos.

Entre estas actividades importantes se puede mencionar que los caballos se utilizan para la agricultura, tomando un fuerte auge a finales de la edad media, el transporte es otro aspecto importante en el que participan cambiando la perspectiva del humano al poder viajar de un lugar a otro, y dado a la condición de los caballos, las personas podían viajar llevando consigo su cultura a lugares más lejanos.

Jacob Bronowski (1973) refiere: “En cierto sentido, la guerra fue creada por el caballo” (p. 34). Cuando se concibe el hecho de que estos magníficos animales fueron partícipes de la guerra notamos cuanto el mundo ha cambiado desde sus orígenes, desde la idea primaria de que este animal era difícil de controlar, se llega al punto de utilizarlo como un arma, que sin duda alguna define los cambios futuros de las civilizaciones.

Con base a lo expuesto anteriormente ha causado dificultades al hombre la utilización de los caballos, pero también los caballos han traído beneficios al hombre, según la historia de la equinoterapia, desde el punto de vista de Hipócrates, el padre de la medicina, en Los Tratados Hipocráticos Las dietas (458-377 a.C.), se aconsejaba la equitación para resguardar el cuerpo humano de enfermedades y restaurar la salud, las dolencias e insomnio. El autor añade que la

equitación al practicarse al aire libre permite un estado de tranquilidad y que los músculos mejoren su tono.

Desde el punto de vista de Galeno (185 d.C.), de un extracto de la Fundación a Caballo en Madrid, España (2017), la equitación tiene la ventaja de ejercitar tanto la mente como el cuerpo, desde entonces ya se apreciaba que los caballos brindaban beneficios a todo aquel que se relacionara con ellos. Este gran doctor de la historia recomendaba la equitación como algo terapéutico, se lo recomendó al Emperador Marco Aurelio para que mejorara la rapidez con la que realizaba sus actividades.

Como se puede observar al inicio de la historia de la equinoterapia grandes pensadores concuerdan en que posee beneficios increíbles esta práctica. Años más tarde, Charles Castel y Samuel Quelmals (1697-1758) médicos de Leipzig de Alemania, fueron los pioneros en investigar los movimientos tridimensionales del dorso del caballo, inmediatamente después Leipzig inventa una máquina ecuestre que imitaba los efectos inducidos por el movimiento del caballo, lo cual se convirtió en una herramienta para el tratamiento físico.

En el año 1901, en el Hospital Ortopédico de Owestry en Inglaterra, se inicia la equinoterapia, con una paciente llamada Liz Hartel que había sido diagnosticada con poliomielitis, dicha paciente no podía moverse sola de un lugar a otro, ella utilizaba silla de ruedas y muletas. Liz Hartel realizaba como deporte la equitación antes de ser atacada por dicha enfermedad, oponiéndose al consejo médico ella decide continuar con su práctica y ocho años después de su diagnóstico en las olimpiadas gana medalla de plata en la competencia de adiestramiento, siendo el segundo lugar entre los mejores del mundo.

A partir de la acción de dicha paciente, se despierta la curiosidad en el mundo médico, tiempo más tarde se realiza un programa de actividades ecuestres como medio terapéutico involucrando a un fisioterapeuta, un psicólogo y un instructor de equitación, a partir de este punto se crea la primera estructura asociativa en Inglaterra.

La equinoterapia inició su desarrollo en los años 60, principalmente en Alemania, Suiza y Austria como coadyuvante a la fisioterapia tradicional, de hecho, actualmente sigue siendo parte vital de la fisioterapia, existen varios estudios sobre esta terapia siendo un fuerte apoyo al mejoramiento de pacientes con problemas motores.

Tiempo después fue introducida la equinoterapia en Estados Unidos y en Canadá formando la Asociación comunitaria de monta para los discapacitados (CARD) seguidamente en 1969, se creó la Asociación Norteamericana de Monta para los discapacitados (NARHA), en el mismo año se construyó el Centro Cheff de Monta terapéutica para los discapacitados en Michigan, dicho centro continua abierto en la actualidad y es el centro más antiguo de Estados Unidos en practicar equinoterapia para personas con discapacidad.

En Francia en el año de 1965, como mencionan De Lubersac y La Llieri en la introducción a su manual titulado “La reeducación a través de la equitación” la equinoterapia se torna una materia didáctica y se cursa como materia en la universidad. En 1969 tiene lugar el primer trabajo científico de equinoterapia en el Centro hospitalario de la Universidad de Salpentire en Paris, en 1972 fue hecha la defensa de la primera tesis del doctorado en medicina sobre Reeducación Ecuestre en la Universidad de Paris, en Val-de-Marne, por la doctora Collette Picart Trintelin.

Años después, en 1985 se creó en Italia la Federación Internacional de Equinoterapia dedicada a trabajar en esta bella profesión relacionada con los caballos, actualmente posee sede en Bélgica. Esta Federación ha estado vigente desde entonces y se ha mantenido muy activa, en el aspecto deportivo cabe destacar el apoyo que brindan a atletas especiales, apoyan en el desarrollo de las destrezas que potencializan el óptimo desarrollo de estos atletas.

En los años 80, algunos terapeutas canadienses y estadounidenses emprendieron el viaje hacia Alemania para aprender más sobre la equinoterapia y poder crear una metodología estandarizada, cosa que tardó mucho tiempo. Transcurrido casi diez años, en 1992 en Estados Unidos se fundó la Asociación de Hipoterapia de América (AHA), permitiendo regular la práctica de esta terapia.

Desde que nace AHA, se establecen los estándares de la práctica de la equinoterapia que se siguen en casi todo el mundo, así mismo ellos han fijado el curricular educativo que siguen los nuevos equinoterapéutas antes de estar completamente capacitados para ejercer esta disciplina.

### 2.1.1 Principios terapéuticos

Según Lamula Verkysto (2018) en su libro Equinoterapia: terapia con caballos, refiere: “Criterios básicos: La terapia asistida por caballos, o equinoterapia, es una terapia complementaria a las ya existentes (fisioterapia, psicoterapia, terapia ocupacional, programas de entrenamiento en habilidades sociales, educación, especial, etc.” (p.4).

Dichas terapias complementarias son enfocadas en la salud integral de la persona, lo mismo se aplica a la equinoterapia ya que se busca brindar salud integral a la persona, a través de esta práctica el individuo que recibe esta terapia se pone metas, las cuales al alcanzarlas logra mejorar su autoestima y por lo tanto se vuelve una persona más satisfecha de sus futuros logros.

Según el libro de Verkysto Salgado (2018) la equinoterapia es un conjunto de técnicas de rehabilitación complejas aplicables a un gran número de cuadros discapacitantes, especialmente del aparato locomotor. La equinoterapia está indicada para personas quienes, por lo severo de su discapacidad, apenas pueden ejercer acción alguna sobre el caballo. En este sentido se puede utilizar la terapia para todas aquellas personas que no puedan caminar o tengan dificultad para mover los miembros de su cuerpo lo cual en el momento de mostrar pequeños resultados denota un incremento en la autoestima de los pacientes.

Por otra parte, existe la equitación terapéutica, que está dirigida a personas con dificultades de tipo: cognitivo, motor, psicológico, comportamental, en este caso podría mencionarse baja autoestima, son persona que pueden ejercer algún tipo de acción sobre el caballo, ya sea en la monta, pie a tierra o en ambas situaciones. Aclarando el tema de equitación terapéutica, es pertinente mencionar que dicha forma de equitación permite a los practicantes, formar parte en competencias donde personas que no poseen ninguna dificultad serán sus contrincantes, lo cual al

momento de ganar alguna competencia lograría impactar de forma positiva a las personas con baja autoestima.

Según Verkysto (2018), la enseñanza de los principios básicos de la equitación sirve como vehículo para el tratamiento de problemas físicos, la modificación de comportamientos inadecuados, y el entrenamiento en habilidades cognitivas y sociales. Se puede decir en este caso que la equitación se vuelve un deporte que se puede adaptar a la situación del jinete, existen varias formas de adaptar la indumentaria del caballo y el equipo que este necesita para que el paciente o mejor dicho el jinete pueda llevar un entrenamiento acorde a sus posibilidades motoras e intelectuales.

Se sabe de antemano que para llevar a cabo correctamente la práctica de la equinoterapia es necesario reconocer cuatro fases importantes: la primera sin duda alguna es la elección del caballo, esta cobra suma importancia debido a que los efectos de la equinoterapia dependen puramente de la habilidad del terapeuta para estimular el potencial del caballo como vehículo sanador. Segundo se necesita saber de qué manera se utilizará al caballo, el movimiento particularmente rítmico y regulado del caballo es la base del efecto terapéutico en los pacientes, por lo que en una sesión de equinoterapia, el caballo que se seleccionó con antelación llevará al paciente de tal forma que influya el movimiento en su medula mientras se es desplazado. Tercero, la selección de las posiciones terapéuticas y cuarto las correcciones de las posiciones terapéuticas que estas posean.

Por lo que se hará un plan de tal forma que el paciente pueda desenvolverse apropiadamente en este, probablemente tenga diferentes niveles de complejidad, pero conforme se va desarrollando la terapia el paciente será capaz de ir las superando, definitivamente se harán correcciones si los movimientos representaran alguna molestia al paciente, pero generalmente esto se descubre al inicio de cada sesión.

Según la información recopilada la equinoterapia se basa en tres principios terapéuticos: la transmisión del calor corporal del caballo, la transmisión de impulsos rítmicos del dorso del caballo al jinete y la transmisión de un patrón de locomoción tridimensional equivalente al patrón fisiológico de la marcha humana. Conviene agregar que según el libro Equinoterapia con caballos,

los criterios que se toman en cuenta para identificar a qué tipo de equinoterapia se puede dirigir al paciente depende de las necesidades personales del paciente, de la autonomía del sujeto y verificar si posee o no una discapacidad física.

La importancia de identificar estos criterios es imperativa debido a que permite tener una visión más concreta sobre cómo ayudar al paciente, en definitiva, se debe identificar si posee baja autoestima, pero es más importante identificar las necesidades concretas y tangibles y convertirlas en objetivos que pueden promover el cambio en el paciente.

Por lo tanto, se llega al punto de querer buscar objetivos a cumplir con el paciente y estos objetivos son dinámicos, enfocados en la autoestima de cada uno, volviéndose una terapia individual, totalmente enfocada en la necesidad de la persona. Los límites de actuación independientemente de cuál sea el diagnóstico del jinete con baja autoestima, están solo marcados por las características individuales de la persona, esto quiere decir que el terapeuta decidirá cuáles serán sus objetivos y la forma en que abordará el problema en cuestión.

Según Verkysto Salgado (2018) el objetivo es que el jinete sea lo más autónomo posible; ello incluye que el jinete con baja autoestima abandone el rol de “persona cuidada” para adoptar el de cuidador, en este caso del caballo; es el jinete el responsable de que el animal este limpio, bien cuidado y listo para ser montado. El simple hecho de cuidar de alguien más y pensar en ser capaz de realizar las tareas logra una evolución en la persona y por tanto mejora su autoestima.

Sin duda alguna, las tareas de cuidado del caballo son secuenciales, su estructura apenas varía, y en general se desarrollan en varios pasos que pueden ejecutarse por separado; esto logra estimular la ambición del paciente de querer ser mejor por lo que siendo estimulado de esta forma hay grandes posibilidades de mejoría.

Además, las tareas relacionadas con el cuidado del caballo tienen características particulares que las hacen propicias para introducir técnicas de entrenamiento como el moldeado y el análisis de tareas y permiten variar la curva de aprendizaje y la complejidad de la demanda, de modo que

cualquier jinete pueda alcanzar el éxito en su ejecución y prepararse para abordar tareas más complejas. Por otra parte, aunque las tareas del cuidador del animal sean por lo general mecánicas, su motivo es el bienestar de un ser vivo, por lo que posee un fuerte componente afectivo y de empatía, así como sentido en sí mismas: este hecho se traduce, cuando se logra el establecimiento de relaciones efectivas entre el jinete con discapacidad y el caballo, en un elemento de fuerte motivación intrínseca para la tarea.

Cabe mencionar que las actividades con caballos son también propicias al trabajo en grupo, con la oportunidad de trabajar sobre las habilidades sociales, la autoestima, la comunicación y la conducta relacional, así como sobre el sentido de la responsabilidad. Tras el cuidado del caballo, en la monta en pista o en el exterior, además de los beneficios físicos que conlleva practicar la equitación, también se puede trabajar aspectos como la autonomía, las habilidades sociales, la responsabilidad, habilidades de afrontamiento y técnicas de relajación, la integración sensorial, el lenguaje o la psicomotricidad y por supuesto técnicas para mejorar la baja autoestima.

Es imperativo que, independientemente de cuales sean los objetivos terapéuticos o de educación, el aumento en la autonomía del jinete lleve a asumir por parte del mismo a mayores responsabilidades y situaciones en las que deba hacer uso de su libertad de elección; el aumento en la autonomía deberá ser acompañado por una reducción en la intensidad del control que el terapeuta ejerce sobre lo que ocurra durante las sesiones, se darán oportunidad al jinete para gestionar su propio comportamiento, lo cual conlleva al mejoramiento de la autoestima, el autoconcepto y la satisfacción personal.

### 2.1.2. Normas de seguridad

Como en todo deporte es importante la seguridad, ya que los caballos son parte importante del trabajo y estos son seres pensantes, sujetos a cambios repentinos, toma importancia que los jinetes estén siempre protegidos, los jinetes que presentan baja autoestima, viéndose al utilizar equipo de protección podrán obtener seguridad y alcanzar sus metas, logrando así incrementar en un grado su autoestima, viéndose como jinetes capaces.

Algo que es imprescindible, es el uso de un casco, botas y pantalón de montar o un pantalón de lona, lo cual permite la protección necesaria, esto les brinda un sentido de seguridad física, coadyuvando también a desarrollar seguridad en su interior, aunado a esto el equipo que se utiliza con el caballo es una montura o una cincha de volteo, un gamarrón y un mantillón, todos enfocados en la protección óptima del cuerpo del caballo.

Según el libro equinoterapia, terapia con caballos, los jinetes deben llevar en todo momento casco, exceptuando el caso de una contraindicación médica como ocurre en algunos casos de hidrocefalia, el ambiente de trabajo debe inspirar la calma, se deben seguir pautas de seguridad básica del trato con caballos y circulación de personas y animales. Los caballos reciben entrenamiento específico para ser utilizados como coterapeutas, los terapeutas deben conocer a la perfección las contraindicaciones médicas para la práctica de la monta a caballo y ante cualquier duda se debe pedir una autorización médica previa a iniciar las sesiones.

### 2.1.3. Equinoterapia en niños

La equinoterapia en niños, es un tratamiento alternativo que se basa en la implementación de un caballo para trabajar diversas enfermedades, el movimiento del caballo estimula tanto a niños sanos como a niños con necesidades especiales. Uno de los múltiples efectos positivos que posee esta terapia es transmitir el calor corporal, por medio del ejercicio motor, lo cual estimula el ritmo cardíaco del paciente y su marcha a través de impulsos nerviosos que pasan por la cintura pélvica del niño, se irradian a sus piernas, luego suben a su columna vertebral y llegan a su cabeza.

Psicológicamente hablando, la equinoterapia y la equitación mejoran la concentración, la autoestima, la resolución de conflictos, el manejo de las emociones, la tolerancia al fracaso, la responsabilidad, la adaptación y la autoconfianza, todo esto reunido en una sesión con un caballo.

Algunos profesionales actualmente recomiendan la implementación de esta terapia para tratar autismo, esclerosis múltiple, parálisis cerebral, retraso psicomotor, síndrome de Down, síndrome bronquial crónico, discapacidad intelectual, ceguera, sordera y mudez. También es recomendada

en niños sanos como estimulación, bebés desde los seis meses de edad pueden participar en sesiones de equinoterapia, se ha descubierto que la estimulación una vez a la semana con estos niños puede mejorar increíblemente su desarrollo.

Una de las mayores virtudes de la equinoterapia en niños específicamente es que puede ser utilizada para casi cualquier problema que presente el niño, alrededor del mundo muchos profesionales mencionan sus beneficios e incitan a la población a utilizarla debido a que se muestran rápidamente los resultados. Según equinoterapeutas profesionales, el tiempo que transcurre entre la primera sesión y la última sesión demuestran un cambio significativo en los pacientes que asisten a esta terapia.

Los equinoterapeutas que trabajan con la población de niños se preparan todos los días previamente para planificar la sesión del niño, los caballos terapeutas también son trabajados previamente debido a que el entrenamiento para un caballo de equinoterapia difiere en el trabajo de un caballo que no realiza esta actividad. Los caballos que participan en esta terapia deben ser caballos nobles, tranquilos, difíciles de sorprender, capaces de estar inmóviles en situaciones difíciles, los caballos son parte importante de la terapia por lo que su cuidado es primordial.

Según la revista padres e hijos de la editorial TELEVISA S.A (2013), en su sección “Así se crece”, menciona:

La equinoterapia o Hipoterapia, es una técnica que emplea el movimiento y calor del caballo como herramientas terapéutica y pedagógica, cuyo objetivo es rehabilitar y habilitar procesos físicos, psicológicos y de aprendizaje. Este tipo de terapia está indicada para casi cualquier persona, particularmente para niños. Además de personas con algún tipo de discapacidad, pues ayuda a desarrollar una mejoría a nivel físico, psicológico y social. En los pequeños tiene diversos beneficios, en bebés, los beneficios son desarrollo de la atención y la percepción de sí mismo. Además, permite el conocimiento de las partes de su cuerpo y la tonicidad muscular; a partir de los dos años, los niños adquieren concentración,

motivación, seguimiento de instrucciones, trabajo en equipo, respeto por las normas y conciencia corporal; a partir de los cinco años, pueden mejorar su rendimiento deportivo, elasticidad, relajación y equilibrio. Por lo anteriormente mencionado se puede inferir que la equinoterapia es una terapia que puede ser optima desde una edad temprana hasta una edad avanzada.

Según la publicación de Marcela Aldazábal (2016) en la revista Gaceta, en el artículo titulado como “Beneficios de la equinoterapia en niños con discapacidad” menciona:

Cuando un niño o adolescente sea cual sea la problemática, baja del caballo, no será el mismo que subió treinta minutos antes de la sesión. El impacto de la técnica pedagógica ecuestre se ve en el cuerpo, en la cara, en la sonrisa. La equinoterapia según Aldazábal, no es solamente subir al paciente a un caballo. Se basa en los principios básicos de la estimulación temprana. El logro de postura y correcto asiento es fundamental. El trabajo empieza pie a tierra, momento en que el niño se acerca al caballo y entra en contacto con el animal, lo acaricia, le habla y se sube en doble monta con el instructor o solo, según la problemática que presente el paciente. Los instructores que son pilares fundamentales del vínculo entre el caballo y los jinetes definen al equino como integrador, motivador y facilitador de la terapia, porque además de permitir la rehabilitación, proporcionan confianza, seguridad y autoestima (p.3).

Como se ha mencionado con anterioridad la equinoterapia es una terapia con una gama amplia de beneficios, desde el tema que nos compete autoestima hasta diferentes tipos de problemáticas tanto físicas como comportamentales y a su vez emocionales, cabe recalcar que una vez inmerso en el mundo de los caballos los pacientes podrían experimentar un deseo de querer participar más y más

en las actividades relacionadas con los caballos debido a que a nivel cerebral se segregan endorfinas las cuales son encargadas de fortalecer el sistema inmunitario y provocar una reacción de felicidad.

#### 2.1.4. El caballo como coterapeuta

Según Marcela Aldazábal (2016), en la revista Gaceta Mercantil, publicada el 18 de septiembre del 2016 en su sección salud, en el artículo los beneficios de la equinoterapia en niños con discapacidad mencionan que desde que se incluyó a los animales en este tipo de terapias, los profesionales no dejan de celebrar el aporte que reciben del caballo al que consideran por sus medidas y condiciones una pieza clave de la terapia en trastornos motores y mentales, entonces se puede deducir, que un caballo manso, que tenga buena disposición para trabajar con los niños puede ser un agente fenomenal para mejorar la baja autoestima de los pacientes que trabajen con este tipo de caballos. Cuando se habla sobre un caballo se debe tomar en cuenta que ellos tienen su propio lenguaje, el lenguaje corporal es el medio principal de comunicación del caballo.

Según Zoe St Aubyn (2008) en su libro Manual de Equitación, guía completa para montar caballos y ponis, menciona: “el lenguaje del caballo emplea una gran variedad de señales que otros caballos entienden perfectamente. La capacidad de observación de los movimientos corporales está muy desarrollada” (p.16). Esta capacidad que se comenta en el libro es significativamente superior a la de los humanos, lo cual permite el trabajo entre ambos, además un simple cambio en la postura del jinete puede brindar una instrucción específica la cual el caballo podrá realizar. Los jinetes y los cuidadores necesitan comprender lo que el caballo intenta comunicarles, no solo para ayudarlos, sino también para prevenir cualquier daño o lesión a sí mismos.

Entonces para conocer más sobre cómo es la comunicación entre estos animales es importante mencionar que existen ciertos patrones comunes en estos animales, tales como las patadas que son un tipo de mecanismo de defensa natural que utilizan los caballos para aumentar la distancia entre ellos, cuando se habla de las patadas Zoe St Aubyn (2008) menciona:

Las patadas no suelen ser una característica agradable en el caballo, aunque los caballos emplean las patadas como principal mecanismo de defensa. Las señales que muestran que está a punto de dar una patada son echar las orejas hacia atrás y mover los cuartos traseros hacia usted. Las extremidades posteriores del caballo tienen gran alcance y mucha potencia (una patada con los dos pies puede causar graves daños.) los caballos también son capaces de dar patadas laterales (de vaca) con un pie. Lo importante es evitar poner al caballo en una situación que le obligue a defenderse. Nunca se coloque en una posición peligrosa, asegúrese de interpretar el lenguaje corporal del caballo y mantenga una distancia segura.

(p17)

Por otra parte, se puede mencionar que los mordisqueos pueden mostrar que el caballo siente temor. Según Zoe St Aubyn (2008), algunos caballos tienen malas costumbres como lanzar pequeños mordiscos, estos comportamientos deben de corregirse desde que son potros para que este comportamiento no persista durante su vida deportiva ya que pueden representar un peligro para los jinetes inexpertos, en algunos casos los caballos pueden tener algún tipo de dolor por lo que sería una reacción apropiada a esa sensación de dolor, si el caballo muerde cuando le colocan la montura podría ser debido a dolores o incomodidad en el dorso del caballo así como también dolores musculares o podría ser que la cincha este pellizcando la piel al ser apretada.

Cuando los caballos agitan la cola, también se están comunicando, si el movimiento es brusco se identifica que el caballo está enfadado o nervioso y puede ser que se prepare para patear, otra forma de comunicaciones cuando las orejas del caballo se mueven, estas funcionan para saber a dónde dirigir su atención y escucha lo que hay a su alrededor. Si las orejas se encuentran erguidas y hacia adelante, el caballo ha centrado su atención en algo en particular si las orejas se encontraran hacia atrás indicaría que el caballo está molesto.

Entonces se puede inferir que si el paciente tiene el conocimiento de ciertas reacciones peligrosas que puede tener el caballo, este tomará precauciones acordes a lo que vea y logrará defenderse o salir ileso de una sesión de equinoterapia, esto le dará valor y coraje para enfrentarse a futuras situaciones, tomar seguridad de sus acciones y mejorar el control de su vida, lo cual conlleva a un mejoramiento de la autoestima.

Según Alita H. Buzel, (2016) en su libro *Beyond Words: The Healing Power of Horses* refiere que un gran número de especialistas en caballos, que han trabajado con ellos o que han vivido cerca de ellos, han mencionado que el poder que estos animales tienen para conectarse, curar y desarrollar confianza y relaciones íntimas con sus propias manadas y con los humanos es maravilloso.

Así mismo, la conexión mítica que existe entre el caballo y el ser humano ha sido documentada en varias ocasiones, desde la mitología griega de Chiron, el famoso centauro; se tenía la creencia que un centauro era un símbolo positivo que involucraba la combinación de una persona que era mitad humano mitad animal y la naturaleza del espíritu, a través de los indios americanos quienes amaban y reverenciaban a sus compañeros caballos, hasta nuestros días con los encantadores de caballos, que son personas dedicadas a la conexión entre el caballo y el ser humano.

Carl Jung (1936), uno de los padres fundadores de la psicoterapia actual, exploró el significado del caballo en el inconsciente colectivo, esa parte de nuestra memoria primordial, hipotéticamente hablando fue compartida universalmente por todas las personas que vivieron en la historia. El postula que el símbolo del caballo (arquetipo) representa lo oscuro e inexplorado de la mente (la sombra), donde nuestras más profundas heridas se esconden para no ser exploradas por nadie. Es a través de nuestra conexión con nuestra oscuridad que representa el caballo que somos capaces de traer luz a esas partes heridas para ser sanadas.

El caballo es un animal noble, fuerte, valiente, capaz de demostrar como la empatía se presenta sin necesidad de forzarla, tiempo atrás desde el inicio de su historia la equinoterapia menciona que los pacientes que se relacionaron con caballos presentaron mejorías significativas. Esto hace pensar que el papel del caballo es de suma importancia ya que en él está el catalizador del cambio del

paciente. Los caballos con esa gran capacidad de emular las emociones humanas permiten que el paciente se presente tal cual es, el paciente no podrá engañar al caballo ya que ese sentido tan importante en el caballo no permitirá que el paciente mienta, el caballo demostrará como el paciente se siente.

En la equinoterapia, el caballo al paso, transmite al jinete estímulos en forma de impulsos de ritmo variable que se desarrollan en las mismas dimensiones del espacio y con un patrón similar a la marcha humana. Hay una frase en el mundo ecuestre, “eres uno con el caballo”, el significado de esta frase en equinoterapia es muy fuerte ya que el caballo definitivamente se vuelve uno con el paciente y por lo tanto se vuelve un complemento perfecto.

Dichas referencias nos permiten ejemplificar de la siguiente manera: Si el paciente está ansioso al inicio de la terapia, el caballo responderá a esa ansiedad moviendo las orejas o la cola, el caballo recibe entrenamiento específico para trabajar equinoterapia por lo que, al percibir dicha ansiedad, el caballo tomara una postura diferente, en la cual relajará su cuerpo y su respiración para que el paciente perciba inconscientemente el cambio y paulatinamente se relaje.

En Guatemala, la equinoterapia también coloca al caballo en primer lugar, llamándolo como un coterapeuta, en el que tanto el cómo el terapeuta trabajan conjuntamente para alcanzar un objetivo con el paciente, equinoterapeutas mencionan que el caballo debe de vivir en condiciones apropiadas, debe de tener tiempo libre para relajarse y no cargarse de la energía que dejan los pacientes, en general mencionan que debe de tener un cuidado apropiado y debe de vivir en las mejores condiciones posibles.

Así pues, los caballos saben “quien puede y quien no”, esto es algo que se escucha en todas las escuelas de equitación, que quieren decir con esto, la realidad en el aspecto equinoterapéutico es que los caballos saben definitivamente si los pacientes pueden o no, si los pacientes pueden trabajan menos en teoría los caballos, pero si la respuesta es que no, ellos les brindan todo el apoyo necesario para que puedan realizar las actividades que necesitan para mejorar en su terapia.

## 2.2 Autoestima

Según Desclée de Brouwer (2004), en su libro en busca de la autoestima perdida, el término autoestima está de moda; sin embargo, es muy posible que su significado más profundo todavía no ha sido tratado como merece, posiblemente porque este concepto podría ser utilizado constantemente en la sociedad.

Según Desclée de Brouwer, cuanto más frecuente es su uso en el lenguaje coloquial, más parece que su auténtico significado es ignorado y pasa inadvertido a muchos. Entonces según el autor, el término autoestima es la traducción del término inglés *self-esteem*, que inicialmente se introdujo en el ámbito de la psicología social y en el de la personalidad, denota la íntima valoración que una persona hace de sí misma. De ahí su estrecha vinculación con otros términos afines como el autoconcepto o la autoeficacia, en los que apenas se ha logrado delimitar con el rigor necesario lo que cada uno de ellos pretende significar (González y Tourón, 1992).

Por lo anteriormente mencionado, se puede deducir entonces que la autoestima es el pensamiento que tiene una persona sobre sí misma, un ejemplo de esto podría ser que un paciente tuviera una idea equivocada de quien es, ya que la perspectiva de su persona no es la adecuada ni se manifiesta acorde a su actuar y sentir. Desde esta perspectiva, realmente es importante lo que se piensa de uno mismo, ya que está totalmente relacionado con la dignidad de la persona y hace referencia al yo, por lo que se debe de trabajar para incrementarla de una forma saludable día con día.

El autor Desclée de Brouwer (2004) menciona que la sociedad se ha vuelto demasiado acrítica respecto del significado inicial del concepto de autoestima, del que en buena parte es deudora la aceptación actual, tal y como en la actualidad se emplea. El término autoestima tiene una larga historia y un breve pasado, ambos inscritos en el ámbito casi exclusivo de la psicología. Por lo general cuando un término se sale del parámetro científico de donde procede, se culturaliza y se instala como un pensamiento propio día con día y es frecuente que se cambie el significado o que su significado pierda peso y la precisión que se tenía de él al describirla.

Al definir autoestima, se puede comprender que es la estimación de sí mismo, la forma en que la persona se ama, por lo que es también importante mencionar que hay muchas personas que no se aman así mismas, buscan por todos los medios creer que no son lo suficientemente buenas para algo y conforme este pensamiento de “no soy bueno” se va asentando en la mente de la persona la autoestima irá bajando poco a poco por lo que es imperativo trabajar oportunamente con estas personas.

Según Desclée de Brouwer (2004), conocerse no es lo mismo que estimarse; en realidad, para designar la acción de conocerse, la psicología emplea otro término, el autoconcepto, en inglés, se traduce como *self-concept*, aunque relacionado con la autoestima, debería diferenciarse de ella con claridad.

Desclée de Brouwer (2004) menciona:

La mayor parte de las veces, la percepción que las personas tienen de sí mismas suele estar equivocada o ser inexacta. Esto pone de manifiesto lo difícil que es el conocimiento personal, el conocerse a sí mismo con propiedad. En realidad, esta es probablemente la causa principal de que los problemas de autoestima se hayan multiplicado. (p.7)

William James (1890) menciona en su libro *The Principles of Psychology*, menciona este término en el capítulo dedicado a la conciencia del yo. El autor hace allí consideraciones que todavía hoy resultan de mayor alcance, pertinencia y relevancia que algunas de las reseñadas en ciertas publicaciones recientes.

James distingue, por ejemplo, entre tres tipos de autoestima: material, (vanidad personal, modestia, orgullo por la riqueza, temor a la pobreza, etc.), social (orgullo social y familiar, vanagloria, afectación, humildad, vergüenza, etc.), y espiritual (sentido de la superioridad moral o mental, pureza, sentido de inferioridad o de culpa, etc.). En su opinión, la autoestima es un sentimiento que depende por completo de lo que nos proponemos ser y hacer, y que está determinado por la relación de nuestra realidad con nuestras supuestas potencialidades. (p. 262)

Según lo anteriormente mencionado la autoestima de una persona estará íntimamente relacionada por cómo es percibida por los demás, según su estatus social, si tiene poder material o si es superior en algún aspecto espiritual, si las percepciones de los demás son positivas probablemente obtenga una mejor autoestima, pero en este sentido se deja de lado, como se ve la persona así misma, si la percepción de sí misma es pobre, seguramente su autoestima será baja pero al contrario si la persona tiene un concepto apropiado sobre sus cualidades y fortalezas y además está consciente de sus debilidades la persona podría tener una autoestima saludable.

### 2.2.1 Baja autoestima

Al hablar sobre baja autoestima viene a la mente la idea de una persona que tiene dificultad para sentirse bien consigo misma, de verse valiosa ante sus propios ojos y por tanto digna de amar y ser amada. La percepción que se tiene es una negativa en la cual se degrada la persona a sí misma y difiere de la opinión real de los demás, en este punto la persona tiene problemas para aceptarse y no siente compasión alguna hacia sí misma.

Las personas con baja autoestima buscan, sin ser conscientes, la aprobación y el reconocimiento de otras personas, provocando así que no puedan mostrar su verdadero yo ante otras personas, se mantienen en un estado de querer impresionar a los demás o quizás saber más que otro, las posibilidades son inconmensurables al respecto, pero primordialmente alguien que tiene baja autoestima trata de, mejorarse así misma de alguna manera.

En muchas ocasiones la persona que tiene baja autoestima, suele ocultarlo utilizando mecanismos de defensa como lo son: la negación, intelectualización, fantasías, entre otras, pero en definitiva busca protegerse de las amenazas del ambiente que muy a menudo pueden ser fantasías, pero que marcan la pauta de la salud mental de la persona; en algunos casos algunas personas con baja autoestima suelen experimentar ansiedad ante situaciones donde tengan que exponer su cuerpo de una forma más íntima o podría ser que cuando desean expresarle su amor a otra persona no lo hagan debido a que temen ser rechazados o no amados por la creencia irracional de que no son valiosos o que no son suficientes para la otra persona.

Cabe resaltar que una persona con baja autoestima tiene problemas de auto aceptación, esto quiere decir que son personas que tienden a juzgarse severamente, que no se respetan lo suficiente o que se tienen demasiada compasión, esto provoca que la persona sienta que ocupa un lugar inferior al de las demás personas.

Existen algunas causas importantes que caben mencionar sobre la baja autoestima, las cuales son crianza, en este aspecto se puede mencionar el modelo de crianza utilizado por los padres de la persona, si es un modelo en el cual se valore a la persona eventualmente crecerá con una autoestima apropiada, pero si el caso es contrario probablemente promueva una baja autoestima; eventos traumáticos, como su nombre lo indica pueden ser aquellos eventos en los cuales la persona haya sufrido un evento de magnitudes difíciles de manejar lo cual haya hecho que su amor propio fuera herido causando así sentimientos de ser débil, defectuoso o incluso indigno; fobias, pueden ser detonantes ya que son miedos irracionales y pueden ser quizás en algún momento motivo de burlas lo cual podría promover una baja autoestima; dificultades sociales, si a algunas personas les cuestan las interacciones sociales esto podría provocarles angustia y llegar al punto de aislarse lo cual podrían llegar a pensar que no son como los demás y esto causaría una baja en su autoestima; enfermedades, en este tema podemos mencionar que la autoestima puede bajar cuando la persona sufre de alguna enfermedad que le impida ser en su mente como todos los demás, debido a que tiene limitantes y esto no le permite desenvolverse naturalmente. entre otras.

### 2.3 Autovaloración

La autovaloración indica que concepto se tiene de sí mismo, las personas con autoestima alta tienden a sobrevalorarse o a valorarse de una manera más positiva que las personas con baja autoestima. Si se habla de autovaloración se recalca en el hecho de que tan bien se está con uno mismo, que tanto aprecio recibo de mí y como me siento en general acerca de quién soy.

Entonces la autovaloración no es más que la valoración que se tiene sobre sí mismo, como lo señalan del Cristo (2015), Domínguez (1999) y Poletti & Dobbs (2010), ellos mencionan que la percepción está enfocada a las cualidades, capacidades, intereses, aptitudes, éxitos profesionales y

personales, así como motivaciones en relación con las distintas esferas de la vida de la persona. De esta manera entonces la autovaloración tiene relación con las connotaciones afectivas, tanto negativas como positivas que son expuestas cuando un individuo tiene que responder a la pregunta de ¿Quién soy? Cuando se hace esta pregunta, sale a relucir las reflexiones que se tienen sobre sí mismo, las experiencias, la problemática vivida, entre otras, toda esta información se acumula internamente y se transforma en conocimiento puro sobre sí mismo.

## Capítulo 3

### Marco Contextual

#### 3.1 Método

Cada día surgen diferentes técnicas y abordajes psicológicos para trabajar desde el marco de la terapia, es por ello que sea considerado la importancia de profundizar en el tema de equinoterapia ya que se presenta de una forma pertinente ante problemáticas tanto simples como de elevado nivel de tratamiento, la equinoterapia es una terapia relativamente nueva en el campo de la psicología, pero con un peso importante gracias a sus beneficios en la vida de las personas.

Por lo tanto, se ha optado por trabajar el presente estudio con una investigación de método cualitativo ya que se recolectará la información pertinente proveniente de la observación, de responderá a cuestionamientos y de interpretar dichos cuestionamientos

El método que se utilizará será el método cualitativo ya que se recolectará información pertinente proveniente de la observación, de responder a cuestionamientos y de interpretar dichos cuestionamientos.

Hernández Sampieri, (2014) explica que la investigación cualitativa:

El *enfoque cualitativo* también se guía por áreas o temas significativos de investigación. Sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos (como en la mayoría de los estudios cuantitativos), los *estudios cualitativos* pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos. (p.7)

Asimismo, cabe mencionar que Hernández Sampieri (2014) define el método cualitativo como “método que utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación” (p.2).

Mediante la aplicación del método cualitativo se busca expandir el conocimiento, este conocimiento se va perfeccionando a través del tiempo obteniendo datos más precisos y pertinentes sobre la investigación y así comprender de manera más precisa la experiencia vivida desde el punto de vista de la persona que es observada.

### 3.2 Tipo de investigación

El tipo de investigación que se implementó en esta tesis fue combinado, de tipo documental y de campo, como se sabe la investigación documental es una técnica de investigación cualitativa en la cual se debe recopilar y seleccionar información pertinente que concierne al tema que se busca dar a conocer a través de documentos, libros, revistas, periódicos, etc. En el caso de esta tesis se plantea la investigación documental informativa ya que se pretende mostrar información relevante sobre la equinoterapia y sus beneficios en la autoestima de niños de 7 a 10 años.

Por otra parte, también se utilizó la investigación de campo la cual se realiza en la ejecución de los trabajos de este tipo, tanto el levantamiento de información como el análisis, las comprobaciones, la fundamentación de los conocimientos y la aplicación de los métodos utilizados para obtener conclusiones tienen lugar directamente en el ambiente donde se desenvuelve el fenómeno o hecho bajo estudio (Muñoz, 2011).

### 3.3 Niveles de investigación

El nivel de investigación utilizado en esta tesis es investigación exploratoria debido a que se centra en investigar aspectos concretos que aún no han sido analizados en profundidad ya que se trata de una exploración que permitirá el acercamiento a la temática tratada en dicha tesis. Por sus características este tipo de investigación no parte de teorías excesivamente detalladas, más bien trata de encontrar patrones significativos para que así a partir de estos resultados se crean las primeras explicaciones completas sobre lo que sucede.

### 3.4 Pregunta de investigación

¿Cuál es la efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima?

### 3.5 Variables

- Efectividad de la equinoterapia en niños de siete y diez años con baja autoestima.
- Nivel de afección de la autoestima en niños de siete y diez años.
- Actitud del niño hacia la terapia con caballos

### 3.6 Muestreo

Según Muñoz (2011) existen diversas técnicas estadístico-matemáticas que se aplican para hacer dicha recopilación. Entre algunas de estas destacan los muestreos estadísticos, aleatorios, por cuotas y muestreos con remplazo. Los métodos se conforman en correspondencia con los tipos de muestra que se necesitan seleccionar, está en relación directa con los objetivos del trabajo y el tipo de estudio que se necesita hacer. Se pueden plantear que existen dos grandes tipos de muestreo: probabilístico, cuando todos los elementos de la población tienen la misma probabilidad de ser seleccionados y el no probabilístico, cuando no se cumple lo anterior.

El tipo de muestreo utilizado es no probabilístico debido a que se seleccionó a un grupo de encuestados de una población más amplia, utilizando como método el muestreo intencional o de conveniencia, debido a que se buscó encontrar una muestra representativa de la población relacionada con el mundo ecuestre y particularmente de aquellos que participan en equinoterapia. La selección del grupo objetivo para la elaboración de esta tesis fue un grupo de niños que se encontraban en edades de siete y diez años, se realizó de esta manera debido a que en los centros de equinoterapia en Guatemala, esta población es la que más prevalece. La población que participó en dicho estudio presenta diversas discapacidades tanto intelectuales como emocionales o conductuales, esta sintomatología conlleva a problemas en la autoestima de los pacientes por lo

que se considera importante y pertinente dar a conocer la efectividad de la equinoterapia en pacientes con baja autoestima.

### 3.7 Sujetos de la investigación

Los sujetos de estudio son niños de siete a diez años con baja autoestima que pueden ser pacientes de equinoterapia por motivos diversos, pero principalmente niños que tengan discapacidades físicas emocionales o intelectuales.

### 3.8 Instrumentos de la investigación

Según Audirac Carlos (2006) “la encuesta es un instrumento que permite recabar información general y puntos de vista de un grupo de personas”. Por lo anteriormente mencionado, el instrumento a elección es la encuesta, debido a que permite dar a conocer la opinión del equinoterapeuta y de los padres del paciente sobre la situación o sobre el problema planteado, es una herramienta que permitirá dar a conocer la efectividad de la terapia, en esta encuesta se utilizaron las preguntas de tipo cerradas en las cuales se buscaba que los encuestados respondieran con sí o no a las interrogantes las cuales son las siguientes: ¿Conoces que es equinoterapia?, ¿Conoces los beneficios de la equinoterapia en niños?, ¿Has notado algún cambio en la autoestima de tus hijos o pacientes que asisten a equinoterapia?, ¿Recomendarías la equinoterapia a más personas?, ¿Crees que es importante que existan centros especializados en equinoterapia en Guatemala?; así mismo se utilizó la observación y la recolección de datos mediante la observación de dos equinoterapias las cuales fueron clave en esta investigación.

### 3.9 Procedimiento

Desde que se plantea la realización de esta tesis, surge el deseo de informar a la comunidad que se dedica a la salud mental sobre la equinoterapia y sus beneficios, principalmente sobre la autoestima. Oportunamente se contó con la realización de la tabla de variables en la cual se sientan las bases

primordiales de la investigación a través de el desglose de los temas a tratar, permitiendo así un panorama más visual sobre lo que se busca alcanzar en esta tesis.

Seguidamente se presentan algunos antecedentes importantes sobre la equinoterapia, existen precedentes de que esta investigación no ha sido realizada, pero se cuenta con un gran bagaje de información referente a la equinoterapia proveniente de países dedicados a la exploración sobre la misma, en dichas investigaciones realizadas por diversos países se mencionan los problemas que trata la equinoterapia y como esta beneficia de gran manera a todo aquel que esté dispuesto a probarla.

En esta tesis surge la pregunta de la efectividad de la equinoterapia en pacientes con baja autoestima por lo cual es pertinente investigar oportunamente el estado de la autoestima de cada paciente y como ésta paulatinamente mejora a lo largo del tratamiento, para lo cual se realizaron encuestas que mostraron visualmente la percepción de cada participante del estudio, lo cual permitió elaborar la presentación de los resultados.

## **Capítulo 4**

### **Presentación y discusión de Resultados**

#### 4.1 Presentación de resultados

La equinoterapia ha sido investigada en varios países extranjeros, sus beneficios son muchos para la rama de la salud mental por lo que se realizó esta investigación para todas aquellas personas que estén interesadas en implementarla y aprovechar sus beneficios, en esta tesis se presentan los resultados obtenidos de una población de niños de 7 y 10 años.

A continuación, se presentan los datos obtenidos mediante la aplicación de encuestas, de elaboración propia que están dirigidas a equinoterapéutas y padres de familia de los pacientes que participaron en el estudio. Los resultados de las encuestas se presentaron a través de graficas de pastel para proporcionar al lector una mejor visualización de los resultados concluyentes de la herramienta de investigación. Además, se detalla una sesión de equinoterapia con un paciente en al inicio de la terapia y con un paciente con varios meses de trabajo con equinoterapia.

##### 4.1.1 Observación de equinoterapia dirigida a dos pacientes

A continuación, se detalla la primera sesión de equinoterapia con un paciente que no había participado en ninguna terapia de este tipo con anterioridad. Al inicio de la sesión el paciente mostró síntomas de baja autoestima debido a que antes de subirse al equino con temor le comentó a su mamá quien en ese momento era la persona que lo acompañaba que se sentía asustado y que no deseaba participar en la terapia ya que no se sentía capaz de realizar la actividad que había indicado la equinoterapéuta.

A lo que la equinoterapéuta muy amablemente se le acercó y le indicó que este primer día se trataba de conocer al caballo, que se olvidara por completo de todo lo demás y se enfocara en el caballo. El niño de 8 años temeroso accedió a acariciar al caballo, luego conforme fue sintiendo el pelaje

del equino el niño fue tomando más confianza, poco a poco sus manos fueron acariciando al caballo de forma más relajada, la equinoterapeuta le preguntó si deseaba dar un paseo con el equino a lo que el niño accedió, rápidamente la terapeuta y su acompañante al cual se le llama caballerango, encargado de acompañar y dar apoyo a la terapeuta en todo momento de la sesión prepararon todo para que el niño pudiera subirse al caballo.

En el momento en el que el niño se monta al caballo, se nota un nuevo tipo de nerviosismo, entre estrés y emoción. La terapeuta le indicó al niño que debería de agarrarse fuertemente a un tipo de agarradera de metal que se encuentra agarrado al cuerpo del caballo por medio de una cincha, la cual lleva por nombre cincha de volteo. La equinoterapeuta le explica paso a paso y sin perder la calma todo lo que el caballo lleva puesto, le menciona que utilizan riendas pero como es la primera vez que el monta utilizaran un equipo diferente para poder controlar al caballo, el nombre de esta herramienta es gamarrón y va atado a la cara del caballo, luego lleva un lazo trenzado, el cual sirve para jalar al caballo, además lleva en sus cuatro patas protectores y por último le mencionan que el caballo lleva una manta gruesa, que se llama mantillón, la equinoterapeuta le mencionan el nombre del caballo y la edad que este tiene para que se vuelvan amigos.

Seguidamente la terapeuta le pide al niño que le ponga un apodo para que sea más amistosa su relación, lo cual el niño sonríe y lo hace. Inmediatamente después, la terapeuta revisa meticulosamente al niño y al caballo y le indica al caballerango que empiecen, el caballerango camina a paso normal y la terapeuta camina al lado del niño. Debido a la seguridad no se pudo caminar tan cerca de los participantes por lo que se observó desde lejos, la terapeuta estuvo en constante contacto visual con el niño y sostuvo una conversación amena por lo que se pudo observar ya que el niño sonreía por momentos, el caballerango no participó en la conversación, su trabajo se basó en caminar jalando al caballo.

Al terminar la sesión sobre el caballo la equinoterapeuta bajó al niño del caballo y le indicó que debía darle las gracias al caballo por su trabajo, el niño atento a las instrucciones realizó la acción y luego la terapeuta le dijo lo siguiente: “Ahora te debes de dar las gracias y felicitarte ya que no cualquiera se sube a un caballo.”

Cabe destacar que, durante el desenvolvimiento de la terapia, el ambiente que se vivía en el lugar era de calma y paz, existía mucho silencio lo que permitía escuchar claramente el sonido de las aves y el sonido de los árboles al ser movidos por el viento. Mientras se vivía este ambiente se observó que la equinoterapeuta vestía un pantalón de montar, una filipina con un diseño infantil, botas de montar y una gorra, por el contrario, el paciente vestía un pantalón de lona, una playera, zapatos tenis y un casco.

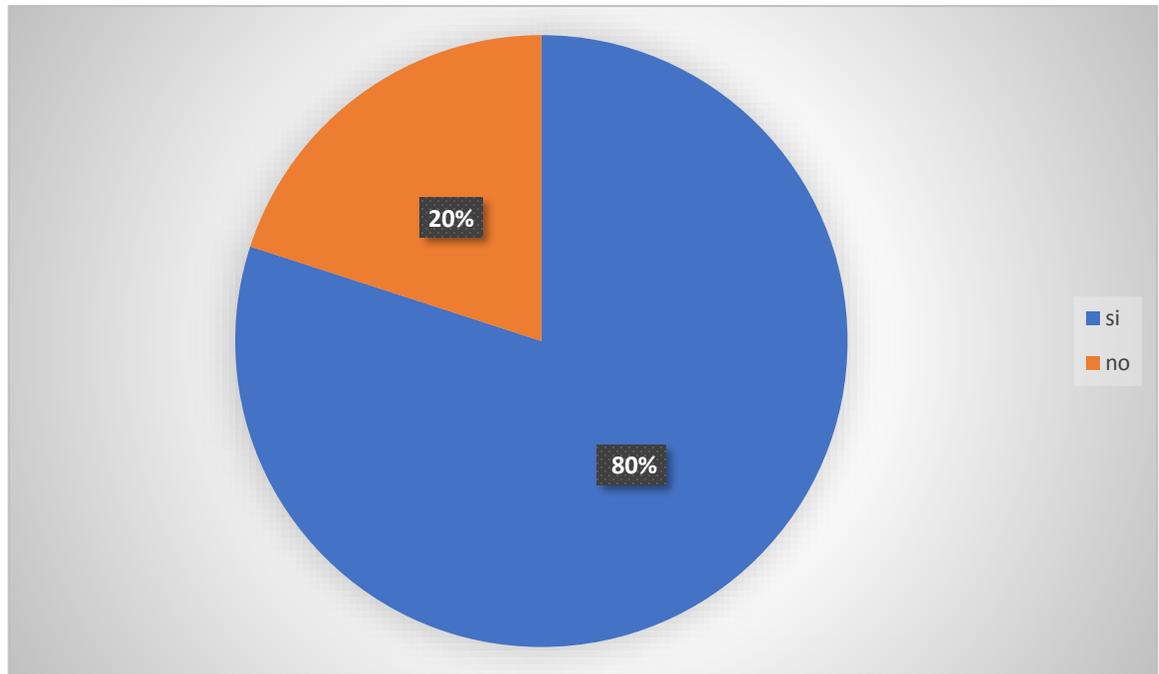
En relación al segundo paciente, Es un niño de diez años que al momento de la observación se encuentra en etapa intermedia del tratamiento con equinoterapia, primero saludó al caballo, luego el mismo niño saco de una habitación, llamada guadarnés, el equipo necesario para preparar a su caballo, en constante observación por otra equinoterapeuta, el niño equipó de pies a cabeza a su caballo, seguidamente coloco una silla y se montó sin ayuda de nadie al caballo, a continuación, la equinoterapeuta, solicitó al niño realizar el calentamiento del caballo, en dicho calentamiento el niño manejo al caballo por los tres diferentes aires, paso, trote y galope; debido a que era una sesión de entrenamiento normal no es permitido entrar a la pista con el paciente.

Después de varios minutos el niño se preparó para una sesión de salto a caballo, desde barras tiradas en el suelo de la pista hasta llegar a la altura de 90 cm. conforme iba saltando se iba observando cada vez más seguro de sí mismo, preciso y concentrado en su tarea. Al terminar su sesión de entrenamiento fue acompañado por la terapeuta de regreso al área donde debía des equipar su caballo y darle un baño. La terapeuta le pregunto cómo se sentía con lo que había trabajado, el niño le indico que se sentía muy bien y muy feliz porque fue una buena sesión de entrenamiento, el caballo trabajo muy bien. La terapeuta le pregunto si se sentía más seguro de sí mismo al momento de haber terminado bien su sesión, a lo que el niño le menciona que sí.

La terapeuta menciona que después de que el niño viene a montar, tiene un excelente día al día siguiente, siente que está mejorando día a día, ya que ya no se cuestiona tanto el qué dirán los demás, sus pensamientos negativos han disminuido en gran medida y se encuentra casi listo para iniciar en el mundo de las competencias ecuestres, lo cual probará si el trabajo que se ha realizado constantemente ha sido provechoso para el paciente.

#### 4.1.2 Resultados obtenidos en la encuesta

**Gráfica No. 1**  
**¿Conoces qué es equinoterapia?**

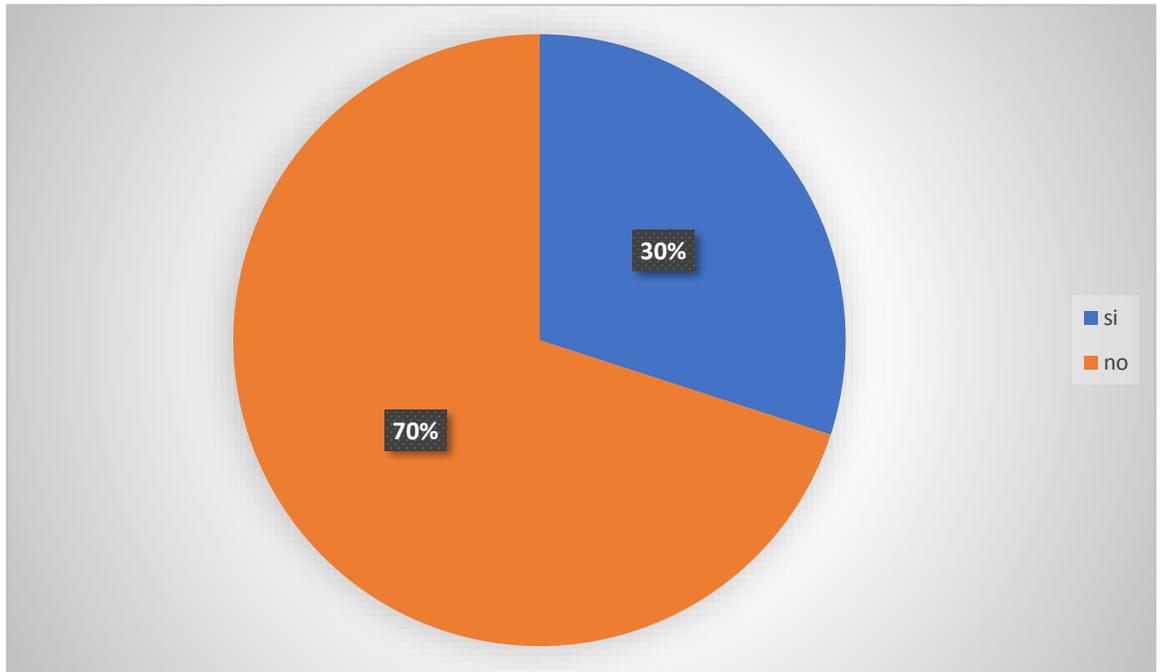


Fuente: Elaboración propia (2019)

Según los datos obtenidos en la encuesta dirigida a equinoterapeutas y padres de pacientes, se puede inferir que un 80% de los encuestados respondieron con certeza que, si conocen sobre la equinoterapia, mientras que el 20% expresa desconocimiento sobre dicha terapia. Conviene resaltar que la población objetivo que expreso desconocimiento sobre la equinoterapia son principalmente, los padres de pacientes que reciben dicho tratamiento.

**Gráfica No. 2**

**¿Conoces los beneficios de la equinoterapia en niños?**

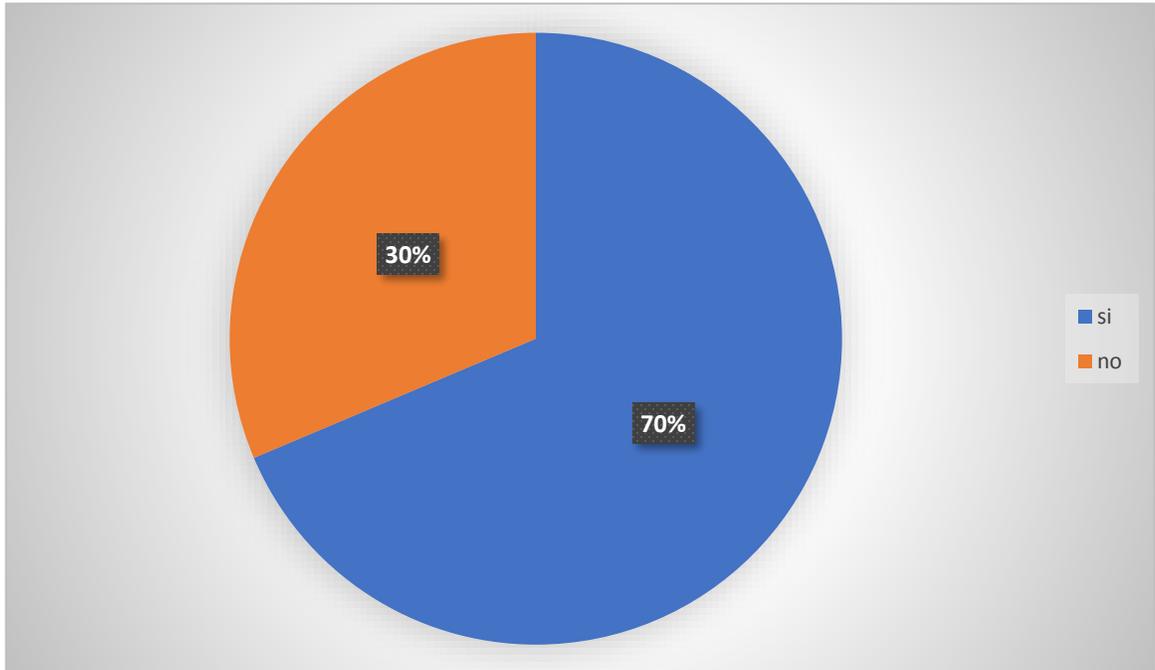


Fuente: Elaboración propia (2019)

Según los datos obtenidos en la encuesta dirigida a equinoterapeutas y padres de pacientes, se puede inferir que un 30% de los encuestados respondieron con certeza que, si conocen sobre los beneficios de la equinoterapia, mientras que el 70% expresa desconocimiento sobre dichos beneficios de la equinoterapia. Conviene resaltar que la población objetivo que expreso desconocimiento sobre la equinoterapia son principalmente, los padres de pacientes que reciben dicho tratamiento.

**Gráfica No.3**

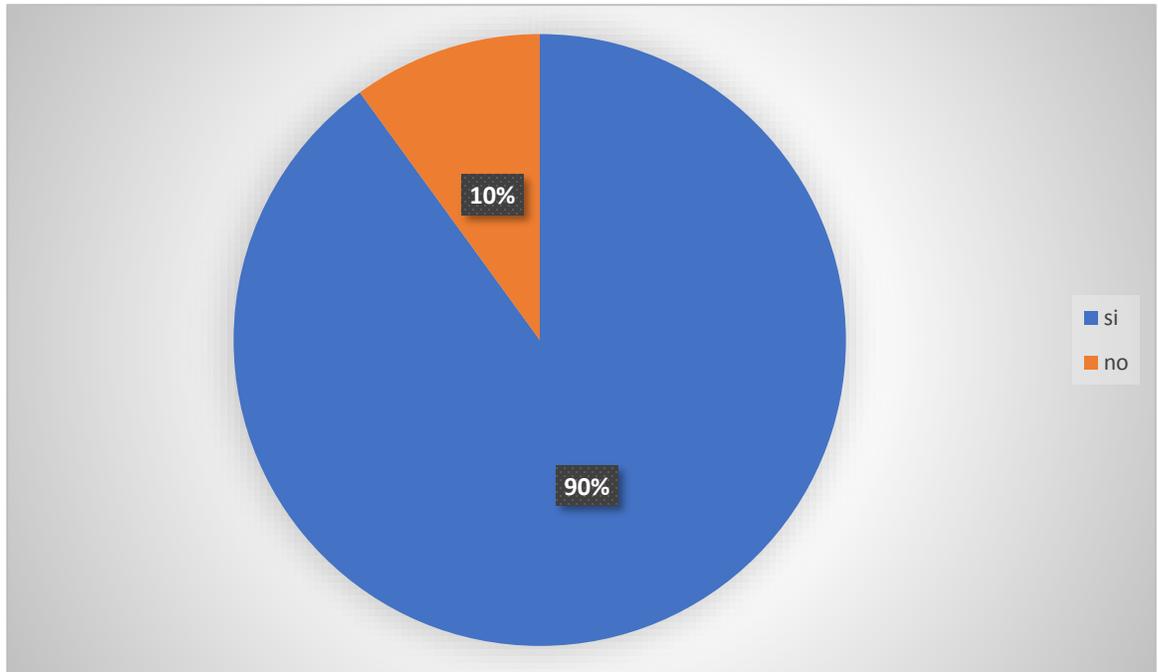
**¿Has notado algún cambio en la autoestima de tus hijos o pacientes que asisten a equinoterapia?**



Fuente: Elaboración propia (2019)

Según los datos obtenidos en la encuesta dirigida a equinoterapeutas y padres de pacientes, se puede inferir que un 70% de los encuestados respondieron con certeza que, si han notado cambios en la autoestima de sus hijos o pacientes, mientras que un 30% respondió que no, Conviene resaltar que la población objetivo que expreso que no notaron mejora son principalmente padres de los pacientes y tienen poco tiempo de estar utilizando este tipo de terapia.

**Gráfica No. 4**  
**¿Recomendaría la equinoterapia a más personas?**

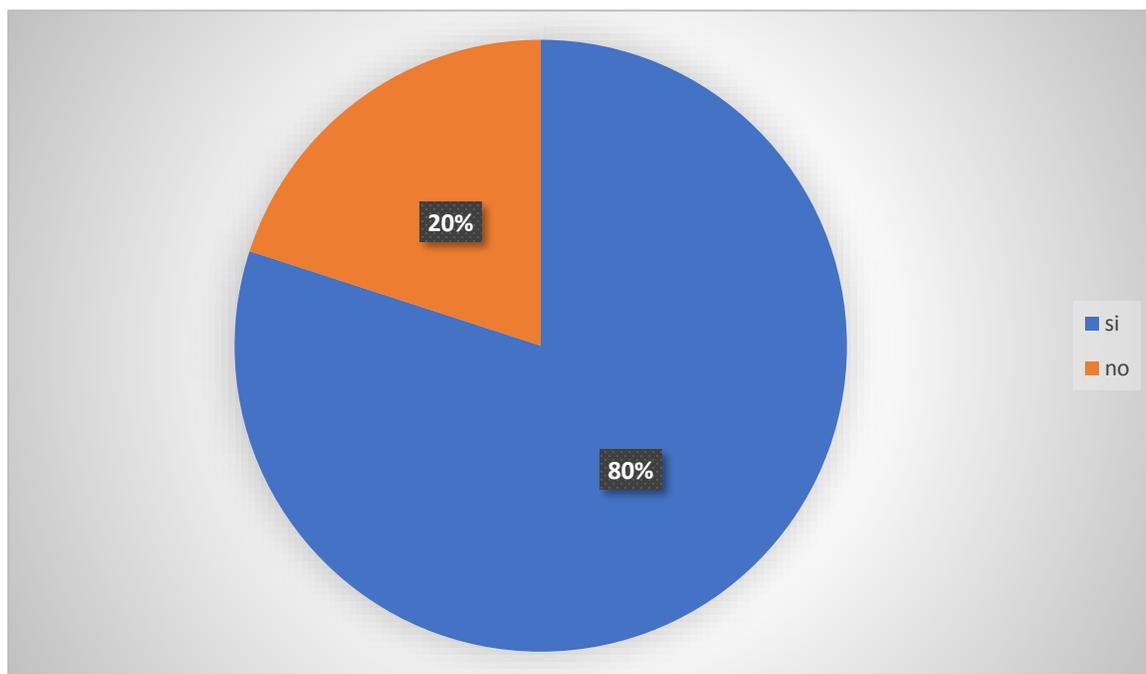


Fuente: Elaboración propia (2019)

Según los datos obtenidos en la encuesta dirigida a equinoterapeutas y padres de pacientes, se puede inferir que un 90% de los encuestados respondieron con certeza que, si recomendasen a otras personas la equinoterapia, mientras que el 10% expresa no la recomendaría. Conviene resaltar que la población objetivo que expresó que no la recomendaría son principalmente padres de pacientes nuevos en esta terapia.

**Gráfica No. 5**

**¿Crees que es importante que existan centros especializados en equinoterapia en Guatemala?**



Fuente: Elaboración propia (2019)

Según los datos obtenidos en la encuesta dirigida a equinoterapeutas y padres de pacientes, se puede inferir que un 80% de los encuestados respondieron con certeza que, si es importante que existan centros especializados en equinoterapia en Guatemala, mientras que el 20% expresa que no es importante la creación de más centros especializados en equinoterapia. Conviene resaltar que la población objetivo que expreso que no es importante son principalmente, los padres de pacientes que reciben dicho tratamiento.

## 4.2 Discusión de resultados

Partiendo de la pregunta de investigación ¿Cuáles es la efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima? Se realizó una investigación en la cual se utilizó una encuesta y dos observaciones de terapias, esta última con dos niños, uno que se encontraba iniciando su terapia y otro que llevaba varios meses en ella, durante ambas observaciones se evidenció la importancia de los padres o cuidadores ya que era vital que estuvieran presentes durante la terapia, comentaba la terapeuta que esto se debe a que algunos ejercicios pueden ser replicados en casa y para que el ritmo de la terapia sea más relajado para los niños, los padres deben estar presentes para brindarles esa sensación de confianza y seguridad a sus hijos.

Por lo que se menciona anteriormente cabe recalcar que el objetivo principal de la investigación fue identificar la efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima, luego como objetivos específicos se pretende describir las características de los niños con baja autoestima y describir la equinoterapia y su importancia, de la información proporcionada por las encuestas se pudo encontrar que no todos conocen cuales son los beneficios de la equinoterapia, así como también no conocen bien que es equinoterapia, pero muchos concuerdan en que es necesario que existan centros especializados en dicha terapia para abarcar a una población más grande y que esta se nutra de estos beneficios.

Además, la gran mayoría de terapeutas concuerda que si hay cambios significativos en la autoestima de los pacientes por lo que casi todos están de acuerdo en recomendarla a más personas, toda esta información fue obtenida de las encuestas, en cuanto a la observación se pudo inferir que el tipo de niños que asisten a equinoterapia, generalmente poseen algún tipo de discapacidad, ciertamente pueden ir de no tener ninguna discapacidad física hasta tener problemas realmente serios de movimiento, en general se puede mencionar que la equinoterapia es un mundo complejo en donde los pacientes y los terapeutas tienen la misma importancia, ambos trabajan juntos para alcanzar una meta en común.

## Conclusiones

Se concluye que la pregunta de investigación ¿Cuál es la efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima? Se responde positivamente ya que a través de las observaciones y las encuestas se puede visualizar apropiadamente la forma en que los pacientes mejoran su autoestima, en definitiva, se presencié un cambio significativo en estos aspectos por lo que queda claro que la equinoterapia podría ayudar a muchos pacientes en el futuro.

A través de la observación directa se pudo identificar la efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima ya que paulatinamente conforme se iba avanzando en la terapia los niños van aumentando la confianza en sí mismos adaptándose a situaciones más complejas sobre su autoconcepto, autovaloración y su visión general sobre sí mismos.

Cuando se habla de niños con baja autoestima se pueden describir como aquellos niños que tienen un autoconcepto muy pobre sobre sí mismos, tienen dificultad para relacionarse con las demás personas debido a que pueden pensar que no valen tanto como los otros y que no son capaces de realizar lo que se les solicita y prefieren mantenerse aislados, cuando asisten a equinoterapia en las primeras sesiones pueden mostrar temor hacia el caballo y a lo que puede suceder en ese entorno.

La equinoterapia es una terapia relativamente nueva, poco explorada en la cual se realizan actividades terapéuticas utilizando un caballo, el cual sirve de coterapeuta además de ser un vehículo por el cual se manifiesta el acompañamiento y la empatía, a través de este noble animal se potencializan los beneficios de la equinoterapia que van desde una mejor autoestima hasta situaciones más complejas como habilidades motoras recuperadas, la equinoterapia se puede decir que beneficia de forma psicobiosocial y emocional al paciente debido a que mejora todos los aspectos de su vida.

## **Recomendaciones**

Es oportuno recomendar que se realice una investigación más exhaustiva sobre la eficacia de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años, debido a que esta investigación solo se centra en niños con baja autoestima, sería pertinente explorar otro tipo de problemas psicológicos para poder visualizar si es funcional y así poder recomendarla a más personas.

Es recomendable realizar más observaciones a este grupo de niños y tener una visión más amplia sobre cómo trabajan equinoterapia durante un periodo más largo de tiempo, así la observación podría ser más fidedigna ya que se ve el desenvolvimiento del paciente desde el primer día de terapia hasta el último día de su terapia, esto brinda una idea más exacta de como el paciente pasa estas etapas y se visualiza la construcción de una autoestima más apropiada y sana.

Es importante recalcar en los lectores la importancia de la baja autoestima en niños y como tratarla debido a que muchas veces es poco explorado y no se le presta la atención que merece y podría llegar a causar un problema realmente grave cuando el niño se convierte en un adolescente o incluso llegar a la adultez, por lo que es conveniente seguir el estudio de esta terapia para poder contribuir de una mejor manera a los pacientes con este tipo de afección.

Es oportuno mencionar que la equinoterapia es una terapia que está cobrando mucha vida en el país, merece la pena tomarse el tiempo para conocerla y conocer cuáles son sus beneficios para que así los profesionales de la psicología puedan brindar una terapia integral y promover la homeostasis en los pacientes que visitan sus clínicas y así poder crear instrumentos diseñados para la población guatemalteca, que se puedan adaptar a esta terapia, así se lograría una recolección de datos fidedigna sobre la problemática que afronta la población guatemalteca en cuanto a la baja autoestima.

## Referencias

Asociación Argentina de Equinoterapia (s.f). *La equinoterapia en la historia*. Recuperado de

<https://www.equinoterapiaargentina.org/historia/>

Asociación Mexicana de Equitación Terapéutica, AC. (s.f.). *Retrospectiva*. Recuperado de

<http://equinoterapia.net/retrospectiva/>

Aubyn, Z. S. (2008). *Manual de Equitación*. (1ra. ed.). España: Blume

Bronowski J. (1973). *The Ascent of Man*. Reino Unido: BBC

Buzel, A.H. (2016). *Beyond words: The healing power of Horses*. Bloomington: Author House.

Day, P. (2015). *Setting up an Equine Assisted Learning Centre*. Retrieved from

[https://www.amazon.com/-/es/Setting-Equine-Assisted-Learning-Centre-ebook/dp/B017G9PZWA/ref=sr\\_1\\_1?\\_mk\\_es\\_US=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=setting+up+an+equine+assisted+learning+centre&qid=1591911499&sr=8-1](https://www.amazon.com/-/es/Setting-Equine-Assisted-Learning-Centre-ebook/dp/B017G9PZWA/ref=sr_1_1?_mk_es_US=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=setting+up+an+equine+assisted+learning+centre&qid=1591911499&sr=8-1)

Equine Assisted Growth and Learning Association (2011, 07 de junio). *Equine Assisted Growth and Learning Association (EAGALA) Paves the Way for Horse- Related Therapies in Helping Victims of Terrorism, Trauma and Other Challenges*. Recuperado de

<https://www.prnewswire.com/news-releases/equine-assisted-growth-and-learning-association-eagala-paves-the-way-for-horse-related-therapies-in-helping-victims-of-terrorism-trauma-and-other-challenges-123345173.html>

Equine Assisted Growth and Learning Association (2011, 09 de junio). *La Asociación para el Crecimiento y el Aprendizaje Asistido con Equinos (EAGALA) se coloca a la vanguardia en el terreno de las terapias asistidas con caballos, con la finalidad de auxiliar a víctimas de trata, trauma y otros desafíos*. Recuperado de <https://www.prnewswire.com/news-releases/la-asociacion-para-el-crecimiento-y-el-aprendizaje-asistido-con-equinos-eagala-se-coloca-a-la-vanguardia-en-el-terreno-de-las-terapias-asistidas-con-caballos-con-la-finalidad-de-auxiliar-a-victimas-de-trata-trauma-y-otros-des-123547359.html>

Eticaballo (2013, 25 de septiembre). *Hípica*. Recuperado de <https://eticaballo.webnode.es/>

Fundación a Caballo (s.f). *Terapias Ecuestres*. Recuperado de <http://www.fundacionacaballo.org/>

Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill

LookMagazine (2018, 14 de junio). *Astrid, la jinete estrella de olimpiadas especiales*.

Recuperado de <https://www.lookmagazine.com/2018/06/14/astrid-la-jinete-estrella-de-olimpiadas-especiales/>

Polaino, A. (2010). *En busca de la autoestima Perdida*. (3a. ed.). España: Desclee de Brouwer

Salgado Jiménez, Tomás (2018). *Equinoterapia: Terapia con caballos*. Retrieved from

[https://www.amazon.com/-/es/EQUINOTERAPIA-CABALLOS-LAMULA-VERKYSTO-SALGADO-ebook/dp/B07BH4YYD8/ref=sr\\_1\\_1?mk\\_es\\_US=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=equinoterapia&qid=1591908211&sr=8-1](https://www.amazon.com/-/es/EQUINOTERAPIA-CABALLOS-LAMULA-VERKYSTO-SALGADO-ebook/dp/B07BH4YYD8/ref=sr_1_1?mk_es_US=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=equinoterapia&qid=1591908211&sr=8-1)

Scharff C. (2017, 23 de agosto). *The Therapeutic Value of Horse*. Recuperado de

<https://www.psychologytoday.com/intl/blog/ending-addiction-good/201708/the-therapeutic-value-horses>

## **Anexos**

## Anexo 1

### Tabla de Variable

**Nombre completo:** Grescia Liliana Román Ramírez

**Título de la Tesis:** Efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima

**Carrera:** Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social

Problemática	Variable de Estudio (Tema a investigar)	Sub temas de la variable de estudio	Pregunta de investigación	Objetivo General	Objetivos específicos	Instrumentos de investigación	Sujetos de estudio
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baja autoestima</li> <li>• Autoconcepto</li> <li>• Autovaloración</li> <li>• Dificultad para alcanzar metas.</li> <li>• Necesidad de aprobación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baja autoestima en niños.</li> <li>• Equinoterapia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es la efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar la efectividad de la equinoterapia en niños de 7 y 10 años con baja autoestima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir las características de los niños con baja autoestima.</li> <li>• Describir la equinoterapia y su importancia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuestas</li> <li>• Entrevistas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Niños de 7 y 10 años</li> </ul>

Fuente: elaboración propia (2019)

