

Boletín: Resultados de la Equinoterapia con NNAJ del IDIPRON

El Instituto Distrital para la Protección de la Niñez y la Juventud (DIPRON) a lo largo de su historia, ha buscado alternativas para la atención de niños, niñas, adolescentes y jóvenes (NNAJ) en el marco del restablecimiento de sus derechos y la promoción de una mejor calidad de vida. En esta búsqueda, el Instituto suscribió el Convenio 1515 de 2017 con 'Cabalgando Escuela de Equitación S.A.S.' con el objetivo general de "Evaluar el impacto de la equinoterapia en el desarrollo integral de NNAJ con discapacidad, necesidades educativas especiales y consumo problemático de sustancias psicoactivas, vinculados al IDIPRON".

La equinoterapia es una técnica terapéutica del campo psicológico que se realiza montando a caballo con el fin de mejorar los aspectos físicos, psicológicos, educativos y sociales de una persona. Al ser una actividad que se realiza al aire libre, en contacto directo con la naturaleza, y en espacio abierto, tiene un efecto favorable en la esfera psicológica y emocional de la persona.

En este ejercicio participaron NNAJ de varias Unidades de Protección Integral. La muestra estuvo compuesta por un 44% de personal femenino y 56% masculino; 15% de ellos de 6 a 11 años; 33% de 12 a 17 años, y 53% de 18 a 29 años. El 22% del total con estudios de básica primaria y 59% de educación media.

Las actividades de equinoterapia se enfocaron en la interacción del NNAJ con los caballos durante la cabalgata, trote, baño, peinado y alimentación de los equinos; había una práctica deportiva y creación de vínculos afectivos con los animales y con sus pares.

Principales hallazgos

- Los participantes encontraron en la equinoterapia un espacio para evaluar sus emociones y conocimientos, un espacio donde mediante la diversión generada por montar un caballo ponen a prueba tanto sus conocimientos sobre cómo manejar animales, interactuar con otras personas o usar los materiales de equinoterapia, como sus miedos, alegrías, afectos y cuidados, lo cual produjo reflexiones sobre sus proyectos de vida, relaciones con otros o formas de consumo de SPA.
- La mejora en procesos escolares tiene relación con el desarrollo de confianza en sí mismos y de autonomía que les permite apropiarse de sus procesos educativos, más que con desarrollos cognitivos.
- Entre los afectivos, mencionaron mejoras en su estado de ánimo, lo que les permitía hacer con mayor entusiasmo otras actividades académicas en las UPI. Otro fue la alegría de abrazar a los caballos, lo cual les hacía sentirse libres, tranquilos y con cariño; sensación que perduraba durante todo el día y se reflejaba en la forma de relacionarse con sus compañeros al llegar al internado. También les hacía sentirse orgullosos por lograr nuevos avances en su relación con el caballo; este era uno de los temas sobre los que llegaban a conversar con otros en la UPI. Igualmente, mencionaron que el proceso de equinoterapia les saca de su zona de confort, pues algunos no sienten en el internado mayores retos personales y el encierro genera una rutina "fácil" de cumplir. Lograr montar y entender a los caballos les permite cumplir retos o metas personales que no lograrían en otro lugar.
- Si bien, en un número importante de NNAJ no vieron relación entre las sesiones y la disminución de la ansiedad por consumir SPA, algunos sí mencionaron que su asistencia les permitía reducir la ansiedad de consumo ya que cambiar de ambiente, salir de la ciudad y

compartir con los caballos les permitía alejarse de los problemas del hogar, del barrio y de la ciudad. Sin embargo, es difícil para los NNAJ diferenciar cuáles cambios obedecen a su día a día en las UPI y cuáles a la equinoterapia. Lo que podría señalarse es que la equinoterapia potencia algunos de los procesos y transformaciones que se empiezan a gestar en las UPI.

Principales cambios experimentados

De acuerdo con el informe de investigación, tras el proceso de equinoterapia, estos son algunos de los resultados más evidentes encontrados en las diferentes áreas del SER:

- Cognitiva: el miedo o respeto que generan los caballos los lleva concentrarse y seguir las indicaciones que les dan. También el respeto que sienten por los talleristas (brindan una ayuda diferente).
- Motora: desarrolla el manejo del cuerpo y la conciencia de este, iniciados en otros momentos y espacios del proceso pedagógico del IDIPRON (clases de educación física, meditación, yoga, etc.).
- Sensorial: En internados no se presentaron cambios a nivel sensorial. En externados, un joven destacó la ampliación de su campo visual.
- En los contextos de internado, la equinoterapia ayuda a mitigar la ansiedad y a bajar los niveles de estrés que sienten la mayoría de NNAJ con el encierro, pues implica desplazarse a un lugar abierto, campestre, y relacionarse con otros seres humanos y con animales.
- La relación con los caballos ayuda a ponerse en la situación del otro, a actuar respecto al otro pensando en lo que pueden llegar a hacerle sentir. También a preocuparse por la forma como se comunican con el otro, porque, así como con los caballos, de esto depende si se entiende el mensaje y si es bien recibido por los demás. Esto se ha traducido en la mejora en las relaciones con la familia y con los compañeros de UPI.
- La relación con los caballos les produce tranquilidad a los NNAJ. También ayuda a regular emociones como el miedo y el mal genio porque consideran que estas se transmiten al caballo. La interacción con estos animales ayuda a controlar el estado de ánimo, a desestresarse y por esta vía a mejorar las relaciones entre los NNAJ y entre ellos y sus educadores. También se sienten con más energía, motivados y dispuestos a participar de las actividades que les proponen.
- Inicialmente, se diferenció el trato frente a los caballos del que se tiene con otros humanos (familia, compañeros, educadores), en el sentido en que hay que tener mayor consideración hacia los animales, más cuidado. Luego este se va reflejando en las relaciones con otras personas.
- La equinoterapia ha ayudado a que conozcan personas provenientes de diferentes contextos. Y aunque al principio se presentaron roces, durante el proceso se fueron superando en aras de buscar una mejor convivencia, un bienestar en las actividades, por medio de la comunicación y la expresión de lo que pensaban y sentían, de sus disgustos y sus diferencias, todo dentro de un marco de respeto que se va construyendo al mismo tiempo que la confianza.
- La expresión de sus sentimientos ha llevado a una mejor comunicación con sus educadores, lo que para algunos ha redundado en sus procesos de aprendizaje. Esto da a entender que algunas dificultades en los procesos académicos tienen como origen no

tanto dificultades o falencias en las habilidades o capacidades de los NNAJ sino una relación conflictiva con sus profesores. En estos, los desarrollos en la expresión de ideas y sentimientos y la comunicación logrados por medio de la equinoterapia han sido de gran ayuda.