

Informe

# Beneficis socials i esportius de la pràctica eqüestre

Pla de comunicació: Informe d'identificació de documents i fons d'investigació sobre els beneficis de la pràctica eqüestre

Projecte estratègic: **ACTIVITATS EQÜESTRES, una alternativa econòmica en zones rurals**

Coordinació:

**Associació per al Desenvolupament Rural Integral de la Zona Nord-Oriental de Catalunya (ADRINOC)**

---

Edició: maig 2017

Coordinació administrativa: ADRINOC

Coordinació tècnica: Laura Ibàñez

Equip tècnic: Cèlia Clotes. mOntanyanes, estratègies creatives per a la dinamització local.



Llicència Creative Commons CC BY-NC-SA: ADRINOC

S'autoritza a qualsevol persona la mescla, adaptació, construcció, i la reproducció total o parcial dels continguts, citant-ne la font i autoria, amb finalitat no comercial i mantenint aquesta llicència en les noves creacions.

Actuació subvencionada pel Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació de la Generalitat de Catalunya en el marc dels Ajuts de Cooperació Catalana entre Grups d'Acció Local i cofinançada pel FEADER.



Aquesta acció està subvencionada pel DARP en el marc dels Ajuts de Cooperació Catalana entre Grups d'Acció Local i cofinançada pel FEADER. Convocatòria 2016. Ordre ARP/375/2015, de 16 de desembre.



---

# Índex

<b>1. INTRODUCCIÓ.....</b>	<b>4</b>
<b>2. IDENTIFICACIÓ DE DOCUMENTS.....</b>	<b>5</b>
2.1.TIPOLOGIA.....	5
2.2.XIFRES .....	6
<b>3. BENEFICIS I EXTERNALITATS POSITIVES IDENTIFICADES.....</b>	<b>7</b>
3.1. BENEFICIS I EXTERNALITATS POSITIVES DE L'ÀMBIT EDUCATIU .....	10
3.2. BENEFICIS I EXTERNALITATS POSITIVES DE L'ÀMBIT SOCIAL- TERAPÈUTIC .....	15
3.2.1. BENEFICIS GENÈRICS DE LES INTERVENCIIONS ASSISTIDES AMB CAVALLS.....	15
3.2.2. BENEFICIS DAVANT TRASTORNS I PATOLOGIES.....	20
3.2.3. BENEFICIS SEGONS EL TIPUS DE PÚBLIC.....	23
3.3. BENEFICIS I EXTERNALITATS POSITIVES DE L'ÀMBIT TERRITORIAL .	24
3.4. QUADRES RESUM DE BENEFICIS .....	27
3.4.1. BENEFICIS GENÈRICS DEL CONTACTE AMB ELS ANIMALS I LA NATURA.....	27
3.4.2. BENEFICIS DE L'ÀMBIT EDUCATIU.....	28
3.4.3. BENEFICIS DE L'ÀMBIT SOCIAL.....	30
3.4.4. BENEFICIS DE L'ÀMBIT TERRITORIAL.....	35
<b>4. RELACIÓ DE MITJANS PER A LA DIFUSIÓ.....</b>	<b>37</b>
<b>5. BASE DE DADES.....</b>	<b>43</b>

---

## 1. Introducció

El projecte d'Activitats Eqüestres s'inicia l'any 2016 en el marc dels projectes estratègic impulsat per l'Associació per Desenvolupament Rural Integral de la Zona Nord-Oriental de Catalunya, d'ara en endavant, **ADRINOC**.

En el segon any del projecte, prèviament analitzat i estudiat en profunditat el sector i les seves necessitats, es va considerar com a actuació clau i prioritària, canviar la imatge que actualment té l'imaginari col·lectiu sobre el sector eqüestre associat a un sector elitista i de classes benestants en les grans àrees urbanes; però res a veure amb la seva realitat de la seva pràctica a les zones rurals.

Davant aquest context, aquest informe argumentari (actuació 2.1.2), pretén visualitzar els beneficis, socials, esportius i territorials estretament associats a les activitats eqüestres en tota la seva àmplia diversitat. Aquest informe ha estat elaborat a partir de diferents documents científics nacionals i internacionals, que avalen amb rigor els beneficis i les seves externalitats positives.

Així associades a les activitats eqüestres de manera genèrica existeixen nombrosos beneficis de diferents naturaleses (físics, psicològics, cognitius, socials, etc) majoritàriament de tipus transversal, derivats del contacte amb els cavalls però també del contacte amb la natura.

Cal tenir en compte que els beneficis en cada un dels seus àmbits, podran arribar als usuaris de manera individualitzada i/o col·lectiva, sempre que els centres eqüestres, tinguin animals sans i equilibrats en tots els sentits i sempre que l'entorn es trobi en unes òptimes condicions de conservació.

A través d'aquest informe argumentari, es pretén així col·laborar i contribuir en la difusió del coneixement més acurat i científic dels beneficis de les activitats eqüestres a nivell educatiu, terapèutic, social i territorial, per tal de que aquestes puguin arribar a esdevenir unes activitats plenament integrades a la societat i al públic general, en el marc d'una societat que avança de manera decidida cap a la promoció d'activitats cada cop més sostenibles i respectuoses amb el medi ambient, els animals i les mateixes persones.

---

## 2. Identificació de documents

### 2.1. Tipologia

Els documents identificats de caire científic han estat tesis doctorals, estudis i informes d'àmbit universitari, articles científics de divulgació a revistes especialitzades de cada un dels àmbits, congressos especialitzats, presentacions, pòsters d'experts i professionals i finalment, llibres d'autors reconeguts pel món eqüestre.

A través d'aquests estudis, articles i documents de cada àmbit s'han pogut identificar diferents tipus de beneficis durant i després la realització de la pràctica eqüestre.

Per tal de fer una cerca acurada s'ha considerat oportú incloure una vessant genèrica de documents, fent referència als estudis que resten vinculats de manera directa o indirecta a la pràctica d'activitats eqüestres. Les temàtiques generals incloses en aquest apartat fan referència a les **interaccions positives** establertes de manera general sota el concepte de **Green Care**, un concepte i moviment d'origen anglosaxó que explica els beneficis de l'ésser humà en contacte amb la natura, la terra i els animals.

L'àmbit social –terapèutic del sector és la que presenta un major nombre de documentació científica i tot fa pensar que tot i ser la més complexa, és la més estudiada en l'àmbit de la recerca científica.

Donada la transversalitat dels beneficis i l'estret marge entre les externalitats de cada una de les vessants que desenvolupa el projecte, s'ha considerat oportú fer una categorització per àmbits.

Aquests àmbits són l'educatiu, el social- terapèutic i el territorial dividits alhora en una altres subcategories .

Pel que fa als àmbits educatiu i territorial, ha estat difícil trobar documentació rigorosa al respecte tot i que com s'ha pogut comprovar, les notícies de caràcter periodístic que fan referència als beneficis de la pràctica de l'equitació són relativament abundants en sector el esportiu especialment.

Les externalitats positives identificades en la documentació analitzada, s'han centrat bàsicament en la detecció dels tipus de beneficis i la seva argumentació de base científica. D'aquesta manera no s'han analitzat aspectes concrets de patologies o activitats concretes, però sí, els beneficis que aporten cada una de les activitats a nivell general o per un tipus concret d'usuaris o pacients.

Les notícies publicades als mitjans de comunicació habituals (premsa escrita, revistes, etc) no han estat analitzades, ja que tot i poder tenir base científica en el seu origen, no s'ha pogut comprovar la seva rigorositat.

## 2.2. Xifres

**En total s'han analitzat 28 documents científics.**

Concretament s'han identificat 4 documents genèrics, 3 documents de l'àmbit educatiu, 16 documents de l'àmbit social-terapèutic i 5 de l'àmbit territorial.

Això representa un total de 5 tesis doctorals, 2 llibres, 11 articles, 5 estudis i informes, 4 presentacions i pòsters i 1 congrés.

Per àmbits i documentació s'inclou la següent taula:

DOCUMENTACIÓ PER ÀMBIT D'ESTUDI							
Àmbit	Total documents	Tipus documents					
		Tesis Doctorals	Articles	Estudis i informes	Presentacions i pòsters	Llibres	Congrés
Genèric	4	-	1	2	1	-	-
Educatiu	3	1	1	-	1	-	-
Social-Terapèutic	16	3	6	3	1	2	1
Territorial	5	1	3	-	1	-	-
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>5</b>	<b>11</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>1</b>

En el punt número 5 d'aquest informe es troba la relació de documents analitzats segons la vessant a la que fan referència.

### 3. Beneficis i externalitats positives identificades

Els beneficis de les activitats eqüestres a través de la seva pràctica, són nombrosos i afecten de manera directa a les persones usuàries (genets i amazones), als pacients d'aquestes activitats i als professionals i voluntaris que hi estan contacte.

Paral·lelament trobem també externalitats positives, enteses com els efectes positius indirectes de les activitats eqüestres sobre els diferents medis i agents que no hi participen de manera directa. Aquests beneficis ja identificats en la Diagnosi general del sector eqüestre a Catalunya són de caire social, mediambiental i econòmic.

Cada un dels àmbits d'estudi identificats incideixen en major o menor mesura en aquests beneficis directes o indirectes de les activitats eqüestres. De totes maneres cal tenir present que els beneficis són tal i com s'ha comentat anteriorment, de tipus transversal en la major part dels casos.

De manera genèrica **les interaccions positives establertes per part de les persones amb els cavalls** i la natura es troben vinculades al **concepte de Green Care**. D'aquesta manera s'evidencien una sèrie de beneficis generals del fet d'estar en contacte amb el medi natural, la natura, i els cavalls, en el cas concret que analitzem.

Segons l'estudi "**Intervenciones asistidas por animales y calidad de vida: expectativas en estudiantes universitarios españoles**" presentat a la revista Escritos de Psicología-Psychological, la millora de la qualitat de vida en les persones en contacte amb els animals es confirma.

Aquest estudi avalua les expectatives d'un grup d'estudiants mostra, 474 de Sevilla i Huelva concretament, cap als avantatges que les intervencions assistides per animals proporcionen en la millora de la qualitat de vida.

L'estudi aporta els primers resultats respecte les expectatives dels estudiants universitaris al voltant de les Intervencions Assistides amb Animals, IAA en endavant, utilitzant mètodes quantitius.

Primerament l'estudi defineix el concepte de qualitat de vida segons diversos autors i després passa a recollir la literatura científica extensa, en referència al paper que els animals en la millora de la qualitat de vida, citant els següents beneficis concrets:

- **Millora de la qualitat de vida en general: benestar físic, inclusió social, benestar emocional, desenvolupament personal, relacions interpersonals i benestar material**
- Aquestes millores es concreten en:
  - **Millora de la taxa cardíaca:** millora de la supervivència i adherència al tractament en pacients amb afectacions cardíques
  - **Millora de l'estrès agut**
  - **Segregació d'oxitocina,** hormona que actua com a mediadora de múltiples beneficis fisiològics i socials

En concret les IAA: **milloren els símptomes de l'espectre autista, les dificultats associades als tractaments mèdics, els problemes de conducta i el benestar emocional, la disminució dels símptomes depressius i les millores en el benestar físic i emocional en pacients hospitalitzats**

---

El gos és en el 90% l'animal més associat a les IAA (segons l'estudi) seguit pel cavall amb un 20%.

Els resultats de l'estudi:

- Es corrobora que les dones demostren tenir millors expectatives que els homes en totes les escales de qualitat de vida
- Les persones participants que han rebut algun tipus d'informació sobre les IAA, tenen expectatives superiors a qui no ha tingut informació d'aquest tipus d'intervencions.
- Les persones que han conviscut amb mascotes també donen mitjanes superiors
- Moltes persones 71,5% tenen interès en les IAA però no formació
- Es comprova que els participants tenen unes expectatives molt positives respecte les IAA
- Alta predisposició dels futurs alumnes en les IAA i en el seu futur professional

Per altra banda l'abstract sobre "**Positive interactions lead to lasting positive memories in horses, Equus caballus**" de la Universitat de Rennes a França, demostra com les relacions de persones i cavalls impliquen **un nivell alt d'habilitats cognitives**.

Aquest breu resum de l'estudi es basa en els resultats obtinguts a través de tests sobre els efectes de la separació de 23 cavalls joves, respecte als humans coneguts durant el període de 6-8 mesos de separació.

Els resultats apunten a que la creació de relacions impliquen **un nivell alt d'habilitats cognitives**, les quals requereixen que cavalls i persones siguin capaces d'associar el contingut positiu o negatiu de les interaccions per recordar les associacions. Les associacions de recompensa amb els cavalls durant els entrenaments indueixen a reaccions positives per augmentar el contacte i l'interès que es manté en un temps prolongat fins i tot en persones noves. El reforç positiu millora l'aprenentatge i la memorització de les tasques.

Aquesta "trobada" **suggerix habilitats cognitives socials que poden ser intercanviables de intraespecífiques (específiques des de dins) a interespecífiques (específiques entre espècies) en contextos socials**.

Pel que respecta al concepte Green Care, la presentació "**Green Care: An overview**" de la Dr. Rachel Bragg de la Universitat d'Essex a Anglaterra, demostra l'**interès creixent "d'utilitzar" la natura com a eina per a la salut**.

L'autora defineix el Green Care a través d'una definició de Sempik and Bragg del 2013 i parla d'intervencions naturals o teràpies per a diversos grups vulnerables de la societat.

Tot i que **el Green Care és un concepte paraigües**, fa ús de plantes, animals i paisatges per crear intervencions per millorar la salut i el benestar de les persones que el practiquen.

El concepte inclou gran nombre d'activitats, clients i motivacions diferents.

**Els beneficis genèrics associats al Green Care:**

- **Beneficis psicològics:**
  - **Augment de la inclusió social**
  - **Augment de les habilitats socials i laborals**
  - **Augment en la imitació d'habilitats socials**
  - **Augment en la rehabilitació social**
  - **Millora del funcionament cognitiu**
  - **Millora de l'eficiència personal**
  - **Millora de l'autoestima**
  - **Millora de la identitat personal i social**
  - **Millora de la qualitat de vida**



---

- **Reducció de la depressió i ansietat relativa als símptomes**

El Green Care també condueix a estils de vida saludables i això representa:

- **Millora l'activitat física**
- **Ment ecològica ( Ecomind)**

Finalment l'informe "**Green Care a Conceptual Framework**" elaborat per COST European Cooperation in Science and Technology, associa el concepte a uns valors considerats beneficiosos com són:

- El contacte amb la natura és important per a l'ésser humà
- La importància d'aquest contacte és molt necessari donades les condicions de vida actuals
- El contacte amb la natura té beneficis, físics, psíquics i espirituals per a les persones
- La voluntat de "reconnexió" amb la natura per part de les persones
- La Natura com a cura i la natura com a teràpia
- Els animals com a un tipus més de Green Care

L'Informe té en compte les àmplies divisions conceptuals del mateix concepte.

La integració entre els animals i el Green Care és associada a través una sèrie d'intervencions anomenades IAA. El terme utilitzat per a les diverses maneres d'utilitzar els animals en la rehabilitació o cura social dels humans (Kruger and Serpell, 2006). Això pot incloure teràpia pròpiament dita o bé incloure els animals en diverses activitats.

La IAA com a concepte s'entén com a una intervenció assistida amb animals, dirigida cap a uns objectius on els quals els animals satisfan certes necessitats humanes sota un criteris. És un procés de tractament integral i alhora personalitzat, a cada un dels usuaris. El procés és dirigit, documentat i avaluat per professionals.

Els beneficis de la companyia dels animals estan especialment indicats per a uns determinats tipus de grups socials: persones amb malalties mentals, persones amb desordres psiquiàtrics, persones amb trastorns emocionals, persones que han estat empresonades, persones amb addicció a les drogues, persones grans i nens i nenes.

- **Beneficis físics:**
  - **Canvis positius en el funcionament cardiovascular i la concentració de diferents tipus de neurotransmissors**
  - **Reducció dels desordres psicossomàtics i afeccions, amb menors visites per any al metge en persones grans**
  - **Estimulació d'exercici i condició física**
- **Beneficis psicològics:**
  - **Millora i catalització en les interaccions interpersonals**
  - **Reducció de l'estrès i millora de l'estat mental**
  - **Estimulació dels mecanismes psicològics**
  - **Millora de la protecció contra afeccions psicossomàtiques**

A tall d'exemple es comenta el cas de l'estreta relació entre propietaris de gossos i gats i l'augment de probabilitat de supervivència un any després d'un infart de miocardi o angina de pit. Estudiada per Friedmann al 1980.

Un altre exemple estudiat per Bernstein (2000) demostra que els ancians que han realitzat IAA després del tractament eren molt més participatius en grups de teràpia sense animals.

---

### 3.1. Beneficis i externalitats positives de l'àmbit educatiu

Els beneficis de l'equitació o l'activitat esportiva eqüestre estan estretament relacionats amb el món educatiu ja que és a través d'aquest àmbit, on gran part de les persones (adults i nens) són introduïts habitualment al món de l'equitació.

Paral·lelament la pràctica esportiva eqüestre, té els mateixos beneficis que qualsevol pràctica esportiva de manera genèrica per una banda, i per altra banda, els beneficis específics conseqüència del contacte amb els cavalls i del muntar.

**Els beneficis de la pràctica esportiva** estan àmpliament documentats i reconeguts per part de la societat. Davant de l'esport o l'activitat física moderada, les persones sedentàries augmenten i milloren el seu estat de salut en qualsevol dels casos. La OMS també realitza una recomanació mundial sobre l'activitat física per a la salut, recomanant una activitat setmanal mínima de 150 minuts per adults d'entre 18 i 64 anys per tal millorar la salut i prevenir malalties.

L'exercici físic esdevé positiu per a totes les edats, ja que ajuden a mantenir la independència i autonomia en la vida personal i alhora contribueixen a millorar la sociabilització. Els beneficis però depenen del tipus d'activitat i de la seva intensitat.

Els beneficis que aporten les activitats físiques:

- **L'activitat física optimitza l'impacte sobre la salut i minimitza els riscos de lesions i complicacions.**
- **Els beneficis són immediats**
- **Sensació de benestar al acabar l'activitat física**
- **Descens de les probabilitats de mort per malaltia coronària** (si es practica regularment)

Els documents vinculats a l'àmbit educatiu es relacionen amb la vessant esportiva del sector però no de manera exclusiva.

La documentació científica en l'àmbit educatiu inclou per part de les autores una classificació d'avantatges a diferents nivells.

El primer dels documents analitzats és la presentació de la professional francesa Elisa Moya, realitzada a la Jornada Tècnica sobre el Projecte Activitats Eqüestres.

L'autora va iniciar la seva presentació amb una relació de valors que poden anar associats a la pràctica eqüestre: respecte a un mateix, als altres i als ponis; amistat: entre companys i amb el poni; confiança: en un mateix i el poni; esforç; responsabilitat; implicació; comprensió; observació; paciència; reflexió; acceptació; anticipació: a les reaccions del poni; gratitud/generositat; tacte/sensibilitat; concentració; resiliència; joc; perseverança i motivació.

- **Beneficis físics generals:** motricitat; capacitats intel·lectuals; reflexió; equilibri; capacitat d'orientació; localització en l'espai
- **Beneficis psicològics/cognitius generals:**
  - Es millora l'**autonomia dels infants, s'incentiven la capacitat de descoberta**, les rutines en la cura dels animals, etc
  - **Augmenta la confiança en un mateix i en els companys** (humans i ponis) **a través del joc**
  - **El joc com a eina d'aprenentatge a través de l'experiència**
  - Augment de les **ganes d'aprendre** al realitzar una activitat a l'aire lliure molt **motivadora**

---

Concretament el poni (cavall de raça petita) esdevé un **mediador/educador** que permet desenvolupar 3 tipus de beneficis específics:

- **Beneficis pel desenvolupament Psicomotor:**
  - El genet ha **d'aprendre a coordinar els seus moviments** per indicar al poni que ha de fer
  - El genet necessita **concentració i precisió** en els seus moviments i accions
  - Els nens i nenes **augmenten la seva musculatura de l'esquena i del cinturó abdominal**
  
- **Beneficis pel desenvolupament Afectiu:**
  - La nena i el nen passen a ser protagonistes del seu aprenentatge. A més passen a adquirir el rol de cuidadors i no de cuidats.
  - Les rutines en la cura dels ponis els obliguen a responsabilitzar-se
  - Els permeten establir relacions d'afecte i estima
  - Aprenen a fer servir el llenguatge intuïtiu
  - Aprenen a confiar en els altres ja que es fomenta la confiança mútua
  
- **Beneficis pel desenvolupament Cognitiu:**
  - Els infants poden satisfer la seva curiositat natural
  - Aprenen a través de l'observació i de les pròpies experiències
  - Aprenen i observen el cicle de la natura (estacions) i les seves característiques i limitacions

El poni esdevé tal i com s'ha comentat ja anteriorment, un mediador social, ja que permet el desenvolupament de les relacions socials, la confiança i el desenvolupament psíquic.

L'article "**La mediación del caballo y su relación con la adquisición de competencias**" de la Dra. Belén Franquet, introdueix el concepte **TRCC (Treball Reconduït amb cavalls, TRCC en endavant)** com a un espai de desenvolupament integral, que facilita l'adquisició de les habilitats necessàries per al desenvolupament integral i competencial necessari, per enfrontar els reptes de la societat. Aquest treball ofereix segons l'autora noves expectatives pedagògiques en un sistema educatiu tradicional, que utilitza el cavall per la seva riquesa contextual i facilitant la presència del professor-reconductor.

Aquest article previ a la tesi doctoral de la mateixa autora, considera el TRCC es dona en un context educatiu no formal:

- La mediació educativa a través del cavall vol ser una proposta vinculada a la necessitat d'oferir nous procediments estratègics que afavoreixin la formació integral dels alumnes.
- El cavall facilita un nou estil d'aprenentatge, una nova manera de relacionar-se, una nova actitud per mantenir la motivació i de millora de la comunicació amb els altres.
- **EI TRCC desenvolupa les capacitats: cognitiva, físico-motora, social i personal.**
- La sinèrgia entre humana i cavall permet adquirir, **estimular i experimentar habilitats i valors necessaris per a l'adquisició de competències que faciliten la integració social.**
- La interacció amb els equins **millora la qualitat d'aprenentatge, la manera de viure, conviure i l'acceptació de la realitat personal.**

Les competències educatives es converteixen en característiques permanents en les persones que realitzen treballs, **combinant diferents capacitats:**

- **La cognitiva:** coneixements i habilitats cognitives: la cognició s'entén com el procés que permet adquirir coneixements. Hi ha dos tipus de funcions cognitives: les funcions cognitives bàsiques: l'atenció, la memòria i la percepció i les funcions cognitives superiors: el pensament, el llenguatge i el raonament
- **L'afectiva:** motivacions, actituds i trets de personalitat

- 
- **La conductual:** aspectes psicomotors, habilitats físiques i habilitats
  - **Psicofísica** o psicofisiològica

L'article també inclou un apartat de l'article titulat el cavall i els seus aspectes pedagògics on s'expliquen les característiques bàsiques del cavall i la seva etologia per tal de contextualitzar la importància de la relació interactiva que es pot establir entre els èquids i els humans.

- Els cavalls tenen la capacitat de llegir el nostre estat real i reaccionar al que veuen i al que senten. Ofereixen un feed-back del que reben del nostre cos
- Els cavalls necessiten que siguem líders conseqüents (algú en qui confiar i amb qui comptar en cada moment)
- La persona esdevé el líder o guia i el cavall és un àgil i poderós company amb ganes de col·laborar

A nivell de **biomecànica** l'article destaca els següents beneficis:

- **Moviment tridimensional i rotatiu:** els moviments al pas del cavall són molt similars als d'una persona caminant. Moviment de la pelvis, el tronc, moviment lateral, rotació lleugera, etc que transmeten al genet de 90 a 120 impulsos que estimulen física i neurològicament tot el cos humà.
- **El procés d'estimulació genera endorfines, afavoreix la sinapsis neuronal, l'habilitació neuro-muscular i amb danys neurològics afavoreix la plasticitat cerebral**
- Estimulació neuro-sensorial: el moviment del cavall i l'entorn **afavoreix que el genet tingui predisposició a l'aprenentatge.**
- **El genet utilitza els 5 sentits afavorint l'activació de diverses àrees cerebrals i desenvolupa processos mentals complexos**

El context a l'aire lliure i en un espai natural exposat a múltiples estímuls, acompanyen i **afavoreixen l'aprenentatge i la motivació.**

L'autora identifica 4 tipus d'habilitats significatives que poden afavorir-se amb el treball amb cavalls:

- **Habilitats assimiladores del coneixement:**
  - Observació i reconeixement
  - Comprensió
  - Anàlisi i síntesi
  - Interpretació i transferència
  - Avaluació
- **Habilitats físico-motors:**
  - Adquisició i assimilació de postures i moviments
  - Equilibri
  - Orientació
  - Relaxació
  - Ritme
  - Reacció motora
  - Anticipació motora
- **Habilitats socials:**
  - Influència
  - Comunicació
  - Maneig de conflictes
  - Lideratge

- 
- **Catalitzador de canvis**
  - **Establir vincles d'unió**
  - **Col·laboració i cooperació**
  - **Capacitat d'equip**

- **Habilitats o habilitats intrapersonals:**

Enteses com a habilitats personals, emocionals necessàries per enfrontar les sol·licituds i les pressions de l'entorn

- **Autoconsciència**
- **Confiabilitat**
- **Interès i compromís**
- **Automotivació**
- El genet ha **d'aprendre a coordinar els seus moviments** per indicar al poni que ha de fer
- El genet necessita **concentració i precisió** en els seus moviments i accions

L'article també incideix en la importància i el paper de cada un dels agents participants:

- El cavall esdevé un mediador. Ja que és un creador inconscient de situacions on el genet ha d'adaptar-se
- El monitor esdevé el facilitador o acompanyant com reconductor conscient del procés
- El procés pedagògic es fonamenta en l'ús estratègic de la mediació amb l'ajuda dels cavalls
- En aquest treball es generen interaccions positives amb l'entorn que milloren el desenvolupament integral de les capacitats de l'individu
- La presa de consciència del genet respecte a la seva conducta, les seves emocions, el seu control postural i el seu entorn, són bàsiques al llarg del procés així com la reflexió, la planificació i l'autocontrol.

Pel que fa a la **Intel·ligència Emocional** aporta:

- **Coneixement emocional:** confiança en un mateix, en el mediador, la connexió, etc
- **Aptitud emocional:** treure profit de les pròpies limitacions
- **Profunditat emocional**
- **Intel·ligència emocional:** manera de resoldre conflictes, assumir pressions, etc

Les expectatives del TRCC identificades:

- Augment dels canals comunicatius i relacionals: es milloren els sentits d'inferioritat i de inadequació. Activació de la motivació
- Capacitat d'enfrontar la realitat de l'entorn amb actitud positiva, activa i creativa
- Voluntat per admetre responsabilitats, actitud resolutiva davant de conflictes
- S'afavoreix el desenvolupament analític-deductiu, l'elaboració de lingüística i l'estructura cognitiva en general

Aquest article analitzat esdevé un avanç de la tesi doctoral de l'autora, que es materialitza en el llibre **"Hojarasca en Otoño, amapolas en primavera, caballos todo el año. La intervención psicoeducativa asistida con caballos: un contexto educativo vivo más allá de las cuatro paredes"** publicat per l'Editorial Fonoll l'any 2017.

El llibre aprofundeix detalladament en una proposta en l'àmbit de la intervenció i vol obrir expectatives en el món educatiu més enllà de les aules, suposant una proposta inclusiva social.

---

La proposta d'intervenció educativa s'ajuda del cavall donat el seu potencial educatiu, així com de la manera de transformar l'espai en un lloc òptim per a l'adquisició competencial.

La Ipsiac Intervenció psicoeducativa assistida amb cavalls a la que fa referència l'autora, és un espai d'acció pedagògica que afavoreix els elements potenciadors de la resiliència i que implementa la dimensió curricular de l'escola tradicional en un context vivencial i natural. Aquest concepte el vincula al del Green Care, al prendre com a punt de sortida la relació positiva que hi ha entre la natura i la salut humana.

Beneficis identificats en l'alumnat:

- Creació de noves creences cognitives
- Assaig de nous rols
- Desenvolupament d'un nou autoconcepte
- Activació de pensaments positius no limitants
- Millora de la integració social
- Desenvolupament d'habilitats amb recursos de la natura
- Educació viva i activa
- Aprenentatge del alumne al ritme de la vida real, al seu propi ritme
- Aprenentatge per descobriment: observar, fer hipòtesis, actuar, comparar, extreure conclusions i propostes de millora
- Desenvolupament d'una actitud autònoma, reflexiva i cooperativa davant la convivència amb els altres
- Desenvolupament habilitats cognitives com la planificació i l'autogestió
- Millores en la psicomotricitat de l'alumne: relació entre la flexibilitat motora i la flexibilitat mental
- Reafirmació de l'autoestima i auto percepció positiva
- Millora de les habilitats socials i relacionals, atenció, planificació
- Millora de la comunicació interpersonal

Un dels aspectes que comenta per a treballar des de la dimensió competencial són les activitats i eines de transferència que afavoriran les habilitats que es constitueixen més endavant com a competències.

S'inclou a la tercera part de llibre, punt 4, el valor afegit de la Intervencions psicoeducatives assistides amb cavalls destacant 4 valors:

- S'estructura a partir d'activitats lúdiques a l'aire lliure i amb cavalls
- La Ipsiac és un espai inclusiu (si els professionals així ho promouen)
- Es promouen factors protectors de la resiliència: capacitat a l'alumne d'eines per superar l'adversitat sortint reforçat. Confiança en un mateix i presa de consciència de les habilitats

Desenvolupament de la competència emocional: consciència emocional, regulació emocional, autonomia emocional, competència social

Inclou com a aspectes bàsics:

- Ipsiac com a complement a l'educació formal
- La importància del joc en el desenvolupament humà

---

## 3.2. Beneficis i externalitats positives de l'àmbit social-terapèutic

L'àmbit social-terapèutic és la vessant amb més documentació científica identificada de les tres analitzades. Tot i que certs articles fan referència a una manca de recerca de base científica en aquest àmbit, podem considerar que és la més analitzada donat el seu caràcter medico-sanitari.

En aquest apartat s'han analitzat 17 documents dels quals: 4 tesis doctorals, 6 articles científics, 3 estudis, 1 presentació, 2 llibres i 1 congrés.

Si bé és cert que cada document enfoca els beneficis a un determinat tipus de públic específic, o bé a un o certs trastorns i patologies, s'ha considerat adient estructurar la documentació en tres apartats: Documentació genèrica dels beneficis de les Intervencions Assistides amb cavalls i/o Teràpies i Psicoteràpies assistides amb cavalls; els beneficis que aporten davant de certs trastorns i/o patologies com poden ser l'autisme, els dèficits d'atenció i les discapacitats psicològiques i físiques; i finalment, al tipus de públic a qui s'adrecen aquests beneficis de les intervencions.

### 3.2.1. Beneficis genèrics de les Intervencions i Teràpies Assistides amb Cavall

Els documents identificats en aquesta subcategoria, tracten des de les definicions de les intervencions i tipologies, fins noves propostes de classificacions per a les TAC a nivell nacional i internacional, passant pels principis dels beneficis de la zooteràpia, i finalment als beneficis físics i psicològics que tenen els propis voluntaris dels centres quan realitzen aquestes activitats.

A nivell introductori el **Treball de Recerca en zooteràpia elaborat per Laura Pérez de l'INS Narcís Monturiol**, es presenta de manera breu i senzilla els beneficis del contacte dels humans amb els animals, concretament fent esments a les teràpies amb gossos, dofins i cavalls.

En l'apartat dedicat a les teràpies assistides amb cavalls, es fa referència a **tres principis bàsics que beneficien l'usuari**:

- **Transmissió de l'escalfor corporal:** la calor corporal del cavall, superior a la dels humans en 1,5°C, es transmet a l'usuari **relaxant la seva musculatura**
- **Transmissió dels impulsos rítmics:** els músculs lumbar i ventral del cavall es propaguen a la columna vertebral fins al cervell de l'usuari, afavorint reaccions d'equilibri i redreçament del tronc
- **Transmissió d'un patró de locomoció equivalent al patró fisiològic de la marxa humana:** la marxa o pas del cavall és molt similar al pas humà. A través del dors del cavall es transmeten oscil·lacions tridimensionals al cos de l'usuari, donant-li un patró de locomoció que el sistema nerviós central registra i automatitza.

L'autora defineix 4 àmbits de beneficis de les TAC:

- **Àmbit Físic**
  - Millora de l'equilibri vertical i horitzontal
  - Facilitat per mantenir el tronc vertical i control i hàbit postural correcte
  - Millora la correcta del caminar o passejar (deambulació)
  - Regulació del to muscular
  - Disminució dels espasmes dels membres inferiors
  - Increment de l'elasticitat i l'agilitat
  - Estimulació als sistemes somato-sensorial i motriu
  - Millora de la coordinació motriu, reflexos i planificació motora

- 
- Reducció dels patrons de moviments anormals i millora dels patrons de moviment “normals”
  - Afavoriment la circulació de la sang
  - Afavoriment de la mobilitat de les articulacions de la columna i la pelvis
  
  - **Àmbit psicològic i cognitiu**
    - Millora de l'autoestima, l'autoconfiança i l'autocontrol
    - Millora de la capacitat d'atenció, concentració i memòria
    - Incentiva el sentiment de respecte i la responsabilitat
    - Afavoreix la ubicació en l'espai i el temps
  
  - **Àmbit de la comunicació i el llenguatge**
    - Millora de la comunicació verbal i no verbal
    - Incorporació de nou vocabulari
    - Desenvolupament de la comunicació en grup
  
  - **Àmbit social**
    - Afavoriment de la integració social
    - Potenciació de la socialització fora de l'àmbit familiar i/o escolar
    - Millora del contacte social
    - Establiment de vincles d'amistat

L'article "***Terapia asistida por caballos: nueva propuesta de clasificación, programas para personas con discapacidad intelectual y buenas prácticas***" de **Arias.V, Aria. B, Moretín. R;**

Article publicat a Siglo Cero. Revista Española sobre Discapacidad Intelectual Vol 39(2), Núm.226 Pág 18 a 30; té per objectiu presentar una alternativa al mètode de classificació tradicional utilitzat en les teràpies eqüestres. L'article també pretén la substitució de conceptes com "tipus de discapacitat" per necessitats concretes i desitjos i objectius de la persona que assisteix al servei.

En el text es presenten bones i males pràctiques, qualificacions dels professionals, normes de regulació, sistemes d'avaluació i control i creences errònies.

L'article s'inicia amb una visió històrica de les TAC fent referència a Hipòcrates i Jenofonte, que recomanaven l'equitació com a mitjà per pal·liar els trastorns del cos com l'estat d'ànim. Un cop passada la 1era Guerra Mundial van aparèixer els primers programes de rehabilitació a través de muntar a cavall per a ferits de guerra.

No va ser fins als anys 40 a Alemanya, quan va sorgir un interès científic on es van establir els primers estàndards de tractament per a persones amb paràlisi cerebral.

Durant els anys 50 les TAC van començar a estendre's per Europa i U.S.A.. El primer centre especialitzat va ser al 1958 el The Pony Riding for Paralysis Trust a Anglaterra.

Després es van estendre a Canadà i U.S.A. fins a la fundació de The North American Riding for the Handicapped Association (NARHA). Actualment aquesta fundació agrupa més de 500 centres especialitzats en equitació terapèutica a Estats Units amb més de 42.000 usuaris.

L'any 1991 es va fundar a Bèlgica la Federation of riding for the disabled international (RDI), encarregada d'organitzar els congressos internacionals de TAC.



---

L'article fa referència a la Teràpia i Educació Assistida amb cavalls, TEAC en endavant, i cita programes d'aquest tipus a França, Itàlia, Alemanya, Bèlgica, Dinamarca, Finlàndia, Holanda, Noruega, Suècia, Àustria, Espanya i Portugal.

- **La OMS reconeix l'equitació com activitat esportiva beneficiosa per a persones amb patologies físiques, psíquiques i socials**
- **La American Physical Therapy Association i la American Occupational Therapy Association, tenen informes sobre els efectes terapèutics de l'equitació**

A l'Estat espanyol també hi ha programes de TEAC però pocs segueixen les formes de funcionament i bones pràctiques internacionals a causa de la relativa joventut de les TEAC a Espanya. Tampoc existeix una federació nacional o col·legi professional fort com a USA o França. Davant aquesta situació calen diferents accions entre les que s'inclouen: La TEAC com a teràpia complementària a d'altres; fer un repàs de les definicions de les teràpies: Hipoteràpia, Equitació Terapèutica, Equitació adaptada tot i que considera que la classificació és difusa i poc operativa, ja que utilitza com a criteri el tipus de discapacitat del genet; es prefereix parlar d'un anàlisi personalitzat de les necessitats, grau d'autonomia i potencialitat d'un mateix.

Els autors també proposen un model alternatiu basat en les necessitats concretes dels genets:

Rehabilitació física, Rehabilitació psicològica, Educació, modificació de conducta i entrenament en habilitats cognitives, socials, oci, esport i qualitat de vida.

Els beneficis de les TEAC identificats (si no hi ha contraindicació mèdica i les condicions de seguretat són adequades) són:

- **Indicades per persones amb discapacitat, malaltia mental, trastorns de comportament, problemes d'aprenentatge o risc de marginació social**
- El cavall al pas és útil en **disfuncions neuromotores com paràlisi cerebral**
- El cavall genera més calor que el cos humà ajudant a la **relaxació de la musculatura inferior del genet**
- Ajuda a l'**alliberament del cinturó pèlvic**
- Practicar equitació millora l'**equilibri, la força, la resistència, el to muscular i la coordinació**
- Exigeix al genet una **posició activa**
- Genera **sentiments d'independència, confiança i benestar**
- En casos de discapacitat obliga al genet a esdevenir autònom, abandonant el rol de persona cuidada per ser persona cuidadora generant un **fort lligam afectiu i empatia**
- El cavall permet poder treballar **habilitats socials, la comunicació i la conducta relacional**. Genera **sentit de responsabilitat**

L'article acaba explicant com es porta a terme una sessió i bones i males praxis professionals a tenir en compte.

**L'article "Sobre equitação terapêutica: Uma abordagem crítica"** del portuguès Leopoldo Gonçalves Leitao, ens apropa la visió històrica de les intervencions terapèutiques mèdiques, psicològiques i educatives fent un repàs històric de la figura del cavall des de les societats humanes més primàries fins a l'actualitat.

En el text parla de les persones amb discapacitats, trastorns i discapacitats físiques, des de lesions accidentals fins a paràlisi cerebral; ceguesa i sordesa; autisme, síndrome d'Asperger, trastorns de comunicació, comportament disruptiu, dèficit d'atenció, psicopatologia de l'humor i l'afecte, trastorns de personalitat, etc.

Pel que respecta als beneficis destaca especialment: **millora en la mobilitat de les articulacions; l'equilibri i la coordinació; la relaxació de l'espasticitat; l'augment de la força muscular; de**

---

**l'autoestima; de l'aprenentatge; la concentració i el coneixement espacial; la comunicació i el llenguatge; la motivació de fer i aconseguir els objectius; la confiança; la independència i l'autonomia; la relació socioafectiva, etc.**

Les conclusions apunten a un recorregut interessant d'aquestes teràpies però alhora complex i controvertit. Tot i les diferents "escoles" o models d'intervenció alemanys, nord-americà i brasiler contemplats, es fa necessari segons l'autor posar èmfasi en la FDRI, entitat reguladora a nivell internacional en equitació terapèutica, guanyant més poder a diferents nivells, davant la necessitat d'endurir criteris per guanyar prestigi en les metodologies.

En el cas d'Austràlia, sembla ser que les definicions vinculades a les TAC i segons el resum de l'article "**Equine Assisted Therapy and Learning: A survey of Methodologies in Australia**", tampoc estan resoltes.

Segons els autors d'aquest article: Signal. T, Wilson.R, Nelson.A; la pràctica de la Teràpia Assistida amb Equins i l'Aprenentatge Assistit amb Equins a Austràlia, tenen àmplies diferències a nivell internacional donades les activitats dels centres. Els resultats de l'anàlisi i la cerca suggereixen la necessitat d'unes definicions més clares i consensuades per part de les pràctiques professionals a nivell internacional. L'oferta d'activitats vinculades a les teràpies a Austràlia són molt àmplies però no existeix en canvi una clara divisió entre les activitats de TAC i Aprenentatge Assistit amb Cavalls.

El llibre "**Special needs, special horses: A guide to the benefits of Therapeutic Riding**"

de Naomi Scott, 2005; parla del concepte Equine Assisted Activities (EAA, en endavant) i de que els seus beneficis són nombrosos i variats.

D'aquest llibre cal comentar que únicament s'ha analitzat el capítol número 2 referent als beneficis de les TAC. Aquests es classifiquen en 4 categories:

- **Beneficis Físics:**
  - El moviment al pas del cavall simula el caminar humà i el seu balanceig rítmic

Partim de la idea de molt experts que caminar és un exercici que nosaltres necessitem fer conscientment i d'una elevada importància. Caminar aporta: **Major resistència i agilitat; millora de l'equilibri i la postura; millora de la circulació; millora de la respiració; millora del metabolisme; musculació i tonificació dels músculs; equilibri entre el cos i el cervell; relaxació de la musculació (a baixa intensitat);** la temperatura del cavall a més a més (38°C) és major que la de l'humà i això permet i ajuda a la plasticitat dels músculs especialment de les cames.

- **Beneficis Psicològics:**
  - L'oci i la diversió són evidents
  - Alliberament d'endorfines
  - Apoderament dona sensació de control sobre el cos
  - Control del cavall
  - Manteniment de la joventut (tenir animals de companyia)
  - Millora de la interacció social amb terapeutes, voluntaris i altres pacients són molt importants en la teràpia
- **Beneficis funcionals o cognitius:**
  - Millora de les habilitats personals en general
  - Realització de tasques seqüencials
  - Coordinació mà-ull i equilibri i extensió
  - Multi tasques: fer diferents accions alhora

- 
- Integració sensorial: utilització dels diferents sentits alhora
  - Entendre el dreta i Esquerra
  - Orientació en l'espai (interna i externa) a sobre del cavall i a la pista
  - Coordinació motora
- **Beneficis educacionals:**
    - A través del joc els pacients i/o genets aprenen diferents conceptes: identificar colors, formes, números, animals, etc
    - Desenvolupen diferents habilitats: escolta, equilibri, presa de decisions i autonomia

A nivell d'estructuració dels Centres Terapèutics i que treballen amb voluntariat trobem el pòster presentat al Congrés Internacional de Psicologia Clínica de Santander celebrat el 2016 i que ens explica "**La singularidad y el efecto terapéutico del voluntariado en Equinoteràpia**".

Gairebé tots els centres eqüestres que desenvolupen activitats d'Equinoteràpia compten amb voluntaris.

A l'Estat espanyol no hi ha xifres però sí a Anglaterra on l'any 2014 hi havia 19.000 voluntaris i als U.S.A. el 2010 s'arribava als 55.000.

La Llei 45/2015 sobre el voluntariat a Espanya, marca que aquest voluntariat pot ser entès com a mediambiental, esportiu i d'oci i temps lliure.

Sense el voluntariat els costos d'aquestes teràpies serien molt elevats i poques persones podrien accedir a aquests tractaments.

Alguns autors han destacat l'**impacte positiu de l'acció solidària dels mateixos voluntaris** sobre la seva qualitat de vida i salut:

- **Acció solidària:** Efecte positiu en la sensació de felicitat i satisfacció per la vida, autoestima i sentit del control sobre la vida. Sent també un factor de protecció contra la depressió. Tot això suposa un augment de l'esperança de vida
- **Contacte amb animals:** Genera benestar psicològic, de salut física i catalitzadora d'interaccions socials
- **Exercici físic:** Els voluntaris estan una mitjana de 2 dies a la setmana i suposa uns 180 min/setmana d'activitat física

En el cas concret de la Hipoteràpia la tesi doctoral de la Dra.M<sup>a</sup> Dolores Apolo sobre "**Análisis y valoración del control postural mediante indicadores basados en acelometría. Propuesta y aplicación en hipoterapia**", es considera que la investigació científica i la pràctica clínica ha demostrat que la hipoteràpia produeix efectes positius, i proposa un mètode de valoració objectiva a través de l'acelometria, desenvolupada a través de la seva tesi doctoral.

Es recull així que la hipoteràpia aporta així diferents tipus d'estimulacions: vestibular, propioceptiva i alhora estimulacions de caràcter físic, cognitiu, emocional i social tal i com s'ha analitzat en estudis anteriors. Aquest conjunt d'estimulacions es tradueixen alhora en millores en la circulació sanguínia, relaxació de la musculatura, millora de l'autoestima i benestar físic i emocional en general.

Aquests beneficis són classificats a nivell general en dos tipus:

- **Beneficis psicomotrius:**
  - Millora de l'equilibri, coordinació, postura, habilitats motores, motricitat fina, normalització del to muscular, millora de la força i flexibilitat, beneficis cardiorespiratoris, circulatoris, etc.

---

- **Beneficis psico-socio-educatius:**

- Millora de la consciència espai-temporal, integració sensorial, millora de l'atenció, augment de l'autoestima, control i reconeixement de les emocions, augment de la motivació, millora de l'adquisició de responsabilitats, afavoriment del canvi conductual, millora de les habilitats comunicatives, reconeixement i acceptació de les pors, millora de l'empatia, la integració i la sociabilització.

Es considera que aquests beneficis són conseqüència d'una estimulació sensorial integrada, que inclou la percepció tàctil, visual, vestibular, i reaccions posturals, motores i d'equilibri. Les estimulacions es poden rebre a sobre del cavall i es complementen amb altres aportacions de les tasques peu a terra i de l'entorn on es realitza l'activitat.

### 3.2.2. Beneficis davant trastorns i patologies

Els trastorns i patologies en les que poden ser beneficioses les activitats terapèutiques assistides amb cavalls són nombrosos i s'han citat en alguns dels punts anteriors. En aquest apartat però es fa referència expressa a aquelles malalties i trastorns amb els quals s'ha trobat major bibliografia. Aquestes patologies i trastorns són concretament: **autisme, discapacitats físiques i intel·lectuals, paràlisi cerebral, fibromiàlgia i dèficits d'atenció i hiperactivitat.**

En els estudis consultats referents als casos d'autisme, existeixen dues tesis doctorals, una d'elles de Carmen Tabares i l'altre de Sonia Bouzo. Aquestes tesis parlen dels beneficis que produeix l'equinoteràpia són de caràcter físic, social i cognitiu.

La tesi "***Evaluación de las terapias ecuestres en el tratamiento del trastorno de espectro autista y programa de intervención***" de la Doctora Tabares, pretén verificar objectivament si les teràpies eqüestres impliquen una millora en les actituds socials en les persones amb Trastorn d'Espectre Autista o TEA.

La tesi analitza, a través de mostres de saliva, els nivells hormonals de cortisol i progesterona i estudia si s'infereix en el comportament de l'oxitocina, abans i després de les sessions de teràpia i la relació d'aquests resultats amb els qüestionaris elaborats.

**Els principals resultats indiquen que la Intervenció Assistida amb Cavalls disminueix els nivells de Cortisol o hormona de l'estrès, així com augmenten els nivell de progesterona, hormona estretament relacionada amb l'oxitocina o hormona del benestar.**

Les expectatives dels familiars i professionals de la intervenció també coincideixen a corroborar els resultats de millores en les actituds socials dels pacients amb TEA.

**S'entén d'altra banda que els pacients de TEA o autistes podien tenir habilitats socials "amagades" que amb l'ajuda o la intervenció de l'oxitocina poden aflorar.**

L'oxitocina produeix l'efecte contrari que el cortisol i produeix un estat de tranquil·litat, relaxació i augmenta la capacitat de confiança i de relacionar-se amb altres persones.

Els resultats concrets de les mostres salivals indiquen que es va trencar el balanç hormonal Cortisol-Progesterona. Així tot i augmentar el cortisol per ser una nova situació i provocar estrès, la segregació de progesterona va augmentar amb molta major rellevància, entenen-se com a un resultat positiu.

La tesi també concreta que l'augment de progesterona és superior a mesura que avancen les sessions. També cal tenir present que per assolir objectius terapèutics significatius cal: que la teràpia perduri en el temps sent de manera continuada i constant, s'ha de realitzar per part de professionals qualificats, han

---

de suposar una teràpia individualitzada per pacient i es recomana un instrument d'avaluació per rúbriques, guies precises que valoren aprenentatges i productes realitzats.

La tesi de la Doctora Bouzo "**Los beneficios de la Hipoterapia y la Equitación Terapéutica con personas autistas: Un estudio de caso**" classifica els beneficis d'aquestes dues tipologies de teràpies en 4 àrees segons un estudi de cas analitzat.

- **Àrea psicomotora:**
  - La normalització d'un to muscular deficitari
  - Millora de la planificació, els reflexes i la planificació motora
  - Reducció dels patrons de moviments anormals
  - Millora de l'equilibri
  - Potenciació de la musculatura
  - Reducció dels espasmes
  - Relaxació muscular
  - Flexibilització
  - Millora de l'estat físic en general
  
- **Àrea cognitiva:**
  - Millora de l'autoestima
  - Millora de l'autocontrol de les emocions
  - Potenciació del sentiment de normalitat
  - Millora de l'autoconfiança
  - Millora de la capacitat d'atenció
  - Treballar la memòria
  
- **Àrea de comunicació i llenguatge:**
  - Millora i augment de la comunicació gestual i oral
  - Augment del vocabulari
  - Millora en la construcció de frases
  - Millora de l'articulació de paraules
  
- **Àrea de sociabilització:**
  - Relacionar-se amb persones que no pertanyen al seu entorn familiar o escolar
  - Crear llaços d'amistat amb els seus companys i instructors
  - Desenvolupar respecte i amor cap als animals
  - Incrementar el número de vivències
  - Practicar un esport recreatiu
  - Els pacients estableixen vincles amb el cavall i el terapeuta

En el cas de trastorns de per dèficits d'atenció i hiperactivitat, l'article "**Benefits of an experimental program of equestrian therapy for children with ADHD**" fa referència a un estudi fet amb 14 alumnes de 7 a 14 anys diagnosticats amb TDAH (Trastorn per Dèficit d'Atenció i Hiperactivitat).

Els beneficis de les teràpies eqüestres corroborats amb l'estudi van ser:

- Les teràpies eqüestres són un instrument útil en l'àmbit del benestar emocional i salut mental en diferents grups de població
- El grup experimental d'estudi va mostrar als resultats una millora en els indicadors corresponents a les relacions interpersonals i del qüestionari de qualitat de vida.
- Els resultats així permeten recomanar aquesta activitat per aquest tipus de població

- 
- Les activitats eqüestres tenen beneficis similars a altres activitats físiques

L'estudi establia un BASC (Sistema de Càlcul de comportament per a nens/es) i qüestionari de la qualitat de vida que aportava aspectes de millora ja que les activitats eqüestres, estan lluny encara de ser reconegudes com a activitats terapèutiques.

En el cas de les **paràlisis cerebrals** la tesi doctoral de la Dra. M<sup>a</sup> Dolores Apolo, es conclou que la hipoteràpia aporta millores en el control postural (simetria del tronc i alineació amb el cap i la pelvis), millora de l'equilibri, millora de la funció motriu gruixuda i fina i millores en la simetria muscular. Aquestes millores generen una millor qualitat de vida per aquests pacients, en la seva salut i en els factors psicològics i psicosocials que els envolten.

Cal remarcar que aquests beneficis són especialment evidents en els casos en que els pacients han realitzat dues sessions setmanals de manera regular.

En el cas de pacients amb l'**esclerosi múltiple** la tesi corrobora millores en l'equilibri, en la velocitat durant el pas al caminar, en l'estabilitat postural, en la força, la coordinació, el control del propi tronc i la funció respiratòria produint així millores en la qualitat de vida.

En **lesions medul·lars**, s'ha estudiat i corroborat els efectes sobre l'espasticitat en els membres inferiors, una millora sobre els episodis dolorosos i beneficis vinculats a nivell psicològic. A més a més els professionals fan referència a millores en el funcionament i ritme intestinal, major estabilitat emocional i un increment en la participació i la motivació dels pacients.

**En el cas de la Diabetis tipus II** s'han observat modificacions en la sensibilitat de la insulina davant l'exercici de l'equitació terapèutica, augmentant la captació de glucosa induïda per la insulina, podent ser un tractament auxiliar per aquests pacients.

En el cas de **càncer de mama**, s'han observat millores en el consum màxim d'oxigen, disminució de l'índex de massa corporal, augment del percentatge d'aigua corporal, augment de la força a cames i braços i augment de la qualitat de vida.

En persones amb **síndrome de Down** s'ha observat millora de l'equilibri estàtic, en la funció motora gruixuda, en el control postural i en les habilitats personals i socials.

Les persones amb **dèficits d'atenció i TDAH** s'han observat millores de comportament, en el llenguatge i en la coordinació motriu dels adolescents i nens/es.

Les persones amb **discapacitats físiques i psicològiques** també són pacients amb els quals es considera que les TAC poden afavorir millores en la seva qualitat de vida a nivell genèric (classificats en l'àrea psicomotora, psicològica i cognitiva). Aquests beneficis de caràcter transversal s'han citat nombroses vegades en aquest informe i es recullen de manera reiterada en els diferents articles i tesis consultades.

Els pacients amb **fibromiàlgia** es donen millores en tots els àmbits sense excepció (físics i psicològics) segons J. Blázquez.

---

### 3.2.3. Beneficis segons el tipus de públic

Segons el tipus d'edat de la població també s'ha pogut comprovar que les TAC poden aportar beneficis.

Aquests grups especialment vulnerables són persones de la tercera edat i nenes, nens i adolescents. Tres grups poblacionals als quals es poden associar certes necessitats que poden ser parcialment cobertes a través de les intervencions o teràpies assistides amb cavalls.

A aquests grups també s'hi poden sumar persones en risc d'exclusió social entre els quals es poden trobar en risc social, persones amb trastorns alimentaris, persones en fase de dol, persones maltractades, antics presos/es, etc. En aquests casos no s'ha pogut trobar documentació científica al respecte.

En el cas de **nenes, nens i adolescents** diferents articles entre ells "***A qualitative and Quantitative Review of Equine Facilitated Psychotherapy (EFP) with children and adolescents***", es parla de Psicoteràpia Assistida amb Equins com a activitats i mètodes utilitzats van des de la munta clàssica, el volteig, la cria de cavalls i activitats peu a terra. Aquest tipus de psicoteràpia aporta beneficis de caire social i cita possibles aplicacions a pacients amb: **trastorns alimentaris, ansietat, traumes del passat, TDAH, desordres de revel·lia i delinqüència.**

En el cas de les persones grans o corresponents a la tercera edat, la tesi doctoral "***La actividad física con caballos como medio terapéutico para mejorar la capacidad funcional y la calidad de vida de las personas de la Tercera Edad y las afectadas por el síndrome de la Fibromialgia: el método Centauro***" de J. Blázquez ens parla de les TAC i l'equitació com a mesura per a pal·liar els efectes sobre la vellesa.

Aquesta tesi planteja la realització d'un programa d'activitat física utilitzant el cavall com a mètode d'implementació, el mètode Centaure, per obtenir millores en la capacitat funcional que repercuteixen en la qualitat de vida dels pacients.

La metodologia Centaure aplicada es va aplicar sobre dos grups experimentals, un dels grups amb un programa d'intervenció de 32 sessions del mètode Centaure i l'altre grup que no va realitzar cap activitat extra programada. Els resultats indiquen en el grup de persones grans, millores en tots els tests de valoració (excepte els de dinamometria la mà Esquerra) i destacant les millores en l'àmbit psicològic.

A nivell genèric es tracta de millores en les condicions físiques, perceptives-motrius i psicològiques.

El mètode també es mostra útil i vàlid per a una dimensió didàctica i pedagògica sempre i quan es plantegin objectius amb activitats específiques, s'avalui el procés i els resultats a través de diferents proves.

Donats els amplis beneficis a nivell terapèutic d'aquest tipus d'activitats aquest mateix 2017 s'ha realitzat a Castelló el primer Congrés Científic dedicat a la Intervenció terapèutica assistida amb animals en educació i salut realitzat a la Universitat Jaume I amb la participació de professionals internacionals.

---

### 3.3. Beneficis i externalitats positives de l'àmbit territorial

L'àmbit territorial fa referència al **turisme eqüestre** però també a altres iniciatives de caràcter més innovador com són les **activitats vinculades al cavall com a servei públic**, que s'estan desenvolupant a França des dels anys 90.

És en aquest àmbit anomenat territorial on les externalitats positives de caràcter transversal són més evidents (donada l'amplitud d'agents externs).

En el cas del turisme eqüestre no podem oblidar que més enllà dels beneficis a nivell territorial, com a tota activitat de lleure i oci, aporta beneficis directes derivats de la seva pràctica als seus usuaris.

En aquest apartat ens centrarem primerament en l'anàlisi dels documents vinculats al turisme eqüestre i posteriorment a les iniciatives de caire més innovador.

El turisme eqüestre, és considerat dins l'àmbit turístic, una modalitat de turisme actiu tal i com ho són o poden ser altres activitats realitzades directament al medi natural.

A nivell general fent referència a les activitats considerades de turisme actiu, l'extensa tesi doctoral d'Ana Maria Luque dedicada a les activitats recreatives-esportives i el seu ús turístic al medi natural, ens permet obtenir una contextualització i aproximació àmplia del tipus d'activitats desenvolupades, del territori on transcorren i de la seva regulació i planificació.

La tesi destaca la importància en l'avaluació del potencial dels territoris per a la planificació de l'oferta d'activitats vinculades al turisme actiu, ja que com considera l'autora, els equipaments són importants però mai podran substituir un territori adequat i atractiu en bon estat de conservació. És a dir són bàsicament els recursos de caràcter natural a partir dels quals s'estructura l'oferta d'activitats.

L'espai rural on es desenvolupen les activitats ha sofert profunds canvis d'ús al llarg de la història, passant originàriament de l'ús productiu a un ús lúdic i recreatiu actual, on s'ofereixen localitzacions i suport per a noves activitats d'oci i conservació del medi ambient.

El turisme es presenta així com una nova activitat dinamitzadora de l'espai que afavoreix el desenvolupament rural integral d'un espai multifuncional.

El turisme eqüestre esdevé una activitat respectuosa amb el medi per on es realitza, sempre que s'ubiqui en un espai adequat i minimitzant i controlant els seus impactes. També es considera necessari establir directrius mediambientals específiques per a la pràctica esportiva al medi natural, tenint en compte conceptes entre els quals es troben la capacitat de càrrega, els problemes de pressió sobre el medi, el nombre de participants i la intensitat de l'activitat.

L'article de la mateixa autora dedicat a les rutes eqüestres com activitat esportiva, recreativa i turística, ens apropa directament al turisme eqüestre i ens defineix els recorreguts a cavall com una activitat d'oci i d'esbarjo basa en el gaudi d'un passeig a cavall pel medi natural.

Les característiques principals identificades del turisme eqüestre segons Anna Maria Luque: pot ser practicat per qualsevol tipus de públic; és una activitat econòmicament viable (especialment en comparació amb altres activitats al medi natural); és la segona activitat més oferta després del senderisme a nivell empresarial; combina la pràctica d'esport amb el gaudi al medi natural; pot practicar-se en espais i territoris diversos; es pot realitzar gran part de l'any i els usuaris potencials són molt nombrosos.

L'interès de l'activitat turística a cavall es fonamenta per ser una modalitat de gaudi del medi natural que permet combinar esport, coneixement del patrimoni rural i experiència directa amb el paisatge.



---

Conclou que l'activitat pot donar resposta a noves necessitats dels turistes com són la descoberta del medi natural i cultural, la gastronomia, etc.

L'autora identifica d'altra banda 5 tipus d'usuaris vinculats a l'activitat amb perfils i objectius diferents i una evolució de l'activitat a nivell internacional i nacional de la zona d'Amdalusia

El perfil de les empreses vinculades a aquesta activitat són empreses turístiques de caràcter rural i familiars o petites.

### **El pòster editat per la Federació Francesa d'Equitació conjuntament amb el seu Comitè Nacional de Turisme Eqüestre** fa referència als beneficis directes sobre l'usuari.

Aquests beneficis són a nivell psicològic de disminució de l'estrès, la sensació de desconexió i de plaer vinculada a la segregació d'endorfines, a la sensació d'harmonia i entesa amb el cavall, el contacte amb la natura i la capacitat de descoberta de nous territoris per part dels usuaris.

Per altra banda també es remarca el fet de ser una activitat respectuosa amb el medi ambient i com a externalitats positives que afavoreix la dinamització econòmica (en general) dels territoris on es practica.

A continuació s'analitzen dos articles francesos extrets del portal francès <https://www.tourisme-espaces.com/> especialitzat en documents, estudis i articles turístics.

El primer dels articles fa referència a l'establiment d'un clúster de turisme eqüestre i el segon d'ells a noves iniciatives de desenvolupament dels territoris vinculades al cavall a França.

L'article **“Naissance d'un cluster touristique équin? L'exemple de Saumur (France)”**, estudia la capacitat de la indústria equina de la ciutat i la seva imatge associada al cavall, amb el desenvolupament d'un clúster de turisme eqüestre específic.

La indústria del cavall a França gaudeix d'uns importants beneficis econòmics arreu del país conjuntament amb una singularitat d'activitats i “usos” dels cavalls que genera 71.000 llocs de treball.

Actualment existeix un clúster de la indústria del cavall a França que reuneix empreses, centres de recerca i organitzacions dedicades a la creació d'una estratègia de desenvolupament comuna. D'aquesta manera diverses autoritats locals reconeixen la seva importància, entenen la imatge del cavall com un agent unificador del territori, que aporta prestigi a través d'un desenvolupament sostenible.

En aquest article es planteja el cas concret de la ciutat de Saumur, ja que gaudeix d'un reconeixement nacional i internacional com a “ciutat de l'equitació”. La pròpia història de la ciutat vinculada a la prestigiosa Escola de Cavalleria i la “Cadre noir”, la xarxa d'empreses vinculades al sector i el suport de les institucions públiques, fan que es reconegui la presència d'un clúster eqüestre.

El clúster eqüestre és entès com una concentració d'empreses públiques i privades amb relacions de cooperació competitiva, que demostren el potencial d'aquesta indústria per promoure el desenvolupament econòmic dels territoris mitjançant la revalorització del seu atractiu.

A Saumur es concentren 5 centres eqüestres, 10 quadres i centres de formació, 4 productors (centres de cria), 1 centre d'inseminacions i més de 8 botigues dedicades a productes per a l'equitació. Aquests centres i empreses s'estructuren com a PIMES i associacions generant 988 llocs de treball en aquest territori. Aquesta anomenada indústria del cavall es recolza sobre xarxes socials sòlides, un sistema de valors comuns entre la pròpia ciutadania i les empreses i el suport de l'administració.

---

Dins d'aquest territori s'ubiquen i es desenvolupen diverses activitats que van des de la investigació universitària a cursos de formació nacionals, internacionals, competicions d'alt nivell de diverses disciplines, més de 50 espectacles temàtics durant tot l'any, etc.

L'article conclou que són evidents els esforços per a la creació d'un clúster específic de turisme eqüestre, però alhora cal molta feina encara per a la seva consolidació. Aquestes tasques pendents van encaminades enfortir les relacions constructives i de cooperació entre les estructures, a un major nivell de proximitat geogràfica i organitzativa entre les empreses, la necessitat d'identificació dels espais on es desenvolupen les activitats equines, una estratègia de comunicació comuna entre els agents implicats, polítiques d'integració del cavall al territori i la superació de les individualitats característiques de la indústria equina.

L'article “ **Quand le cheval contribue au dynamisme des territoires: analyse de projets locaux innovants entrepris par des collectivités françaises**”, planteja nous projectes locals innovadors d'àmbit rural i urbà al voltant del cavall i la seva revalorització conjuntament amb la dinamització del territori. Aquest tipus d'iniciatives a més a més de ser molt interessants **evidencien que les possibilitats del cavall com a agent de dinamització territorial són reals i diverses.**

El text analitza com algunes comunitats franceses utilitzen el cavall per dinamitzar els seus territoris a través d'iniciatives locals.

Aquest tipus d'iniciatives sorgides a principis dels anys 90 s'estructuren a partir de l'any 2000 sota el Programa Cavall Territorial i fan servir el cavall per a desenvolupar tasques de servei públic com són: la recollida de deixalles, el transport dels infants, transport de turistes, el manteniment dels espais verds, el seguiment dels ramats de bestiar, tasques de vigilància a través de la policia a les ciutats, etc.

El Programa ha estat impulsat per l'Institut Francès del cavall (IFCE) en col·laboració amb l'Institut Nacional d'Investigació Agronòmica (INRA) i entitats i municipis (heterogenis) receptius amb la dinamització del territori. Actualment el programa s'estructura a través d'una Comissió nacional dels Cavalls Territorials.

Actualment sota el concepte i programa Cavall Territorial es troben adherits a França prop de 200 municipis. Els autors entenen que aquesta iniciativa encara en fase inicial d'experimentació està sent ben acceptada degut a diversos factors entre els que s'inclouen la visió amable i la simpatia dels francesos pels cavalls, la pràctica de l'equitació com a un esport molt habitual i popular, la cerca per una millor qualitat de vida per part dels francesos a través de la millora de les relacions entre la natura, els animals i els homes i major consciència dels problemes medi ambientals per part de la societat,

L'article cita i descriu les iniciatives engegades a 5 municipis rurals i urbans de França com són Vendargues (ciutat de 5000 habitants), Beauvais (50.000 habitants), Saint-Pierre-sur Dives, Deux-Sèvres i Canigou Pyrénées Orientals.

El projecte permet als criadors de cavalls de tir actualment dedicats majoritàriament al consum de carn de cavall, tenir una nova via de comercialització i revalorització del cavall de tir i de les seves races associades. Arrel d'aquestes iniciatives també s'han anat creant noves necessitats com són els conductors professionals d'aquests serveis etc. Aquesta revalorització de retruc ha permès una major conscienciació de la població respecte els residus millorant la seva separació, la visió del cavall com un agent per al medi ambient net, econòmicament viable i socialment útil en la creació de nous llocs de treball, la unió i contacte entre diferents agents del sector eqüestre fins ara no havien treballat conjuntament, etc.

Aquesta iniciativa implica segons els autors beneficis a tres nivells, ambientals o ecològics, econòmics i socials que són recollits i resumits en el punt 4.4.2.

## 3.4. Quadres resum de beneficis

### 3.4.1. Beneficis genèrics del contacte amb els animals i la natura

Un cop revisats aquests estudis es poden agrupar **els avantatges del contacte amb els animals i la natura, en dos grups de beneficis generals: els beneficis Psicològics/cognitius i els beneficis físics**. Aquestes dues tipologies de beneficis tenen una interrelació estreta entre elles i una repercussió en la **millora de vida de les persones**.

	Tipus de beneficis	Beneficis
1	Psicològics/cognitius	Augment de la inclusió social
		Augment de les habilitats socials i laborals
		Augment en la imitació d'habilitats socials
		Augment en la rehabilitació social
		Millora del funcionament cognitiu
		Millora de l'eficiència personal
		Millora de l'autoestima
		Millora de la identitat personal i social
		Reducció de la depressió i ansietat relativa als símptomes
		Millora de l'estrès agut
		Reducció dels desordres psicossomàtics i afeccions amb menors visites per any al metge en persones grans
2	Físics	Millora l'activitat física. Estimulació d'exercici i condició física
		Millores en el benestar físic i emocional en pacients hospitalitzats
		Canvis positius en el funcionament cardiovascular i concentració de diferents tipus de neurotransmissors
		Millora de la taxa cardíaca: millora de la supervivència i adherència al tractament en pacients amb afectacions cardíques
		Segregació d'oxitocina, hormona que actua com a mediadora de múltiples beneficis fisiològics i socials

Cal tenir en compte que aquests documents indiquen beneficis a nivell general i no específics del contacte directe amb els cavalls.

### 3.4.2. Beneficis de l'àmbit educatiu

Els documents d'aquest àmbit aporten des de diferents punts de vista, una sèrie de beneficis, habilitats, competències i valors que es treballen en contacte amb els cavalls, que es poden resumir en **tres beneficis i 4 tipus d'habilitats**:

	Tipus de beneficis	Beneficis
1	<b>Físics i/o Biomecànics i/o Psicomotors</b>	Motricitat: Moviment tridimensional i rotatiu
		Capacitats intel·lectuals: El procés d'estimulació genera endorfines, afavoreix la sinapsis neuronal, l'habilitació neuro-muscular i amb danys neurològics afavoreix la plasticitat cerebral. Estimulació neuro-sensorial: el moviment el cavall i l'entorn afavoreix que el genet tingui predisposició a l'aprenentatge.
		Musculatura: Millora de la musculatura de l'esquena i del cinturó abdominal
		Equilibri
		Capacitat d'orientació i localització en l'espai: El genet utilitza els 5 sentits afavorint l'activació de diverses àrees cerebrals i desenvolupa processos mentals complexos
2	<b>Psicològics i cognitius</b>	Autonomia dels infants i capacitat de descoberta: les rutines en la cura dels animals, etc
		Confiança en un mateix i en els companys
		El joc com a eina d'aprenentatge a través de l'experiència
		Ganes d'aprendre i millora de la qualitat d'aprenentatge: al realitzar una activitat a l'aire lliure molt motivant
		Satisfacció de la curiositat natural
		Aprenentatge a través de l'observació i de les pròpies experiències
		Aprenentatge, observació i comprensió del cicle de la natura (estacions) i les seves característiques i limitacions
		Estimulació i experimentació d'habilitats i valors propis
3	<b>Afectius/Intel·ligència Emocional</b>	Els infants són protagonistes del seu aprenentatge
		Responsabilitat: d'ells mateixos i dels cavalls/ponis

		Establiment de relacions d'afecte i estima
		Aprenentatge i consolidació del llenguatge intuïtiu
		Aprenentatge de la confiança: en ells mateixos i en els altres
		Coneixement i aptitud emocional
		Profunditat emocional
		Intel·ligència emocional: manera de resoldre conflictes, assumir pressions, etc

Aquests beneficis propicien diferents habilitats:

	Tipus d'Habilitats	Habilitats
1	<b>Habilitats cognitives o assimiladores del coneixement</b>	Observació i reconeixement
		Comprensió
		Anàlisi i síntesi
		Interpretació i transferència
		Avaluació
2	<b>Habilitats físico-motores i/o biomecàniques</b>	Adquisició i assimilació de postures i moviments
		Equilibri
		Orientació
		Relaxació
		Ritme
		Reacció motora
		Anticipació motora

3	Habilitats Socials	Influència
		Comunicació
		Maneig de conflictes
		Lideratge
		Catalitzador de canvis
		Establir vincles d'unió
		Col·laboració i cooperació
		Capacitat d'equip
4	Habilitats intrapersonals	Autoconsciència
		Confiabilitat
		Interès i compromís
		Automotivació
		Concentració i precisió

### 3.4.2. Beneficis de l'àmbit social

Els beneficis d'aquest àmbit s'han classificat en dues taules, una primera, fa referència als beneficis genèrics de les Intervencions Assistides amb Cavalls i l'altre als beneficis per a determinades patologies, trastorns o tipus de públic al que poden afavorir.

És important tenir en compte, que cada pacient i/o usuari parteix d'un punt d'inici diferent i són els professionals de cada un dels centres els que determinaran i avaluaran els beneficis en cada un dels casos. Tanmateix serà indispensable i importantíssim avaluar per part dels professionals, quines patologies es poden tractar i quines metodologies caldrà seguir sempre que no siguin contraproductes.

En aquest sentit les intervencions poden entendre's com un tractament de tipus complementari.

	Tipus de beneficis	Beneficis
1	Físics	Millora de l'equilibri vertical i horitzontal
		Control postural correcte
		Millora en el caminar del pacient, estimulació per balanceig

		Regulació del to muscular
		Millora de la respiració
		Disminució dels espasmes dels membres inferiors
		Augment de l'agilitat i l'elasticitat
		Millora de la coordinació motriu
		Reducció dels patrons de moviments anormals
		Afavoriment de la circulació de la sang
		Millora de la mobilitat en les articulacions, columna i pelvis
		Augment de la força i la resistència
		Millora del metabolisme en general
<b>2</b>	<b>Psicològics i cognitius</b>	Millora de l'autoestima i la confiança
		Millora de la capacitat de concentració
		Augment del sentiment de respecte i responsabilitat
		Sentiment d'independència en persones dependents i responsabilitat
		Sensació de benestar afavorit per la segregació d'endorfines
		Integració sensorial: utilització de diferents sentits alhora
		Millora de l'orientació en l'espai
<b>3</b>	<b>Habilitats comunicatives i del llenguatge</b>	Millora de la comunicació verbal i no verbal
		Incorporació de nou vocabulari
		Desenvolupament de les habilitats de comunicació en grup
		Millora de l'escolta

4	<b>Habilitats de caire social</b>	Millora de l'empatia vers els altres
		Afavoriment de la integració social
		Sociabilització fora de l'àmbit escolar i familiar en el cas de nens/es i adolescents
		Establiment de nous vincles d'amistat

	<b>Patologies i trastorns concrets</b>	<b>Beneficis</b>
1	<b>Autisme/ Beneficis Físics</b>	Normalització del to muscular
		Millora dels reflexes
		Millora de l'equilibri
		Reducció d'espasmes
		Millora de la relaxació muscular
		Millora de l'estat físic en general
	<b>Autisme/ Beneficis Cognitius</b>	Millora de l'auotestima
		Millora del control emocional
		Millora de l'autoconfiança
		Millora de la capacitat d'atenció
		Millora del treball memorístic
	<b>Autisme/ Habilitats en la comunicació i el llenguatge</b>	Millora de la comunicació gestual i oral
		Augment del vocabulari
		Millora en la construcció de frases
		Millora en l'articulació de les paraules



	<b>Autisme/ Beneficis en la Sociabilització</b>	Millora de les relacions amb altres persones
		Creació de nous llaços d'amistat entre companys i terapeutes
		Sentiments de respecte i amor cap als animals
2	<b>Trastorns dèficits d'atenció i Hiperactivitat</b>	Millora del control motriu
		Millora del llenguatge
		Millora de les relacions interpersonals
		Millora de la qualitat de vida
		Millora de les condicions físiques
3	<b>Paràlisis cerebral</b>	Millora del control postural
		Millora de l'equilibri
		Millora de la funció motriu gruixuda i fina
		Millora de la simetria muscular
4	<b>Esclerosi múltiple</b>	Millora de l'equilibri
		Millora de la velocitat de pas al caminar
		Augment de la força
		Augment sobre el control del cos
		Millora de la funció respiratòria
		Augment de la qualitat de vida
5	<b>Lesions medul·lars</b>	Espasticitat dels membres inferiors
		Milliores en episodis dolorosos
		Beneficis psicològics

		Millora en el funcionament del ritme intestinal
5	Lesions medul·lars	Augment de l'estabilitat emocional
		Augment de la participació i la motivació
6	Pacients Diabetis tipus II	Augment de la captació de glucosa induïda per la insulina
7	Càncer de Mama	Millora del consum màxim d'oxigen
		Descens de l'índex de massa corporal
		Millora de la força en cames i braços
		Millora de la qualitat de vida
8	Síndrome de Down	Millora de l'equilibri estàtic
		Millora de la funció motora gruixuda
		Millora del control postural
		Millora de les habilitats personals i socials
9	Fibromiàlgia	Millora física general
		Millora psicològica general
10	Trastorns Alimentaris	Millora de les habilitats socials i relacionals
11	Ansietat	Millora de les habilitats socials i relacionals
12	Desordres de comportament	Millora de les habilitats socials i relacionals
13	Persones de la tercera edat	Pal·liació dels efectes de la vellesa
		Millora de les condicions físiques, motrius i psicològiques

### 3.4.4. Beneficis de l'àmbit territorial

Un cop analitzats els documents d'aquest àmbit podem parlar de **beneficis directes** vinculats a la persona que realitza l'activitat de turisme eqüestre (han estat tractats amb més detall als punts anteriors) i **d'externalitats positives** vinculades al turisme eqüestre però també a altres activitats on el cavall es present al territori desenvolupant accions o serveis "diferents". Aquestes externalitats territorials han estat classificades en 4 tipus.

	Tipus de beneficis	Beneficis
1	<b>Directes per a l'usuari de turisme eqüestre</b>	Beneficis a nivell psicològic/cognitiu: vinculats al gaudi d'una activitat a l'aire lliure
		Beneficis vinculats al coneixement de nous territoris i diferents tipus de patrimoni (natural, cultural, arquitectònic, gastronòmic, etc)
		Dóna resposta a les necessitats de turisme no massificat, en contacte amb la natura i la població autòctona
2	<b>De tipus Territorial/ Ambiental i Ecològic</b>	Una activitat a cavall representa una activitat respectuosa i sostenible amb el medi on es desenvolupa (sempre que es compleixin els requeriments de capacitat de càrrega dels ecosistemes i altres variables indispensables)
		Són animals no sorollosos
		Respecte a la biodiversitat
		Revalorització de diferents races de cavalls
3	<b>De tipus Territorial/ Estructural</b>	Recuperació d'antics camins/senders tradicionals o històrics. Camins de ferradura
		L'activitat de turisme eqüestre permet tornar a recuperar l'ús tradicional de les vies pecuàries
		En alguns casos permeten la recuperació i revalorització de patrimoni abandonat
		Coordinació entre els diferents actors
4	<b>De Tipus Territorial/ Econòmic</b>	Augment de les iniciatives empresarials i de les activitats innovadores
		Dinamització i diversificació del teixit empresarial del territori rural i especialment de les empreses de tipus familiar
		Creació i diversificació de nous llocs de treball per a la població local

		Desestacionalització del turisme ja que normalment és una activitat que es pot realitzar durant tot l'any
		Establiment de relacions de cooperació competitiva entre empreses dins del mateix sector
		Disminució de les despeses econòmiques generals generades pels vehicles a motor en el cas de les activitats de servei públic a cavall (recollida selectiva de deixalles, manteniment de les zones verdes, tasques de vigilància, etc)
5	<b>De Tipus Territorial/ Social</b>	Millora de les relacions entre persones ja que el cavall esdevé mediador social
		Apropament de les persones a les activitats tradicionals amb cavall com a servei a la societat ambientalment sostenible
		Incentiva el respecte a l'autoritat en tasques de vigilància

## **4. Relació de mitjans per a la difusió**

Aquest punt es recull a la versió completa del document.

## 5. Base de dades

Relació de documents identificats segons vessant:

### 1. Documentació genèrica

	Tipus de Font	Data	Nom document	Autor/a	Web	Ubicació	Temàtica
1	Article Escritos de Psicología vol.7, núm 3. Universidad de Málaga	2014	Intervenciones asistidas por animales y calidad de vida: expectativas en estudiantes universitarios españoles	Perea-Mediavilla, María A; López-Cepero, Javier; Tejada-Roldán, Arcadio; Sarasola, José Luís	<a href="http://www.redalyc.org/pdf/2710/271032955002.pdf">http://www.redalyc.org/pdf/2710/271032955002.pdf</a>	Universidad de Málaga	IAA (Intervencions Assistides amb Animals)
2	Estudi	2009	Positive interactions lead to lasting positive memories in horses, <i>Equus caballus</i>	Sankey,C; Annick,M; Yris, R; Leroy, H. Henry.S; Hausberger, M	<a href="http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S003347209006034">http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S003347209006034</a>	Université de Rennes 1, France	Relacions positives entre cavalls i humans
3	Informe	2010	Green Care a Conceptual Framework A report of the Working Group on the Health Benefits of Green Care COST 866, Green care in Agriculture	Joe Sempik Rachel Hine Deborah Wilcox A Report of the Working Group on the Health Benefits of Green Care	<a href="http://www.agrarumweltpa.edagogik.ac.at/cms/upload/bilder/green_care_a_conceptual_framework.pdf">http://www.agrarumweltpa.edagogik.ac.at/cms/upload/bilder/green_care_a_conceptual_framework.pdf</a>	COST (European Cooperation in Science and Technology) . Publicat per Loughborough University (Anglaterra)	Concepte de Green Care
4	Presentació	-	Green Care: An overview	Dr. Rachel Bragg	<a href="https://www.sustainweb.org/resources/files/presentations/gh_june15_1GreenCareOverview.pdf">https://www.sustainweb.org/resources/files/presentations/gh_june15_1GreenCareOverview.pdf</a>	University of Essex. Colchester (Anglaterra)	El concepte de Green Care i exemples

## 2. Àmbit Educatiu

	Tipus de Font	Data	Nom document	Autor/a	Web	Ubicació	Temàtica
1	Article apunts Educació física i esports. INEFC	2008	La mediación del caballo y su relación con la adquisición de competencias	Dra. Belén Franquet Montufo	<a href="http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=1431">http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=1431</a>	Lleida	Educativa
2	Presentació jornada tècnica ADRINOC	2016	El model eqüestre a França i els seus impactes al medi rural	Elisa Moya	<a href="https://cheval-avignon.ffe.com/i">https://cheval-avignon.ffe.com/i</a> <a href="https://equisudformation.ffe.com/">https://equisudformation.ffe.com/</a>	Avignon, França	Educativa
3	Llibre basat en Tesi Doctoral	2017	Nom tesi: La Intervenció psicoeducativa Assistida Amb Cavalls com a context educatiu inclusiu d'adquisició competencial per a tots. Nom llibre: Hojarasca en otoño, amapolas en primavera, caballos todo el año	Dra. Belén Franquet Montufo	<a href="http://fundaciolamanreana.org/equip-de-professionals/i">http://fundaciolamanreana.org/equip-de-professionals/i</a> <a href="http://Universitat de Vic">Universitat de Vic</a>	Lleida	Educativa

### 3. Àmbit Social-Teràpèutic

	Tipus de Font	Data	Nom document	Autor/a	Web	Ubicació	Temàtica
1	1er Congrés Científic: Intervenció terapèutica assistida amb animals	2017	-	-	<a href="https://sites.google.com/site/congresodeterapiaconanimales/home">https://sites.google.com/site/congresodeterapiaconanimales/home</a>	Universitat Jaume I. Castelló de la Plana	Intervencions Assistides amb Animals
2	Tesi doctoral	2015	Evaluación de las terapias ecuestres en el tratamiento del trastorno de espectro autista y programa de intervención	Dra. Carmen Tabares	<a href="http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/4055/TDU_EX_2015_Tabares_Sanchez.pdf?sequence=1">http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/4055/TDU_EX_2015_Tabares_Sanchez.pdf?sequence=1</a>	Universitat de Extremadura	Trastorns/ Autisme
3	Tesi doctoral	2015	Los beneficios de la Hipoterapia y la Equitación Terapéutica con personas autistas: Un estudio de caso	Dra. Sonia Bouzo González	<a href="http://www.investigacion.biblioteca.uvigo.es/xmlui/bitstream/handle/11093/429/Los%20beneficios%20de%20la%20hipoterapia.pdf?sequence=1">http://www.investigacion.biblioteca.uvigo.es/xmlui/bitstream/handle/11093/429/Los%20beneficios%20de%20la%20hipoterapia.pdf?sequence=1</a>	Universitat de Vigo. Pontevedra	Trastorns/ Autisme
4	Pòster IX Congreso Internacional y XIV nacional de psicología clínica, At Santander	2016	La singularidad y el efecto terapéutico del voluntariado en equinoterapia	A.A.V.V. entre ells Dr. Andrés García Gómez	<a href="https://www.researchgate.net/profile/Andres_Garcia_Gomez2">https://www.researchgate.net/profile/Andres_Garcia_Gomez2</a>	Universitat de Extremadura. Badajoz	Voluntariat
5	Article Research in Development Disabilities	2016	Benefits of an experimental program of equestrian therapy for children with ADHD	A.A.V.V. entre ells Dr. Andrés García Gómez	<a href="https://www.researchgate.net/publication/307909366_Benefits_of_an_experimental_program_of_equestrian_therapy_for_children_with_ADHD">https://www.researchgate.net/publication/307909366_Benefits_of_an_experimental_program_of_equestrian_therapy_for_children_with_ADHD</a>	Universitat de Extremadura. Badajoz	Dèficits Atenció/Hiperactivitat
6	Tesi doctoral	2015	La actividad física con caballos como	José Blázquez Miret	<a href="http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/297703/jbm1d">http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/297703/jbm1d</a>	UAB	Tercera Edat



			medio terapéutico para mejorar la capacidad funcional y la calidad de vida de las personas de la Tercera Edad y de las afectadas por el síndrome de la Fibromialgia: el método Centáuro como programa formativo de intervención		<a href="#">e1.pdf?sequence=1</a>		
7	Article in The Open Complementary Medicine Journal 1	2009	A Qualitative and Quantitative Review of Equine Facilitated Psychotherapy (EFP) with Children and Adolescents	J.A. Lentini i Michele Knox	<a href="https://www.researchgate.net/publication/228876109_A_Qualitative_and_Quantitative_Review_of_Equine_Facilitated_Psychotherapy_EFP_with_Children_and_Adolescents">https://www.researchgate.net/publication/228876109_A_Qualitative_and_Quantitative_Review_of_Equine_Facilitated_Psychotherapy_EFP_with_Children_and_Adolescents</a>		Psicoteràpia nens i adolescents
8	Tesi doctoral	2015	Análisis y valoración del control postural mediante indicadores basados en acelerometría. Propuesta y aplicación en hipoteràpia	Dra. M <sup>a</sup> Dolores Apolo	<a href="http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/4387/TDU_EX_2016_Apolo_Arenas.pdf?sequence=1">http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/4387/TDU_EX_2016_Apolo_Arenas.pdf?sequence=1</a>	Universidat de Extremadura	Hipoteràpia
9	Article Revista Siglo 0. Revista Española sobre discapacidad intelectual. Vol 39	2008	Terapia asistida por caballos: nueva propuesta de clasificación, programas para personas con discapacidad intelectual y	Víctor Arias, Benito Arias i Raquel Moretín	<a href="http://www.feaps.org">www.feaps.org</a>	Universidat de Valladolid, Universidat de Salamanca EQ Terapia Palencia	Discapacitats intel·lectuals

			buenas prácticas				
10	Treball de Final de Grau	2015	Diseño de un programa de terapia asistida con caballos: aproximación desde la TO.	Bárbara Gómez Bonachía	<a href="http://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/16785/GomezBonachia_Barbara_TFG_2015.pdf?sequence=2">http://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/16785/GomezBonachia_Barbara_TFG_2015.pdf?sequence=2</a>	Universidade da Coruña	TAC i Teràpia Ocupacional
11	Estudi presentat a American Camping Association National Conference a Seattle	1989	Therapy on Horseback: Psychomotor and Psychological Change in Physically Disabled Adults	Brok, Barbara J	<a href="https://eric.ed.gov/?id=ED313183">https://eric.ed.gov/?id=ED313183</a>	Washington (USA)	Adults amb discapacitats físiques i psicològiques
12	Llibre	2005	Special needs, special horses. A guide to the Benefits of Therapeutic Riding	Naomi Scott	<a href="https://books.google.es/books?hl=ca&amp;lr=&amp;id=r34fwWGlaxMC&amp;oi=fnd&amp;pg=PR7&amp;dq=american+physical+therapy+association+equitation&amp;ots=p1sFUhR8ky&amp;sig=en_YpDOzF1eA_3tU4xErTnVUfQA#v=twopage&amp;q&amp;f=false">https://books.google.es/books?hl=ca&amp;lr=&amp;id=r34fwWGlaxMC&amp;oi=fnd&amp;pg=PR7&amp;dq=american+physical+therapy+association+equitation&amp;ots=p1sFUhR8ky&amp;sig=en_YpDOzF1eA_3tU4xErTnVUfQA#v=twopage&amp;q&amp;f=false</a>	University of North Texas Press. Denton Texas (USA)	Munta terapèutica
13	Treball de Recerca 2on batxillerat	2014	La zooteràpia	Laura Pérez	<a href="http://www.iesmonturiol.net/web/html/estudis/recerca/tldr_lauraperez.pdf">http://www.iesmonturiol.net/web/html/estudis/recerca/tldr_lauraperez.pdf</a>	INS Narcís Monturiol Figueres	Zooteràpia
14	Article. The Australian Journal of Counselling Psychology, 6, pp13-17.	2005	New Age or Old Sage? A review of Equine Assisted Psychotherapy	Frewin, K. & Gardiner, B	<a href="http://www.sunshinecoastequestrian.org/New_age_or_old_sage_A_review_of_equine_assisted_psychotherapy.pdf">http://www.sunshinecoastequestrian.org/New_age_or_old_sage_A_review_of_equine_assisted_psychotherapy.pdf</a>	Massey University Palmerston North New Zealand	Psicoteràpia assistida amb cavalls
15	Article Análise Psicológica (2008), 1 (XXVI): 81-100	2008	Sobre a equitação terapêutica: Uma abordagem crítica	Leopoldo Gonçalves	<a href="http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap/article/viewFile/478/pdf">http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap/article/viewFile/478/pdf</a>	Facultat de Psicologia, Universidade de Lusófona de Humanidades e Tecnologia	Equitació terapèutica

						as, Lisboa	
16	Article de Society and Animals 24(4) · May 2016	2016	Equine Assisted Therapy and Learning: A Survey of Methodologies in Australia	Signal.T, Wilson.R i Nelson, A	<a href="https://www.researchgate.net/publication/303847509_Equine_Assisted_Therapy_and_Learning_A_Survey_of_Methodologies_in_Australia">https://www.researchgate.net/publication/303847509_Equine_Assisted_Therapy_and_Learning_A_Survey_of_Methodologies_in_Australia</a>		

#### 4. Àmbit Territorial

	Tipus de Font	Data	Nom document	Autor/a	Web	Ubicació	Temàtica
1	Article Universidad de Málaga Facultad de Filosofía y Letras	2006	Las Rutas ecuestres como actividad deportiva, recreativa y turística	Dra. Ana María Luque Gil	-	Universidad de Málaga	Rutes Equestres
2	Tesi doctoral	2003	Las actividades recreativo-deportivas y el uso turístico del medio rural	Dra. Ana María Luque Gil	-	Universidad de Málaga	Turisme Actiu
3	Pòster	2017	Le Tourisme Équestre en France	Jean-Pierre Blanche	<a href="https://www.ffe.com/var/ezwebin_site/storage/images/tourisme/publications/le-tourisme-equestre-en-france/285406-12-fre-FR/Le-Tourisme-equestre-en-France.jpg">https://www.ffe.com/var/ezwebin_site/storage/images/tourisme/publications/le-tourisme-equestre-en-france/285406-12-fre-FR/Le-Tourisme-equestre-en-France.jpg</a>	Fédération Française d'Équitation. Comité National de Tourisme Equestre	Turisme Equestre França
4	Article Article Maître de conférences en sociologie (UMR 0951 I Innovation)	2015	Quand le cheval contribue au dynamisme des territoires: analyse de projets locaux innovants	Céline Vial, Alice Wanneroi i Roman Le Velly	-	Montpellier	Cavalls i dinamisme territorial

---

			entrepis par des collectivités françaises				
5	Article	2015	Naissance d'un cluster touristique équin? L'exemple de Saumur (France)	Cécile Clergeau, Sylvine Pickel-Chevalier, Philippe Violier, Gwenaëlle Greffe	-	Université d'Angers	Turisme equestre i clúster



Associació  
**DESENVOLUPAMENT  
RURAL INTEGRAL**

ZONA NORD-ORIENTAL DE CATALUNYA



Activitats  
**EQUESTRES**



Generalitat de Catalunya  
**Departament d'Agricultura,  
Ramaderia, Pesca i Alimentació**

**PDR.cat 2020**



**Fons Europeu Agrícola de  
Desenvolupament Rural:**  
Europa inverteix en les zones rurals