



La Marta Bordas té una lesió medul·lar i no pot moure les cames. Cada setmana acudeix al Centre Hípic Adaptat de Sant Cugat del Vallès, on fa sessions de teràpia assistida amb cavalls. FRANCESC MELCÓN

“El moviment rítmic del cavall fa treballar el cervell i tonifica”

La hipoteràpia millora l'equilibri de persones amb discapacitat

Reportatge

IU ANDRÉS
SANT CUGAT DEL VALLÈS

La Marta Bordas té 32 anys. Estudia un doctorat d'arquitectura i fa poc que va tornar de Finlàndia, on es va estar tot un any. Li agrada esquiar i l'apassiona muntar a cavall. Una vida força corrent si no fos pel malaurat accident que va tenir el 1998. Des de llavors una lesió medul·lar li impedeix moure les cames i, a part dels estudis, els viatges i l'esport, la Marta té la tasca diària de sobreposar-se a les conseqüències de l'accident, de minimitzar-ne les seqüeles.

Des de la cadira de rodes raspalla pacientment la Meri, l'euga amb la qual comparteix des de fa uns mesos els matins dels dimecres. Gràcies a una rampa, que disposa la cadira a l'altura del llom de l'animal, la Marta pot enfil·lar-se sobre la Meri. L'hípica s'ha convertit en una afició per a la Marta, però també en una manera amena de fer exercici i, sobretot, en una teràpia. “És l'esport més terapèutic de tots els que he provat”, assegura.

“La Marta no podrà moure mai més les cames. El que pot fer és potenciar l'equilibri i la força del tronc”, explica Teresa Xipell, fisioterapeuta i pionera de la introducció a l'Estat de la hipoteràpia: teràpia assistida amb cavalls. “El moviment rítmic i constant del cavall fa treballar inconscientment el cervell

i tonifica la musculatura”, detalla Xipell, mentre va ordenant una sèrie d'exercicis que la Marta ha de fer quan cavalca. “Treballem la doble tasca, que vol dir guanyar equilibri sense adonar-se'n, fent altres coses al mateix temps”, diu la fisioterapeuta. Aconseguir-ho és difícil, però té molts avantatges en l'aplicació a la vida real. Per exemple: mantenir l'equilibri a taula mentre es menja. La Marta ho corrobora: “Centro millor el pes, ho he notat a l'hora de conduir”, apunta.

Teràpia poc coneguda

Xipell combina la seva tasca de voluntària amb nois i noies com la Marta i les classes a l'Escola Universitària de Fisioteràpia Gimbernat. Reivindica els efectes saludables de trotar sobre els cavalls, no com un substitut de la fisioteràpia tradicio-



La hipoteràpia també potencia els vincles afectius. FRANCESC MELCÓN

nal, però sí com un complement ideal. I no només les persones amb discapacitat se'n poden beneficiar, també els nens amb trastorns de l'espectre autista o amb dèficit d'atenció. Els nois amb hiperactivitat es contagien del moviment rítmic i es relaxen. I aprenen a treballar l'anticipació. “Si volen que el cavall obeeixi han de donar l'ordre amb temps. I això els hi costa molt”, assegura la Teresa. Els autistes poden crear vincles afectius molt forts amb els animals.

La teràpia assistida té, però, un inconvenient important: és cara. Una hora de treball amb la Meri costa uns 55 euros, tot i tractar-se d'una fundació que finança gran part de les despeses. Xipell reclama que s'investiguin més els efectes d'aquesta disciplina, que en alguns països està coberta per la sanitat pública. I alerta contra l'intrusisme.

La Marta està tranquil·la mentre cavalca. Xerra, riu, gira el cap i s'oblida que està sobre el cavall. S'oblida de mantenir l'equilibri i això vol dir que ja en té molt. A poc a poc ha abandonat els suports que la mantenen lligada a l'animal. “Intentem que muntin com un genet que no té cap discapacitat, es tracta de tendir cap a la normalitat”, assenyala Xipell. El mateix objectiu que la Marta i els altres pacients volen assolir amb la teràpia i a la vida. Superar barreres, esquivar obstacles i obviar les limitacions: tendir a la normalitat. —