

PSICOLOGÍA

Los caballos mejoran la calidad de vida de personas con esclerosis múltiple

El cansancio, el aumento del tono muscular o los problemas de incontinencia urinaria son algunos de los síntomas que empeoran la calidad de vida de personas con esclerosis múltiple. Un equipo multidisciplinar, compuesto por investigadores del Hospital Universitario de Torrejón, la Universidad Complutense, la Fundación MHG y la Cátedra Animales y Sociedad de la Universidad Rey Juan Carlos (España), ha elaborado un estudio que analiza los beneficios que las Intervenciones Asistidas con Caballos (IAC) aportan a estos pacientes.

Los resultados obtenidos muestran importantes progresos en los principales síntomas que son consecuencia de esta enfermedad. Por un lado, el ejercicio al aire libre y el contacto con animales mejoran los niveles de depresión y de ansiedad. Por otro, la actividad física también potencia el aumento de la velocidad en la marcha y favorece la recuperación del equilibrio y la regulación del tono muscular (mejora la espasticidad).

“Estos beneficios se conocían de las terapias asistidas con animales en otras patologías, como en la parálisis cerebral. De este modo, este estudio contribuye a ampliar la base de conocimiento de las terapias con caballos en otro sector de población”, destaca Nuria Máximo, profesora de Terapia Ocupacional de la URJC y coautora del artículo. El estudio forma también parte de una de las líneas de investigación (intervenciones asistidas con animales) de la Cátedra Animales y Sociedad”, dirigida por la profesora Máximo.

Como consecuencia de la enfermedad, la fatiga parece ser otro elemento común en todos los pacientes de esclerosis múltiple y muchos de ellos sufren también de incontinencia urinaria, estreñimiento y dificultades de movilidad, sobre todo, en miembros inferiores. Con este tipo de terapias, los investigadores han demostrado que se disminuye el cansancio y se ofrece al paciente la posibilidad de realizar las diferentes actividades y ocupaciones diarias de manera más independiente.

“El movimiento que ejercita el caballo puede ser de utilidad para paliar parcialmente estos inconvenientes”, señala la investigadora. “La mejora en el suelo pélvico, no estudiada con anterioridad, aporta evidencia para uno de los síntomas que más empeora la calidad de vida de estas personas, ya que, por ejemplo, impide tener un sueño continuado por la noche con la necesidad de acudir al baño en muchas ocasiones”, añade.

El equipo médico del Hospital Universitario de Torrejón junto con Muñoz Lasa, investigadora de la Cátedra y profesora de la UCM, ha apostado por poner en marcha este tipo de terapias por el beneficio que pueden reportar a los pacientes de esclerosis múltiple.

En un primer momento, se seleccionó a doce personas con esta patología, que recibieron sesiones de terapia ecuestre durante seis meses. “Pretendíamos comprobar si este tipo de terapia reduce la fatiga y la espasticidad mejorando, además, los problemas de incontinencia”, explica Nuria Máximo, añadiendo que una mejoría en “cualquiera de estos apartados contribuiría y mucho en la mejora de la calidad de vida de estos pacientes, incluyendo una mejora en las relaciones sexuales, la disminución de la apatía y la depresión y un aumento en la calidad del sueño”.

Una vez seleccionados los objetivos del estudio, se constituyeron dos grupos, uno de Terapia o y otro de Control. Durante las sesiones, cada paciente ha estado acompañado por un monitor guía de caballo (handler), un monitor a cada lado (side walker) y un terapeuta. “Trabajamos con jinetes con

nivel cero de equitación y en condiciones físicas especiales”, subraya la Dra. Muñoz Lasa.

Algunos ejercicios realizados demuestran que la forma y la temperatura del caballo en contacto con el suelo pélvico activa el movimiento de toda la zona. Asimismo, el movimiento y la citada temperatura sobre las piernas contribuyen a relajar la parte inferior del cuerpo.

El programa de terapia ha contado también con distintas herramientas (escalas utilizadas en ensayos clínicos) para evaluar la calidad de vida, los niveles de fatiga, la espasticidad, el grado de estreñimiento y el estado del suelo pélvico. (Fuente: Universidad Rey Juan Carlos)

Fuente: <http://noticiasdelaciencia.com>