

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA DE EQUINOTERAPIA PARA REDUCIR NIVELES DE
ANSIEDAD EN NIÑOS EN UN COLEGIO PRIVADO DE LA CIUDAD DE GUATEMALA."**

TESIS DE GRADO

INES MARTINEZ GUZMAN

CARNET 10903-10

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, ABRIL DE 2016
CAMPUS CENTRAL

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA DE EQUINOTERAPIA PARA REDUCIR NIVELES DE
ANSIEDAD EN NIÑOS EN UN COLEGIO PRIVADO DE LA CIUDAD DE GUATEMALA."**

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR
INES MARTINEZ GUZMAN

PREVIO A CONFERÍRSELE
EL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, ABRIL DE 2016
CAMPUS CENTRAL

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. EDUARDO VALDES BARRIA, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

DECANA: MGTR. MARIA HILDA CABALLEROS ALVARADO DE MAZARIEGOS
VICEDECANO: MGTR. HOSY BENJAMER OROZCO
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY
DIRECTORA DE CARRERA: MGTR. GEORGINA MARIA MARISCAL CASTILLO DE JURADO

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

MGTR. REGINA FERNANDEZ MORALES

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

MGTR. ROSEMARY ROESCH ANGUIANO

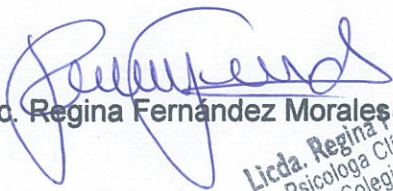
Guatemala 29 de Julio 2015

Señores
Facultad de Humanidades
Universidad Rafael Landívar
Campus Central
Guatemala

Estimados Señores:

Espero todas sus actividades se estén desarrollando con toda normalidad. Por este medio hago constar que la tesis "Efectividad de un programa de equinoterapia para reducir niveles de ansiedad en niños en un colegio privado de la ciudad de Guatemala" de la estudiante Inés Martínez Guzmán carne: 1090310. Ha sido ejecutada, revisada y corregida de acuerdo a los requisitos que establece la Facultad de Humanidades de la Universidad Rafael Landívar. La estudiante desarrolló de forma adecuada su trabajo de campo, la tabulación de resultados, discusión y conclusiones de su investigación. Trabajo que completo en el tiempo estipulado.

Atentamente,


MSc. Regina Fernández Morales
Licda. Regina Fernández Morales
Psicóloga Clínica y de la Salud
Colegiada No. 4198



Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante INES MARTINEZ GUZMAN, Carnet 10903-10 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus Central, que consta en el Acta No. 05822-2016 de fecha 8 de abril de 2016, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

"EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA DE EQUINOTERAPIA PARA REDUCIR NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS EN UN COLEGIO PRIVADO DE LA CIUDAD DE GUATEMALA."

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA CLÍNICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 11 días del mes de abril del año 2016.



Universidad
Rafael Landívar
Tradición Jesuita en Guatemala
Facultad de Humanidades
Secretaría de Facultad

Irene Ruiz Godoy

**MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODÓY, SECRETARIA
HUMANIDADES
Universidad Rafael Landívar**

INDICE

RESUMEN	3
I. INTRODUCCIÓN	4
1. Ansiedad	11
2. Zooterapia:	15
2.1 Equinoterapia.....	15
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	23
2.1 Objetivo General	24
2.2 Objetivos Específicos	24
2.3 Hipótesis	24
2.4 Variables	25
2.5 Definición conceptual de variables	25
2.6 Definición operacional de variables	26
2.7 Alcances y límites	26
2.8 Aporte	26
III. MÉTODO	28
3.1 Sujetos	28
3.2 Instrumentos	28
3.3 Procedimiento	28
3.4 Diseño	29
3.5 Metodología estadística	29
IV. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	31
4.1 Resultados Cualitativos	31
4.1.1 Descripción de casos	31
4.2 Resultados Cuantitativos	38
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	43
VI. CONCLUSIONES	46
VII. RECOMENDACIONES	47
IV. REFERENCIAS	48

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue determinar si un programa de equinoterapia es efectivo en la reducción de los niveles de ansiedad en niños en un colegio privado de la ciudad de Guatemala.

La muestra para este estudio estuvo conformada por 8 estudiantes, 5 de género masculino y 3 de género femenino de un colegio privado de jornada matutina, con niños entre las edades de seis y ocho años de edad los cuales cursan el nivel de primaria, con un nivel socioeconómico medio y alto.

Para la presente investigación se utilizó el Test CAS Escala de Ansiedad Infantil, de Gills, dicho test tuvo como objetivo la evaluación de la ansiedad en niños de seis a ocho años, es un test de ansiedad que deriva del ESPQ de Cattell.

Por otro lado, se utilizó una entrevista a padres la cual fue entregada a expertos para revisión y luego a un grupo piloto para posteriormente administrarla a los padres de los niños.

Se concluyó que los resultados estadísticos del cuestionario de ansiedad infantil CAS mostraron una disminución significativa en la media, mediana y moda, demostrando que se mejoraron los niveles de ansiedad en los niños participantes. Además, este estudio permitió la creación y aplicación de un programa de equinoterapia dirigido a niños entre los 6 y 8 años de un colegio privado de la ciudad de Guatemala.

I. INTRODUCCIÓN.

La ansiedad infantil es descrita como una reacción emotiva que resulta de situaciones donde el niño se siente inseguro ante una amenaza exterior. Cuando esta respuesta emocional falla o se desborda tanto en frecuencia como en intensidad se convierte en un trastorno de ansiedad, el cual puede detallarse como una angustia incontrolable ante una amenaza real o imaginaria. Por lo tanto, en ocasiones es sumamente difícil para el niño enfrentar situaciones de la vida diaria (Salaníc, 2014). Dichas situaciones de ansiedad pueden ser observadas en el contexto escolar. Por ejemplo, entre las quejas que el niño manifiesta en el aula al sentir ansiedad se encuentran: inquietud, sudoración, tensión muscular, dolores de estómago, problemas digestivos; incapacidad para permanecer en reposo y de mantener la atención de manera prolongada.

Salanic (2014) menciona en relación a los tratamientos de la ansiedad, que existen diversos tratamientos o técnicas enfocadas a tratar o disminuir los efectos de la ansiedad; dentro de ellos la equinoterapia ha mostrado un marcado crecimiento tanto en el plano clínico como a nivel de producción académica. De esa manera, se considera que es efectiva para reducir los niveles de dicha condición. Esta es una terapia alternativa que utiliza caballos y aborda distintos tipos de pacientes o de condiciones; entre ellos, se incluye a los niños y situaciones como la ansiedad.

Es por esto, que el objetivo de la presente investigación es determinar si un programa de equinoterapia es efectivo en la reducción de los niveles de ansiedad en niños en un colegio privado de la ciudad de Guatemala.

Se considera importante el estudio de la ansiedad en la población infantil ya que muchos alumnos presentan síntomas ansiosos en el aula y pueden encontrar en la terapia asistida por caballos un espacio de tanto de expresión como de regulación de conductas no deseadas. (Salaníc, 2014). En ese sentido se puede decir que la equinoterapia es una terapia complementaria que en Guatemala es aún poco conocida. No obstante, se citará algunos estudios nacionales respecto de la equinoterapia y a la ansiedad:

Monzón e Higueros (2010) realizaron una investigación con el objetivo de establecer la equinoterapia como apoyo en el tratamiento de adolescentes con retraso mental leve que asisten al hipódromo del sur de la ciudad de Guatemala. Se contó con una muestra de 20 padres de familia, 10 profesores de los 20 adolescentes que asisten a equinoterapia a la Fundación Puedes que se encuentra ubicada en el Hipódromo del Sur de la zona 13. Dicho estudio fue de corte cualitativo donde los padres y maestros de los adolescentes dieron a conocer que hay un mejoramiento dentro de las destrezas sociales de los chicos, mejorando las relaciones interpersonales, en el ámbito familiar, escolar y en general. La investigación utilizó como instrumentos una encuesta a padres, una a maestros y la observación participativa de las sesiones de equinoterapia. Dentro de los resultados obtenidos se menciona que los adolescentes que han participado de la equinoterapia han mostrado beneficios tanto en el desarrollo motriz, como en darles seguridad, lo que mejora su independencia y mejora las relaciones interpersonales. Además, refieren que la equinoterapia es una alternativa fuera del aula que ayuda a dar a los alumnos lo que no se puede enseñar con teoría, la seguridad, la independencia, la mejoría en relaciones interpersonales, alcanzándolas con experiencias propias. Por lo tanto, recomiendan a la Escuela de Psicología, en el Departamento de Carreras Técnicas, que se tomen en cuenta todas las terapias alternativas, para el tratamiento de personas con capacidades diferentes.

También en Guatemala, Arriola (2015) realizó una investigación llamada “La equinoterapia y su influencia en la socialización de niños con trastorno del espectro autista” con el objetivo de analizar cómo la equinoterapia favorece la socialización de niños con Trastorno del Espectro Autista. Para ese estudio se utilizó una entrevista cualitativa, la cual estuvo conformada por 43 preguntas abiertas. Estas preguntas midieron el objetivo principal a través de los siguientes indicadores: el contacto visual, el con tacto táctil, la comunicación, la sonrisa social, el juego, el seguimiento de instrucciones, el tiempo de asistir y la conducta dentro de las sesiones. La muestra estuvo conformada por 10 sujetos, niñas y niños, con el diagnóstico de Trastorno del Espectro Autista. El método de investigación que se utilizó fue el estudio de casos. Los resultados de ese estudio se establecieron de acuerdo a cada indicador y las preguntas respondidas por los padres de los sujetos. De tal manera que el estudio concluyó que los niños con TEA después de asistir a equinoterapia mantienen un leve contacto visual hacia los demás, el tacto no se desarrolla

con otros niños pero sí se da con el caballo. Respecto a la comunicación con los demás: las rabietas disminuyeron, cuando desean algo lo señalan. La sonrisa social aparece cuando no se da de forma natural. El autor recomendó a los centros de equinoterapia que los niños tomen sus clases en pareja con otro niño, que el aplique el mismo tratamiento.

Por otro lado, se encontró que Myvett Y Maldonado (2011) realizaron una investigación la cual se basó establecer los beneficios que brinda la equinoterapia como un medio de rehabilitación en niños con Síndrome de Down y Parálisis Cerebral, particularmente a los que asisten al Hipódromo del Sur ubicado en 6ª Calle 8-00 zona 13, finca la Aurora. El propósito de la investigación fue observar los beneficios que brinda la equinoterapia a niños con síndrome de down y parálisis. El proceso se llevó a cabo durante el mes de Junio del 2011, todos los días de 9:00 a 12:00 horas, realizando observación participativa en la cual se contempló la interacción del niño con el caballo, con sus compañeros y el medio en el cual se desarrolla. Se aplicó la entrevista a los padres de familia para identificar los beneficios que ellos han observado mediante la asistencia de los niños a la equinoterapia. Entre los principales resultados mencionan que la equinoterapia ofrece beneficios a niños con problemas emocionales, motrices y psicológicos utilizando como medio principal el caballo, el cual brinda un movimiento tridimensional y rotativo; este movimiento le transite al jinete más de 110 impulsos que estimulan prácticamente todos los músculos del cuerpo humano; las áreas que son beneficiadas con la equinoterapia son: motriz, sensopercepción, e interacción social. Como resultado de la investigación se recomienda a los centros de equinoterapia que los niños tomen sus clases en pareja con otro niño, que el aplique el mismo tratamiento. Así como a los padres de familia que su niño asista a terapia por lo menos 3 veces al mes, para favorecer la conducta social. Y es importante que él sea consistente para obtener resultados y por último iniciar la terapia a temprana edad. A los profesionales de Psicología Clínica se recomendó informar a los padres de los niños que están diagnosticados con el Trastorno de Espectro Autista acerca de la equinoterapia como una actividad que produce resultados satisfactorios en el área prosocial del niño.

Por su parte, en el país se ha desarrollado diversas investigaciones que han tenido como finalidad identificar elementos ligados a la ansiedad. Por ejemplo, Salaníc (2014) tuvo como objetivo en un estudio: determinar cómo influye la ansiedad infantil en el comportamiento del niño en el aula, específicamente de los niños que cursan primero, segundo y tercer grados de primaria, del municipio de Cantel. Los sujetos de estudio fueron 92 niños y niñas comprendidos de 6 a 8 años. Emitieron su opinión al respecto los docentes que atienden a los niños ansiosos. Dicho estudio midió la variable de estudio a través del Cuestionario de Ansiedad Infantil CAI adaptada a Guatemala, para identificar a los niños con Trastorno de Ansiedad. Seguidamente se utilizaron dos boletas de opinión para establecer el comportamiento usual de los niños ansiosos, se recabó la auto descripción del niño y la percepción del docente al comportamiento del niño en el aula. El estudio se realizó mediante un enfoque descriptivo y la metodología estadística de proporciones. Los resultados demostraron que la ansiedad infantil influye negativamente en el comportamiento del niño en el aula y altera el comportamiento en casi todas las áreas de desenvolvimiento. Se estableció que los docentes sí atienden a los niños ansiosos, sin embargo, el 89% de ellos no intervienen oportunamente ya que se abstuvieron en indicar la técnica de atención que aplican con sus alumnos. Por lo tanto, en el estudio se recomendó implementar el Programa de Intervención para mejorar el comportamiento de los niños ansiosos, que propone técnicas eficaces y aplicables a través de una atención dinámica, activa y persuasiva.

Por su parte, Gaytán (2014) en un trabajo de tesis que tuvo como objetivo principal proporcionar un programa terapéutico que disminuya los efectos de la ansiedad ante el bajo desempeño de los exámenes, de los estudiantes de tercero básico del Centro Educativo NUFED No. 40 de la Aldea de San Lorenzo el Cubo, del municipio de Ciudad Vieja. El estudio, de tipo cuasi experimental, trabajó con una muestra de 30 adolescentes comprendidos entre las edades de 13 a 18 años de edad. Para cumplir con el objetivo de este estudio, se utilizó el Cuestionario para Evaluación de Ansiedad ante los Exámenes CAEX, elaborado por Aguayo (1997), Universidad de Málaga, España. Este test fue aplicado con la finalidad de medir el nivel de ansiedad ante los exámenes de los adolescentes antes y después de la aplicación del Programa terapéutico de reducción de ansiedad ante los exámenes. El estudio obtuvo como resultado que el programa terapéutico

fue efectivo, disminuyó de una forma significativa los niveles de ansiedad en los sujetos ante los exámenes, concluyendo que “el Programa terapéutico de reducción de ansiedad ante los exámenes, dirigido a los estudiantes del centro NUFED No. 40 de la Aldea de San Lorenzo el Cubo, sí influyó positivamente en la disminución de la ansiedad ante los exámenes en un 49.52% los niveles de ansiedad manifestados por los estudiantes” (Gaytán, 2014). El estudio recomienda que Al momento de desarrollar el programa terapéutico de reducción de ansiedad ante los exámenes, se recomienda planificar diferentes sesiones durante las unidades del ciclo escolar. Así como, Fortalecer y capacitar a los docentes que aplicaran el programa terapéutico de reducción de ansiedad ante los exámenes, para un mejor resultado.

Con base en los estudios citados se puede evidenciar que la equinoterapia es una terapia alternativa que brinda un beneficio en los niños en distintas áreas como lo son: habilidades sociales, calidad de vida, debilidades físicas y mentales. En ese sentido, se hace evidente la presencia de un nutrido cuerpo de investigaciones que actualmente respaldan los efectos de la terapia.

Así como se mencionó anteriormente, en otras latitudes la equinoterapia y la ansiedad han sido ampliamente investigadas y al mismo tiempo cuentan con diversos estudios que respaldan tanto los elementos vinculados con la ansiedad como los efectos de la terapia asistida por caballos. A continuación se detallará algunos estudios internacionales al respecto.

En ese orden de ideas, se hará mención de otro estudio; en este caso desarrollado en Argentina por Cardo (2011) quien realizó una investigación donde el objetivo principal fue analizar la evolución de niños con trastornos psicomotrices por medio de la equinoterapia. La muestra estuvo compuesta por 9 casos en una muestra no probabilística, El diseño de investigación utilizado para llevar a cabo los objetivos propuestos fue un Diseño Transversal, utilizando entrevistas en profundidad a informantes claves. Los resultados indican que los cambios son graduales, siempre pensando desde la subjetividad y la problemática de cada paciente. Los resultados indicaron que en cada sesión, el niño nunca se fue igual que como llegó. De esa manera el autor concluye que hay algo entre el animal y el niño que escapa a la descripción de las palabras. Ha visto y presenciado como los

caballos devuelven la sonrisa a un niño deprimido por su afección, estimulando su carácter social, reduciendo los bloqueos afectivos. Los caballos inducen a un estado curativo y sano, “hipnotizan” y abstraen de la realidad abrumadora a niños con trastornos psicomotrices, creando un espacio para el disfrute y el alivio del dolor. La autora recomienda que el caballo tiene que reunir las aptitudes y condiciones requeridas por el operador para que se logren los objetivos planteados para cada niño. Debe ser dócil, confiable, predecible y soportar las rutinas de trabajo. Debe tener una morfología y biomecánica adecuada con movimiento multidimensional. Este debe ser correcto ya que es el que se le transmite al paciente. El caballo no debe estar enfermo ni con estrés debido a que cambian los patrones de locomoción.

Del mismo modo, Serra-Mayoral, Sanmartín Vergara y Mareca (2008) realizaron un estudio con el objetivo de presentar los beneficios de la equinoterapia aplicada a un paciente con trastorno mental severo. Presentan dicho estudio de caso único de un paciente de 38 años, con esquizofrenia desorganizada de larga evolución. El programa de equinoterapia constó de 6 sesiones de 4 horas de duración impartidos semanalmente. Dentro de los resultados los autores hacen notar que se observó mejoras en la capacidad de planificación y organización del paciente, en la atención selectiva, dividida y sostenida. Sus habilidades socializadoras también se vieron beneficiadas. los autores concluyen que para el caso de estudio presentado la equinoterapia resultó eficaz para abordar síntomas conductuales de desorganización. Los autores, recomiendan que Como paso previo a cada sesión, se llevan a cabo las tareas de higiene y preparación. Los pacientes se encargan de ir a buscar a los caballos a la caballeriza y de realizar la higiene previa a la monta, denominando las diferentes herramientas o utensilios que utilizamos, se les recuerda las normas básicas de seguridad y preparación del caballo aprendiendo a identificar, colocar los distintos equipos que se utilizan para poder montar, con el fin de poder trabajar diferentes aspectos.

En México, Bernabé y Galván (2013) realizaron un trabajo de tesis llamado “Modulación del tono muscular a través de la equinoterapia en pacientes con parálisis cerebral espástica del centro de rehabilitación infantil de la secretaría de la defensa nacional junio-agosto del 2012”. El objetivo esa investigación fue comprobar si existe una

modulación del tono muscular en pacientes pediátricos con parálisis cerebral espástica después de 10 sesiones de equinoterapia en el Centro de Rehabilitación Infantil de la Secretaría de la Defensa Nacional. Se realizó un estudio Cuasiexperimental donde el programa que se aplicó consistió en ambientación, socialización, coordinación, monta pasiva y monta activa. La muestra la constituyeron 34 pacientes con parálisis cerebral espástica que se les atendió en el área de equinoterapia. Se aplicó el esquema de prueba de hipótesis para datos cualitativos con una sola muestra y se encontró que la equinoterapia modula el tono muscular en un 73.5% de los pacientes.

Del mismo modo, Coronel y León (2013) realizaron un trabajo de tesis también en México llamado “desempeño funcional con base en el seguimiento de órdenes simples mediante la equinoterapia, en los niños con autismo de 6 a 10 años, que asisten al centro de rehabilitación infantil de la secretaría de la defensa nacional mayo julio 2012” con el objetivo de conocer si los niños de 6 a 10 años con diagnóstico de autismo que reciben sus terapias prescritas, presentan alguna mejora en su desempeño funcional durante las sesiones de equinoterapia en combinación con el seguimiento de órdenes simples. Por lo tanto, se elaboró un cuestionario de desempeño funcional y aplica para conocer si existen avances en la funcionalidad de los niños antes, durante y después de cada sesión, registrando y comparando las órdenes impartidas a los niños habiéndose obtenido resultados importantes en el comportamiento, así como en el seguimiento de órdenes, tolerancia a la actividad, manejo por diferentes terapeutas y mejoría en el desempeño funcional con la familia.

En Mississippi Cuypers, Ridder, y Strandhein (2011) realizaron una investigación en la cual el que el objetivo fue investigar los efectos de la equinoterapia en el comportamiento, la calidad de vida relacionada con la salud, así como en el rendimiento motor en los niños con déficit de atención con hiperactividad. El diseño de esta investigación fue de tipo cuasi-experimental, diseñado con dos pre-test y dos post-test, conducidos con 8 semanas de diferencia. Los sujetos fueron 5 niños entre los 10 y 11 años diagnosticados con Déficit de Atención con Hiperactividad. Los sujetos recibieron una hora de equinoterapia durante 8 semanas. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Dificultades y Fortalezas (Strenght adn Difficulties Questionaire), el KINDL-el Cuestionario de la Calidad de Vida relacionado a la Salud (KINDL-Healath Related Quality

od Life Questionare); la Evaluación modificada de las Funciones Neurológicas (The Modified FUnction-Neurological Assessment) y la Batería de Evaluación del Movimiento en Niños (Movemente Assessment Battery for Children). Aplicados en el pre-test y post-test. Los resultados indican en que la equinoterapia tenía un efecto positivo en los 5 niños diagnosticados con TDAH en varias áreas de la conducta social, calidad de vida y el rendimiento motor.

Tal como se mencionó anteriormente, la literatura académica respecto de la equinoterapia ha crecido exponencialmente en la década reciente; de igual manera, el concepto de ansiedad ha mantenido un crecimiento sostenido por más de tres décadas. En ese sentido, con el objetivo de complementar la información ofrecida anteriormente, en las próximas páginas presenta un desglose de teorías tanto sobre la ansiedad como de la equinoterapia. Se iniciará mencionando algunos aspectos y conceptos vinculados con la ansiedad.

1. Ansiedad

Hoy en día, se observa distintos niños con problemas de estrés y ansiedad que no logran manejar de forma adecuada por lo que afectan su vida diaria. Mediavilla (2009) refiere que algunos niños se preocupan más que los demás. Se vuelven mimosos y tienen dificultades para hacer amigos o aprender. Ocasionalmente, un niño o joven tiene preocupaciones y miedos que son tan intensos o severos que les impide hacer sus tareas cotidianas o llevar una vida normal. Estos niños están probablemente sufriendo un trastorno de ansiedad y pueden necesitar ayuda especializada para superar el problema.

Dacey y Fiore (2006) indican que en su sentido más elemental, la ansiedad es la sensación de que la seguridad o el bienestar corren peligro. En determinadas circunstancias, una amenaza potencial se resuelve con facilidad. No obstante, a algunos niños les cuesta más experimentar el éxito en situaciones cotidianas. Se sienten atormentados por una ansiedad más generalizada que el simple miedo. La mayoría de las veces esta sensación deriva de dos tipos de ideas equivocadas: (1) percepción defectuosa de los hechos, y (2) interpretación errónea del significado de los mismos. Para que la ansiedad de los niños disminuya, hay que rectificar estos pensamientos erróneos.

La ansiedad siempre deriva de una combinación de tres factores: biológicos, psicológicos y sociales. Aunque se explican por separado, siempre están interactuando e influyéndose entre sí (Dacey y Fiore, 2006).

1. 1 Factores biológicos

El sueño, la estimulación y la comida afectan mucho a la respuesta de ansiedad de manera individual. Cualquier niño se inquietará más fácilmente si no ha dormido lo suficiente o ha ingerido demasiados caramelos o refrescos azucarados o con cafeína. Debido a ellos, un niño será más susceptible de exhibir ciertos síntomas fisiológicos: aumento del ritmo cardíaco, sudoración, hiperventilación, sensación de vértigo, boca seca, incremento de la capacidad motora, náuseas, voz aguda y disminución de la capacidad verbal. (Dacey y Fiore, 2006).

1. 2 Factores psicológicos:

Las causas psicológicas de la ansiedad derivan de una interacción entre fuerzas biológicas y experiencias perturbadoras. Sin embargo, los factores psicológicos pueden afectar al modo en que el niño percibe y piensa sobre el mundo. Los niños con ansiedad también se vuelven hipervigilantes, que es un estado de mayor susceptibilidad a la posibilidad de peligro o amenaza. Si la mente del menor se halla en un estado de alerta constante, quizá le resulte difícil relajarse; es probable que se sienta incómodo la mayor parte del tiempo, lo que a su vez distorsionará su idea de la realidad. (Dacey y Fiore, 2006).

1. 3 Factores sociales:

Por lo general, los factores sociales incluyen las interacciones de los menores con la familia, los amigos y otras personas presentes en su vida, quienes pueden contribuir a su ansiedad de muchas maneras y cuya influencia cambia a medida que el niño madura. Los padres, los hermanos y los compañeros de juego pueden ser fuertes constantes de ansiedad si él los percibe como una amenaza. Puede que las intenciones de estas personas sean buenas, pero si el infante está predispuesto a experimentar sensaciones de ansiedad, los conflictos cotidianos pueden parecerle especialmente amenazantes. (Dacey y Fiore, 2006).

1. 4 Ansiedad en diferentes edades y fases:

Los temores de los bebés giran en torno a experiencias sensoriales, como ruidos fuertes, caídas y la ausencia de los padres. A medida que los niños crecen, hay momentos en los que sienten miedo o perciben la sensación de peligro (Parrado, 2008).

La infancia conlleva temor a los animales, a la oscuridad y a bestias y criaturas imaginarias. A medida que se agrande el círculo de exploración y experiencia del niño, aumenta la probabilidad de exposición a estrés causante de ansiedad. En la fase intermedia de la infancia, los niños se preocupan a menudo por su desempeño, mientras que los adolescentes están más afectados por ansiedades sociales e interpersonales cuando empiezan a establecer relaciones íntimas (Parrado, 2008).

En el ámbito escolar, se puede observar que la ansiedad interfiere con el rendimiento académico debido a que se vuelve un tema abrumador para cada uno de los estudiantes que presentan dicho diagnóstico.

“El rechazo a ir a la escuela puede estar causado por la ansiedad. Esto se suele llamar fobia escolar. A su vez, la preocupación con la escuela puede ser causa de otros problemas y es recomendable investigar qué puede estar causándolos. La ansiedad del niño al separarse de sus padres es común en niños pequeños aunque puede repetirse al pasar a la educación secundaria. El miedo a ser objeto de burlas o problemas con los compañeros es también muy frecuente. Los problemas con el trabajo en la escuela o problemas con los maestros pueden también jugar un papel importante” (Medielliva, 2009 p.2).

1.5 Trastornos de ansiedad

Según el DSM 5, los trastornos de ansiedad son los que comparten características de miedo y ansiedad excesivos, así como alteraciones conductuales asociadas. El miedo es una respuesta emocional a una amenaza inminente, real o imaginaria, mientras que la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura.

Así mismo, el manual indica que los trastornos de ansiedad se diferencian del miedo o la ansiedad normal propios del desarrollo por ser excesivos o persistir más allá de los períodos de desarrollo apropiados. Se distinguen de la ansiedad o el miedo transitorio, a menudo inducido por el estrés, por ser persistentes. Cada trastorno de ansiedad se

diagnostica sólo cuando los síntomas no son atribuidos a los efectos fisiológicos de una sustancia/medicamento u otra afección médica, o no se explican mejor por otro trastorno mental.

El manual refiere los siguientes trastornos de ansiedad:

- Trastorno de ansiedad por separación.
- Mutismo Selectivo.
- Fobia específica.
- Trastorno de ansiedad social.
- Trastorno de pánico.
- Agorafobia.
- Trastorno de Ansiedad generalizada.
- Trastorno de ansiedad inducido por sustancias/medicamentos.
- Trastorno de ansiedad debido a otra afección médica.
- Otro trastorno de ansiedad especificado.
- Otro trastorno de ansiedad no especificado.

Mediavilla, (2009) indica la siguiente sintomatología en el menor al sentir ansiedad: Sentir miedo o pánico, Sentirse sin aliento, sudor, molestias abdominales o presión en el pecho. Así como observar en el infante tensión, inquietud y necesidad de ir al servicio con frecuencia.

1.6 Causas más frecuentes de la ansiedad

Dentro de algunos elementos que se considera puede desencadenar eventos cargados de ansiedad Mediavilla (2009) refiere que se encuentra:

- Problemas familiares.
- Divorcio o separación.
- Muerte o enfermedad de un padre.
- Disciplina que es cruel, inconsistente o sobreprotectora.
- Problemas en la escuela.
- Experiencias traumáticas.

De la misma manera, se considera importante mencionar que alrededor del concepto equinoterapia surgen elementos que sustentan la teoría. A continuación, se presenta supuestos y conceptos acerca de la equinoterapia.

2. Zooterapia:

Ernst (2007) menciona que la utilización de animales, y concretamente de los caballos, como agentes terapéuticos es una opción ampliamente desarrollada desde hace años y en continua expansión en la actualidad. Puede considerarse como un nuevo apartado de la Medicina Física, a la que ofrece un conjunto de técnicas alternativas y complementarias a las tradicionalmente utilizadas en rehabilitación. La utilización de los caballos con finalidades estimuladoras y reeducadoras constituye, por otra parte, una modalidad de Zooterapia, o terapia asistida con animales.

Desde el punto de vista zoológico, el caballo no establece competencias ni rivalidades con el hombre, debido a su carácter herbívoro y a que no es un depredador. Sus relaciones ecológicas de convivencia mantienen una cierta separación o lejanía que impiden la excesiva asiduidad, lo que se traduce en una menor tasa de demanda con respecto a la que se da con otros animales domésticos (Ernst,2007).

2.1 Equinoterapia

2.1.1 Orígenes e inicios de la terapia asistida con caballos

Desde hace décadas, el caballo ha sido recomendado como un agente terapeuta. Soldevila (2009) indica que ya en tiempos de la antigua Grecia se recomendaba montar a caballo para mejorar el estado anímico. En 460 AC, Hipócrates hablaba del “saludable trote del caballo”. Así mismo, la autora refiere que el caballo era el animal consagrado del dios Poseidón; También en 1875 el neurólogo francés Chassaignac comenzó a utilizar caballos para mejorar el equilibrio y control muscular de sus pacientes, descubriendo además que mejoraban su estado de ánimo (Soldevilla, 2009).

En ese sentido, Soldevilla (2009) refiere que la terapia asistida con equinos es un modelo terapéutico experiencial, que se realiza pie a tierra, basado en la reacción del paciente ante determinadas actividades con el caballo. Sigue las pautas de la psicoterapia tradicional: es decir, su enfoque es sobre el problema del paciente, la raíz del problema y finalmente un plan de tratamiento.

Así mismo, es evidente que el caballo mantiene un rol de maestro en relación al aprendizaje emocional. Soldevilla (2009) menciona además que en el aprendizaje asistido con caballos, se trabaja a un nivel emocional con los pacientes más que a un nivel racional. Los pensamientos racionales pueden conducir al olvido de las emociones. Sin embargo, el estado emotivo es el que hace reaccionar físicamente. Cuando el ser humano siente una emoción, el cuerpo reacciona inmediatamente, de tal forma que el lenguaje corporal lo expresa sin que la persona se de cuenta. Los caballos captan estas minúsculas reacciones al instante, es más, incluso lo pueden percibir antes que el paciente lo exprese corporalmente.

2.1.2 Conceptos básicos de equinoterapia

La Asociación de Equinoterapia Ismael Pinto(2003) define la equinoterapia como un tratamiento que utiliza el caballo, dividiéndolo en tres áreas:

- Hipoterapia: Se centra en individuos con trastornos neuromotores.
- Monta terapéutica: Trabaja la función kinésica y se tratan disfunciones psicomotores con bases psicológicas, psiquiátricas u pedagógicas.
- Equitación como deporte: La persona domina el área física y la seguridad en sí mismo en base al dominio del caballo.

Así mismo, la asociación hace referencia a dos tipos de terapia asistida con caballos las cuales se relacionan entre sí. Es necesario abordar la terapia pasiva para luego ahondar en la activa.

- Terapia Pasiva: El paciente tiene una relación pasiva con el caballo por medio del calor corporal, los impulsos rítmicos y el patrón tridimensional del caballo. Puede utilizarse el “back riding” donde el terapeuta alinea y apoya al paciente estando sentado atrás de él.
- Terapia Activa: Luego de la terapia pasiva, se añaden ejercicios neuromotores para fortalecer el tono muscular, el equilibrio, la coordinación psicomotriz y la simetría corporal. Así mismo, se realizan ejercicios de estimulación neurosensorial para incrementar la sinapsis neuronal y la plasticidad cerebral.

2.1.3 El caballo de terapia

Los caballos son animales que necesitan del contacto físico y lazos afectivos. Son animales sociales y gregarios cuya mayor preocupación es la de estar bien. Son auténticos maestros en la práctica del “aquí y ahora” y unos barómetros muy precisos de la “autenticidad”. Para desarrollarse físicamente y estar psíquicamente equilibrados, precisan estar en contacto con otros caballos (Soldevila, 2009).

Es importante seleccionar cuidadosamente al caballo con el que se quiere trabajar en las sesiones. La raza no es una prioridad, aunque su morfología debe ser motivo de un cuidadoso estudio para que resulte la más deseable para la actividad. El temperamento es importante porque se necesita un animal sociable y que confíe en el ser humano. No debe tener cosquillas en ninguna parte del cuerpo. La edad ideal se estima a partir de los seis años, con un nivel de doma y entrenamiento correctos (Ernst, 2007).

Ernst (2007) menciona también, que la posibilidad de convertir a un caballo en un agente terapéutico viene determinada por algunas de sus características biológicas y comportamentales que lo diferencian sustancialmente de otros animales de terapia o compañía, ya que algunos ejemplares pueden ser objeto de una modalidad de domesticación o doma compartible con la ejecución de actividades de terapia física. En las terapias con caballos, es el animal, con el concurso del terapeuta, quien debe corregir los defectos motorices y conductuales del jinete y proporcionarle beneficios físicos, psíquicos, emocionales y sociales.

Ernst (2007) menciona que el caballo es un animal dotado de un gran número de capacidades físicas y socioemocionales potencialmente desarrollables. Desde el punto de vista estrictamente físico, biomecánico, con el caballo se logra una serie de beneficios motores. Sin embargo, indica que hay algunas notas características que explican cómo se desarrollan las peculiares relaciones hombre-caballo, de especial importancia en lo que se refiere a las utilizadas en las terapias:

- El caballo brinda a la persona aptitudes de las que son características únicas del caballo: mayor tamaño, abordaje espacial diferente y con mayor aptitud, incrementada capacidad de desplazamiento, la velocidad, la fuerza y la carga a transportar.

- El caballo es un agente proveedor de tranquilidad, seguridad y autoestima hacia el hombre. Poder dirigir el comportamiento de un ser del tamaño y fuerza del caballo, provee una gratificación notable. Las relaciones del jinete con el caballo generan afecto y respeto.
- El caballo es un agente apto para la comunicación directa, sobre todo de lenguaje interior y de conducta verbalizada, a medida que la persona se mantenga próxima al animal. Permite establecer una nueva relación en la que comunicativa, y al contrario que otros animales de compañía o domesticados, el caballo es reservado, tranquilo, poco intervencionista e incitador, con réplicas moderadas y seguras.
- El caballo proporciona extensa percepción de estímulos sensoriales. Unos pasivos, como el calor de su cuerpo, el tacto de su piel y crines y los sonidos que emite. Otros son activos, al tocar o acariciar las diferentes partes del cuerpo del animal y al experimentar los diferentes movimientos y velocidades que el caballo realiza.
- El caballo traslada a un nuevo ambiente, separado del diario vivir. La experiencia de las actividades al aire libre traslada al individuo a un entorno distinto en el que los cambios de conducta pueden ser más fáciles, proporcionando una nueva apreciación de la realidad.
- Conforme el ser humano experimenta los distintos ejercicios de la sesión, se espera que verbalice las mismas.
- El caballo da la oportunidad de desarrollar hábitos y control de los auto-cuidados mediante la necesidad de alimentarlo, cepillarlo, lavarlo, limpiar la cuadra, pasearlo, etc.
- El jinete puede realizar distintas tareas y ejercicios que no interfieren el desplazamiento que se le ordena al animal. Es posible realizar un gran número de actividades normalizadoras de la conducta y el lenguaje.
- El caballo, domado y de terapia, es capaz de adaptarse al estado emocional y los deseos que el terapeuta le demande para las necesidades del paciente.

Por otra parte, Ernst (2007) relaciona al caballo con un enfoque clínico, indicando que es un enlace de gran fuerza y profundidad entre el plano de lo inconsciente y el del posible acceso al conocimiento. Si bien es símbolo de fuerza, vida y libertad, también lo es de impulsos destructores, imagen de un poder desconocido y

amenazante. Entablar relación con el caballo es comunicarse, aliarse con un mundo poderoso, inédito y peculiar; es instalarse en un observatorio desde el que el mundo cotidiano se transforma. La imagen, los movimientos, las interacciones con el animal modifican de algún modo los pensamientos y sentimientos del sujeto. El propio color de sus capas tiene connotaciones dispares: los blancos invocan lo virginal, lo altruista, lo bondadoso y salutífero; los negros, la nobleza, lo patriarcal, lo fascinante de la vida; los castaños y rojizos, lo fuerte y terrenal, lo matriarcal; los alazanes, el movimiento, el fuego, la alegría y la velocidad vitales.

2.1.4 Aspectos físicos, biomecánicos del caballo

Gracias al movimiento, temperatura y marcha del caballo, varios aspectos físicos son trabajados durante cada sesión de equinoterapia. Como lo indica Ernst: “ El caballo es un animal dotado de un gran número de capacidades físicas y socioemocionales potencialmente desarrollables. Desde el punto de vista estrictamente físico, biomecánico, con el caballo se logra una serie de beneficios motores aplicables a las actuaciones cinesiterápicas” (Ernst, 2007, p. 14)

2.1.5 Base física diferenciada

Sobre el caballo, se encuentra por encima de su propia altura y se adapta a una superficie redondeada y móvil distinta a la horizontalidad del suelo y de los asientos. Esta nueva postura consigue liberar los miembros inferiores de los superiores con respecto al tronco. Se facilita la reestructuración de los esquemas motores del cuerpo y la instauración de nuevos patrones cinéticos (Ernst, 2007).

2.1.6 Espacio sensorial

Ernst, 2007 demuestra que el caballo puede permanecer períodos relativamente prolongados de tiempo quieto o en movimiento, con el jinete sobre él, y en esta circunstancia se convierte en una base estable sobre la que es posible realizar diversas acciones reeducadoras. Sobre el caballo se logra una nueva interpretación del ambiente, ya que el jinete se enfrenta a él desde otro punto de vista.

2.1.7 Asiento Reactivo

El caballo que se mueve al paso proporciona al jinete una amplia gama vibratoria tridimensional. Estas oscilaciones tienen carácter pendular para el tronco erguido del jinete, y se sitúan en la misma línea biomecánica que los fenómenos igualmente pendulares de la marcha humana convencional. Son movimientos complejos e integrados con componentes de desplazamientos lineales y angulares, donde se reiteran pautas de acción y de inercia (Ernst, 2007).

2.1.8 Percepción

Los caballos son animales que perciben su entorno. Es de vital importancia tener este hecho en cuenta para poder comprender al caballo durante una sesión. Debido a la convivencia y supervivencia durante milenios, el caballo ha dependido de su habilidad para captar los niveles energéticos de su entorno. Por lo tanto, tiene una función espejo; cuando un jinete no está en un estado de tranquilidad, alineado, centrado, el caballo tampoco lo está (Soldevila, 2009).

Soldevila (2009) hace referencia a que esta capacidad de percepción es lo que hace que una sesión de equinoterapia sea tan efectiva, puesto que se puede observar cuál es el verdadero estado emocional del paciente a través de la actuación y reacción del caballo. Incluso, en muchos casos, ni siquiera el propio paciente es consciente de cuál es su verdadero estado. Como ser humano, se tiene la habilidad de auto-engañarse constantemente, lo que se denomina la máscara social, que repercute en que la persona se olvide de quien es en realidad. En cambio, lo que un caballo percibe es lo que demostrará. Esta sensibilidad no solamente está presente en la percepción de las emociones, también en la percepción del lenguaje corporal.

2.1.9 Percepción de desplazamiento

El caballo utiliza tres distintos tipos de movimiento: paso, trote y galope. Ernst indica que existe una percepción personalizada, por la peculiar integración morfológica y funcional que establece el jinete con su montura.

Por su parte Gross (2006) hace referencia a casos particulares que pueden ser tratados con equinoterapia, por ejemplo:

- Depresión.
- Alzheimer.
- Discapacidad mental.
- Esquizofrenia.
- Síndrome de Down.
- Trastornos del Desarrollo.
- Ansiedad.
- Esclerosis múltiple.
- Parálisis cerebral.
- Síndrome de Down.
- Síndrome de X frágil.
- Psicosis y Esquizofrenia.
- Fobias
- Adicciones
- Deficiencia de la coordinación psicomotriz.
- Problemas de atención y concentración mental.
- Paraplejia, Hemiplejia.
- Enfermedades psicosomáticas.
- Anorexia nerviosa.

Es evidente entonces, que estar en contacto con animales y naturaleza, es por definición terapéutico. Además, numerosos estudios han posicionado al equino como uno de los animales del planeta que en relación con el hombre proporciona al establecer vínculo un efecto sedante, relajante, emocional y beneficioso (Soldevila, 2009).

Soldevilla(2009) refiere que en el país, esta técnica terapéutica no ha ganado la popularidad necesaria para poder explotarla como recurso curativo en mayor proporción. Es importante destacar que al no ser una técnica terapéutica regulada en el país, casi todo paciente puede someterse a dicha terapia, siempre que su estado físico lo permita. Debido a lo anterior el presente trabajo de investigación pretende abrir un diálogo que permita visibilizar esta técnica terapéutica y de esa manera pueda en un futuro cercano, expandirse pero también regularse y profesionalizarse aún más.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Thomas (2001) menciona que la ansiedad es una sensación común en todos los seres humanos, dicha sensación suele ser experimentada casi a diario. Frecuentemente, se usa términos como estar muy inquieto, estar muy nervioso y estar muy tenso para describir sensaciones de ansiedad. Dicho autor considera que es normal sentirse ansioso y la ansiedad puede fluctuar de niveles muy bajos hasta niveles tan altos que el rendimiento social, personal y académico pueden verse afectados. En niveles moderados, la ansiedad puede ser útil, porque aumenta la atención hacia peligro o esto indica que se necesita actuar de alguna manera.

Así mismo, Cárdenas (2010) indica que este mecanismo que normalmente debe ayudar a enfrentar a una situación puede verse alterado, resultando esto en una respuesta desadaptativa situación que ocasiona disfunción en la vida cotidiana, en otras palabras, un trastorno de ansiedad.

Existen numerosos tratamientos para estos trastornos; Cárdenas (2010) refiere que el tratamiento debe ser multimodal, es decir, debe incluir la educación a los padres y al chico(a) acerca de las características del trastorno, el acercamiento al personal escolar, la intervención psicoterapéutica y, desde luego, la farmacoterapia. Sin embargo, existen diversos estudios de casos particulares donde se demuestra que existe una terapia alternativa sumamente efectiva para tratar la ansiedad esta es, la equinoterapia.

De esa manera, la equinoterapia se ha posicionado recientemente como un recurso terapéutico para el tratamiento de diversas afecciones de tipo psicológico y/o emocional. En ese sentido Posada (2011) describe la equinoterapia como una herramienta que abarca parámetros neurofisiológicos, biomecánicos y psicoevolutivos, aprovechando la interacción entre el caballo, el entrenador o terapeuta y el paciente con el fin de estimular el desarrollo de habilidades físicas, del lenguaje y de la personalidad.

Además, el caballo es un animal perceptivo, con niveles altos de desarrollo de neuronas espejo, esto significa que le permiten reflejar el comportamiento o emociones de la persona que lo monta (Corredor, 2009).

En este sentido, esta investigación busca describir la utilidad de la equinoterapia como terapia alternativa en el tratamiento de los niveles de ansiedad en niños, por lo que se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Es efectivo un programa de equinoterapia para el tratamiento de los niveles de ansiedad en niños de seis a ocho años que asisten a un colegio privado de Guatemala?

2.1 Objetivo General

Determinar si un programa de equinoterapia es efectivo en la reducción de los niveles de ansiedad en niños en un colegio privado de la ciudad de Guatemala.

2.2 Objetivos Específicos

- Identificar el nivel de ansiedad que existe en el grupo de estudio.
- Definir si el programa de equinoterapia es positivo para la reducción de ansiedad según el factor emocionalidad.
- Delimitar si el programa de equinoterapia es efectivo para reducir la ansiedad según el factor excitabilidad.
- Identificar si el programa de equinoterapia es efectivo para la reducción de ansiedad según el factor responsabilidad.
- Identificar si el programa de equinoterapia es de beneficio para la reducción de ansiedad según el factor retraimiento.
- Definir si el programa de equinoterapia es efectivo para la reducción de ansiedad según el factor timidez.
- Establecer si el programa de equinoterapia es efectivo para reducir la ansiedad según el factor responsabilidad.
- Delimitar si el programa de equinoterapia es efectivo para reducir la ansiedad según el factor dependencia.

2.3 Hipótesis

Hi: El programa de equinoterapia es efectiva en la reducción de los niveles de ansiedad en niños.

Ho: El programa de equinoterapia no es efectivo en la reducción de los niveles de ansiedad en niños.

2.4 Variables

Variable Independiente

- Equinoterapia

Variable dependiente

- Ansiedad

2.5 Definición conceptual de variables

Equinoterapia:

Luján (2006): “la equinoterapia es una terapia física y psicológica que se puede utilizar terapéuticamente como tratamiento rehabilitatorio alternativo para pacientes con discapacidades físicas y psicológicas, utilizando para ello el caballo.”

Gross Naschert (2000) encontró que: La equinoterapia es una terapia que utiliza al caballo como instrumento terapéutico. (p.17)

Ansiedad:

Es el estado emocional en el que se experimenta una sensación de angustia y desesperación permanentes, por causas no conocidas a nivel consciente. Puede afectar a personas de todas las edades y sobretodo a aquellas que están sometidas a una tensión familiar o laboral constante. (Varela, 2012).

Halgin y Krauss (2004), definieron la ansiedad como un estado en el que el individuo tiene sentimientos intensos de miedo y preocupación. Ésta presenta manifestaciones fisiológicas como aumento del ritmo cardiaco, elevación de la presión arterial, dificultad respiratoria, tensión muscular y en ocasiones temblor y sudoración, entre otras. La ansiedad en sí es normal, es la forma que tiene el organismo para reaccionar, estar alerta y enfrentar los sucesos que pueden poner en riesgo su vida.

2.6 Definición operacional de variables

Ansiedad:

Para el presente trabajo de investigación, se definieron los niveles de ansiedad a través de la Escala de Ansiedad Infantil CAS.

Dicha escala, es un instrumento que posibilita a los profesionales realizar evaluaciones psicológicas en niños de los primeros grados de primaria. Su objetivo es detectar, los posibles trastornos ansiosos. Puede aplicarse de manera individual o grupal. El CAS está estructurado por dos factores: El primer factor está constituido por un componente de emocionalidad, excitabilidad, cambio de actitudes y evasión de las responsabilidades. El segundo factor puede ser definido por retraimiento, timidez y sentimientos de dependencia (Córdova, 2006).

Así mismo, se llevó a cabo el programa de Equinoterapia para disminuir los niveles de ansiedad en los participantes.

2.7 Alcances y límites

La investigación se realizó con el objetivo de encontrar la incidencia de ansiedad que se presenta en niños de esta edad, además de identificar los niveles de la misma. Al conocer dicha incidencia se pueden desarrollar estrategias para que los niños tengan un manejo asertivo de la ansiedad. Las limitaciones de los resultados indican que fueron válidos solamente para el centro educativo involucrado en el estudio, debido a que los estudiantes de dicho centro educativo cuentan con características específicas que no posee toda la población guatemalteca.

En esta investigación se trabajó con niños entre los 6 y 8 años, a través de un programa de equinoterapia de un colegio privado. Por lo tanto, los resultados de dicha investigación están limitados a participantes con dichas características o condiciones similares.

2.8 Aporte

Por medio de esta investigación se vió beneficiado el colegio para impulsar la participación de los estudiantes en distintas actividades, que ayudaron al desarrollo del niño. Así mismo, se tuvo el conocimiento sobre el funcionamiento y efectividad del

programa de equinoterapia. Además, se aportaron nuevos conocimientos y estrategias para el manejo de ansiedad en niños de seis a ocho años al departamento de psicología y al coordinador de equinoterapia, ya que estos pudieron conocer los indicadores de ansiedad que se presentaron dentro del colegio y con ello crear programas que permitan disminuir la ansiedad o bien que los niños desarrollen estrategias para identificarla, y manejarla.

Finalmente, se brindó información acerca de una herramienta alternativa a la población para trabajar con la ansiedad. Para ello, se trabajaron talleres informativos para los maestros de la institución acerca de la ansiedad en niños y cómo identificarla en el aula. Además, el presente trabajo de investigación ayudó a incrementar la literatura concerniente a la terapia asistida por caballos, la cual en nuestro país es aun limitada.

II. MÉTODO

3.1 Sujetos

La muestra para este estudio estuvo conformada por 8 estudiantes, 5 de género masculino y 3 de género femenino de un colegio privado de jornada matutina, con niños entre las edades de seis y ocho años de edad los cuales cursan el nivel de primaria, con un nivel socioeconómico medio y alto.

Se utilizó un muestreo del tipo no probabilístico, que consistió en un subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las características y criterios de la investigación (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). Siendo un grupo de estudiantes de seis a ocho años de edad, estudiantes de un colegio privado de Guatemala quienes asisten a Equinoterapia.

3.2 Instrumentos

Para la presente investigación se utilizó el Test CAS, Escala de Ansiedad Infantil, de Gills, dicho test tiene como objetivo la evaluación de la ansiedad en niños de seis a ocho años, es un test de ansiedad que deriva del ESPQ de Cattell. El instrumento consta de 20 ítems que se contestan con las alternativas si o no.

El CAS está estructurado por dos grandes factores: El primer factor está constituido por un componente de emocionalidad, excitabilidad, cambio de actitudes y evasión de las responsabilidades. El segundo factor puede ser definido por retraimiento, timidez y sentimientos de dependencia (Córdova, 2006).

Por otro lado, se utilizó una entrevista a padres la cual fue revisada por expertos para certificar su validez y luego a un grupo piloto para posteriormente administrarla a los padres de los niños.

3.3 Procedimiento

- Se estableció el tema a investigar.
- Se plantearon los objetivos del estudio.
- Se definieron las variables del estudio.

- Se estableció la escala CAS para la investigación.
- Se solicitó permiso al colegio para realizar la investigación.
- Se llevó una reunión a cabo con las autoridades del colegio.
- Se entregó a los padres de familia una carta de autorización para realizar el proyecto.
- Se entrevistó a los padres de familia de cada uno de los participantes.
- Para medir en un primer momento los niveles de ansiedad se aplicó la escala CAS a los sujetos.
- Se calificaron las pruebas.
- Se inició con el programa de equinoterapia en seis sesiones de una hora de duración.
- Posteriormente, se aplicó de nuevo la escala CAS a los participantes, con el objetivo de identificar si hubo diferencia en los niveles de ansiedad.
- Con base en los resultados, se redactó el informe final, ofreciendo datos tanto cualitativos como cuantitativos.

3.4 Diseño

La presente investigación utilizó un enfoque cuantitativo-cualitativo, o mixto Según Hernández, Fernández, y Baptista (2010) “Los métodos de investigación mixta son la integración sistemática de los métodos cualitativos y cuantitativos con el fin de obtener un mayor entendimiento del fenómenos bajo estudio.” (p.546)

Se define por Hernández, Fernández, y Baptista (2010) como “Un estudio que al utilizar los procedimientos de investigación cualitativa, cuantitativa o mixta, analiza a profundidad una unidad para responder al planteamiento del problema.” (p.224).

3.5 Metodología estadística

La presente investigación hizo uso una estadística descriptiva que permitió observar si la equinoterapia genera un cambio en la ansiedad de los niños. En el caso de esta investigación, se tomaron en cuenta los resultados de un grupo de niños entre seis y ocho años de un colegio privado de Guatemala.

En ese sentido, se trabajó con un modelo mixto es decir para la fase cuantitativa se presentaron los resultados a través de medidas de tendencia central (media, moda y mediana), además se realizó una entrevista a los padres con el objetivo de identificar la

percepción de los mismos sobre la conducta observada. Dicha entrevista fue validada por profesionales en psicología, quienes dieron la validación de la entrevista basada en las características observadas en el niño ansioso.

IV. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

Se presentarán los resultados de la investigación. Considerando que el presente estudio es mixto, se tabularon datos cuantitativos y cualitativos. La información cualitativa obtenida en las entrevistas se describe en la sección 4.1 y la cuantitativa obtenida por medio del cuestionario de ansiedad infantil CAS se presenta en la sección 4.2.

4.1 Resultados Cualitativos

A continuación se presenta la información que se recopiló a través de las entrevistas elaboradas para este estudio. Las entrevistas fueron realizadas a uno de los padres de familia de cada niño(a) participante, identificando la edad, el género y el grado actual de cada uno de los menores.

4.1.1 Descripción de casos

Caso 1

Integrante	Edad	Género	Grado
Niña 1	7 años	Femenino	1ro primaria

La familia está compuesta por los padres de familia y la niña participante, asistió a la entrevista la progenitora. Según la entrevista, la menor presenta un manejo de emociones adecuado en casa pero en el colegio tiende a ocultarlas. Existe discrepancia en las actitudes de la niña entre el colegio y la casa. En relación a la excitabilidad, mencionaron que se controla en el colegio pero que en casa si se exalta con facilidad por soportar todas las emociones del día en el establecimiento educativo. Es una niña responsable, que utiliza las tareas como motivo para acercarse a sus padres y buscar su atención. La describieron como una niña retraída, que se le dificulta iniciar una conversación pero conforme el tiempo se siente cómoda y logra integrarse a un grupo. Se mencionó que acude a equinoterapia para fortalecer la seguridad en sí misma y de este modo, mejorar las relaciones sociales. Se indicó que es hija única por lo que tiene altos niveles de dependencia hacia los padres.

Caso 2

Integrante	Edad	Género	Grado
Niña 2	7 años	Femenino	1ro primaria

La familia esta compuesta por la progenitora y la menor participante quien está a cargo de una persona de servicio durante el tiempo de trabajo de la mamá. Asistió a la entrevista la madre. Según ella, la infante presenta un manejo de emociones adecuado, sabe identificarlas y actuar conforme a ellas. Indicó que su hija se exalta con facilidad, que es una niña con altos niveles de energía. Así mismo, mencionó que no cuenta con la responsabilidad necesaria para realizar sus tareas diarias y es olvidadiza. Comentó también que su hija no es retraída, que presenta síntomas ansiosos como gritar constantemente, rechinar los dientes y saltos constantes. Por otro lado, la describió como una niña líder, que sabe relacionarse con sus compañeros pero que tiende a frustrarse cuando no tiene el control sobre los mismos. Por último, indicó que es dependiente y que busca la aprobación de su progenitora constantemente.

Caso 3

Integrante	Edad	Género	Grado
Niña 3	7 años	Femenino	1ro primaria

La familia esta compuesta por ambos padres, una hermana mayor y la niña participante quien es muy unida a su hermana mayor. Asistió a la entrevista la madre. Según ella, la infante presenta un manejo de emociones adecuado, sabe identificar sus sentimientos. Mencionó que su hija en ocasiones, se presiona a sí misma y se frustra cuando algo no sale como ella lo desea. Aseguró que su hija no se exalta con facilidad, tiene la capacidad de controlarse y manejar las emociones negativas. En cuanto a la responsabilidad, se mencionó que es una niña responsable, quien junto a su hermana mayor,

realiza las tareas por sí sola y tiene un rendimiento académico adecuado. Comentó que no es retraída, que tiene un grupo de amigas positivo, las relaciones sociales son adecuadas para su edad y esta integrada a sus compañeros. En relación a la dependencia, se afirmó que tiende a depender de su hermana mayor para sentirse segura en ciertas ocasiones.

Caso 4

Integrante	Edad	Género	Grado
Niño 4	7 años	Masculino	1ro primaria

La familia esta compuesta por ambos padres, una recién nacida y el niño participante. Asistió a la entrevista el padre de familia, indicando que su esposa estaba en casa con la bebé. En relación al manejo de emociones, el padre aseguró que el niño sabe manejarlas pero que se ha visto afectado por el nacimiento de su hermana menor. Es un niño que se exalta con facilidad, más cuando su hermana menor lo hace. En relación a la responsabilidad, se indica que se considera responsable por el hecho que cuenta con una maestra quien lo ayuda a realizar sus trabajos durante la tarde. El padre describió a su hijo como un niño tímido y retraído por lo que sus relaciones sociales se han visto afectadas, se le ha dificultado integrarse dentro del grupo de sus compañeros. Mencionó que se debe fortalecer la independencia ya que ha mostrado ser un niño dependiente de sus padres para realizar actividades diarias cómo vestirse y bañarse.

Caso 5

Integrante	Edad	Género	Grado
Niño 5	7 años	Masculino	1ro primaria

La familia esta compuesta por ambos progenitores, dos hijos mayores y el niño participante. En relación a las emociones, se indicó que es un niño que las maneja asertivamente, no se exalta con facilidad a excepción de cuando practica fútbol. La madre comenta que gracias al ejemplo de sus hermanos mayores, ha tomado el hábito de estudio y

de lectura fácilmente, siendo responsable de sus tareas diarias. Lo describió como un niño social, no es tímido o retraído, busca activamente hacer amistades y mantener las mismas. Por último, indica que para su edad, el participante es independiente.

Caso 6

Integrante	Edad	Género	Grado
Niño 6	7 años	Masculino	1ro primaria

La progenitora fue quien asistió a la entrevista, la familia está integrada únicamente por ella y el niño participante. Describió que su hijo maneja adecuadamente sus sentimientos, identifica las emociones y actúa acorde a ellas. Indicó que tiende a exaltarse cuando está feliz pero no si es por enojo o tristeza. Lo describió como un niño sonriente, juguetón y platicador con niños y adultos. Mencionó que se le dificulta el área académica, no es un niño responsable de sus tareas y se le dificulta el orden y la limpieza. La personalidad del menor fue descrita como extrovertido y social por lo que se presume que no es tímido y que las relaciones sociales las maneja adecuadamente. En relación a la dependencia, la progenitora aseguró que aún es dependiente de ella y que necesita reforzarlo.

Caso 7

Integrante	Edad	Género	Grado
Niño 7	8 años	Masculino	1ro primaria

Asistió el padre de familia a la entrevista, la familia está conformada por ambos padres, una hermana mayor y el niño participante. En cuanto a las emociones, indica que se le dificulta expresar su tristeza pero que la felicidad la logra expresar sin dificultades. No se exalta con facilidad, sabe manejar y controlar sus sentimientos. Se encuentra motivado por realizar las tareas con la tecnología, es un método que a los padres les ha facilitado crear el valor de la responsabilidad. En el área social, el padre lo describió como un niño cauteloso,

que en un inicio se le dificulta entablar conversaciones pero que conforme se siente cómodo, logra integrarse a los demás. Menciona que es un niño independiente, que realiza sus tareas diarias por sí mismo.

Caso 8

Integrante	Edad	Género	Grado
Niño 8	8 años	Masculino	1ro primaria

La familia está conformada por la abuela, la madre y el niño participante. Asistió a la entrevista la progenitora del menor. Indicó que existe discrepancia en las emociones y comportamientos del menor en el colegio y en casa. Comentó que en casa tiende a llorar y exaltarse con facilidad y a exigir lo que el desea mientras que en el colegio es un niño sutil y colaborador. Indicó que sabe manejar perfectamente sus emociones pero sabe que en casa su abuela consiente sus caprichos. Tiene un rendimiento académico promedio, cuenta con el apoyo de su abuela para realizar sus tareas, es un niño responsable. En las relaciones sociales, se integra fácilmente con sus compañeros, busca activamente hacer amistades y conocer a todo el grupo. Fue descrito como un niño aún dependiente, sobre todo de su abuela materna.

En la siguiente sección se presenta en forma de esquema las respuestas que cada uno de los padres entrevistados brindaron. Se realizaron las siguientes tablas en base a los seis indicadores, evaluados también en el test cuantitativo que se presenta posteriormente :

1. Manejo de emociones
2. Excitabilidad
3. Responsabilidad
4. Retraimiento
5. Relaciones sociales
6. Dependencia

Por confidencialidad de los participantes se sustituyó el nombre del sujeto por números. Por lo tanto, se identifica a los padres encargados con “P” y su número correspondiente

1. Manejo de emociones	P1: “Presenta un manejo de emociones adecuado en casa pero en el colegio tiende a ocultarlas”.
	P2: "Presenta un manejo de emociones adecuado”
	P3: “Presenta un manejo de emociones adecuado”
	P4: “Sabe manejarlas pero que se ha visto afectado por el nacimiento de su hermana menor.”
	P5: “Es un niño que las maneja asertivamente”
	P6: “Maneja adecuadamente sus sentimientos, identifica las emociones y actúa acorde a ellas”.
	P7: “Se le dificulta expresar su tristeza pero que la felicidad la logra expresar sin dificultades”
	P8: “Existe discrepancia en las emociones y comportamientos del menor en el colegio y en casa.”
2. Excitabilidad	P1: “ se controla en el colegio pero que en casa si se exalta con facilidad”.
	P2: "se exalta con facilidad”
	P3: “no se exalta con facilidad, tiene la capacidad de controlarse y manejar las emociones negativas. ”
	P4: “Es un niño que se exalta con facilidad, más cuando su hermana menor lo hace. .”
	P5: “no se exalta con facilidad a excepción de cuando practica fútbol. ”
	P6: “tiende a exaltarse cuando esta feliz pero no si es por enojo o tristeza.”.
	P7: “No se exalta con facilidad, sabe manejar y controlar sus sentimientos.”
	P8: “en casa tiende a llorar y exaltarse con facilidad y a exigir lo que el desea mientras que en el colegio es un niño sutil y colaborador..”

3. Responsabilidad	P1: "Es una niña responsable, que utiliza las tareas como motivo para acercarse a sus padres y buscar su atención. "
	P2: "no cuenta con la responsabilidad necesaria para realizar sus tareas diarias y es olvidadiza."
	P3: "es una niña responsable, quien junto a su hermana mayor, realiza las tareas por sí sola y tiene un rendimiento académico adecuado. "
	P4: "se considera responsable por el hecho que cuenta con una maestra quien lo ayuda a realizar sus trabajos durante la tarde. "
	P5: "ha tomado el hábito de estudio y de lectura fácilmente, siendo responsable de sus tareas diarias. "
	P6: "se le dificulta el área académica, no es un niño responsable de sus tareas y se le dificulta el orden y la limpieza".
	P7: "Si es responsable, le gusta hacer las tareas en la computadora"
	P8: " cuenta con el apoyo de su abuela para realizar sus tareas, es un niño responsable."

4. Retraimiento	P1: ". es una niña retraída, que se le dificulta iniciar una conversación "
	P2: "no es retraída,"
	P3: "no es retraída, tiene un grupo de amigas positivo "
	P4: "Es un niño tímido y retraído por lo que sus relaciones sociales se han visto afectadas "
	P5: "Es un niño social, no es tímido o retraído, busca activamente hacer amistades y mantenerlas"
	P6: "El es extrovertido y social".
	P7: " Es un niño cauteloso, que en un inicio se le dificulta entablar conversaciones pero conforme se siente cómodo, logra integrarse a los demás."
	P8: "no es retraído, se integra fácilmente con sus compañeros"

5. Relaciones sociales	P1: " necesita fortalecer la seguridad en sí misma y de este modo, mejorar las relaciones sociales".
	P2: " Es una niña líder, que sabe relacionarse con sus compañeros pero tiende a frustrarse cuando no tiene el control sobre ellos"
	P3: "Son adecuadas para su edad y esta integrada a sus compañeros"
	P4: "se le ha dificultado integrarse dentro del grupo de sus compañeros"
	P5: "busca activamente hacer amistades y mantener las mismas"
	P6: "las maneja adecuadamente".
	P7: " Es un niño cauteloso, que en un inicio se le dificulta entablar conversaciones"
	P8: "se integra fácilmente con sus compañeros, busca activamente hacer amistades y conocer a todo el grupo."

4.2 Resultados Cuantitativos

A continuación se presentan los resultados obtenidos dentro del trabajo de campo de esta investigación. Consistió de la aplicación de un pre test, seguido por el programa de equinoterapia y, finalmente, la medición con el post test. El pre test y post test tenían como objetivo establecer el índice de ansiedad en niños entre 6 y 8 años. Para llevar a cabo dicha medición se utilizó el cuestionario de ansiedad infantil CAS. Este cuenta con diez elementos que permiten detectar de forma precisa y rápida posibles niveles ansiosos.

Tabla 4.2.1 Edad y escolaridad de los sujetos del estudio

Clave	Género	Edad	Escolaridad
1	F	7	Primero primaria
2	F	7	Primero primaria
3	F	7	Primero primaria
4	M	7	Primero primaria
5	M	7	Primero primaria
6	M	7	Primero primaria

7	M	8	Primero primaria
8	M	8	Primero primaria

En la tabla 4.2.1 anterior, se presentan el género, la edad y escolaridad de los sujetos participantes.

Se aplicó el pre test con el objetivo de medir los niveles de ansiedad en los niños antes de la aplicación del programa de Equinoterapia. En la tabla 4.2.2 se presentan los resultados obtenidos del pre test:

Tabla 4.2.2 Puntajes directos obtenidos en el pre test que se realizó a los sujetos para determinar el nivel de ansiedad.

Clave	Puntero directo	Percentil	Rango
1	9	74	Alto
2	11	89	Alto
3	9	74	Alto
4	12	95	Alto
5	6	31	Bajo
6	8	60	Promedio
7	9	74	Alto
8	11	89	Alto

La tabla 4.2.2 indicó los puntajes directos obtenidos en el pre test. Se tradujeron los punteos directos a percentiles. Los valores bajos indican menor nivel de ansiedad y los valores altos indican mayor nivel de ansiedad.

Tabla 4.2.3 Resultados estadísticos obtenidos en el pre test que se realizó a los participantes para determinar el nivel de ansiedad.

Número de sujetos	8
Media	9.38
Mediana	9
Moda	9
Desviación Estándar	1.92
Puntuación mínima	6
Puntuación máxima	12

En la tabla 4.2.3 se reflejan los resultados estadísticos obtenidos en el pretest. Se aplicó la prueba a 8 participantes, 3 de género femenino y 5 de género masculino entre 6 y 8 años. La media tiene un resultado de 9.38 puntos. La mediana presenta un valor de 9 puntos. La moda se encuentra en el valor 9 puntos. La desviación estándar está en una medida de 1.92 puntos. La puntuación mínima fue de 6 puntos y la puntuación máxima fue de 12 puntos.

Tabla 4.2.4 Puntajes directos obtenidos en el post test que se realizó a los sujetos para determinar el nivel de ansiedad.

Clave	Puntero directo	Percentil	Rango
1	6	31	Bajo
2	7	44	Bajo
3	5	21	Bajo
4	8	60	Promedio
5	4	11	Bajo

6	5	21	Bajo
7	5	21	Bajo
8	7	44	Bajo

La tabla 4.2.4 indicó los puntajes directos obtenidos en el postest. Se tradujeron los punteos directos a percentiles. Los valores bajos indican menor nivel de ansiedad y los valores altos indican mayor nivel de ansiedad.

Tabla 4.2.5 Resultados estadísticos obtenidos en el post test que se realizó a los participantes para determinar el nivel de ansiedad.

Número de sujetos	8
Media	5.88
Mediana	5
Moda	5
Desviación Estándar	1.35
Puntuación mínima	4
Puntuación máxima	8

En la tabla 4.2.3 se reflejan los resultados estadísticos obtenidos en el postest. Se aplicó la prueba a 8 participantes, 3 de género femenino y 5 de género masculino entre 6 y 8 años. La media tiene un resultado 5.88 de puntos. La mediana presenta un valor de 5 puntos. La moda se encuentra en el valor 5 puntos. La desviación estándar está en una medida de 1.35 puntos. La puntuación mínima fue de 4 puntos y la puntuación máxima fue de 8 puntos.

Tabla 4.2.6 Estadística del pre test y post test

	Pre test	Pos test
Número de sujetos	8	8
Media	9.38	5.88
Mediana	9	5
Moda	9	5
Desviación Estándar	1.92	1.35

En los resultados obtenidos en el pre test y el post test se observa que la media fue más alta en el pre test. El valor de la mediana fue igualmente mayor en el pre test y la moda se encuentra en un valor de 9 puntos en el pre test y en 5 puntos en el post test. Se puede notar el cambio entre ambos test, disminuyendo las puntuaciones de todos los participantes luego de asistir al programa de equinoterapia.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

A continuación se exponen de manera analítica los resultados obtenidos en los aspectos cuantitativos y cualitativos de la investigación. El presente estudio se centró en disminuir los niveles de ansiedad en un grupo de niños entre los 6 y 8 años y que asistieran a un programa de equinoterapia.

Se relacionó lo expuesto en el marco teórico y antecedentes del informe de investigación con los datos obtenidos para exponer la disminución de los niveles de ansiedad en los niños participantes del estudio.

Disminuir los niveles de ansiedad a través de la equinoterapia fue el tema seleccionado a trabajar con los niños ya que como menciona Soldevilla (2009), en el aprendizaje asistido con caballos, se trabaja a un nivel emocional con los pacientes más que a un nivel racional. Los pensamientos racionales pueden conducir al olvido de las emociones. Sin embargo, el estado emotivo es el que hace reaccionar físicamente. Cuando el ser humano siente una emoción, el cuerpo reacciona inmediatamente, de tal forma que el lenguaje corporal lo expresa sin que la persona se de cuenta. Los caballos captan estas minúsculas reacciones al instante, es más, incluso lo pueden percibir antes que el paciente lo exprese corporalmente. Por lo tanto, la relación entre el caballo y el niño permite que el menor se exprese y se relaje, disminuyendo automáticamente los niveles de ansiedad.

El objetivo general de este estudio era determinar si un programa de equinoterapia es efectivo en la reducción de los niveles de ansiedad en niños en un colegio privado de la ciudad de Guatemala. Los resultados del cuestionario del pre test reflejan que sí hubo una diferencia significativa dentro de los puntajes obtenidos con el post test.

Los resultados cuantitativos obtenidos concuerdan con la investigación de Serra-Mayoral, Sanmartín Vergara y Mareca (2008), en cuya investigación indican que la equinoterapia resultó eficaz para abordar síntomas conductuales y ansiosos.

Considerando que en la presente investigación los resultados mostraron mejoramiento en los siguientes indicadores: manejo de emociones, excitabilidad, responsabilidad, retraimiento, relaciones sociales y dependencia, el estudio concuerda con

Coronel y León (2013) quienes en su investigación obtuvieron resultados importantes en el comportamiento, así como en el seguimiento de órdenes, tolerancia a la actividad, manejo de emociones y mejoría en el desempeño funcional con la familia y las tareas diarias.

Dentro de los objetivos específicos del presente trabajo, se encuentran definir si el programa de equinoterapia es positivo para la reducción de ansiedad según el factor emocionalidad. Los resultados cualitativos manifiestan que cuando los niños asisten a equinoterapia, pueden expresar sus emociones sin siquiera hablar. El estar en contacto con animales y naturaleza, es por definición terapéutico. Además, numerosos estudios han posicionado al equino como uno de los animales del planeta que en relación con el hombre proporciona al establecer vínculo un efecto sedante, relajante, emocional y beneficioso (Soldevila, 2009). La madre 1 pone en evidencia dicha situación expresando: “mi hija llega a veces a su terapia feliz y cuando se sube al caballo comienza a llorar”. Esto demuestra una mejora en la expresión de emociones que influye positivamente en la disminución de los niveles de ansiedad.

Otro de los objetivos específicos era definir si el programa de equinoterapia era positivo para mejorar las relaciones sociales, obteniendo un resultado positivo en el test. Esto concuerda con la investigación de Arriola (2015) en la que niños con TEA después de asistir a equinoterapia mantienen un leve contacto visual hacia los demás, el tacto no se desarrolla con otros niños pero sí se da con el caballo. Respecto a la comunicación con los demás: las rabietas disminuyeron, cuando desean algo lo señalan. La sonrisa social aparece cuando no se da de forma natural. A pesar de la diferencia entre los sujetos, es notorio que la equinoterapia mejora las relaciones sociales.

Así mismo, en el estudio se estableció dentro de los objetivos específicos evaluar si se encontraban beneficios con la equinoterapia en la responsabilidad, retraining y dependencia de los participantes. Según el test, hubo mejorías en ambos factores, esto lo demuestra también la investigación de Monzón e Higueros (2010) donde describen dentro de los resultados obtenidos que los adolescentes que han participado de la equinoterapia han mostrado beneficios tanto en el desarrollo motriz, como en darles seguridad, lo que mejora su independencia y mejora las relaciones interpersonales.

Dando fin a los objetivos específicos, se evaluó el factor excitabilidad, indicando si los participantes tendían a exaltarse con facilidad. Este factor indicó grandes mejoras debido a la regulación que el caballo brinda. Según, Ernst (2007) conforme el ser humano experimenta los distintos ejercicios de la sesión, se espera que verbalice las mismas. Es entonces, como el jinete se regula y no se exalta con facilidad.

En resumen, el programa de equinoterapia si mostró cambios cuantitativos en los niños que participaron en el presente estudio. Por último, es importante reconocer que todos los participantes asistieron de forma constante y positiva a las sesiones de equinoterapia, sin ausentarse ni llegar tarde a las mismas. Del mismo modo, los padres colaboraron con la entrevista inicial para corroborar que en un inicio, los niños si presentaban altos niveles de ansiedad.

VI. CONCLUSIONES

- Los resultados estadísticos del cuestionario de ansiedad infantil CAS mostraron una disminución en la media, mediana y moda, demostrando que se mejoraron los niveles de ansiedad en los niños participantes.
- No existen diferencias según el género de los sujetos. Ambos, mostraron disminuir los niveles de ansiedad a través del programa de equinoterapia.
- No existen diferencias según la edad de los sujetos. Ambas, 7 y 8, mostraron disminuir los niveles de ansiedad a través del programa de equinoterapia.
- Este estudio permitió la creación y aplicación de un programa de equinoterapia dirigido a niños entre los 6 y 8 años de un colegio privado de la ciudad de Guatemala.
- En base a los seis indicadores evaluados, se realizaron los objetivos específicos para determinar la mejoría de los mismos: manejo de emociones, excitabilidad, responsabilidad, retraimiento, relaciones sociales y dependencia. Todos los factores fueron reducidos a través de la equinoterapia

VII. RECOMENDACIONES

A los niños:

- Continuar con la constancia y actitud positiva que mantienen al asistir a las sesiones de equinoterapia.
- Involucrar a los demás compañeros a formar parte del programa equino para beneficiar las relaciones sociales.

A los padres de familia:

- Mostrar interés en el desenvolvimiento emocional de su hijo, involucrándose en sus sentimientos y conductas.
- Fomentar la comunicación entre maestros y padres.
- Promover el tiempo de calidad en familia.

Al colegio:

- Crear charlas constantes e informativas acerca del programa equino, expandiéndolo fuera del colegio.
- Incentivar al personal del establecimiento para involucrarse en la equinoterapia.
- Brindar mayor cantidad de capacitaciones para padres y maestros sobre ansiedad y equinoterapia.

A futuros investigadores:

- Tomar en cuenta distintos aspectos a evaluar a través de la equinoterapia ya que pueden ser varios como niveles de irritabilidad, seguimiento de instrucciones, atención, manejo de emociones, etc.
- Realizar una investigación sobre los niveles de ansiedad con el personal del colegio.
- Considerar trabajar con una población distinta para determinar si existen diferencias.
- Trabajar de la mano con los maestros del colegio, creando una investigación cualitativa en base a una entrevista dirigida a los mismos.

IV. REFERENCIAS

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- Asociación de equinoterapia Ismael Pinto. *Conceptos básicos de la equinoterapia*. Recuperado de <http://www.asoceanoterapia.org/Conceptos/Conceptos.htm>
- Arriola, M. (2015) *La equinoterapia y su influencia en la socialización de niños con trastorno del espectro autista*. Tesis de grado. Universidad Rafael Landívar. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/42/Arriola-Maria.pdf>
- Arsham, H.. (2014). *Razonamiento Estadístico para Decisiones Gerenciales*. Recuperado de: UBALT Sitio web: <http://home.ubalt.edu/ntsbarsh/Business-stat/opre504S.htm>
- Bernabé, G. y Galván, J. (2013). *Modulación del tono muscular a través de la equinoterapia en pacientes con parálisis cerebral espástica del centro de rehabilitación infantil de la secretaria de la defensa nacional de junio-agosto del 2012*. Tesis. Universidad Autónoma del estado de México. Recuperado de: <http://148.215.1.179/bitstream/123456789/14336/2/406847.pdf>
- Cárdenas. (2010). *Guía Clínica para los Trastornos de Ansiedad en Niños y Adolescentes*. México: Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz.
- Cardo, M. (2011). *El niño y el caballo desde una perspectiva psicológica*. Trabajo de integración final. USAL, Argentina.
- Córdova, M (2006). *Cuestionario de ansiedad infantil: Características psicométricas y análisis descriptivo comparativo*. 2014, recopilado de UNIFE Recuperado de: <http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/ansiedad.pdf>
- Coronel, J. y León, J. (2013). *Desempeño funcional con base en el seguimiento de órdenes simples mediante la equinoterapia, en los niños con autismo de 6 a 10 años, que asisten al centro de rehabilitación infantil de la secretaria de la defensa nacional*. Tesis. Universidad Autónoma del estado de México. Recuperado de: <https://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/>

- Cuypers, A. Ridder, J. y Strandhein. B. (2014). *Equine-related treatments for mental disorders lack empirical support: A systematic review of empirical investigations*. University of Southern Mississippi,
- Dacery, J y Fiore, L. (2006) *Mi hijo está insoportable*. Barcelona, España. Editorial Novoprint
- Ernst, M. (2007). *Manual básico de hipoterapia*. 1ª.Ed. Editorial La liebre de Marzo, S.L, Barcelona.
- Gaytán, M. (2014) ."*Programa terapéutico de reducción de ansiedad ante los exámenes, dirigido a los estudiantes del centro nufed no.40 de la aldea de san lorenzo el cubo.*" sede regional de la antigua la Antigua Guatemala, Tesis de grado. Universidad Rafael Landívar. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Gaytan-Maria.pdf>
- Gross E.(2009). *Equitación y salud montar a caballo actividad recreativa deportiva y terapéutica*. 1ª.Ed. Editorial Trillas, México.
- Halgin, R. y Krauss, S. (2009). *Psicología de la anormalidad (5ª.Ed.)*. México: Mc Graw Hill.
- Hernández S. , Fernández C. y Baptista L. (2010). *Metodología de la Investigación*. México:McGraw-Hill.
- Luján, J. (2006). Equinoterapia. Rehabilitación holística. Nuevos horizontes. Vol. 5 Núm. 1. Recuperado de: <http://www.medigraphic.com/pdfs/plasticidad/prn-2006/prn061j.pdf>
- Mediavilla, J. (2009). *Preocupaciones y ansiedades: cómo ayudar al niño*. Editorial de Educación Pública del Royal College of Psychiatrists. Londres. Recuperado de: http://www.sepsiq.org/file/Royal/13_PREOCUPACIONES%20Y%20ANSIEDAES.pdf
- Monzón, J e Higueros, B. (2010). *La equinoterapia como apoyo en el tratamiento de adolescentes con retraso mental leve que asisten al hipódromo del sur de la ciudad de Guatemala*. Tesis. Recuperado de: http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13_2992.pdf
- Myvett, C. Y Maldonado, M. (2011). *Equinoterapia como un medio de rehabilitación en niños con síndrome de down y parálisis cerebral que asisten al hipódromo del sur ubicado en 6ª calle 8-00 zona 13 finca la aurora*. Tesis de grado. Unversidad San Carlos de Guatemala. Recuperado de: http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13_3529.pdf

- Parrado, F. (2008). *Ansiedad (aspectos conceptuales) y Trastornos de Ansiedad en niños y adolescentes*. Máster en Paidopsiquiatría. Universidad Autónoma de Barcelona. Recuperado de: http://www.paidopsiquiatria.cat/files/trastornos_ansiedad.pdf
- Posada, A (2011). ¿Cómo beneficia la Equinoterapia a las personas con Síndrome de Down?. Medellín, Colombia: Revista CES Salud Pública. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3977346>
- Salaníc, M. (2014) *Ansiedad infantil y comportamiento en el aula*. Tesis de grado. Universidad Rafael Landívar. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/22/Salanic-Manuela.pdf>
- Serra-Mayoral, A. Sanmartín, A. Vergara, M. y Mareca, C. (2011). *Equinoterapia aplicada a los pacientes con trastorno mental severo: presentación de un programa de rehabilitación y estudio de un caso*. Barcelona, España.
- Soldevila, T. (2009) *El maestro Equino: coaching, psicoterapia y aprendizaje con caballos*. 1ª.Ed. España, Editorial Provisional para códigos
- Thomas, O., Picknell, G. y Hanton, S. (2011). *Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas*. Murcia.

ANEXOS

1. DESCRIPCIÓN GENERAL

1.1. FICHA TÉCNICA

Nombre:	CAS. Cuestionario de Ansiedad infantil.
Nombre original:	<i>Child Anxiety Scale.</i>
Autor:	John S. Gillis. IPAT, 1980.
Procedencia:	Institute for Personality and Ability Testing. IPAT Champaign, III., USA.
Adaptación española:	Dr. Domingo E. Gómez Fernández (Departamento de Psicología Clínica y Psicobiología. Universidad de Santiago). Doña María Teresa Pulido Picouto. (S.O.E.V. de la Consellería de Educación. Xunta de Galicia. Santiago).
Aplicación:	Colectiva e individual.
Ámbito de aplicación:	Niños de 6 a 8 años de edad.
Duración:	Entre 20 y 30 minutos, incluidas las instrucciones.
Finalidad:	Apreciación del nivel de ansiedad infantil.
Baremación:	Baremos de escolares de 1º, 2º y 3º de Primaria.
Material:	Manual y ejemplar autocorregible.

Carta solicitud de permiso a padres

Guatemala, 09 de julio de 2015

Respetables Padres de Familia

Es para mí un gusto saludarles y solicitar su autorización para llevar a cabo el trabajo para mi tesis, requisito para graduación de la carrera de psicología clínica en la Universidad Rafael Landívar. Para ello, requiero la participación de su hijo, con quien realizaré 6 sesiones de equinoterapia para tratar de reducir los niveles de ansiedad que presenta en distintas áreas de su vida.

El material e información recolectados en dicha actividad será utilizado única y exclusivamente para fines académicos, guardando estricta confidencialidad de los resultados del alumno. Por lo que esta información estará expuesta únicamente a mi persona.

Cualquier duda o comentario puede contactarme por vía electrónica a inesmartinezguzman@gmail.com

Agradeciendo de antemano su colaboración.

Atentamente,

Inés Martínez Guzmán

Entrevista cualitativa

A continuación, se presenta una entrevista para el estudio que tiene como objetivo general determinar si un programa de equinoterapia es efectivo en la reducción de los niveles de ansiedad en niños en un colegio privado de la ciudad de Guatemala.

Las respuestas que los padres de los participantes brinden serán utilizadas únicamente para la investigación. La investigadora será la única persona que tenga acceso a dichas respuestas.

Muchas gracias por su colaboración,

Inés Martínez

Datos generales:

Nombre del padre o encargado:

Nombre del estudiante:

Edad:

Sexo:

Preguntas:

1. ¿En relación a las emociones de su hijo(a), cómo evaluaría usted la forma en que las maneja?

2. ¿ Cree usted que su hijo(a) tiende a exaltarse con facilidad?

3. ¿ Teniendo en cuenta las tareas diarias de su hijo(a), cree que es responsable ?

4. ¿ Según el factor retraimiento, cómo evaluaría a usted a su hijo(a)?

5. ¿ Cómo describiría la forma en que su hijo se desenvuelve dentro de sus relaciones personales ?

6. ¿ Cree usted que su hijo aún es dependiente en relación a sus tareas diarias?

Entrevista número 1

Edad: 7 años

Sexo: femenino

Entrevistado: progenitora

Entrevistador: Buenos días, mi nombre es Inés Martínez, primero quería agradecerle su colaboración con la entrevista y contarle de que se trata el estudio que estoy realizando.

Padre de familia: Mucho gusto, gracias a usted por el interés ojalá mi hija tenga buenos resultados, se ríe.

Entrevistador: se ríe, no se preocupe. Recuerde que es un estudio que tiene como objetivo medir los niveles de ansiedad en niños y evaluar si la equinoterapia ayuda con la reducción de esta misma ansiedad, así que los evaluados serán los caballos y no los niños, se ríe.

Padre de familia: seguro les irá bien, ellos son unos grandes ángeles.

Entrevistador: me interesa su descripción a los caballos, vamos a dar inicio a la entrevista, cuénteme

1. ¿En relación a las emociones de su hija, cómo evaluaría usted la forma en que las maneja?

Padre de familia: mire Inés en realidad es algo complicado porque cuando estamos en casa ella es una niña muy abierta, puede contarme a mí y a su papá las situaciones que le molestan, le gustan o no le parecen. Creo que allí tiene la confianza de expresarse hasta para hacer berrinches y exigir las cosas que ella quiere, a veces hasta diría que es voluntariosa pero en el colegio por lo que me dicen sus maestras es una niña que le

cuesta expresar lo que siente o necesita, ha habido veces en que las maestras nos informan que en el colegio ella esta callada y tranquila pero llega a la casa llorando que no le gusta su clase o que la molestan algunos compañeros. Creo que se aguanta mucho a decir las cosas en el colegio y al llegar a la casa es cuando explota y no maneja bien sus emociones porque se descontrola. No se si ha visto que muchos niños son diferentes en la casa y en el colegio, ella siempre ha sido así pero es mucho el cambio, saber si es normal o no.

Entrevistador: si, he visto muchas veces eso y es totalmente común en niños. Soy maestra y tengo varios alumnos que cambian su forma de ser en el colegio que en casa, creo que hay varios factores que influyen en esta situación pero lo importante es que ella se sienta apoyada y comprendida por las personas que más quiere. Es importante también que le hablen y le cuenten que no tiene nada de malo expresar sus emociones con sus compañeros o maestras, que ella se sentirá escuchada al igual que en la casa. Por lo que me ha comentado me gustaría que me cuente entonces,

2. ¿ Cree usted que su hija tiende a exaltarse con facilidad?

Padre de familia: como le digo, creo que mi hija se aguanta todo en el colegio entonces al llegar a la casa se exalta con cualquier cosita porque se ha estado tragando todo lo del día o a veces lo de la semana. Se que ella sabe controlarse porque en el colegio lo hace pero me da miedo que no sea bueno para ella el esconder lo que siente hasta la casa.

Entrevistador: entiendo, ha platicado usted con las maestras del programa equino acerca de esta situación?

Padre de familia: si, Dora me explicó que mi hija llega a veces a su terapia feliz y que cuando se sube al caballo comienza a llorar, ella dice que es porque permite que el caballo sienta sus emociones y las logra expresar, me siento tranquila que lo haga pero me gustaría que tuviera otras alternativas como hablar con sus maestras de lo que le moleste porque la terapia solo es una vez a la semana. No siempre llora en la terapia, también me dijo Dora que hay días en que hace la clase feliz y matándose de la risa, esta mi hija cuando decide estar feliz se ríe mucho.

Entrevistador: Bueno, por lo menos tenemos la información que Dora brindó acerca de la terapia y su hija esta expresando sus emociones. Es necesario que lo haga y si el caballo la esta ayudando hacerlo, es ideal. Aunque no lo crea, una vez por semana expresar las emociones esta bien, muchas veces los adultos lo hacemos al esperar a ir a nuestra cita semanal para ir con el psicólogo y desahogarnos y aprovechar a decir todo lo que tenemos dentro. En este caso, este es el papel que esta haciendo el caballo, el del psicólogo.

Padre de familia: tiene razón, creo que a veces también somos castigadores con nuestros hijos verdad?

Padre de familia: No se si alguna vez usted a montado caballo pero yo he montado y es increíble lo que a uno se le olvida todo cuando esta encima y caminando o cabalgando, son de verdad lindos.

Entrevistador: si, he tenido la oportunidad de hacer equitación y equinoterapia y son animales fascinantes. Ahora, regresando un poco al tema de su hija, la veo que ella esta feliz y confiando en los caballos, creo que sería bueno darle la oportunidad que exprese sus emociones a través de esta terapia y confíe en que su hija va mostrar un avance en todos los aspectos que a usted le preocupan. Uno de ellos es el cambio del colegio a la casa, cuénteme un poco como es este cambio además de emocional, como es ella académicamente:

3. ¿ Teniendo en cuenta las tareas diarias de su hijo(a), cree que es responsable?

Padre de familia: ella es responsable porque hace las tareas y cuando yo llego a la casa de trabajar ella sí ha hecho la mayoría o me esta esperando para que la ayude o le explique algo. A veces creo que me dice que no entiende porque quiere que me siente ayudarla pero siempre trato de hacerlo para que se sienta bien. Lo que sí le pasa un montón es que se enoja muy rápido y se rinde, dice hay no mama yo no puedo o mejor decile a papa que me ayude y ya no pone las mismas ganas para hacerlo cuando le cuesta mucho o cuando no le gusta también.

Entrevistador: osea que sí es responsable, talvez es otra cosa lo que ella busca al frustrarse o el sentir que no puede.

Padre de familia: ¡hay sí! Ella lo que quiere es nuestra atención y que estemos sentados con ella trabajando, se ríe. Pero pues, académicamente no va tan mal, tampoco es una de las mejores de su clase ni va perdiendo tampoco, creo que va bien esta en medio del promedio y la verdad es lo que queremos pero sí me gustaría verla más feliz, me cuesta que invite amigos a la casa y solo me habla de las tres mismas niñas siempre, ya no se que hacer para que tenga más amigos.

Entrevistador: ¿porque es importante para usted que ella tenga más amigos?

Padre de familia: la verdad creo que es difícil porque yo me recuerdo que yo fui super amiguera, quería estar jugando todo el tiempo con mis amigos, no me iba tan bien en las notas, se ríe, pero me recuerdo que era feliz en el colegio y molestaba, ella la veo que tiene su par de amigas pero no es que me regrese a contar feliz que hace travesuras o que juega mucho solo me dice que las ayuda con sus deberes y que come con ellas y hablan en el recreo, no se, la veo muy sola o alejada de todos sus compañeros. Le pregunté esto a la maestra y me dijo que sí tiene amigas y que sí comparte y juega con ellas pero le cuesta hacer amigos o cuando hay cambios en la clase se pone nerviosa y se le pega a la maestra, a veces dice en el recreo que prefiere quedarse en la clase porque no entendió algo pero la maestra dice que cree que es por no salir a jugar, esto me puso muy triste pero le platicué ese día en la casa y creo que ya no lo ha hecho.

Entrevistador: comprendo que a veces es frustrante y nos encantaría que nuestros hijos tuvieran las cualidades o habilidades que nosotros tuvimos en nuestra infancia. Recordemos que lo que uno quiere para sus hijos siempre es lo mejor y por eso buscamos los momentos más felices de nuestras vidas y buscamos repetirlos con ellos. Creo que es importante que tanto usted como la maestra estan interesadas en el desenvolvimiento de su hija y han estado en comunicación constante y directa. De esta forma, ustedes han podido trabajar en conjunto y buscar lo mejor para la niña.

Padre de familia: si, tanto el colegio como todo su personal ha estado pendiente del desarrollo de mi hija y estoy muy agradecida, estoy feliz hasta de hablar con usted

porque veo que en medio de todo siempre hay algo positivo en como las personas y por supuesto, se ríe, los caballos nos ayudan en el camino cuando lo necesitamos.

Entrevistador: sí, cuando los colegios brindan esa atención personalizada a cada niño y papá uno se siente totalmente comprendido y acompañado, no digamos con los caballos que son ángeles como los llamamos antes, se ríe. Entonces,

4. ¿Según el factor retraimiento, cómo evaluaría a usted a su hijo(a)?

Padre de familia: la verdad si es retraída, muchísimo más al inicio como cuando conoce a una persona nueva, entra a una clase diferente o incluso cuando estamos en el super o en algún lugar y tiene que saludar, lo hace demasiado callada y toda agachada. Cuando ya conoce a las personas como a mis amigas o familiares allí si es confianzuda y hasta molesta. Necesita tiempo para entrar en confianza pero cuando lo hace ya pierde esa timidez o retraimiento. En el colegio ha ido poco a poco, lo que le ha costado ahorita es el cambio de grado y compañeros pero yo digo que con el tiempo va ir haciendo más amigos.

Entrevistador: me dice entonces que lo que le esta costando este año es el cambio, el año pasado como diría usted que su hija finalizó el año en relación a sus amigos y la timidez?

Padre de familia: el año pasado ella estaba feliz a fin de año, siempre con su personalidad porque también hay que aceptar que nunca va ser el alma de la fiesta o de las relajeras pero la veía más contenta y compartiendo con más niños, a mí me gusta que jueguen niños y niñas juntos, no me gusta eso de que se separan porque después empiezan con cosas que eso es para niños o eso es para niñas y me cae re mal, se ríe.

Entrevistador: claro, siempre hay que ver que uno puede cambiar en algunas situaciones pero nuestra esencia sigue siendo la misma. Si el año pasado usted la vió feliz creo que es cuestión de tiempo y paciencia, hay que brindarle el espacio que ella

necesita para sentirse cómoda, los cambios cuestan y más cuando ya nos sentimos adaptados a una situación o lugar. Se que es algo repetitivo pero necesito que me cuente

5. ¿ Cómo describiría la forma en que su hijo se desenvuelve dentro de sus relaciones personales ?

Padre de familia: se ríe, no se preocupe. Creo que el tema central de mi hija y la razón por la que la traigo a la equino terapia es por su desenvolvimiento social y por la seguridad en sí misma. Necesita desarrollar un montón de habilidades para poder resolver problemas ella sola y para adaptarse a nuevos cambios, aunque cuesten.

Entrevistador: este es el objetivo entonces de las clases de equino terapia para su hija, que ella fortalezca la seguridad en sí misma y pueda desenvolverse mejor socialmente.

Padre de familia: sí, totalmente.

Entrevistador: perfecto. Ha estado satisfecha con el resultado en lo que lleva, desde que conoce a los caballos?

Padre de familia: definitivamente, aunque uno este solo una vez con un caballo uno siente su magia, creo que no hay mejor terapia para mi hija y sí, le ha ayudado y no la cambiaría.

Entrevistador: entonces en este momento usted ha notado avances y confía en que seguirán habiendo?

Padre de familia: si, sin duda. Estoy feliz y creo que tengo que tener más paciencia.

Entrevistador: muy bien, entonces llegamos finalmente a la última pregunta de la entrevista.

Padre de familia: ¡Qué rápido!

Entrevistador: sí, llevamos bastantes minutos y tampoco lo sentí.

Padre de familia: si muchas gracias, siempre es una bendición poder hablar con otras personas sobre lo que le preocupa de sus hijos.

Entrevistador: sí, me alegro que se sienta feliz, como le digo el colegio y su personal brindan este apoyo constante así que hay que aprovecharlo! Cuénteme,

6. ¿ Cree usted que su hijo aún es dependiente en relación a sus tareas diarias?

Padre de familia: demasiado, a veces más de lo que me gustaría pero creo que también influye en que sea hija única y sea consentida. La verdad a mi esposo y a mi nos costó tener hijos y cuando la tuvimos a ella cometimos el error de protegerla mucho, por eso creo que siempre busca que la ayudemos o que estemos a la par de ella y le ha afectado en el colegio, cuando se encontró que aquí no sería alumna única, se ríe.

Entrevistador: cuando uno se convierte en papá uno quiere lo mejor para sus hijos y claro que iban a protegerla porque es su más grande tesoro, los entiendo re bien! Lo bueno es que se han dado cuenta y usted sabe que talvez no le ha beneficiado ser consentida y le ha afectado sus relaciones sociales, la independencia y la seguridad en sí misma pero ahora con la terapia y con el apoyo de ustedes y del colegio ella estará super. Muchas veces hay decisiones diarias que no nos damos cuenta que tomamos por ellos y que les ayuda a tomarlas solos. Por ejemplo, pueden iniciar por que ella elija que ropa ponerse, que quiere desayunar ese día, a que lugar le gustaría salir el fin de semana y situaciones así. Este tipo de decisiones le va funcionar a ella para darse cuenta que es capaz de tomar decisiones por sí sola y lo irá haciendo poco a poco.

Padre de familia: que buena idea, voy a contarle a mi esposo y voy a empezar a dejarla porque la verdad siempre decidimos nosotros y ella va acompañandonos. Mil gracias de verdad por su ayuda y su tiempo.

Entrevistador: gracias a usted por haber venido y apartar tiempo de su fin de semana para la entrevista, se que es un esfuerzo grande que hacen para poder apoyarnos. Me alegro mucho que la equino terapia este siendo positiva en el desarrollo de su hija y no se preocupe que se que ella estará perfectamente bien, están haciendo un excelente trabajo como padres de familia.

Padre de familia: ojalá que así sea, mil gracias.

Entrevistador: a usted, mucho gusto.

Entrevista número 2

Edad: 7 años

Sexo: femenino

Entrevistado: progenitora

Padre de familia: Hola!!

Entrevistador: Hola!! Buenos días, mi nombre es Inés Martínez

Padre de familia: Mucho gusto Inés, cuénteme para que soy buena, se ríe.

Entrevistador: se ríe, primero quería agradecerle su colaboración con la entrevista y contarle de que se trata el estudio que estoy realizando.

Padre de familia: me contó Dora un poco que era sobre el programa equino que es maravilloso por cierto y sobre como van nuestros hijos verdad

Entrevistador: así es, el objetivo del estudio es medir la ansiedad en los niños y evaluar si la equino terapia los beneficia para reducir los mismos niveles de ansiedad.

Padre de familia: que lindo tema, me encanta.

Entrevistador: si gracias, la verdad que para hacer la tesis uno debe elegir un tema que lo apasione y le guste hacer todo el proceso, sino sufre en el camino.

Padre de familia: ¡hay! Yo igual sufrí, se ríe.

Entrevistador: se ríe, vamos a comenzar entonces, cuénteme

1¿En relación a las emociones de su hijo(a), cómo evaluaría usted la forma en que las maneja?

Padre de familia: Ella definitivamente es una niña molestona, fregona, le encanta estar fuera de la casa, sale a jugar con los niños del condominio y busca estar activa pero a veces creo que es demasiado, ella no puede quedarse quieta, ni la televisión la entretiene y aparte creo que no maneja muy bien sus emociones, siempre esta comiendose las uñas y rechinando los dientes, incluso cuando esta dormida rechina los dientes. Me han dicho mis vecinas que también cuando llega a sus casas se la pasa comiendose las uñas y no entiendo porque lo hace, siempre la regaño y le digo que le voy a poner chile pero sigue.

Entrevistador: entiendo, y ella sabe decirle cuando esta enojada, triste o feliz? O cree que es más de guardar sus sentimientos?

Padre de familia: Ah no, cuando se enoja, se enoja. Lo dice todo sin preocuparse y más si esta feliz, brinca por todos lados y grita. Cuando esta triste si veo que se encierra un poco pero talvez saca toda su tristeza sola.

Entrevistador: entonces,

2 ¿ Cree usted que su hijo(a) tiende a exaltarse con facilidad?

Padre de familia: si, cuando esta enojada explota y cuando esta muy emocionada por algo que vamos hacer que a ella le gusta mucho empieza a gritar y a saltar y se desespera rápido, empieza a preguntar que cuanto falta, que si ya vamos a llegar, que quienes van a estar en el lugar, cosas asi, la verdad que no para.

Entrevistador: veo que tiene mucha energía y que tiene la posibilidad de salir a jugar con sus amigos y compartir en un área social con ellos. La siguiente pregunta va direccionada a lo académico,

3 ¿ Teniendo en cuenta las tareas diarias de su hijo(a), cree que es responsable ?

Padre de familia: no es nada responsable la verdad, ella llega a la casa en el bus y se queda con la niñera que nos apoya a cuidarla en la casa hasta las 5 que yo llego de trabajar, casi siempre que llego hay que ver tareas porque las hace a la carrera o se le olvidan la mitad de los libros en el colegio. Es un problema tener que estar atrás de ella por los deberes pero no logramos tener la estrategia para que se siente hacerlas y que cuando yo llegue ya solo las revise.

Entrevistador: veo que las hace a la carrera, apresurada. Ha considerado trabajar con alguna tabla que la ayude, por ejemplo pueden hacer una tabla semanal y si cuando usted llegue del trabajo ella ya las hizo, se gana una calcomanía que a ella le guste. Al final de la semana si completa los deberes, pueden hacer algo que a las dos les guste o compartir en la actividad que ella elija.

Padre de familia: voy a probar, con lo nerviosa que es seguro va estar preguntando por las calcomanías y la puede motivar, creo que sería una buena opción.

Entrevistador: por lo que me dice, su hija es una niña que puede desenvolverse socialmente sin dificultades,

4 ¿ Según el factor retraimiento, cómo evaluaría a usted a su hijo(a)?

Padre de familia: si, no es nada retraída, la verdad que a veces creo que debería de controlarse un poco más porque ella si vamos a un lugar nuevo o una casa ajena, entra como si fuera de ella, pide lo que necesite o quiere y a veces si se pasa de la raya y la tengo que regañar. En el colegio me dicen también que molesta demasiado, distrae a sus compañeros y en la clase interrumpe mucho.

Entrevistador: Un aspecto que veo en los padres y en el colegio es que tienen comunicación constante, creo que sería pertinente organizar la misma forma de corrección en casa que en el colegio para que tenga un balance y sepa que ambos lugares hay límites y reglas.

Padre de familia: tiene razón, yo creo que va por allí la cosa, la verdad que yo soy mamá soltera y trabajo todo el día, ella esta al cuidado de la niñera que si es de super confianza pero me imagino que le afecta el que yo no pase mucho tiempo con ella también entonces tiendo a dejarla y no regañarla muy seguido por lo mismo que casi no comparto con ella.

Entrevistador: si, es una situación en la que uno de papá se frustra de no poderles decir sí a todo pero creo que al final es de mayor beneficio para ellos tener estructura.

Padre de familia: si, la verdad si es mejor para ellos por eso creo que ella es tan inquieta.

Entrevistador: ahora, cuéteme un poco

5 ¿Cómo describiría la forma en que su hijo se desenvuelve dentro de sus relaciones personales ?

Padre de familia: mi hija puede hacer amigos muy fácil, es primer año que ella está en este colegio y se ha adaptado con facilidad, ella juega con todos e incluye a todos los que puede a su juego. Le encanta liderar al grupo y ser la que le dice a cada niño que puesto tomar o de que rol va a jugar. A veces veo que ella quiere sobresalir tanto que cuando ve que alguien más lo está haciendo ella se enoja y hace hasta lo imposible por ganarle. También pelea un montón, ella es de las niñas que si va perdiendo o no logra direccionar a uno de los niños comienza a pelear con él. Desde chiquita pegaba y mordía un montón, ahora ya no lo hace pero siempre vive peleando con todos los niños por alguna cosa.

Entrevistador: entiendo, cree usted que la equino terapia le ha beneficiado en alguno de los aspectos que usted menciona?

Padre de familia: sí, totalmente. Las sesiones que lleva de equinoterapia me ha dicho la terapeuta que la ha puesto a seguir instrucciones y a manejar emociones sobre el caballo y que lo ha hecho muy bien. Estoy segura que el avance y la integración que ha tenido en el colegio ha sido porque tienen el programa con los caballos y a ella le fascina ir.

Entrevistador: muy bien, ya llegamos al final de la entrevista, hasta ahora hemos abordado temas de socialización y manejo de emociones, en cuanto a su hija,

6 ¿ Cree usted que su hijo aún es dependiente en relación a sus tareas diarias?

Padre de familia: si es dependiente, ella me pregunta todo lo que hace, si me gusta su dibujo, si le gusta su ropa, si cree que está bien jugar lo que quiere, igual con la niñera busca que le diga que hacer todo el tiempo.

Entrevistador: he observado que varios niños buscan este tipo de acercamiento con sus padres, tal vez es necesario que usted le diga que ella decida, que está bien que se equivoque o que elija lo que a ella le guste sin preguntar. Permítale tomar decisiones por sí sola, que sean básicas como la comida o la ropa y va ir mejorando.

Padre de familia: gracias, es cierto que uno es el que los tiene que dejar aprender y equivocarse, aunque nos cueste, se ríe.

Entrevistador: bueno, muchísimas gracias por su tiempo y colaboración. Le recuerdo que esta información es totalmente confidencial y va ser utilizada únicamente para el estudio que se esta realizando.

Padre de familia: a usted muchas gracias y estoy a la orden para lo que necesite con mi hija.

Entrevistador: mucho gusto, que le vaya bien.

Entrevista número 3

Edad: 7 años

Sexo: femenino

Entrevistado: progenitora

Entrevistador: buenos días, siéntese por favor, póngase cómoda.

Padre de familia: muchas gracias, buenos días.

Entrevistador: mucho gusto, mi nombre es Inés Martínez y estoy trabajando en mi proyecto de tesis. El objetivo del estudio es medir la ansiedad en niños y evaluar si la equino terapia brinda algún beneficio para reducir estos niveles de ansiedad.

Padre de familia: mucho gusto Inés, estoy para servirle.

Entrevistador: Vamos a dar inicio a la entrevista, siéntese cómoda para dar la información que desee, es totalmente confidencial y será utilizada únicamente por mi para la información del proyecto.

Entrevistador:

1. ¿En relación a las emociones de su hija, cómo evaluaría usted la forma en que las maneja?

Padre de familia: creo que mi hija sabe controlarse y manejar bien sus emociones la mayoría del tiempo, lo que pasa es que a veces lo que veo es que se pone demasiado nerviosa por cosas pequeñas, es una niña exigente que le gusta hacer las cosas bien y cuando tiene presión encima no sabe reaccionar bien ni manejar lo que esta sintiendo. Ella va bien en el colegio y afuera ella y su hermana van a jugar tenis, ha habido veces que cuando tiene partido hasta vomita en el carro de los nervios.

Entrevistador: entiendo, y usted cree que esta presión se la pone ella misma o ustedes como padres de familia le exigen cierto promedio o rendimiento en sus actividades?

Padre de familia: a nosotros nos gusta que se esfuercen y den lo mejor de sí pero si en dado caso pierden o van regular en el colegio la apoyamos, nunca ha ido mal ni ha perdido nada, eso es lo que no entiendo porque ella se exige tanto.

Entrevistador: Ok, y si le pregunto

2. ¿ Cree usted que su hijo(a) tiende a exaltarse con facilidad?

Padre de familia: No, ella cuando esta enojada no se exalta, ni grita, simplemente baja la cabeza y se aleja del lugar. Cuando esta triste llora desconsoladamente por un montón de tiempo la verdad si me cuesta que se calme, como que aprovecha a sacar todo lo que tiene porque si dura bastante pero no se exalta, se ríe.

Entrevistador: muchas gracias, por lo que me comentaba anteriormente veo que su hija tiene un rendimiento académico promedio,

3. ¿ Teniendo en cuenta las tareas diarias de su hijo(a), cree que es responsable?

Padre de familia: Si, en realidad ella tiene la disciplina de hacer las tareas en la casa después de almorzar, es muy unida a su hermana mayor y las dos se sientan a trabajar. Cuando finalizan, nos vamos al entreno o alguna actividad que tengan.

Entrevistador: ella las hace sola entonces, en este momento usted ve que ella muestra nerviosismo o algo que le llame la atención?

Padre de familia: Si para ella el deber es fácil lo hace sin dificultad y sin mostrar nada que me llame la atención, pero si es difícil o a ella se le complica allí es cuando se pone a llorar con facilidad, empieza a estresarse y a decir que no puede, lo mismo que cuando va tener exámenes, usualmente se enferma la semana antes de exámenes porque no logra controlar los nervios y lo peor es que siempre le va bien.

Entrevistador: sí ha llegado a enfermarse por la misma presión que usted dice, ha intentado hablar con las maestras para saber como reacciona ella antes de un examen?

Padre de familia: Si, tuvimos una reunión con la maestra y con la terapeuta de equino terapia y me han dicho que ella siempre esta bastante bien, pero cuando se enfrenta a una evaluación o situación nueva, ella se pone pálida y pide ir al baño constantemente. Al finalizar esta preguntando que resultado tuvo, si le fue bien o no. Ellas me han dicho que siempre ha tenido resultados buenos, no son excelentes pero están bien.

Entrevistador: entiendo, que bueno que las maestras han logrado observarla para poder brindarle el apoyo que ella necesita tanto en casa como en el colegio.

Padre de familia: si, también creo que la terapia con el caballo la ayuda a liberar sus emociones porque me han dicho que la han bajado a recibir terapia antes de un examen y se ha visto un gran avance.

Entrevistador: eso es algo muy positivo, que hayan encontrado la forma en la que ella maneje la ansiedad.

Padre de familia: claro, si pudiera tendría un caballo en la casa y en el tenis también, se ríe.

Entrevistador: se ríe, cuénteme ahora,

4. ¿Según el factor retraimiento, cómo evaluaría a usted a su hijo(a)?

Padre de familia: Mi hija tiene un grupo de amigas desde el año pasado con el que se ha identificado bastante bien, ha logrado integrarse y acoplarse allí. Estoy contenta con sus

amigas, siempre me pide ir a la casa de sus amigas o invitarlas a la casa, creo que no es retraída, solo es de pocas amigas que para mí esta bien.

Entrevistador: Ok, creo también que es positivo tener mejor calidad de amigas que cantidad desde pequeños.

Padre de familia: Sí, siempre.

Entrevistador:

5. ¿ Cómo describiría la forma en que su hijo se desenvuelve dentro de sus relaciones personales ?

Padre de familia: se desenvuelve bastante bien, es risueña, alegre, no le gusta pelear y le gusta invitar a sus amigas a jugar. En la casa se lleva bien con todos, casi no pelea con su hermana y cuando lo hacen ella es la que suele apartarse para ya no pelear.

Entrevistador: me alegro que se desenvuelva bien y sea feliz, ya estamos llegando al final de la entrevista.

Padre de familia: de verdad? Que bueno, ojalá la este ayudando con su proyecto porque es importante que lo completen y lo hagan lo antes posible, sino uno lo va dejando y dejando y ya no lo termina, la felicito.

Entrevistador: muchas gracias, en eso estamos, trabajando para terminarla lo antes posible. Cuénteme,

6. ¿ Cree usted que su hijo aún es dependiente en relación a sus tareas diarias?

Padre de familia: mas o menos, ella las puede hacer solita y las hace bien pero como le mencionaba, es muy unida a su hermana mayor entonces si no esta su hermana mayor si me cuesta que trabaje, supongo que es por la misma dependencia que tiene con ella porque van juntas a todo.

Entrevistador: muy bien, creo que eso es todo entonces muchísimas gracias por su tiempo y su colaboración, de verdad les agradezco un montón que se hayan tomado tiempo de su fin de semana para venir apoyarme.

Padre de familia: a usted, muchas gracias por la atención y cualquier cosa ya sabe que cuenta con nosotras.

Entrevistador: muchas gracias, que les vaya bien.

Entrevista número 4

Edad: 7 años

Sexo: masculino

Entrevistado: progenitor

Entrevistador: Buenos días, mi nombre es Inés Martínez, pues primero quería agradecerle su colaboración con la entrevista y contarle un poquito sobre mi trabajo de tesis.

Padre de familia: Hola Inés, le comento que mi esposa esta en casa cuidando a nuestra bebé entonces le fue imposible venir pero aquí estoy yo, cuénteme, mucho gusto.

Entrevistador: no se preocupe, que bueno que pudo apoyarnos el día de hoy. Le cuento... es un estudio que tiene como objetivo medir los niveles de ansiedad en niños y evaluar si la equinoterapia ayuda con la reducción de esta misma ansiedad.

Padre de familia: que interesante, yo nunca había escuchado esto de la equinoterapia pero mi hijo regresa del colegio y de lo único que me habla es de los caballos y de lo que hace en el recreo con sus amigos, se ríe.

Entrevistador: sí , es algo diferente ir al colegio y tener la oportunidad de compartir con caballos por lo menos una vez a la semana y vivir lo lindo que es tener terapia con ellos.

Entrevistador: si quiere comenzamos, cuénteme

7. ¿En relación a las emociones de su hijo, cómo evaluaría usted la forma en que las maneja?

Padre de familia: mi hijo como cualquier niño es feliz, nosotros buscamos muchas actividades que le gusten y tratamos de apoyarlo en llevarlo y entusiasmarnos con él para que lo haga, muchas veces nos ha dicho cuando algo no le gusta o cuando algo lo pone triste o enojado ya sea del colegio o de sus hermanos. Acaba de nacer su hermanita y la verdad cuando esta feliz, se acerca e intenta involucrarse con ella pero si esta triste si nos dice que ya no le ponemos atención y que quiere que juguemos con él. Ahora, en el colegio si es otra historia. El en el colegio esta sentado en su escritorio y poniendo atención, en el recreo le gusta ir a sentarse a ver como los demás juegan fútbol pero no le gusta meterse a jugar aunque lo inviten, eso me ha contado la maestra y él también.

Entrevistador: entiendo, le ha preguntado por qué es que no le gusta involucrarse en el juego y solo verlo?

Padre de familia: sí, de hecho lo hemos platicado en la casa y me dice que es porque no quiere que lo lastimen, que todos juegan brusco, creo que tiene algo de razón pero como papá me gustaría que se involucrara.

Entrevistador: entiendo, yo creo que talvez si usted puede jugar fútbol con el en la casa se entusiasme con continuar jugando e irse involucrando poco a poco. También el hecho que haya nacido su hermanita es algo que puede afectarlo y es totalmente comprensible.

Padre de familia: es buena idea, muchas veces jugamos pero en el play station, voy a intentar llevarlo a ver partidos y jugar con él a ver si asi lo logramos.

Entrevistador: me parece bien, ahora dígame,

2. ¿ Cree usted que su hijo tiende a exaltarse con facilidad?

Padre de familia: si, bastante fácil. Cuando la bebé esta llorando y nos levantamos a verla, él también comienza a llorar y ha habido momentos en que se escandaliza y es todo un concierto de llantos en la casa.

Entrevistador: entiendo, ha platicado usted con las maestras del programa equino acerca de esta situación?

Padre de familia: pues la verdad no hablamos esto directamente, hablamos más del tema de los amigos y de su adaptación en el colegio que nos tiene preocupados a todos.

Entrevistador: Sería una buena opción platicar al respecto así ella puede trabajar el tema de la bebé dentro de la terapia, creo que sería de bastante beneficio. Aunque si ahorita estan trabajando el aspecto social podrían ir poco a poco abordando distintos temas.

Padre de familia: si, talvez al trabajar lo de la hermanita pueda mejorar con el aspecto social.

Entrevistador: exacto, cuando se trabaja de la mano y temas en conjunto los avances son mucho más elevados. Ahora cuénteme,

3. ¿ Teniendo en cuenta las tareas diarias de su hijo, cree que es responsable ?

Padre de familia: le digo la verdad nos ha costado un poco el tema de los cuidados en las tardes y las tareas por mi horario de trabajo y que mi esposa este recién compuesta. Lo que hemos hecho es que le pagamos una tutora que llega todas las tardes desde las 3 y ella se encarga de las tareas, creo que si lo dejaramos a su responsabilidad no las haría.

Entrevistador: claro, tiene quien lo acompañe y le indique que hacer durante los ejercicios.

Padre de familia: si, no se cuanto tiempo vayamos a estar con esta situación, pero por lo menos hasta que mi esposa deje de dar lactancia a la bebé definitivamente necesitaremos ayuda.

Entrevistador: lo importante es que estan buscando soluciones para ello. La tutora le ha comentado si el se interesa por las tareas o si le cuesta realizarlas?

Padre de familia: si, buscamos y buscamos tutoras hasta que encontramos una con la que todos estabamos felices. Le hemos preguntado y lo que nos ha dicho es que no le gusta hacer nada solo, ni decidir que color pintar. A él le encanta que la jovencita se siente junto a él y le diga que hacer o aún mejor, que se lo haga o lo ayude en el transcurso. Cuando ella lo pone a trabajar solo dice que le pregunta si va bien o le dice que necesita más ayuda.

Entrevistador: de acuerdo, osea que si es necesario reforzar la independencia y la seguridad en sí mismo. Recuerde que en este tipo de trabajos cuando dejamos que el niño decida que color pintar o que se equivoque, va aprendiendo a tomar sus propias decisiones y también a ser más seguro de sí mismo. Al final, eso se va volviendo un hábito y logran tomar decisiones por si mismos a la hora de socializar o trabajar fuera de casa.

Padre de familia: si, tiene razón, creo que debemos trabajar más esto y ser más estrictos con nuestro hijo.

Entrevistador: sí, va a ver que si lo platica con la terapeuta y lo trabajan en equinoterapia van a lograr muchos más avances. Dígame entonces,

4. ¿ Según el factor retraimiento, cómo evaluaría a usted a su hijo(a)?

Padre de familia: huuy, allí si le dio en el clavo, se ríe. Es totalmente retraído, siempre esta aislado, como le digo en clase toma notas o pone atención, cuando son trabajos grupales o de bailar talvez se para al frente y sigue al grupo pero con mucha vergüenza, hablar en recio o en público si es algo que no hace nunca y hasta tiembla cuando le toca pasar, eso me han dicho sus maestras. En la casa pues tiene confianza con nosotros y es un poco más extrovertido pero en todos los demás lugares si es demasiado tímido.

Entrevistador: usted me ha comentado que a él le ha afectado mucho el nacimiento de su hermana menor, cree que es a raíz de esto o siempre ha sido igual?

Padre de familia: yo creo que siempre ha sido parecido pero ahora ha sido muchísimo peor en todos estos aspectos. Seguramente le afecta lo de su hermanita y poco a poco ira mejorando.

Entrevistador: seguro sí, un hermano menor siempre cambia a la familia en muchos aspectos y hay que estar pendientes de cómo va avanzando, estos cambios no son permanentes. Ahora,

5. ¿ Cómo describiría la forma en que su hijo se desenvuelve dentro de sus relaciones personales ?

Padre de familia: re mal, nos cuesta mucho que haga amigos, cuando vamos a casa de sus primos o cuando mi esposa lo lleva a piñatas o algún lugar de niños siempre se queda pegado a ella, agarrándole la pierna. En el colegio ya le conté un poco como es, va de la mano con lo que hemos platicado.

Entrevistador: sí, se que para los padres a veces es frustrante ver que los hijos tienen dificultades pero poco a poco va ir mejorando y este es el propósito que asista a equino terapia, seguro va ir mostrando avances en las relaciones sociales y en los otros aspectos que hemos trabajado como la independencia y la seguridad en sí mismo.

Padre de familia: sí, confío en que la equino terapia y con nuestro apoyo el se va sentir mejor.

Entrevistador: seguro así será.

Entrevistador: Ahora vamos ya a la última pregunta de la entrevista, creo que también ya me la había respondido pero la vamos abordar,

6. ¿ Cree usted que su hijo aún es dependiente en relación a sus tareas diarias?

Padre de familia: sí, no solo en lo que le contaba de los deberes con la tutora pero también para bañarse, vestirse, comer, todo. Siempre tenemos que estar atrás de él, persiguiéndolo

que haga lo que tiene que hacer. Es muy lento para hacer las cosas y más para arreglarse para ir al colegio, es una batalla todos los días.

Entrevista número 5

Edad: 7 años

Sexo: masculino

Entrevistado: progenitora

Entrevistador: Buenas tardes, pase adelante

Padre de familia: Buenas tardes, hay mil disculpas pero vengo con un poquito de prisa, me cuenta rapidito y con gusto la ayudo es que tengo que ir por mis otros hijos.

Entrevistador: claro que sí, no se preocupe.

Entrevistador: Hoy le voy hacer una pequeña entrevista acerca de su hijo y las diferentes áreas que estamos trabajando con ellos en equino terapia. Cuénteme,

Entrevistador:

1 ¿En relación a las emociones de su hijo, cómo evaluaría usted la forma en que las maneja?

Padre de familia: Bastante bien, es un niño muy maduro y sabe decir lo que quiere de buena forma.

Entrevistador: Ok, muy bien,

Entrevistador: 2. Cree usted que su hijo tiende a exaltarse con facilidad?

Padre de familia: En realidad no, como aparte de hacer equinoterapia juega fútbol en el colegio, a veces he visto que en los partidos si se enoja y así pero aparte no, yo creo que es porque es competitivo.

Entrevistador: O sea que en el deporte cree usted que si se exalta?

Padre de familia: mmmm si, un poco.

Entrevistador: Ahora cuénteme en relación a lo académico,

3 ¿ Teniendo en cuenta las tareas diarias de su hijo, cree que es responsable ?

Padre de familia: si es bastante responsable, como tiene hermanos grandes el ve el tiempo y la forma en que sus hermanos se organizan y la verdad que trabajan todos juntos, a veces se pelean pero deplano, son hermanos.

Entrevistador: Claro, el ejemplo y la ayuda de los hermanos mayores siempre es la mejor para que uno aprenda de todo.

Entrevistador: Ahora, regresando un poco a lo emocional

Entrevistador:

4 ¿ Según el factor retraimiento, cómo evaluaría a usted a su hijo(a)?

Padre de familia: gracias a Dios es un niño social, no es introvertido, al contrario, invita a todos los amigos a la casa y me cuenta que juega en el recreo con sus compañeros. Si he visto que a veces es más con niños que con niñas pero me imagino que es la edad.

Entrevistador: gracias, vamos a la siguiente pregunta que es ya la penúltima.

5 ¿ Cómo describiría la forma en que su hijo se desenvuelve dentro de sus relaciones personales ?

Padre de familia: hay que bueno! Ya me voy a tener que ir.

Padre de familia: pues bastante bien, como le digo nunca he visto que le sea difícil hacer amigos o jugar con los demás.

Entrevistador: Gracias por ayudarme con esta entrevista, ahora sí la última pregunta

Entrevistador:

6 ¿ Cree usted que su hijo aún es dependiente en relación a sus tareas diarias?

Padre de familia: es bastante independiente, yo creo que es dependiente lo normal de un niño, lo que tiene que hacer solo lo hace y lo que necesita ayuda, pide ayuda.

Entrevistador: Ok, mil gracias por su tiempo.

Padre de familia: a usted y disculpe que me tenga que ir corriendo.

Entrevistador: No se preocupe, que le vaya muy bien.

Entrevista número 6

Edad: 7 años

Sexo: masculino

Entrevistado: progenitora

Entrevistador: Buenas tardes, pase adelante

Padre de familia: Buenas tardes

Entrevistador: Mucho gusto, mi nombre es Inés Martínez. Quería agradecerle su tiempo y colaboración con la entrevista, es para mi trabajo de tesis sobre equinoterapia.

Entrevistador: mucho gusto Inés, felicidades por este último paso.

Entrevistador: Gracias, vamos a comenzar. Cuénteme,

1 ¿En relación a las emociones de su hijo, cómo evaluaría usted la forma en que las maneja?

Padre de familia: Mi hijo es un niño que siempre esta viendo como sacarle una sonrisa a todos, hace bromas y saca chistes de todo. Es raro verlo triste.

Entrevistador: ok, usted cree entonces que sabe manejarlas?

Padre de familia: si, sabe manejarlas

Entrevistador: 2. Cree usted que su hijo tiende a exaltarse con facilidad?

Padre de familia: para nada, no es nada enojado.

Entrevistador: muy bien, y cuando esta muy feliz? Se exalta fácilmente?

Padre de familia: ahh eso si, vive moviéndose y gritando por todos lados.

Entrevistador: ok, muchas gracias. Ahora vamos a una pregunta un poco más del área académica o de las notas de su hijo

1. ¿ Teniendo en cuenta las tareas diarias de su hijo, cree que es responsable ?

Padre de familia: no es responsable, siempre tengo que estar atrás de él para que las haga, igual no le va muy bien pero ha ido mejorando, este año empezó en este colegio y al parecer va mejor que en el de antes.

Entrevistador: que bueno que vaya mejor, los cambios siempre les afecta pero veo que a él le esta haciendo un bien así que felicidades, poco a poco va a ir mejorando.

Padre de familia: ojalá que sí Inés

Entrevistador: Ya va ver que sí, más con la equinoterapia.

Padre de familia: ahh si, eso lo tiene más que realizado. Ya se ha vuelto hasta premio cuando hace sus cosas le digo que va poder ir a la clase, se ríe.

Entrevistador: se ríe, ahora regresando a las emociones

2. ¿ Según el factor retraimiento, cómo evaluaría usted a su hijo(a)?

Padre de familia: no es tímido, siempre anda platicando ya sea con niños o con personas ya grandes. A veces me da hasta pena porque vamos alguna casa y se siente como el dueño, en el condominio donde vivimos se sabe el nombre de todos, todos lo conocen y siempre mira con quien platica.

Entrevistador: gracias, ya estamos por terminar.

Entrevistador: cuénteme,

3. ¿ Cómo describiría la forma en que su hijo se desenvuelve dentro de sus relaciones personales ?

Padre de familia: bastante bien, como le digo es un niño que platica con todos, que busca como ayudar a sus amigos y a los demás, a veces se pasa del límite la verdad porque prefiere estar molestando que poner atención en la clase pero al final lo que yo veo es que es un niño feliz, siempre anda viendo a quien molestar pero de bonita forma no es abusivo.

Entrevistador: Gracias, ahora si la última pregunta

Entrevistador:

4. ¿ Cree usted que su hijo aún es dependiente en relación a sus tareas diarias?

Padre de familia: en eso si, siempre tengo que estar yo detrás y detrás no solo para que empiece hacerlas sino para que las haga bien y las termine. Ha habido veces que tenemos que hasta regresar al colegio y llamar si todavía hay alguien porque deja los libros olvidados, no tiene con que estudiar, a veces tengo que salir de noche a comprar cosas porque se le olvida que tiene que llevar al día siguiente.. mmm no se, siempre hay más de algo.

Entrevistador: muchas gracias, espero que con la equinoterapia y el cambio de colegio su hijo tenga un avance en sus calificaciones. Recuerde que el trabajo en casa que va de la mano con las maestras siempre tiene buenos resultados, así que le agradezco su tiempo y les deseo lo mejor en lo que queda del año.

Padre de familia: gracias Inés, se que le va ir muy bien en su carrera.

Entrevistador: gracias, feliz día.

Entrevista número 7

Edad: 8 años

Sexo: masculino

Entrevistado: progenitor

Entrevistador: Buenos días, mi nombre es Inés Martínez, quiero agradecerle su colaboración con la entrevista y contarle un poco sobre que trata.

Padre de familia: Gracias, me contaron que era sobre las clases de los caballos que tiene mi hijo.

Entrevistador: Así es, es un estudio que tiene como objetivo medir los niveles de ansiedad en niños y evaluar si la equinoterapia ayuda con la reducción de esta misma ansiedad.

Padre de familia: ah ok, hay me cuenta como sale mi hijo entonces, “se ríe” aunque le digo que ha mejorado bastante.

Entrevistador: ahorita me va a contar como ha mejorado, eso es lo que me interesa en la entrevista, cuénteme

1. ¿En relación a las emociones de su hijo, cómo evaluaría usted la forma en que las maneja?

Padre de familia: pues considero que como cualquier otro niño, le cuesta expresar cuando esta triste, si esta enojado si es una bomba pero la tristeza si siento yo que la esconde mucho me imagino que le dará pena o algo pero lo hemos platicado, incluso con su mamá estuvimos viendo si lo metíamos con algún psicólogo o algo pero vamos a ver como va avanzando con la equinoterapia.

Entrevistador: claro, como usted dice, muchas veces los niños creen que los van a molestar por estar tristes o muchas veces pasa que por ser hombres tienen la idea que tienen que ser fuertes y no llorar.

Padre de familia: eso es muy cierto, antes los papás eran más fuertes con esos temas y a que hora uno de hombre se miraba débil, nos llevaba el río pero yo de papá si he tratado de cambiar eso y ser un poco más abierto.

Entrevistador: si, es positivo que busquen la forma de apoyar a su hijo sin que se sienta juzgado. Ahora,

2 ¿ Cree usted que su hijo tiende a exaltarse con facilidad?

Padre de familia: no, el sabe muy bien como guardar lo que siente y no dice si se siente mal o bien, mucho menos para exaltarse. Ni siquiera cuando le vamos a dar algo que le encanta, nunca es así de emocionarse y gritar.

Entrevistador: entiendo, cree usted que la equinoterapia lo ayuda a expresarse?

Padre de familia: pues si me ha dicho que él es feliz en el caballo, cuando platicué con la maestra me dijo que se sube y esta en silencio la mayoría de la clase. Muchos niños platican o dicen algo mientras montan pero mi hijo se queda callado, dice la terapeuta que es bueno entonces espero que al menos allí este sacando lo que necesite sacar.

Entrevistador: Claro y como usted dijo al inicio, talvez no necesita de una terapia con un psicólogo sino con el simple hecho de sentirse identificado y confiado en los caballos el irá mejorando.

Padre de familia: si, totalmente.

Entrevistador: Muy bien, ahora cuénteme, como es el académicamente:

3 ¿ Teniendo en cuenta las tareas diarias de su hijo(a), cree que es responsable ?

Padre de familia: es bastante responsable, busca sus cosas solo en la compu, le encanta decir que tiene que buscar información en internet para hacer los deberes porque es casi la única forma en que lo dejamos usar la compu de la casa pero creo que nos ha ayudado a mantenerlo haciendo deberes porque sabe que así si lo dejamos.

Entrevistador: claro, tiene el interés por usar la computadora y sabe que haciendo deberes la podrá usar.

Padre de familia: si, nos ha funcionado bastante bien con el y con su hermana, se ríe.

Entrevistador: ahora regresando a las emociones,

4 ¿ Según el factor retraimiento, cómo evaluaría usted a su hijo(a)?

Padre de familia: Pues creo que mi hijo esta en medio, siempre me pregunto si es más tímido o más extrovertido pero definitivamente es más tímido que extrovertido. El es un niño que llega a un lugar y primero mira, analiza, se toma su tiempo y decide si se

siente cómodo o no. Cuando logra hacer click con alguien allí se suelta pero si no lo logra, si definitivamente se pone retraído.

Entrevistador: ok, osea que usted considera que él es cauteloso en decidir donde sentirse cómodo?

Padre de familia: si, así es él.

Entrevistador: Ok, esta pregunta es algo repetitiva pero necesito que me cuente, ya es casi la última

5 ¿ Cómo describiría la forma en que su hijo se desenvuelve dentro de sus relaciones personales ?

Padre de familia: cabal como le expliqué antes, depende de cómo se sienta el pero por ejemplo aquí en el colegio ya ha logrado hacer amigos y veo que se lleva bastante bien con ellos, me platica de ellos en la casa y de lo que juegan. Igual como ahora comparten recreo con su hermana, se siente más cómodo y me cuenta que se saludan.

Entrevistador: claro, el ver a su hermana tranquila y feliz le da a él seguridad.

Padre de familia: sí.

Entrevistador: gracias, entonces ahora si, la última pregunta de la entrevista.

6 ¿ Cree usted que su hijo aún es dependiente en relación a sus tareas diarias?

Padre de familia: la verdad creo que no, él hace bastante bien sus cosas aunque siempre se lo revisemos.

Entrevistador: perfecto, muchas gracias por su tiempo. Se que es tedioso salir de la casa en fin de semana pero me han ayudado miles con estas entrevistas.

Padre de familia: con gusto Inés, en lo que pueda estamos para ayudarle.

Entrevistador: gracias, que le vaya bien.

Entrevista número 8

Edad: 8 años

Sexo: masculino

Entrevistado: progenitora

Entrevistador: buenos días, siéntese por favor, pase adelante.

Padre de familia: gracias, ya soy la última de los turnos verdad?

Entrevistador: sii, mil gracias por haber esperado un ratito.

Padre de familia: no, ni se preocupe. Aproveché para ir a ver a los caballos que no los había visto y a platicar con la maestra.

Entrevistador: ah sii? Que me alegro y como le fue?

Padre de familia: pues bastante bien, al parecer aquí en el colegio mi hijo se porta bien.

Entrevistador: que bueno, me alegro mucho. Pues le cuento, mi nombre es Inés Martínez y estoy trabajando en mi proyecto de tesis. El objetivo del estudio es medir la ansiedad en niños y evaluar si la equino terapia brinda algún beneficio para reducir estos niveles de ansiedad.

Padre de familia: ah ok, que bonito trabajo.

Entrevistador: gracias, recuerde que la información que me de va ser utilizada únicamente para este estudio.

Entrevistador:

1. ¿En relación a las emociones de su hijo, cómo evaluaría usted la forma en que las maneja?

Padre de familia: pues yo creo que bien, en el colegio el al parecer se porta re bien, se lleva bien con todos. En la casa me cuesta que me haga caso, vivimos con mi mamá y a veces creo que por eso el siente que puede hacer lo que quiera porque mi mamá lo defiende de todo como todas las abuelitas.

Entrevistador: entiendo, eso es en la conducta verdad? Ahora, en las emociones como lo ve?

Padre de familia: pues bastante bien, casi nunca esta enojado solo cuando quiere algo y yo le digo que no, rápido corre con su abuela hacer berrinche y ella lo deja.

Entrevistador: Ok, y si le pregunto

2. ¿ Cree usted que su hijo(a) tiende a exaltarse con facilidad?

Padre de familia: Por lo que veo en el colegio no, en la casa si porque me hace muchos berrinches y solo medio empieza hacer berrinche y grita, pateo todo, se descontrola y lo tengo que dejar que se calme solo porque sino empieza a pegar.

Entrevistador: muchas gracias, ahora cuénteme en lo académico

3. ¿ Teniendo en cuenta las tareas diarias de su hijo(a), cree que es responsable ?

Padre de familia: si es responsable y le va bien en las notas pero porque mi mamá esta con el todo el día viendo que las haga y que lo haga bien.

Entrevistador: el no las hace solo entonces, veo que tiene una relación estrecha con su abuelita.

Padre de familia: ¡hay si! A veces mucho creo yo pero al final le da tanto amor que yo los dejo, me cuesta porque como soy mamá soltera y trabajo todo el tiempo, prefiero que se sienta acompañado.

Entrevistador: entiendo...

Padre de familia: Si, creo que por eso el se ha puesto así de berrinchudo y por eso me gusta que venga a sus clases de equino terapia porque cuando regresa de sus clases regresa tranquilo.

Entrevistador: claro, y usted le comentó esto a la terapeuta?

Padre de familia: si, por eso le digo que vengo sorprendida porque lo que ella me habló de mi hijo pareciera que fuera otro niño, pero así son. Tal vez aquí en el colegio se siente acompañado y tranquilo.

Entrevistador: si, es algo bueno que en el colegio su conducta mejore..

Entrevistador: cuénteme ahora,

4. ¿ Según el factor retraimiento, cómo evaluaría a usted a su hijo(a)?

Padre de familia: Pues a él no le gusta tener grupitos, siempre me dice que le gusta ser amigo de todos pero a veces creo que lo dice porque no sabe ni con quien juntarse y a veces se junta con unos y a veces con otros pero así retraído no lo veo.

Entrevistador: muy bien, creo que es positivo que pueda llevarse bien con sus compañeros, sería bueno preguntarle a él como se siente con sus amigos o quienes son sus mejores amigos para tener una idea clara.

Padre de familia: Sí, le voy a preguntar.

Entrevistador:

5. ¿ Cómo describiría la forma en que su hijo se desenvuelve dentro de sus relaciones personales ?

Padre de familia: Pues bien, no pelea, es tranquilo y juega como todos los niños. A veces le cuesta compartir porque en la casa no tiene otros niños y todo es de el entonces le cuesta pero hemos tratado de enseñarle con mi mamá que comparta.

Entrevistador: muy bien, que bueno que lo han notado y que busquen la forma de ayudarlo.

Entrevistador: Ahora sí, la última pregunta

6. ¿ Cree usted que su hijo aún es dependiente en relación a sus tareas diarias?

Padre de familia: ¡uuuuy! Demasiado de mi mamá.

Entrevistador: muy bien, creo que eso es todo entonces muchísimas gracias por su tiempo.

Padre de familia: con gusto Inés espero que le haya servido la información.

Entrevistador: claro que sí, que tenga un buen día.



Guatemala 07/01/2016

Estimada Inés Martínez,

Por medio de la presente hago constar, que tuve a la vista la información de la entrevista para los padres o encargados de niños con ciertos niveles de ansiedad. Con el objetivo de darles a conocer el programa de Equino-Terapia, y demostrar los beneficios que se obtienen por medio de la TAC (Terapia Asistida con Caballos).

Por lo que avalo la entrevista que se contempla realizar para su estudio y realización del programa de Equino-Terapia para un colegio privado en la ciudad de Guatemala.

Agradeciendo la fina atención a la presente.

Atentamente,

Clarissa Herrera Tejeda

Instructora de Equino_terapia

Presidenta

Asociación Internacional de Zooterapia y Actividades Equestres, "AIZAE"



Guatemala 07/01/2016

Estimada Inés Martínez,

Por este medio hago valer la revisión de la entrevista a realizar a los padres de familia de los pacientes con diferentes niveles de ansiedad programados a TAC (Terapia Asistida con Caballos).

Así como doy mi aprobación a dicha entrevista, ya que cada pregunta que deriva ya de un índice de ansiedad o “problema” que pueda tener el niño o niña se puede a prueba práctica en equino terapia, ser tratado y ver una respuesta y solución a cada pregunta. Como instructor de equino terapia avalo que cada una de las preguntas en esta entrevista, requerida a los padres de familia de un colegio privado de la ciudad de Guatemala, tiene actividad práctica y un desarrollo para tratar y disminuir los índices de ansiedad y un accionar en una TAC.

Deseándole éxitos en su carrera profesional,

Atentamente,

Juan Pablo Herrera

Instructor de equino-terapia

Asociación Internacional de Zooterapia y Actividades Equestres, AIZAE.