

## Hästunderstödd terapi

Djurunderstödd terapi har länge använts för psykisk och fysisk ohälsa och psykosociala problem. I Sverige har ridning som fritidsaktivitet och rehabilitering för personer med funktionshinder funnits sedan slutet av 1950-talet. Hästunderstödd terapi (HUT) kallas också ridterapi och "equine assisted therapy" (EAT) [1].

### Fråga

Finns det vetenskapligt stöd för att hästunderstödd terapi har effekt på psykisk och fysisk ohälsa hos barn och vuxna med fysisk eller kognitiv funktionsnedsättning eller psykisk ohälsa?

*Frågeställare: Projektgruppen för Metodguiden för socialt arbete, Socialstyrelsen*

### Sammanfattning

SBU:s upplysningstjänst har efter litteratursökning och kvalitetsgranskning inkluderat två systematiska översikter. Den ena var en kartläggning av systematiska översikter från år 2018 där olika former av hästunderstödd terapi utvärderades för barn och vuxna från olika patient- och brukargrupper. Författarna skrev att det ännu är svårt att dra entydiga slutsatser om nyttan av hästunderstödd terapi eftersom forskningen på området har flera brister [2].

Den andra översikten från år 2019 studerade effektiviteten av hästunderstödd terapi för personer med autismspektrumtillstånd. Författarna skrev att effekterna av hästunderstödd terapi var positiva för sociala funktioner och minskad aggressivitet, men att det ännu är svårt att dra generella slutsatser på grund av brister i forskningens genomförande och skillnader i hur insatsen utförs och hur den mäts [3].

Författarnas slutsatser har inte analyserats utifrån svenska förhållanden.

SBU har inte tagit ställning i sakfrågan eftersom vi inte har bedömt risken för systematiska fel i primärstudier och inte heller vägt samman resultaten eller bedömt graden av vetenskaplig tillförlitlighet. Här redovisar vi därför endast författarnas slutsatser från systematiska översikter som bedöms ha låg eller måttlig risk för systematiska fel.

## Bakgrund

Hästunderstödd terapi används som habilitering och rehabilitering för personer med fysisk funktionsnedsättning och syftar till att förbättra balans, muskulatur och koordination. Insatsen används även som tilläggsterapi inom psykosocial behandling och psykoterapi vid psykisk ohälsa. Syftet är då ökat välmående samt bättre kroppskännet, självförståelse och självförtroende. I dagsläget finns ingen norm för hur omfattande eller intensiv en insats med hästunderstödd terapi bör vara. Insatserna kan dessutom variera i vilka aktiviteter förutom ridning man genomför med hästarna. Därför är det svårt att ge en generell bild av vilken effekt dessa insatser har.

Hästunderstödd terapi tas upp i Socialstyrelsens metodguide [1]. Forskningen på området har ökat de senaste åren och det är därför aktuellt att utreda om det finns vetenskapligt stöd för frågan.

## Avgränsningar

Vi har gjort sökningar (se avsnittet Litteratursökning) i databaserna Medline, Cochrane Library, PsycInfo, Cinahl och SocIndex.

Vi har formulerat frågan enligt följande PICO<sup>1</sup>:

- Population: Barn och vuxna med något eller några av följande tillstånd:
  - fysisk funktionsnedsättning
  - psykisk funktionsnedsättning
  - psykisk ohälsa
  - beteendeproblem (barn och unga)
- Intervention: Insats som understöds av eller bygger på interaktion med hästar.
- Utfall: Positiva och negativa effekter på fysisk eller psykisk utveckling och hälsa.
- Studietyp: Systematiska översikter baserade på kvantitativa studier

## Resultat från sökningen

Upplysningstjänstens litteratursökning genererade totalt 594 artikelsammanfattningar (abstrakt). En projektledare på SBU läste alla artikelsammanfattningar och bedömde att 12 kunde vara relevanta. Dessa artiklar lästes i fulltext av projektledaren. De artiklar som inte var relevanta för frågan exkluderades. I detta fall exkluderades de för att de även ingick i kartläggningen

---

<sup>1</sup> PICO är en förkortning för patient/population/problem, intervention/index test, comparison/control (jämförelseintervention) och outcome (utfallsmått).

av systematiska översikter [2]. I upplysningstjänstsvaret kvalitetsgranskades två artiklar som var relevanta för frågan, båda dessa klarade kvalitetsgranskningen och ingår i svaret.

## Bedömning av risk för systematiska fel

Under genomförandet av en systematisk översikt finns det risk för att resultatet blir snedvridet på grund av brister i avgränsning, litteraturgenomgång och hantering av resultaten. Det är därför viktigt att granska metoden i en systematisk översikt. Projektledaren bedömde risken för systematiska fel i översikterna med stöd av de frågor som finns beskrivna i AMSTAR granskningsmall [4] utifrån sex delsteg (detaljerad beskrivning återges i Bilaga *Granskningsmall för att översiktligt bedöma risken för snedvridning/systematiska fel hos systematiska översikter*). Dessa delsteg är: 1) Frågeställning och litteratursökning, 2) Relevansbedömning, 3) Kvalitetsbedömning och datapresentation av ingående studier, 4) Sammanvägning och analys, 5) Evidensgradering och slutsatser samt 6) Transparent dokumentering. Om översikten inte uppfyllde kraven i ett steg bedömdes den inte vidare för efterföljande steg.

Systematiska översikter med låg eller måttlig risk för systematiska fel beskrivs i text och tabell. De översikter som bedöms ha hög risk för systematiska fel presenteras inte i text och tabell eftersom risken för att resultaten är missvisande bedöms vara för hög.

Primärstudier bedöms inte för risk för systematiska fel av SBU:s upplysningstjänst. Det är därför möjligt att flera av studierna kan ha haft högre risk för systematiska fel än vad SBU inkluderar i sina andra publikationstyper.

## Systematiska översikter

SBU:s upplysningstjänst inkluderade två systematiska översikter [2,3] i svaret, risken för systematiska fel bedömdes som låg i båda (Tabell 1).

Stern och medarbetare publicerade år 2018 en kartläggning av systematiska översikter om hästunderstödd terapi. Insatserna varierade i intensitet och omfattning. Utfallen man undersökte var förbättrade fysiska, psykiska och sociala funktioner och undersökningspersonerna var i alla åldrar och kunde komma från en mängd olika patient- och brukargrupper, exempelvis barn med cerebral pares och vuxna som haft en stroke. Författarna skrev att det ännu är svårt att dra entydiga slutsatser om nyttan av hästunderstödd terapi eftersom forskningen på området har flera brister. Kartläggningen var väl genomförd. De relevanta översikterna hade identifierats och deras risk för snedvridning var bedömd. Sammanvägningen av resultat var korrekt genomförd. Författarna hade inkluderat 13 systematiska översikter, dessa var baserade på studier av olika designer [2].

Tzrmiel och medarbetare publicerade år 2019 en systematisk översikt i syfte att studera effektiviteten av hästunderstödd terapi för personer med autismspektrumtillstånd. Utfallen definierades inte specifikt men man avsåg att utvärdera effekter på de symtom autismspektrumtillstånd är associerade med.

Översikten var väl genomförd. De relevanta studierna hade identifierats, studiernas risk för snedvridning var bedömd och sammanvägningen av resultat var korrekt genomförd. Man hade inkluderat 15 enskilda studier i översikten. Utfallet har definierats på olika sätt vilket gjorde det olämpligt att slå samman resultaten. Författarna skrev att effekterna av hästunderstödd terapi var mycket positiva gällande deltagarnas sociala funktioner och att terapin minskade deras aggressivitet men att det ännu är svårt att dra generella slutsatser på grund av brister i forskningens genomförande och skillnader i hur insatsen utförts och hur den mätts [3].

Tabell 1. Systematiska översikter med låg/måttlig risk för systematiska fel/  
Table 1. Systematic reviews with low/medium risk of bias.

Included studies	Population/Intervention	Outcome
Stern et al (2018) [2]		
13 systematic reviews that covered 79 individual studies of equine-assisted interventions, including primarily hippotherapy and therapeutic horse riding.	Number of participants (relevant to this review):3030. Population: Children with cerebral palsy, children and adolescents with autism spectrum disorder, adults with multiple sclerosis, elderly people, adults post-stroke, people with spinal cord injury, adults with serious mental illness, adults with balance problems, people with brain disorders, breast cancer survivors, and obese women. Intervention: Animal-assisted interventions, and specifically, hippotherapy and other interventions involving horses	Improvement of biological, physical, psychological and social functioning, and outcomes in humans.

**Authors' conclusion:**

The evidence for equine-assisted interventions for adults and children across a range of conditions and presentations is equivocal. The current evidence base is marred by multiple methodological weaknesses and thus, therapeutic interventions that include a horse cannot be asserted as best practice at this time. Rigorous research is indicated to determine the utility of equine-assisted interventions

Tzrmiel et al (2019) [3]		
15 studies	Population: 390 participants (aged: 3–16 years). The subjects were predominantly male (Male: 308 (79%), Female: 72 (21%)). All participants were diagnosed with ASD.  Intervention: Equine-Assisted Activities and Therapies (EAAT)	Stereotyped behaviours, establishing contact, verbal and non-verbal communications, creating and understanding interpersonal relations after EAAT

**Authors' conclusion:**

The overwhelming majority of the available reports demonstrated high effectiveness of EAAT, especially with regard to improved social functioning. Also, EAAT has been proven to significantly reduce aggressive behaviors and improve trunk stability. Nevertheless, it is impossible to draw universal conclusions due to the considerable discrepancies in therapeutic protocols and measurement instruments of the abovementioned studies.

**Projektgrupp**

Detta svar är sammanställt av Alexandra Snellman (projektledare), Ann-Kristine Jonsson (informationsspecialist), Sara Fundell (projektadministratör) och Miriam Entesarian Matsson (produktansvarig) vid SBU.

## Litteratursökning

Medline via Ovid 2019-03-25

### Equine-assisted therapy

Search terms	Items found
<b>Intervention:</b>	
1. "equine-assisted".af. or "equine facilitated".af. or "equine-related treatment*".af. or "equine interaction*".af. or "equine therapy".af. or hippotherapy.af. or "horse-assisted therap*".af. or "horse therap*".af. or "horse riding intervention*".af. or "horse-riding lesson program".af. or "horseback riding intervention*".af. or "therapeutic horseback riding".af. or "therapeutic riding".af.	360
2. (animal-assisted and (horse or riding or equine)).ti,ab.	12
3. Equine-Assisted Therapy/	156
4. Animal Assisted Therapy/ AND Horses/	13
5. 1-3 (OR)	369
<b>Final</b> limit 5 to (danish or english or norwegian or swedish)	<b>327</b>

The search result, usually found at the end of the documentation, forms the list of abstracts

[/] = Term from the Medline controlled vocabulary, including terms found below this term in the MeSH hierarchy

.ti,ab.= Title or abstract

.ti. = Title

[AU] = Author

.af. = All fields

\* = Truncation

“ ” = Citation Marks; searches for an exact phrase



## Cochrane Library via Wiley 2019-03-25

## Equine-assisted therapy

Search terms	Items found
<b>Intervention:</b>	
1. (( "equine-assisted" or "equine facilitated" or "equine-related treatment*" or "equine interaction*" or "equine therapy" or hippotherapy or "horse-assisted therap*" or "horse therap*" or "horse riding intervention*" or "horse-riding lesson program" or "horseback riding intervention*" or "therapeutic horseback riding" or "therapeutic riding" )):ti,ab,kw	98
<b>Final</b> 1.	<b>Central 98</b>

The search result, usually found at the end of the documentation, forms the list of abstracts

au = Author

MeSH = Term from the Medline controlled vocabulary, including terms found below this term in the MeSH hierarchy

this term only = Does not include terms found below this term in the MeSH hierarchy

:ti = Title

:ab = Abstract

:kw = Keyword

\* = Truncation

“ ” = Citation Marks; searches for an exact phrase

CDSR = Cochrane Database of Systematic Review

CENTRAL = Cochrane Central Register of Controlled Trials, “trials”

CRM = Method Studies

DARE = Database Abstracts of Reviews of Effects, “other reviews”

EED = Economic Evaluations

HTA = Health Technology Assessments

## PsychInfo Cinahl, SocIndex via Ebsco.com 2019-03-25

## Equine-assisted therapy

Search terms	Items found
<b>Intervention:</b>	
1. TI ( "equine-assisted" or "equine facilitated" or "equine-related treatment*" or "equine interaction*" or "equine therapy" or hippotherapy or "horse-assisted therap*" or "horse therap*" or "horse riding intervention*" or "horse-riding lesson program" or "horseback riding intervention*" or "therapeutic horseback riding" or "therapeutic riding" ) OR AB ( "equine-assisted" or "equine facilitated" or "equine-related treatment*" or "equine interaction*" or "equine therapy" or hippotherapy or "horse-assisted therap*" or "horse therap*" or "horse riding intervention*" or "horse-riding lesson program" or "horseback riding intervention*" or "therapeutic horseback riding" or "therapeutic riding" ) OR SU ( "equine-assisted" or "equine facilitated" or "equine-related treatment*" or "equine interaction*" or "equine therapy" or hippotherapy or "horse-assisted therap*" or "horse therap*" or "horse riding intervention*" or "horse-riding lesson program" or "horseback riding intervention*" or "therapeutic horseback riding" or "therapeutic riding" )	775
<b>Limits:</b>	
2. Limiters - Peer Reviewed; Language: Danish, English, Norwegian, Swedish	753
<b>Final</b> 1 AND 2	<b>523 (427)</b>

The search result, usually found at the end of the documentation, forms the list of abstracts

AB = Abstract

AU = Author

DE = Term from the thesaurus

MM = Major Concept

TI = Title

TX = All Text. Performs a keyword search of all the database's searchable fields

ZC = Methodology Index

\* = Truncation

“ ” = Citation Marks; searches for an exact phrase

## Referenser

1. <https://www.socialstyrelsen.se/utveckla-verksamhet/evidensbaserad-praktik/metodguiden/hut-hastunderstodd-terapi-ridterapi/>
2. Stern C, Chur-Hansen A. An umbrella review of the evidence for equineassisted interventions. *Aust J Psychol.* 2019;1–14. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12246>
3. Trzmiel T, Purandare B, Michalak M, Zasadzka E, Pawlaczyk M. Equine assisted activities and therapies in children with autism spectrum disorder: A systematic review and a meta-analysis. *Complement Ther Med.* 2019;42:104-13.
4. Shea BJ, Grimshaw JM, Wells GA, Boers M, Andersson N, Hamel C, et al. Development of AMSTAR: a measurement tool to assess the methodological quality of systematic reviews. *BMC Med Res Methodol* 2007;7:10.