

LA PRÉVENTION DES LÉSIONS ARTICULAIRES CHEZ LE CHEVAL À L'ENTRAÎNEMENT



Le cheval est un animal puissant et fragile à la fois, et le cheval de performance, un athlète dont nous essayons continuellement de repousser les limites, est le plus à risque. Le proverbe selon lequel « Le mal vient à cheval et retourne boiteux et contre-val » fait possiblement référence aux lésions articulaires qui surviennent trop souvent chez nos athlètes équins, et qui restent malheureusement difficiles à traiter. Or, on peut agir en prévention par l'alimentation, une mesure simple et utile.

En tout premier lieu, tout cheval devrait recevoir une alimentation qui comblera ses besoins nutritionnels généraux, c'est-à-dire qui lui fournira une quantité suffisante d'eau, d'énergie (calories), de fibres, de vitamines et de minéraux. Aussi, chacun des nutriments doit être fourni non seulement en quantité suffisante, mais également selon les bons ratios.

Les oligo-éléments comme le cuivre, le zinc et le manganèse pourraient jouer un rôle de cofacteurs dans la production synthétique de tissu et de matériel de construction pour les articulations. La vitamine C, de son côté, serait aussi nécessaire à la formation du collagène (Duren, 2005). Le collagène est une famille de protéines qui se présentent sous forme fibreuse. Les fibres de collagène assurent la résistance du cartilage face aux forces de tension; on pourrait ainsi comparer l'effet du collagène à celui d'une colle. Toutefois, plus de recherche reste à faire quant au rôle précis de la vitamine C.

Au cours des premières années de votre cheval, avant qu'il atteigne l'âge de performer, il faudra lui assurer une alimentation appropriée afin d'éviter les problèmes orthopédiques de croissance que pourraient causer les carences alimentaires. Nos conseillers équins se feront un plaisir de vous aider à mettre en place un programme d'alimentation complète et équilibrée répondant aux besoins du jeune cheval. Dès deux ans, le poulain est prêt à commencer progressivement l'entraînement en vue de la discipline à laquelle on le destine.

Le cheval de sport a généralement des besoins nutritionnels plus élevés, particulièrement en vitamines et en minéraux, dont le besoin augmente avec l'exercice. Les suppléments compensateurs comme Equilizer ou Optimal sont des produits intéressants qui permettent d'équilibrer la ration alimentaire, ce qui favorise la santé du cheval et sa performance.

L'APPORT CALORIQUE

La condition de chair nous indique clairement si notre cheval reçoit suffisamment d'énergie (calories) dans sa ration. Est-il trop gras, trop maigre ou alors juste parfait? Le cheval de performance qui dépense passablement de calories pendant les séances d'entraînement a généralement des besoins caloriques plus élevés. Vous pouvez donc augmenter la quantité de moulée à servir chaque repas, ajouter un repas supplémentaire ou encore choisir une moulée à plus forte teneur en calories, comme la formule Trimax. On détermine la condition de chair par la présence de gras sous-cutané à différents endroits sur le corps du cheval, et la cote est accordée selon l'échelle de Henneke, soit entre 1 (émacié) et 9 (obèse). La condition de chair du cheval adulte devrait se situer entre 5 et 6. Pour le cheval de performance, la cote de 6 est

souhaitable au début de la saison de compétition, ce qui donne ainsi une légère marge de manœuvre en cas de long transport, de stress, etc.

Il existe quatre types de calories : les protéines, l'amidon, le gras et les fibres. L'essentiel est que la source de calories choisie soit très facilement digestible. La protéine et l'amidon peuvent entraîner des variations du comportement chez certains chevaux dont la réponse d'insuline est plus forte. Le gras et la fibre apportent plutôt une énergie à long terme et n'influencent pas sur le comportement de votre monture.

Bien que les besoins ne soient pas très élevés chez le cheval comparativement à d'autres espèces animales, les protéines servent à la synthèse, au développement et à la réparation des tissus comme les muscles, les tendons et les ligaments. La plupart des chevaux de performance ont également besoin d'un certain apport d'amidon, car ce dernier permet de réapprovisionner plus rapidement les réserves de glycogène musculaire épuisées au cours d'un exercice intense, dit aérobique. Une ration riche en gras permet quant à elle d'épargner le glycogène musculaire et d'accroître l'endurance. Enfin, les fibres sont nécessaires pour maintenir un système digestif en santé.

En résumé, un apport calorique équilibré de ces quatre sources vous mettra entre les mains un cheval au meilleur de ses capacités.

L'APPORT EN OMÉGA-3

Comme nous l'avons vu, le gras est une importante source d'énergie. De plus, il est essentiel au métabolisme des vitamines liposolubles (A, D, E et K). Parmi ces acides gras, nous retrouvons entre autres l'acide linoléique (oméga-3) et l'acide linoléique (oméga-6). Les acides gras oméga-3 sont de bonnes sources de gras polyinsaturés pour le cheval lorsqu'ils sont ajoutés à son alimentation, le plus souvent sous forme de graines de lin. Les oméga-3 sont facilement digérés dans le petit intestin et procurent une panoplie d'effets bénéfiques pour la santé.

En matière d'acides gras essentiels, le but n'est pas d'en servir de grandes quantités de façon irréfléchie, mais plutôt d'offrir au cheval le ratio idéal d'oméga-6 et d'oméga-3. Selon les plus récentes recherches, le ratio idéal serait de 3 à 5 : 1, soit de 3 à 5 fois plus d'oméga-6 que d'oméga-3. Comme les oméga-6 sont déjà présents dans l'alimentation du cheval – on en trouve dans le fourrage et les grains –, les besoins quotidiens sont donc plus élevés en oméga-3. L'inclusion dans l'alimentation du cheval d'un bon ratio oméga-6 : oméga-3 est bénéfique, notamment en ce qui touche à la répression des médiateurs de la réponse inflammatoire (Block, Katan & Van der Meer, 1996).

Un des plus grands défis de tout propriétaire de cheval de performance est de prévenir et de contrôler l'inflammation articulaire. Initialement, l'inflammation touche les tissus mous de l'articulation à la suite d'un traumatisme répété ou d'un stress subi par l'articulation. Par exemple, chez le cheval de *reining*, les boulets, les genoux et les jarrets sont continuellement sollicités. Les chevaux qui reçoivent une alimentation contenant des oméga-3 seront ainsi mieux préparés à un travail physique intense, grâce au soutien des acides gras à la réponse anti-inflammatoire (Wilson et al., 2003). Il existe plusieurs moulées destinées au cheval de performance et auxquelles nous avons ajouté des sources d'oméga-3, notamment les formules SuperFibra Intégri-T, Omelene Sport Plus, Equilibrium Trimax or Evolution Elite. Le supplément

extrudé Athlète en contient également un pourcentage intéressant. Vous pouvez aussi ajouter à vos rations de l'huile de lin ou de la graine de lin, préalablement moulue ou bouillie afin d'en tirer un maximum de bienfaits.

LE CONSEILS PURINA

Protégez leurs articulations de façon préventive en leur offrant un apport équilibré en oméga-3! Optez pour les moulées *SuperFibra Intégri-T*, *Equilibrium Trimax*, *Omelene Sport Plus* et celles de la gamme *Évolution*. Les suppléments *Equilizer* et *Optimal* contiennent aussi de la graine de lin. Intégrez environ une tasse de graine de lin, moulue pas plus de 5 jours à l'avance, à la ration quotidienne. Votre conseiller équin Purina vous aidera à établir plus précisément la quantité nécessaire en fonction de la ration de votre cheval.

Références

Blok, W. L., Katan, M. B. & Van der Meer J. W. (1996). Modulation of inflammation and cytokine production by dietary (n-3) fatty acids. *Journal of Nutrition*, 126(6), 1515-1533.

Duren, S. (2005). Oral joint supplements: Panacea or expensive fad? In: J.D. Pagan (Ed.). *Advances in Equine Nutrition III*, 77-83.

Wilson, K. R., Potter, G. D., Michael, E. M., Gibbs, P. G., Hood, D. M., & Scott, B. D. (2003). Alteration in the inflammatory response in athletic horses fed diets containing omega-3 polyunsaturated fatty acids. *Proceeding of the 18th Equine nutrition and physiology Society Symposium*, 20-25.