

Mitos de cuadra

Ideas que desmentir sobre la salud músculo-esquelética del caballo



Medicina Deportiva y Fisioterapia Equina

En esta sección os ofreceremos artículos relacionados con la salud deportiva de vuestros caballos, las patologías que más les afectan, cómo prevenirlas y la aplicación de tratamientos médicos y fisioterapéuticos. Las autoras Mar de Echevarría (fisioterapeuta) y Marta García Piqueres (veterinaria), trabajan juntas desde 2005 bajo el nombre de Equidynamia, en el diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de caballos de todas las disciplinas. Así mismo desempeñan una labor docente impartiendo charlas y cursos para profesionales y aficionados, con el objetivo de divulgar conocimientos que permitan mejorar las condiciones físicas y el rendimiento deportivo de los caballos.

por Mar de Echevarría y Marta García Piqueres
 fisioterapiaequina@yahoo.es www.equidynamia.es



1

Entre los boxes, visitando nuestros caballos en las cuadras, escucharemos muchos comentarios o consejos sobre qué hacer en una situación concreta. Existen una serie de ideas comúnmente aceptadas que no tienen ninguna base, unos mitos que, al contrario, afectan negativamente a la salud músculo-esquelética de nuestros caballos.

MITO 1: Mi montura “le vale” a todos los caballos

Este es un error con el que nos encontramos con demasiada frecuencia. Se suele dar en jinetes que montan varios caballos. Es importante que todos sepáis que cada caballo tiene una talla de montura al igual que nosotros tenemos tallas de zapatos. Pensar que cualquier zapato nos puede valer no cabe en la cabeza de nadie ¿verdad? Lo mismo ocurre con las monturas y con los dorsos.

El fallo en el ajuste de montura es una de las primeras causas de dolor de dorso en los caballos y esta es a su vez la primera causa de consulta fisioterapéutica. En un mundo ideal cada caballo debería tener su propia montura. Como esto es difícil llevarlo a cabo existen sencillas pautas que nos pueden ayudar a saber si la montura que usamos puede ser un problema para nuestros caballos.

MITO 2: Cuanto más almohadillado ponga debajo de la montura, más cómodo se sentirá mi caballo

Hilando con el punto anterior, el protector que usemos puede empeorar el ajuste de base de nuestra montura o mejorarlo. Existe mucha tendencia a colocar protectores debajo de la montura por el simple hecho de que el caballo se encuentre más cómodo (más almohadillado, mayor confort), sin pensar en si estos protectores son adecuados o no para él; en la mayoría de los casos el uso indiscriminado de protectores genera molestia al caballo.

Por regla general, no debemos utilizar nunca protectores que alteren el punto declive, es decir, que no tengan el mismo grosor en todo su recorrido. Tampoco se recomienda emplear protectores excesivamente gruesos que eleven la montura separándola del caballo ya que a mayor altura entre el dorso y el jinete habrá más fuerzas de torsión y fricción actuando entre un punto y otro, lo que una vez más no beneficiará al dorso de nuestro caballo.

Una montura bien ajustada, de la talla apropiada, no requiere en principio el uso de ningún protector; si a esto le añadimos una cincha ancha y con elásticos bilaterales el equipo estará completo.

MITO 3: Mi caballo es el único responsable de que los ejercicios no salgan bien

En numerosas ocasiones hemos recalado la impresionante influencia positiva o negativa

que un jinete puede generar sobre su caballo. Si habitualmente tengo problemas en la ejecución de ejercicios como por ejemplo, los apoyos, habría que pensar que, a lo mejor, no estoy manejando bien mi cuerpo.

Recordemos que la información inconsciente que le damos al caballo con nuestro cuerpo es muchas veces mayor que la consciente. Como coloquemos nuestra pelvis le dará información de en qué dirección se tiene que mover, a qué velocidad y con qué cadencia. Si además somos capaces de disociar nuestras piernas y nuestros brazos de nuestra pelvis la información será mucho más clara.

Nos resulta habitual encontrar que los caballos que monta un mismo jinete suelen tener puntos de tensión parecidos en su dorso.... ¿No es sospechoso...?

MITO 4: Si mi caballo vive “entre algodones” sus posibilidades de lesionarse serán más bajas.

Lo primero que habría que aclarar en este punto es ¿qué es vivir entre algodones? Un caballo puede vivir entre algodones de felicidad equina o entre algodones de lo que muchos propietarios piensan que erróneamente es bueno para su caballo.

Vivir en un box, dentro de una nave 24 horas al día, tener las crines bien peinadas, los cascos engrasados, comer pienso muchas veces al día y trabajar en una pista perfectamente regular una hora cada día, sería considerado por muchos un estado de bienestar para el caballo. Sin embargo esto dista mucho del ideal para la salud músculo-esquelética de un animal de 500kg, diseñado para vivir en libertad, en manada, caminando muchos kilómetros por día, y más aún si pretendemos que sea un buen deportista.

El hecho de que un cuerpo de 500kg pase 23 horas al día metido en un box de 4m x 3m ya es en sí un problema. No es lógico pensar que trabajar una hora al día bajo una alta exigencia y luego estar 23 horas sin moverse sea sinónimo de salud.

¿Cuántos son los propietarios que temen por la salud de sus caballos cuando se les plantea una vida en prado? Cuando lo más seguro es que sus posibilidades de lesionarse sean mucho más bajas por el mero hecho de que poder moverse es el mejor tratamiento preventivo que un caballo puede tener.

MITO 5: Un caballo no puede vivir, tra-



2



3

1. Un jinete puede generar influencia positiva o negativa sobre sus caballos de modo inconsciente con el cuerpo.

2. Vendar los miembros de los

caballos no siempre genera un efecto positivo sobre los tendones.

3. Es un error muy frecuente pensar que la misma montura vale a todos los caballos.

bajar ni competir sin herraduras

Cada vez se ven más caballos sin herraduras aunque la mayoría de la gente es aún reacia a implementar esta técnica (“Barehoof” o “casco descalzo”); el sentido común nos ha hecho darnos cuenta de que aunque a veces las herraduras son un mal necesario es también un mal del que con mucha mayor frecuencia podríamos prescindir.

Uno de los efectos negativos más devastadores de las herraduras es el hecho de que el casco pierde la capacidad natural que tiene de absorber el impacto contra el suelo y aprovechar esta energía para bombear sangre a las estructuras más distales.

Recordemos: el casco descalzo disipa el impacto, el casco herrado no.

Nos gusta decir que el casco descalzo es para todos los caballos pero no para todos los propietarios pues descalzar a tu caballo tiene que ser mucho más que quitarle las herraduras y ahorrar en herraje. Requiere una adaptación, requiere un manejo por parte de un herrador conocedor de la técnica, requiere paciencia y proporcionar a tu caballo unas condiciones específicas de manejo (similares al manejo del caballo en libertad).

En nuestra experiencia, son muchos los caballos jóvenes, mayores, de competición y de paseo que se han beneficiado mucho de la posibilidad de vivir y moverse sin herraduras.

MITO 6: El reposo lo “cura” todo

Existe todavía la creencia de que con reposo se pueden curar las lesiones de los caballos. Evidentemente, el cese de la actividad deportiva en muchos casos mejora el grado de molestia de lesiones provocadas por el ejercicio pero está muy lejos de ser una “cura”.

Cualquier proceso de rehabilitación que persiga la recuperación de una lesión requiere un trabajo activo desde el principio; no hablamos de continuar con la misma intensidad de entrenamiento, pero tampoco recluirla en un box o en un pequeño cercado hasta que “se cure”. Si no mantenemos al caballo en movimiento durante la fase de rehabilitación de la lesión (con un programa de trabajo cuidadosamente diseñado para ese ejemplar y en base a la lesión que tiene), los efectos negativos de este reposo serán muchos, en algunos casos hasta peores que la lesión original: falta de funcionalidad del tejido reparado (y así volverá a lesionarse pronto), atrofia muscular (pérdida de la musculatura), inestabilidad articular, retracción de tejidos blandos, pérdida de estado físico, déficits propioceptivos, etc...

MITO 7: Trabajar a la cuerda aumenta las posibilidades de que un caballo se lesione

El trabajo a la cuerda es, como su propio nombre indica, “trabajo”, aunque algunas per-



sonas lo entiendan como un momento de desfogue de su caballo para cansarlo antes de montar, y así muchos jinetes piensan que esta modalidad de correr a lo loco pegando botes en círculos pueda resultar lesiva para sus caballos. Utilizar la cuerda como un medio de “desfogue” es posible sin duda, pero la realidad es que el trabajo a la cuerda bien hecho puede ser muy beneficioso para la salud del caballo.

Para empezar NO es necesario dar cuerda “en círculos”, esto destroza las pistas y también a los caballos, podemos emplear pistas grandes y movernos por toda ella intercalando los círculos con líneas rectas, haciendo un trabajo más correcto y menos monótono. Además el trabajo a la cuerda debe realizarse de una forma tan controlada como se hace montado, y es cuestión de tiempo y paciencia pero todos los caballos pueden aprender a trabajar bien de esta manera.

MITO 8: Vendar los miembros del caballo para trabajar disminuye las posibilidades de lesión en los tendones

Muchos jinetes vendan los miembros de sus caballos porque piensan que así le dan, además de protección frente a golpes, sujeción a los tendones. En realidad no es posible “sujetar” el tendón de un caballo de 500kg con una venda de tela o elástica, podemos generar cierta presión pero no sujetarlo como tal.

Y más aún, no es sólo que no vayamos a generar un efecto positivo sobre los tendones, sino que además podemos generarles un perjuicio. Las vendas mantienen el calor que se genera durante el esfuerzo e impiden que este calor se disipe, como ocurriría sin vendas, por lo que estamos favoreciendo el aumento de temperatura en una zona que necesita lo contrario. Tengamos en cuenta que los tendones por lo general se ven sometidos a bastante esfuerzo, y en ellos se suceden pequeñas microrroturas e inflamación durante el trabajo (imperceptible en la mayoría de casos), así que calor es lo que menos nos interesa mantener en esa región.

De hecho la recomendación post-esfuerzo es siempre poner frío o duchar, para eliminar el exceso de temperatura; si usamos protectores, lo más abiertos y transpirables posibles, en lugar de vendas permitiremos que este calor se disipe.

MITO 9: Los rendajes permiten que los caballos trabajen “redondos”.

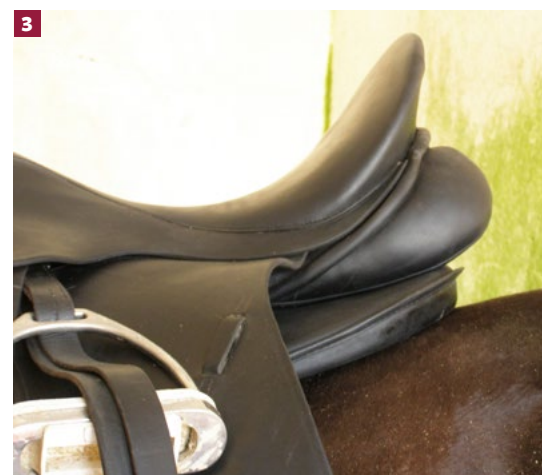
Los rendajes son ayudas auxiliares que nos permiten estimular a nuestro caballo a que trabaje de la manera correcta para un óptimo desarrollo muscular. En ningún caso son elementos para obligar a un caballo a bajar la cabeza, meter los pies o trabajar “reunido”, deben actuar como meros estímulos pero sin forzar posiciones mantenidas de flexión de columna, ya que esto deriva en sobrecargas musculares y en algunos casos en lesiones mayores.

Además debemos recordar que un mismo rendaje no vale para todos los caballos, y que el hecho de que un caballo trabaje bien y cómodo con un rendaje no supone que el resto vayan a responder de la misma manera. Es importante saber si mi caballo padece algún tipo de molestia muscular antes de colocarlos, empezar siempre el trabajo a la cuerda sin ellos y acabarlo de la misma manera, y ajustarlos lo mínimo imprescindible para que el estímulo se produzca. En ningún caso se recomienda ajustarlos en exceso para que el caballo mantenga posiciones forzadas.

MITO 10: Las infiltraciones curan las lesiones de los caballos

Las lesiones que sufren los caballos las cura el propio organismo del caballo. Nosotros lo que podemos hacer es ofrecerle al cuerpo las mejores condiciones para que la reparación de la lesión sea lo más efectiva y rápida posible, pero independiente el responsable de “curar” es el propio cuerpo, hagamos lo que hagamos.

Dicho esto, es necesario entender que las infiltraciones no siempre son la solución, y su efecto varía mucho en función del producto



1. El caballo está diseñado para vivir en libertad y ahí está el ideal para su salud musculoesquelética, no lo que pensamos como estar entre algodones en un box.

2. Las infiltraciones pueden tener efectos negativos: las lesiones que sufren los caballos las cura su propio organismo.

3. Otro de los mitos relacionados con la montura es que tener más almohadillado da comodidad al caballo.

que se infiltre y del número de veces que se repita. Las infiltraciones con sustancias autólogas (derivadas del propio organismo del caballo, como los factores de crecimiento, las células madre, el IRAP...) ayudan a que la reparación del tejido sea más eficiente y por lo general no presenta riesgos o estos son bajos.

Sin embargo, muy diferente es la infiltración con corticoides, algo de lo que a menudo se abusa en medicina deportiva equina y que sí puede tener efectos negativos. Los corticoides desinflan y eliminan el dolor allí donde se infiltran, y esto permite que en algunos casos se resuelva una inflamación leve sin más consecuencias; en otros casos lo que hace es enmascarar las molestias que está generando una lesión, que seguirá avanzando pero sin “dar la cara” debido al efecto analgésico de la infiltración. Por esto, y por el efecto dañino que tienen algunos corticoides sobre los tejidos, no se recomienda abusar de las infiltraciones, ni tomarlas como una cura para las lesiones deportivas. ■