



NUTRIÇÃO, COMPORTAMENTO E BEM-ESTAR

André G. Cintra (MV, Prof. Esp.)

Autor dos livros “Alimentação Equina: Nutrição, Saúde e Bem-estar” e “O cavalo: Características, Manejo e Alimentação” e coautor do livro “Manual de Gerenciamento Equestre: Textos, Tabelas e Planilhas”

Contato: agcintra@gmail.com • Site: www.andrecintra.vet.br • Instagram: [@andregcintra](https://www.instagram.com/andregcintra) • YouTube: **André G. Cintra**



FOTO CAMILA CINTRA

TREINAMENTO DE CAVALOS PARA ESPORTE E TRABALHO

Foto 1: Início dos trabalhos apenas após 18 meses, na guia

Para início de conversa é fundamental determinar o que é um cavalo de esporte e trabalho: é qualquer indivíduo que exerça uma atividade física regular, quer seja esportes propriamente ditos, em qualquer modalidade, quer seja cavalos de escolinha (talvez dos maiores atletas na rotina diária), e até mesmo cavalos de trabalho de fazenda, esses, provavelmente, os mais negligenciados e relegados a terceiro plano.

Para cavalos de escolinha e de manejo diário nas fazendas, não há exatamente um treinamento específico, mas o início de trabalho e a alimentação descritas a seguir devem ser as mesmas de um animal de alta performance, respeitados, é claro, a intensidade de esforço, pois os desgastes diários e as necessidades de nutrientes são tão intensas quanto forem o esforço exercido.

Independente do tipo de cavalo podemos dizer que todo animal de esporte é fruto de 4 pilares: genética x treinamento x manejo x nutrição, todos com o mesmo peso no resultado final, que é formar um campeão. Ao negligenciar qualquer um desses fatores, pode-se até, eventualmente, se ter resultados positivos, mas não serão consistentes nem duradouros na vida esportiva do animal.

O treinamento de cavalos deve ser específico para cada esporte e delegado a profissionais especializados. Bons profissionais devem entender as especificidades das respectivas modalidades e o papel da seleção genética na composição das fibras musculares de cada animal o que o torna mais apto para determinado tipo de exercício.

Alguns cuidados gerais devem ser tomados para que se possa alcançar o melhor desempenho e grande longevidade, que permite ao cavalo competir até idade mais avançada, podendo facilmente chegar aos 20 anos competindo.

Entretanto, cabe ressaltar que, a partir dos 15 anos de idade,

a capacidade de absorção e utilização dos nutrientes pelo equino começa a diminuir, por envelhecimento natural de seus órgãos, o que implica em melhoria substancial da alimentação para que o animal possa competir sem danos à sua saúde.

A base do treinamento deve ser buscar potencializar as características genéticas do animal, além, é claro, da preocupação com o esporte a ser competido. Isto é, para cavalos de explosão, como Puro-Sangue Inglês e Quarto de Milha, o trabalho deve ser feito priorizando-se as fibras de contração rápida, que utilizam principalmente carboidratos como fonte energética, sendo um trabalho principalmente anaeróbico. Desta forma, o treinamento destes animais deve ser intenso, porém por um curto espaço de tempo, e não por 2 a 3 horas diárias. Ao se trabalhar estes animais por um longo tempo diariamente, começa-se a priorizar a utilização de uma fonte energética, como lipídeos, que não estarão disponíveis na competição, assim como estimularão as fibras lentas, não utilizada em trabalho de explosão.

Da mesma forma isso ocorre com os animais que trabalham por mais tempo, em que o treinamento deve ser condizente com o tipo de trabalho a ser executado.

Entretanto, para uma boa saúde mental do animal e para um ótimo equilíbrio psíquico, recomenda-se alternar, ao menos uma vez por semana, o tipo de trabalho executado. Se o cavalo é de explosão, em que o treinamento diário é essencialmente no picadeiro, devemos realizar um trabalho de exterior de 45 a 60 minutos uma vez por semana. É claro que, para animais de marcha e enduro, onde o trabalho de exterior é priorizado, uma vez por semana realizar um trabalho de picadeiro é bastante interessante.

A relação cavalo e cavaleiro deverá ser intensa, porém jamais um cavaleiro inexperiente deverá trabalhar um cavalo inexperiente. O que um não tem de experiência, o outro deve ter.

Cavaleiros inexperientes possuem vícios de equitação que certamente passarão a seus cavalos, que nada sabem e estão aprendendo, e desta forma, aprendendo do jeito errado.

Existe somente um jeito de se fazer as coisas, e é o jeito certo. Se ensinarmos errado ao cavalo, esse errado é certo para ele, afinal foi deste jeito que ele aprendeu. Ao tentarmos exigir um determinado movimento de forma diferente, ele poderá se recusar a fazer, pois não foi assim que ele aprendeu. Então, muitos cavaleiros castigam o cavalo por se recusar a executar determinado movimento por estar errado sob o ponto de vista do cavaleiro, mas que está certo sob o ponto de vista do cavalo, afinal foi assim que ele aprendeu. Então temos um difícil embate, e quem paga sempre é o cavalo.

Existe um ditado equestre que diz que “erro do cavalo, sempre é erro do cavaleiro”. Levando-se em conta esse dito, que entendemos ser correto, todo cavaleiro ou treinador deve sempre avaliar as condições e exigências que faz a seu cavalo e, quando este não fizer o movimento desejado, ou “errar” sob o ponto de vista humano, analisar cuidadosamente os passos que executou, e principalmente procurar analisar a vida pregressa deste cavalo, pois seu “erro” pode advir de exigências do cavaleiro ou treinador de forma errada; o animal pode ter sido mal ensinado, ou mal domado, tendo assim executado o movimento como sabe ou como acha que deve ser por uma má informação do cavaleiro ou treinador.



FOTO CAMILA CINTRA

Foto 2: Potros em plena liberdade, no mínimo até os 18 meses de idade

O principal efeito do treinamento no cavalo deve ser um aprendizado psicológico, com condicionamento físico gradual, ensinando ao cavalo o que, quando e como fazer.

Para se obter o melhor desempenho, físico e mental, longevidade e melhor consistência no trabalho, o ideal é evitar qualquer tipo de exercício físico em potros antes dos 18 meses de idade. Estes devem viver soltos, em plena liberdade, junto com outros indivíduos da mesma espécie, fazendo o que crianças e jovens devem fazer: se divertir. A seriedade de um treinamento de chão deve ser iniciada após os 18 meses, 2 a 3 vezes por semana em trabalhos de passo e trote na guia, por no mínimo 6 meses, iniciando com 10 minutos diários, alternando o lado da guia, e elevando-se um minuto por semana. Essa técnica é interessante pois o aumento é tão sutil, que o animal mal percebe, porém, ao final de um ano, o animal poderá chegar a uma hora diariamente, caso seja necessário, sem lesões em músculos e articulações. Após o 6º mês do início da guia, ao redor dos 24 meses de idade, inicia-se pequenos sprints de galope de 1 a 2 minutos duas a três vezes por sessão, sempre alternando com passo e trote; desta forma aos 30 meses de idade, o potro está com cerca de 40 minutos de trabalho diário, com 6-8 minutos de galope intercalado. Isso é ótimo para exercícios de explosão, assim como para trabalhos aeróbicos, preparando o potro de forma mais adequada para a doma, aos 36 meses, quando as estruturas do cavalo já estão bem consolidadas.

Domas precoces, como é comum em muitas raças e esportes, prejudicam e comprometem a vida esportiva futura e longa do cavalo.

Animais domados aos 20, 24 ou mesmo 30 meses, terão suas estruturas osteoarticulares comprometidas, muitas vezes em definitivo.

Em uma boa doma deve-se primordialmente conquistar o cavalo e não subjugar-lo. A conquista se faz com carinho e percepção equestre, do que é o cavalo e como ele se comporta, tendo desta forma um animal que executa os trabalhos dele exigidos porque assim o deseja e não através da subjugação pela dor e martírio físico e mental, onde se quebra a moral do cavalo. Este animal subjogado executará as tarefas, mas não dará a elas a mesma importância que dá aquele que é conquistado. Deve-se atentar para não se reprimir a personalidade do cavalo, mas extrair dela a melhor forma possível conquistando o animal.

Os treinadores e proprietários de cavalos precisam adequar o método de treinamento com o temperamento do animal, evitando-se ao máximo o confronto direto, através da indução do medo no animal. A pior coisa que se pode fazer contra o lado emocional do animal é induzir o medo. Treinar e adestrar cavalos de forma errada pode transformá-lo em animais que corcoveiam, dão coices, etc. É como transformar presa em predador, dificultando intensamente a relação cavalo e homem.

Cavalos conquistados trabalham com o coração antes da mente, e isso pode afetar o resultado em uma competição medida muitas vezes em milésimos de segundos. Ou mesmo em competições de longa distância, em que precisamos de um pouco mais

de garra ao invés de somente trabalho muscular, o coração deve trabalhar acima da mente, afinal quem em sua consciência se submeteria a uma competição de corrida de 120 km em apenas 10 horas? E muitos cavalos o fazem, sem questionamento, e se saem muito bem.

Após a doma, devem-se iniciar trabalhos de adestramento básico, que são muito importantes para que o cavalo aprenda a responder rapidamente aos comandos do cavaleiro.

Quando o animal não obedece aos comandos do cavaleiro, quando este exige uma troca de passo para trote ou galope, tendo reações como corcoveio, indica que o adestramento pode ter sido rápido demais, devendo ser reiniciado lentamente. Muitos animais tendem a ficar com medo da sensação do peso do cavaleiro e da sela quando passa de um andamento para outro.

Para qualquer esporte, o cavaleiro deve ter uma iniciação de equitação fundamental para saber quando e como enviar os comandos ao cavalo de forma que ele responda rapidamente.

Essa equitação, também denominada clássica, infelizmente é negligenciada e até mesmo escarnecida pela grande maioria da população de cavaleiros e mesmo treinadores de outras modalidades, dizendo que não leva a nada.

Seus princípios são fundamentais para uma boa compreensão do que é o cavalo e de como ele trabalha. Como podemos pedir determinado movimento ao cavalo sem movimentos bruscos de nosso corpo que certamente incomodam ao animal e prejudicam seu desempenho? Como podemos trabalhar melhor nossas mãos, sem nos apoiarmos na boca e embocadura do cavalo de forma que ele fique sensível e dolorido?

Temos nos deparado com inúmeros cavaleiros e treinadores que não conhecem os princípios básicos de uma boa equitação e, obviamente, não os transmitindo a seus cavalos, estão certamente prejudicando o melhor desempenho deste nobre animal.

O treinamento deve ser iniciado com trabalho três vezes por semana, 20-30 minutos diários e ir aumentando gradativamente. O treinamento mínimo para competição deve ser de 18-24 meses após a doma, dependendo das condições do animal, tempo esse não observado pela imensa maioria dos treinadores de cavalos.

Até mesmo no salto, ou hipismo clássico, que sempre preservou o cavalo da precocidade e da intensidade de trabalho desnecessária antes do tempo, já está antecipando seus animais e colocando-os para saltar 1m aos quatro anos de idade. Certamente, essa prática prejudicará a longevidade esportiva do animal e trará problemas osteomusculares mais precocemente ao animal.

Este período mínimo de treinamento é fundamental para a adaptação fisiológica que as estruturas do cavalo devem ter para suportar uma competição em que período de adaptação das estruturas é variável:

- Pulmão e coração: três meses de treinamento.
- Músculos: cinco a seis meses de treinamento.
- Tendões, ligamentos e articulações: oito a doze meses de treinamento.
- Ossos: Até três anos de treinamento.

A grande dificuldade de se aguardar o período necessário para se iniciar a competição é que os parâmetros utilizados para



Foto 3: Cavalo no Enduro



Foto 4: Cavalo no Salto

verificarmos se o animal está em bom estado atlético são a observação de batimento cardíaco, frequência respiratória e musculatura, que se adaptam rapidamente às condições de competição, ao passo que as estruturas que sofrem alto impacto em uma competição (tendões, ligamentos e articulações) demoram de um a três anos para estarem aptas.

Desta forma, sendo o cavalo somente domado aos 36 meses de idade e esta doma demorando ao menos 6 a 12 meses, sendo treinado por no mínimo 12 meses, um cavalo não deve entrar em competição séria antes dos cinco a seis anos de idade, para se obter seu melhor desempenho e longevidade esportiva.

Claro que competições para iniciantes, apenas para se habituar o cavalo ao ritmo de transporte, local e rotina podem ser feitas, mas respeitando-se os limites que o treinamento deve impor e não muito frequentemente.

Prezados colegas, se tiver sugestão de temas para desenvolvermos em nossa coluna referente a manejo, comportamento, bem-estar e nutrição de equinos, entre em contato: agcintra@gmail.com