

# Physiothérapie pour votre cheval

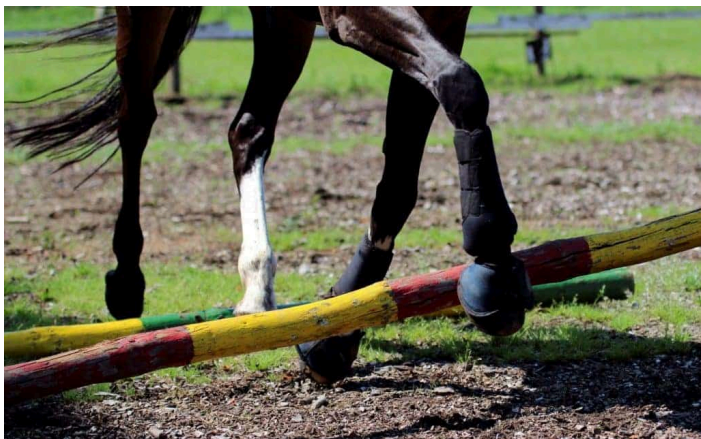
21 décembre 2022 • **Publié par** Shelley Thomas, MPT, MBA, CERP

Découvrez comment les programmes d'exercices thérapeutiques peuvent aider les chevaux à se sentir au mieux de leur forme.

---

**Sujets :** Article , Conditionnement , Soins du cheval , Physiothérapie , Médecine du sport , Vétérinaire et professionnel

---



**Les bâtons sont l'un des outils les plus utiles pour aider à améliorer l'amplitude de mouvement, la force et la proprioception des membres inférieurs.**  
| Photo : iStock

***Comment les programmes d'exercices thérapeutiques peuvent aider les athlètes équins et les chevaux de loisir à se sentir au mieux de leur forme***

Kinésithérapie. Lorsque vous entendez ces mots, vous pensez peut-être à des visites régulières au cabinet pour des étirements, des exercices et des applications de glace sous surveillance, tout cela au nom de la rééducation après une blessure ou du soulagement des douleurs. Mais la physiothérapie peut

également s'appliquer aux chevaux. Les physiothérapeutes comme moi travaillent avec

les chevaux pour les aider à optimiser leurs mouvements, à se remettre de leurs blessures et à atteindre des performances optimales. Dans cet article, nous aborderons les bases de la physiothérapie équine et la manière dont elle peut aider votre cheval.

## **Les quatre sommets de la physiothérapie équine**

Les physiothérapeutes formés et certifiés utilisent un modèle d'évaluation complet qui aborde quatre domaines clés pour aider les athlètes équins à rester en bonne santé ou à se remettre d'une blessure. Après le diagnostic vétérinaire et l'orientation du cas, les thérapeutes commencent par déterminer si les chevaux ont une amplitude de mouvement complète. Ensuite, ils vérifient si les patients peuvent se déplacer dans toute cette amplitude. Dans le cas contraire, les animaux sont très probablement boiteux et le vétérinaire doit rester impliqué.

Le troisième domaine que les thérapeutes évaluent et gèrent est le contrôle moteur, qui implique l'évaluation et le réentraînement de la force dynamique et de la stabilité. Par exemple, un cheval avec une faible force abdominale peut avoir du mal à effectuer une transition au galop sans lever la tête. Identifier que la force abdominale limite sa capacité à pousser dans le galop est un exemple de résolution du problème, pas un symptôme. Dans ce scénario, les exercices de renforcement du tronc, tels que les tractions latérales de la queue ou la marche sur des cavalettis surélevés, seront plus efficaces que la pratique répétée des transitions au galop.

Le quatrième domaine à évaluer et à optimiser est la capacité du cheval à supporter une charge. Cela comprend le fait de porter un cavalier et de posséder la force et le contrôle moteur nécessaires pour effectuer des mouvements plus avancés, comme sauter des obstacles ou changer de pied.

D'après mon expérience, l'un des outils les plus efficaces pour rééduquer et améliorer ces domaines est un programme d'exercices thérapeutiques. Les thérapeutes conçoivent ces programmes pour améliorer les déficits de mouvement qu'ils ont identifiés lors de l'évaluation. Ils les modifient et les font évoluer au fil du temps pour aider le cheval à progresser, à revenir à son niveau de performance antérieur ou à atteindre des performances de pointe.

Kevin Wahl, docteur en médecine vétérinaire et diplômé en médecine vétérinaire, associé à l'hôpital équin de l'Idaho, à Nampa, explique que l'un des principaux rôles de la rééducation est de remettre le cheval en forme et de renforcer les tissus blessés jusqu'à ce qu'il puisse supporter les contraintes normales appliquées à ces tissus pendant les exercices. « C'est là que le programme de rééducation excelle, à mon avis », déclare-t-il. « Vous pouvez utiliser la rééducation et la physiothérapie de manière à stresser la blessure, à la renforcer et à favoriser le bon fonctionnement des tissus blessés sans surcharger la blessure et causer plus de dommages. »

## Que contient un programme d'exercice?

Les exercices thérapeutiques sont conçus pour résoudre un problème spécifique, comme une faiblesse du grasset ou un manque d'engagement des muscles centraux. L'objectif est d'aider votre cheval à se déplacer de manière optimale et à gérer les exigences de son sport et de sa charge de travail. Un programme complet d'exercices thérapeutiques aborde :

- **Amplitude de mouvement** Les articulations du cheval ont-elles une amplitude de mouvement complète ?
- **Proprioception** Votre cheval sait-il où se situe son corps dans l'espace ? Il est souvent nécessaire de rééduquer ce système après une blessure et/ou si votre cheval a eu mal.
- **Contrôle moteur** Comment votre cheval régule-t-il la manière dont il démarre, se déplace et termine un mouvement ?
- **Force** Votre cheval a-t-il la force adéquate pour son travail ?
- **Endurance** Votre cheval peut-il produire suffisamment d'énergie pour performer ?
- **Vitesse** Votre cheval peut-il se déplacer suffisamment vite en toute sécurité pour répondre aux exigences du sport ?

Un bon programme d'exercice aborde tous ces domaines et se concentre sur une surcharge progressive, en appliquant un stress au système par petits incréments organisés pour créer des adaptations physiologiques telles que l'augmentation de la masse musculaire, la construction de plus de vaisseaux sanguins, le renforcement du tissu conjonctif et l'augmentation de la vitesse de conduction nerveuse.

Dans son cabinet très fréquenté, Wahl affirme que les patients correctement préparés ont tendance à se blesser beaucoup moins souvent que ceux qui sont sous- ou sur-préparés. « Je vois souvent des gens concourir sur un cheval qui n'est pas en forme ou le monter au-delà du point de fatigue, et je pense que c'est là qu'un grand pourcentage de blessures se produit », dit-il. « Il y aura toujours des blessures accidentelles qui ne peuvent être évitées ; cependant, une fois qu'un cheval est fatigué, il ne peut plus protéger son corps. »

## La recherche sur l'exercice peut aider les chevaux

Il est important de comprendre comment les chevaux se déplacent pour créer un programme d'exercice efficace. Les chercheurs, les vétérinaires et les physiothérapeutes se tournent souvent vers les recherches biomécaniques et les protocoles de traitement des humains pour mieux comprendre comment traiter les chevaux.

Sheila Schils, titulaire d'un doctorat et ancienne professeure de sciences équinées à l'université de Wisconsin River Falls et chercheuse chez EquiNew Therapy LLC, étudie par exemple l'impact de la conception du cou du cheval sur le port de la tête. Elle a étudié la biomécanique des rachis cervical humains et a utilisé ces informations, ainsi

qu'une solide compréhension de l'anatomie équine, pour formuler des recommandations sur la meilleure façon de prévenir et de soigner les blessures cervicales chez les chevaux. Un article collaboratif sur ce sujet sera bientôt publié.

L'un des avantages de travailler avec un professionnel lors de la création d'un programme d'exercice est qu'il utilise des recherches fondées sur des preuves, plutôt que simplement l'expérience, pour créer un programme sur mesure pour chaque cheval.

## **Aides à la formation thérapeutique**

Différents outils d'entraînement peuvent aider à améliorer l'amplitude des mouvements, la conscience corporelle, l'intégration neurologique et la force d'un cheval. Travaillez avec votre vétérinaire ou votre physiothérapeute pour décider des aides à l'entraînement à inclure dans votre programme. N'oubliez pas que ces outils ne sont efficaces que dans la mesure où le programme d'exercice prescrit par votre vétérinaire ou votre physiothérapeute pour votre cheval et où le cavalier ou l'entraîneur les utilise sont compétents. Il est important de connaître l'objectif de l'utilisation d'une aide à l'entraînement et de l'intégrer dans un plan de traitement, plutôt que de l'ajouter arbitrairement au programme.

### ***Bracelets tactiles***

Ces bracelets légers peuvent être placés sur les paturons du cheval pour stimuler la peau et augmenter l'arc de vol de la jambe (Clayton et al., 2008). Ils apprennent au cheval à lever un pied plus haut du sol, ce qui est utile s'il traîne un orteil ou s'il ne lève pas une jambe précédemment blessée aussi haut que la jambe non blessée. Le principal problème avec ces bracelets est que les chevaux peuvent devenir rapidement désensibilisés. Pensez à la façon dont vous pouvez porter une montre et oublier que vous la portez. Les bracelets peuvent avoir le même effet mais sont utiles pour des séances courtes.



**CONTENU CONNEXE |  
Améliorer la proprioception  
du cheval pendant la  
rééducation**

*Utilisé pour : Amplitude de mouvement*

### ***Poids pour les jambes***

Comme pour les bracelets tactiles, l'ajout d'un petit poids sur la jambe d'un cheval peut amener le cheval à marcher avec un mouvement de pas exagéré, car il doit contracter davantage de muscles proximaux (plus près du corps/point d'attache) pour soulever la jambe la plus lourde. Dans ma pratique, j'ai utilisé cette approche pour renforcer la force du grasset après une blessure. Cependant, un poids excessif ou une surutilisation peuvent endommager les tissus mous.

*Utilisé pour : amplitude de mouvement, proprioception, force*

### **Coussinets et cales en mousse**

Les coussinets en mousse du commerce sont utiles pour améliorer l'amplitude des mouvements et la proprioception. Le cheval se tient debout sur les coussinets, ce qui sollicite les muscles posturaux et le système proprioceptif. Certains coussinets sont également disponibles sous forme de coin, ce qui peut aider à augmenter l'amplitude des mouvements en étirant légèrement les tissus conjonctifs des membres inférieurs.

*Utilisé pour : amplitude de mouvement, proprioception, force*

### **Systèmes de bandes de résistance**

Ces outils augmentent l'activation des muscles centraux et spinaux. Des chercheurs (Pfau et al., 2017) ont montré que les systèmes de bandes aident à augmenter la stabilité thoracolombaire et à réduire le risque de douleur ou de blessure due au creusement du dos.

*Utilisé pour : force, proprioception*

### **Poteaux de mise à la terre**

Les poteaux sont l'un des outils les plus utiles pour améliorer l'amplitude des mouvements, la force et la proprioception des membres inférieurs. Vous pouvez les placer sur le sol ou les surélever jusqu'à 20 cm et faire marcher ou trotter votre cheval dessus. Vous pouvez également placer les poteaux selon un schéma organisé, par exemple à 90 à 120 cm de distance, ou les disperser au hasard pour que le cheval doive se frayer un chemin dans un labyrinthe. Les petites barrières de rebond sont également extrêmement utiles pour améliorer le temps de réaction et la force.

*Utilisé pour : amplitude de mouvement, proprioception, force, vitesse*

### **Tapis de course aquatiques**

Ces dispositifs permettent au cheval de marcher avec une flexion accrue des articulations et de soulever ses jambes plus haut du sol. Ils peuvent également aider à développer la force et l'endurance lorsque le cheval tire contre l'eau. En fonction de la profondeur de l'eau, le cheval peut ressentir un effet de flottabilité qui réduit l'impact sur les articulations des jambes, ce qui est bénéfique lors de la récupération après des blessures telles que des tensions aux tendons ou aux ligaments.

*Utilisé pour : Amplitude de mouvement, force, endurance*

## Pas de livres de cuisine !

Les programmes d'exercices thérapeutiques ne sont pas comme des recettes dans un livre de cuisine. Un thérapeute doit les adapter à chaque cheval après avoir évalué le mouvement, la force et le contrôle neurologique. Travailler avec des professionnels qualifiés et des vétérinaires pour développer un programme est la meilleure façon de traiter les zones problématiques de votre cheval de manière sûre et efficace. L'American Physical Therapy Association a créé un groupe d'intérêt spécial, Animal Physical Therapy, pour fournir des informations, une gouvernance et des ressources pour ce domaine en

### Partager



**Shelley Thomas, MPT, MBA, CERP**

PLUS D'ARTICLES DE CET AUTEUR

< PRÉCÉDENT

Innovateurs équins : la pathologie ne se r...Médicaments contre la douleur courants...

SUIVANT >



### **Reconnaître et gérer les chevaux en surpoids**



### **Gestion des chevaux de performance en surpoids**



## Allergènes et chevaux importés

### Contenu sponsorisé



**Demandez à un pro : les bananes vertes, un super aliment pour le système digestif des équidés**



**Médicaments, dispositifs et décisions : comprendre vos options dans la gestion de la maladie articulaire dégénérative équine (DJD)**

**pour les chevaux souffrant de problèmes métaboliques**





**Identifier les égratignures et stratégies de traitement efficaces et innovantes**

## Catégories principales

---

Elevage et reproduction



---

Nutrition



---

Soins du cheval



---

Soins des sabots



---

Maladies et affections



---

Vétérinaire et Professionnel





Demandez l'avis d'un vétérinaire qualifié avant de procéder à tout diagnostic, traitement ou thérapie.

## SUIVEZ-NOUS



## NOS SITES

Une maison pour chaque cheval

Cowboy américain

Magazine de courses de barils

Journal de bord de Breakaway

Prise de veaux au lasso

ÉQUUS

Transportez en toute sécurité

L'espoir en selle

Cheval et cavalier

[Cavalier pratique](#)

[Gestion de l'écurie](#)

[Journal de l'équipe de rodéo](#)

[Le cheval](#)

[Cavalier américain](#)

[Corde américaine](#)

## RESSOURCES

[À propos de nous](#)

[Contactez-nous](#)

[Informations sur les freelances](#)

[Aide](#)

[Réseau de radios équestres](#)

## ENTREPRISE


[Rencontrez le personnel](#)

[Énoncé de mission](#)

[Conditions d'utilisation](#)

[Politique communautaire](#)

[Faites de la publicité avec nous](#)

Vos choix en matière de confidentialité 

[Demande d'accès aux données personnelles](#)

[Consentement aux cookies](#)

[politique de confidentialité](#)

Copyright ©2024 Equine Network, LLC. Tous droits réservés. Toute reproduction totale ou partielle sous quelque forme ou support que ce soit sans l'autorisation écrite d'Equine Network, LLC est interdite. THE HORSE, le logo THE HORSE, THEHORSE.com et le logo THEHORSE.com sont des marques déposées d'Equine Network, LLC.