L'alimentation du cheval de sport

Webconférence du 22 octobre 2018

IFCE-ESCE

Alexandre Kempfer
Pôle Formation Professionnelle et Sportive

Sommaire

- Une discipline…des fibres musculaires
- Les différents apports alimentaires
- Gestion pratique de l’alimentation
- Exemples de rations

Objectif performance

Performance sportive

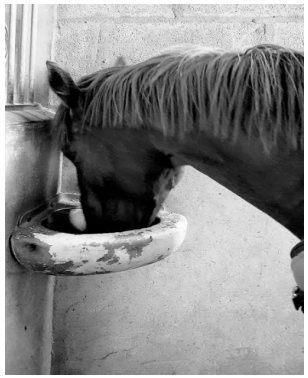
Génétique

Alimentation

Entraînement

Sélection-Reproduction

Métabolisme



Type d'effort

30/10/2018 © webconférence Ifce

Les différentes fibres musculaires

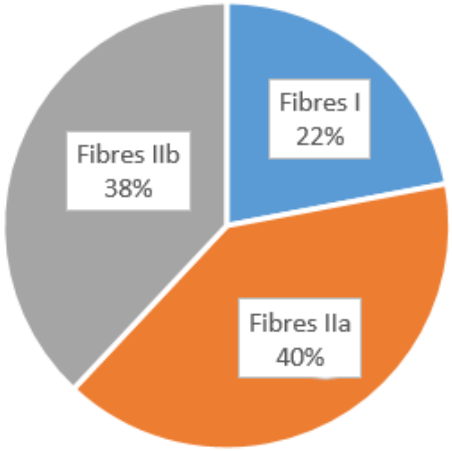
3 types de fibres musculaires

Type I	Vitesse de contraction lente, fibres peu fatigables	Aérobie **Effort d'endurance**	Combustion des lipides complète, économie des glucides, pas de déchets
Type IIA	Fibres responsables de la tenue de vitesse et la résistance	Aérobie Effort intense et prolongé, **sprint long**	Combustion des glucides complète, pas d'acide lactique
Type IIB	Vitesse de contraction très rapide	Anaérobie Effort de puissance et **sprint court**	Combustion importante des glucides, acide lactique

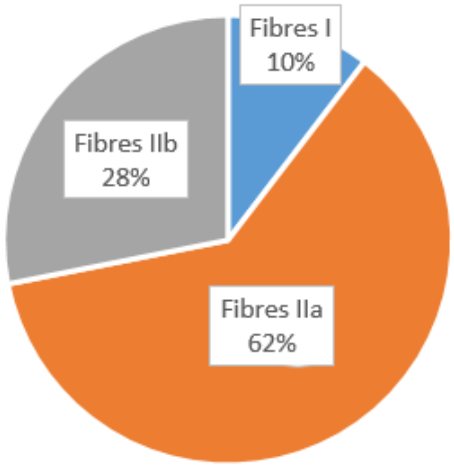
30/10/2018 © webconférence Ifce

Les différentes fibres musculaires

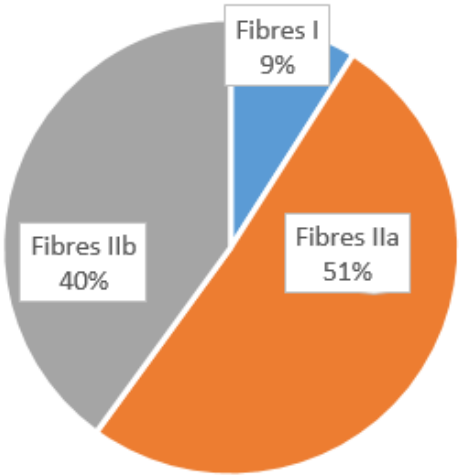
Poney



Pur-sang



Quarter Horse



Les besoins du cheval de sport

Estimation des dépenses à l'echelle de la **semaine**

- Tables INRA = base pour le calcul de ration
- Complexe car beaucoup d'interactions
- S'appuyer sur la note d'état corporelle

Besoins énergétiques	Besoins proteiques	Besoins en fibres	Besoins en minéraux et oligos	Besoins en eau
UFC De 5 à 9 UFC/jr	MADC De 380 à 700 gr/jr	Cellulose brute	**Ca**,P,**Mg**,**NaCl** ,K,Cu,Zn,**Se**, Vit A-D-E	50-70 l/jr

30/10/2018 © webconférence Ifce

Les apports énergétiques

Les céréales

Les matières lipidiques

Les fibres

Energie rapide

Riches en amidon
Energie rapidement disponible
Efforts intenses et rapides
(galop et trot rapides, saut d'obstacle)

Attention à la quantité d'amidon par repas

Energie lente

Matières grasse très digestes
Riche en énergie
Intéressant pour effort endurant
Pas d'effet négatif comme l'amidon

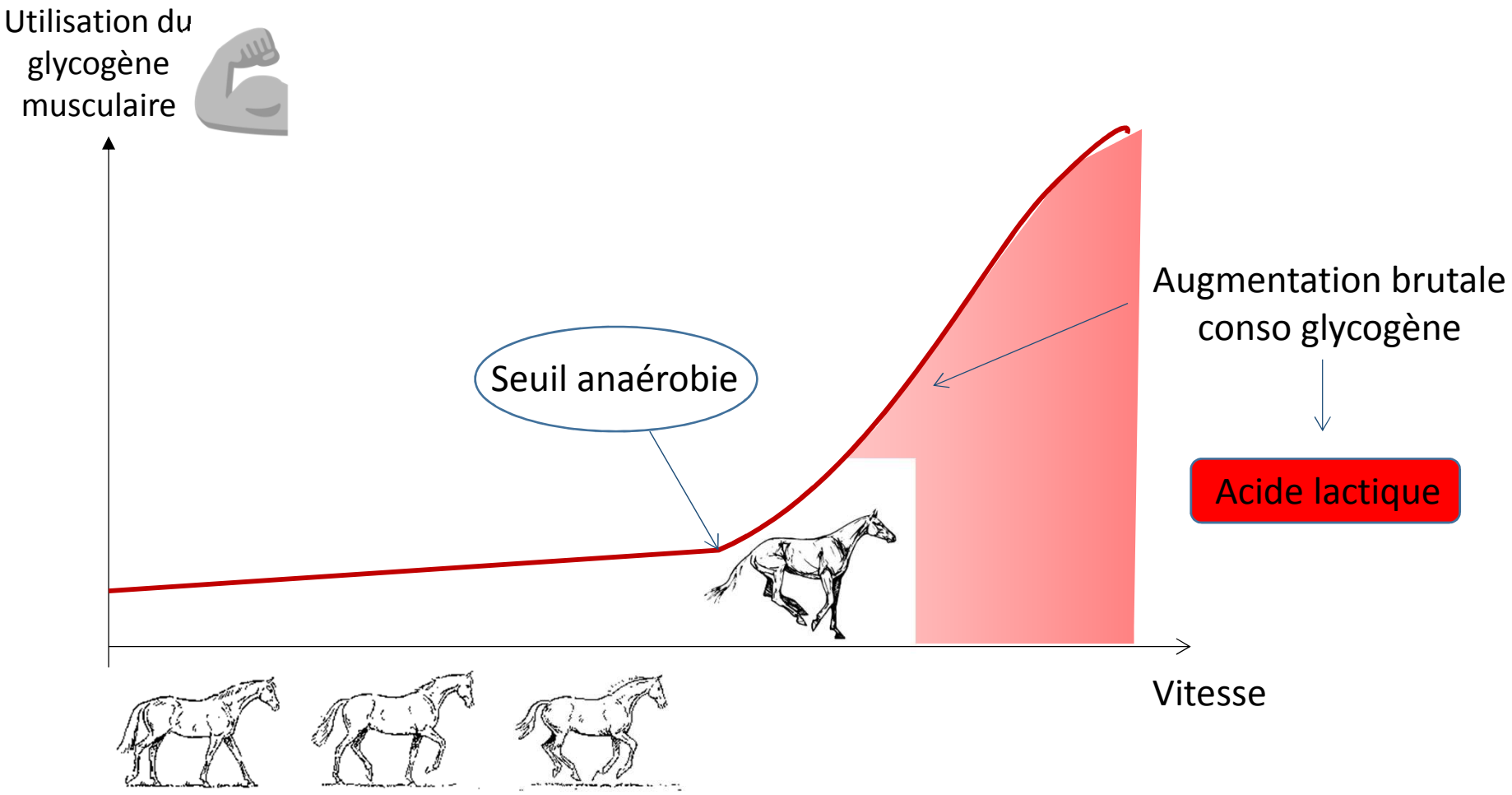
Nécessite un temps d'adaptation

Fibres dégradées en AGV
Source énergétique indispensable
Effet de lest et pouvoir tampon

Le fourrage doit être de bonne qualité

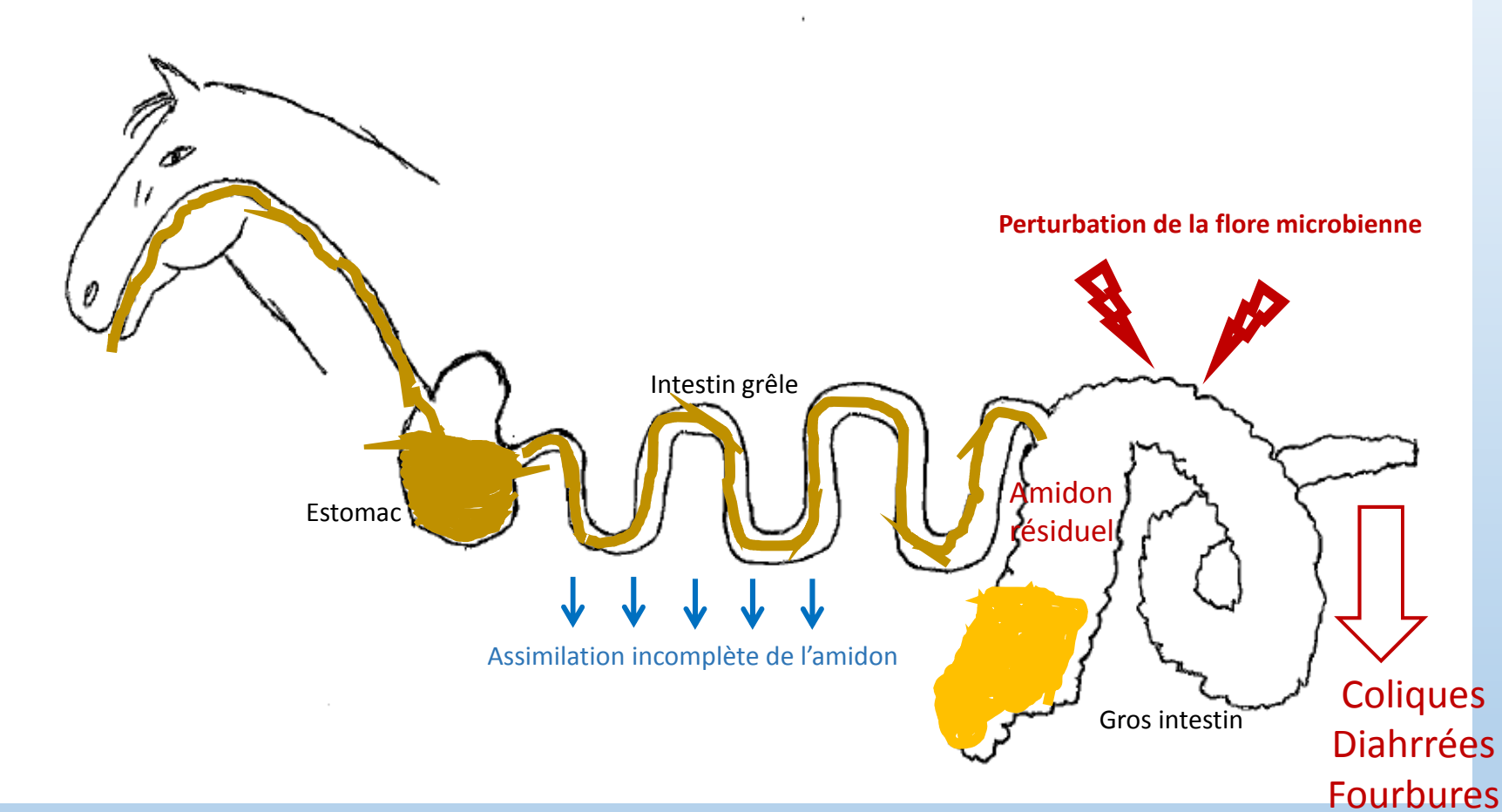
30/10/2018 © webconférence Ifce

Utilisation du glycogène en fonction de l'effort



30/10/2018 © webconférence Ifce

L'amidon, il ne faut pas en abuser !



Un apport important de concentrés riches en amidon à chaque repas est inutile voir dangereux !

Les apports protéiques

Le cheval de sport n'a pas besoin d'un apport important de proteines

- Entretien de la musculature
- Augmentation des apports en début d'entrainement (débourage, reprise après convalescence)
- Les proteines ne sont pas une source d'énergie !

Le rapport $\frac{\text{Madc}}{\text{Ufc}}$ de la ration totale = entre 70-75 gr

Attention aux excès proteiques qui peuvent limiter les performances du cheval athlète

Optez pour des proteines de qualité
= riches en Madc et en lysine

→

Tourteaux de soja
Luzerne
Graines de légumineuses

30/10/2018 © webconférence Ifce

Les apports en minéraux et vitamines

Chlorure de sodium laisser une pierre à sel en libre service

Calcium
Magnésium

- prévient la fragilisation osseuse et tendineuse
- contractions musculaires
- rapport Ca/P proche de 2

Sélénium
Vit E

- puissants antioxydants
- si ration riche en lipides

Attention les supplémentations abusives en minéraux, oligoéléments et vitamines peuvent êtres toxiques !

Utilisation d'éléctrolytes pour compenser les pertes liée aux fortes sudations.

30/10/2018 © webconférence Ifce

Nourrir mon cheval de sport au quotidien

Comment nourrir son cheval pour optimiser chaque aliment ?

Intervalle concentrés-travail

2h30

Intervalle foin-travail-concentrés

1h avant

30 min après

Intervalle 2 repas concentrés

4h

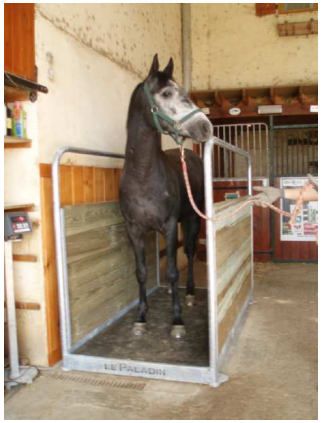
L'idéal étant de proposer du foin à volonté, même pour un cheval de sport !!!

Pas de période de jeûne avant une compétition

30/10/2018 © webconférence Ifce

Planifier l'alimentation sur l'entrainement

Pour piloter l'alimentation du cheval de sport 2 outils sont nécessaires :



En début de débourrage ou en phase de développement foncier
NEC comprise entre 3-3,5

En début de saison de compétition **NEC de 3**
Pendant la période compétition **NEC entre 3 et 2,5**

30/10/2018 © webconférence Ifce

Exemple de ration d'un cheval de CSO

Pour un cheval de 500 kg en travail modéré, ration aliments tradi :

Aliment distribué	Poids brut	UFC	Madc	P	Ca
FOIN prairie **moyen**	8	3,1	248	21	26
Orge aplatie	3	3,0	3	11	2
Avoine	1,5	1,3	1	5	2
Paille de blé	2	0,5	0	2	3
Carb calcium 385-0	0,08	0,0	0	0	31
Apports calculés	**12,5 kg ms**	**7,9**	**252**	**38**	**64**
Apports recommandés	11-13,5 kg ms	7,8	562	21	35

Rapport Ca/P = 1,70 **Rapport Madc/ufc = 71** **Amidon = 2,1 kg**

D'après les recommandations teneur amidon 200gr/100 kg poids vif/repas
Pour 500 kg → 1kg d'amidon max/repas
Dans ce cas 3 repas à raison de 700 gr d'amidon par repas

30/10/2018 © webconférence Ifce

Exemple de ration d'un cheval de CSO

Pour un cheval de 500 kg en travail modéré, ration aliment floconné :

Aliment distribué	Poids brut	UFC	Madc	P	Ca
FOIN prairie **moyen**	8	3,1	248	21	26
Aliment floconné	4,5	4,1	468	23	50
Paille de blé	2	0,5	0	2	3
Apports calculés	**12,5 kg ms**	**7,7**	**716**	**45**	**79**
Apports recommandés	11-13,5 kg ms	7,8	562	21	35

Rapport Ca/P = 1,76 **Rapport Madc/ufc = 93** **Amidon = 1,8 kg**

Rapport Madc/ufc supérieur aux recommandations qui sont de 70-75 gr de Madc
Dans ce cas 3 repas à raison de 600 gr d'amidon par repas

Preuve qu'il est inutile d'apporter des rations très volumineuse (ici 1,5 kg/repas soit 2 l/repas) en concentré pour couvrir les besoins de notre cheval de sport.

30/10/2018 © webconférence Ifce

Exemple de ration d'un cheval d'endurance

Pour un cheval de 450 kg en travail modéré, ration amidon « allégée » :

Aliment distribué	Poids brut	UFC	Madc	P	Ca
FOIN prairie **bon**	8	4,0	440	22	31
Orge aplatie	0,5	0,5	36	3,5	0,7
Pulpe de bettrave deshydratée	1	0,8	26	1	13
Huile	0,5	1,5			
Paille de blé	4	0,5	0	2	3
Apports calculés	**10,8 kg ms**	**7,3**	**502**	**28**	**48**
Apports recommandés	10,5-12,5 kg ms	7,2	518	19	32

Rapport Ca/P = 1,84 **Rapport Madc/ufc = 69** **Amidon = 0,250 kg**

- Valorisation du fourrage de bonne qualité et de l'huile comme ressources énergétiques
- Rapports Ca/P et Madc/ufc ok
- Apport faible d'amidon

30/10/2018 © webconférence Ifce

Ce qu'il faut retenir

- L'alimentation du cheval de sport et plus précisément les ressources énergétiques utilisées , doivent se raisonner en fonction du type d'effort à fournir.

- Il est indispensable de piloter l'alimentation de son cheval en s'appuyant sur la note d'état

- L'alimentation du cheval de sport se planifie et s'anticipe. Il faut respecter les recommandations de distribution pour optimiser l'assimilation des repas et ne pas impacter sur le travail.

- Un calcul de ration permet d'affiner les apports en fonctions des besoins, et ainsi éviter certaines erreurs qui limiteraient les performances sportives de votre cheval.

- Si un apport important d'amidon est nécessaire pour couvrir les besoins, il faudra fractionner l'apport des concentrés en plusieurs repas

30/10/2018 © webconférence Ifce

Pour en savoir plus…

Les prochaines webconférences

mardi 27/11/18 Les accidents d'équitation : obligations et responsabilités

jeudi 29/11/18 Quels futurs pour la filière équine : 3 tendances

mardi 04/12/18 Attitude et fonctionnement du cavalier

Journée technique le 03 décembre à la jumenterie du Pin :

« L'alimentation du cheval, savoir élaborer une ration. »

Équi-paedia

www.equipaedia.fr

30/10/2018 © webconférence Ifce