

Uso de la natación como método de entrenamiento cruzado para el caballo criollo colombiano criados en el Valle de Aburra

Verónica A Morales Roldan

Universidad de Antioquia, Sede Medellín, Facultad de Ciencias Agrarias, Medicina Veterinaria

Resumen

Se realizó una investigación con un enfoque cualitativo, a través de una entrevista semiestructurada realizada a dos de los profesionales de la pesebrera La Cumbre, ubicada en el Municipio de Sabaneta.

El entrenamiento tradicional al que son sometidos los caballos ofrece un desgaste físico, cardiovascular y osteomuscular que afecta las articulaciones de estos, por la forma en que es realizado (piso), es por esto que se quiso determinar el uso de la natación como método de entrenamiento cruzado del caballo criollo colombiano en la pesebrera la cumbre, ya que es considerado un buen ejercicio para el desarrollo cardiovascular de los caballos y además reduce al mínimo la tensión diaria que manejan durante los entrenamientos físicos, incrementando su resistencia y proporcionando un buen acondicionamiento respiratorio.

Palabras claves: Natación, Entrenamiento cruzado.

Introducción

La natación ha sido utilizada como un entrenamiento cruzado en el caballo, considerándose un buen ejercicio para el desarrollo cardiovascular, con la ventaja de reducir al mínimo la tensión diaria que produce la pista en las extremidades de los caballos. Este ejercicio se puede ofrecer como alternativa en el trabajo diario del caballo atleta formando parte de su programa de entrenamiento, también se puede utilizar como método alternativo de fisioterapia y rehabilitación de animales que tienen que retirarse de su preparación física por lesiones músculo-esqueléticas y algunos problemas musculares que se producen durante el tiempo de reposo. Los ejercicios de natación tanto de rehabilitación, fisioterapia y entrenamiento en piscina se pueden considerar como una alternativa en el trabajo que estos caballos atletas realizan a diario, para evitar desgaste en sus articulaciones y desgaste físico.

La industria alrededor de la cría y el entrenamiento del caballo criollo colombiano ha tenido un crecimiento exponencial en los últimos 40 años, logrando ocupar un renglón importante en la economía nacional y traspasar fronteras conquistando el mercado de países como Puerto Rico, EEUU, República Dominicana y Aruba.

Debido a este crecimiento se ha comenzado a ver la necesidad de

encontrar alternativas que permitan optimizar dicha labor. En el campo del entrenamiento físico, se encontró que las largas jornadas de entrenamiento a las que son sometidos los caballos para aumentar su resistencia física ocasionan costos elevados por lesiones, mano de obra, incapacidad de los animales, servicio veterinario y pérdida de su valor comercial.

Con este trabajo se han propuesto dar a conocer nuevas técnicas que se están implementando con éxito en otros países y que en Colombia aun no se conocen en profundidad, que pueden ayudar a eliminar las barreras que se presentan en este mundo equino con respecto a nuevas técnicas que llegan a este país, ya que ellas pueden ayudar a reducir los costos e impactos tanto en el animal debido a su entrenamiento físico actual, como al ser humano en la ampliación del conocimiento con respecto a su trabajo.

El objetivo del estudio fue determinar el uso de la natación como método de entrenamiento cruzado del caballo criollo colombiano en la pesebrera La Cumbre del Municipio de Sabaneta.

Materiales y métodos.

Tipo de estudio

Se realizó un estudio descriptivo, mediante una entrevista cualitativa realizada a dos de los profesionales

(Dr. Henry Estrada y José Osorno) de la pesebrera La Cumbre, ubicada en el Municipio de Sabaneta, al sur del valle de aburrá del departamento de Antioquia. Con una altitud de 1550 msnm, con una extensión de 15 km.

La temperatura promedio anual es de 20°C, su topografía varía de relieves planos y ligeramente ondulados hasta lugares con altas pendientes. Las Principales alturas son el alto Piedras Blancas (2.650 msnm) en La Romera, la Cuchilla Santa Teresa (2.200 msnm), el cerro de Los Gallinazos en Pan de Azúcar (1.800 msnm), el cerro Morrón, La Siberia y el Ancón.

La principal corriente de agua es el río Medellín, que sirve de límite con el municipio de Itagüí. El afluente más importante de este río, en el municipio, es la quebrada La Doctora con sus afluentes Buenavista, La

Escuela, El Gusano, El Canalón, La Honda, La Sabanetica y la Cien Pesos que marca los límites con Envigado. (7)

Diseño de la entrevista

Se diseñó una entrevista cualitativa es decir una entrevista rígidamente estructurada bajo unas preguntas y unas respuestas limitadas, (5 Y 6) esas respuestas son basadas en experiencias u observaciones que los profesionales vieron durante el proceso de desarrollo de este trabajo y desde el momento en que se empezó a implementar la natación como método de entrenamiento cruzado en el caballo criollo colombiano.

Tabla1. Diseño de preguntas de la entrevista

PREGUNTAS
1) ¿En qué consiste la técnica de entrenamiento cruzado o natación?
2) ¿Qué ventajas a nivel muscular y cardiovascular trae este tipo de entrenamiento?
3) ¿Que desventajas a nivel muscular y cardiovascular trae este tipo de entrenamiento?
4) ¿Desde el momento en que se empezó a implementar este entrenamiento que cambios ha podido observar en los animales?
5) ¿Está de acuerdo usted con esta nueva rutina que se está implementando?
6) ¿Qué desventajas tenía los entrenamientos tradicionales?
7) ¿Qué beneficios tenía el entrenamiento tradicional que no tiene la natación?
8) ¿Cree usted que la natación favorece mas el desarrollo físico del caballo que otras técnicas? ¿Por qué?
9) ¿Que lesiones a nivel osteomuscular ha identificado con el entrenamiento tradicional?
10) ¿Recomendaría usted a otros profesionales esta nueva técnica que se está implementando? ¿Por qué?

La natación en los caballos

En primer lugar se realiza un exhaustivo examen general, realizando una buena anamnesis que permita conocer la historia clínica del caballo que va a nadar.

Antes de entrar a la piscina, los caballos son lavados con una manguera y sus cascos son aseados con un limpia cascos. El encargado del caballo engancha un tubo de aluminio largo al cabestro del animal y el caballo entra bajando por la rampa de la piscina, nada de 1 a 2 vueltas y sale.

Si el caballo tarda más de 15 min en recuperarse a nivel cardiovascular (ritmo cardíaco superior a 60 lat/min), no se intenta nadar más ese día.

Al finalizar la recuperación se coloca al caballo debajo de un solárium, de 10 a 20 min (dependiendo del largo del pelaje).

Resultados

Tabla2. Resultados de la entrevista realizada a los dos profesionales de la pesebrar la cumbre

PREGUNTAS	DR. HENRY ESTRADA	JOSE OSORNO
1) ¿En qué consiste la técnica de entrenamiento cruzado o natación?	Consiste en el entrenamiento que se le da a los animales tanto ensillado con su montador, como el de la natación donde el animal de acuerdo a la intensidad mejora su físico	La idea de la natación es fortalecer los músculos y dar un mayor desarrollo esquelético, mayor capacidad respiratoria para dar rendimiento físico.
2) ¿Qué ventajas a nivel muscular y cardiovascular trae este tipo de entrenamiento?	Al estar todos sus músculos en movimiento, hay una mejor ganancia de tono y masa muscular, como también el mejoramiento del sistema cardiorespiratorio para lo cual mejora la resistencia física.	Teóricamente no se ha podido comprobar, lo único que se sabe es que han dado rendimiento en las competencias, han tenido mayor tranquilidad y han tenido menos dolores.
3) ¿Qué desventajas a nivel muscular y cardiovascular trae este tipo de entrenamiento?	Ninguna, las desventajas serían los cuidados que hay que tomar a la entrada o salidas de las piscinas que los animales se golpeen o que se bronco aspiren por mal manejo de sus cabezas por los operarios.	No se sabe, lo único que se ha podido observar es que los caballos les da estrés al ingresar a la piscina ya que nunca nadan, se aceleran mucho por esto les dan entre 1 a 2 vueltas.
4) desde el momento que se empezó a implementar este entrenamiento, ¿qué cambios se ha podido observar en los animales?	Hay mayor resistencia en sus desplazamientos y luego de las sesiones salen más relajados.	Los caballos trabajan con más tranquilidad, son más serenos.
5) ¿está de acuerdo usted con esta nueva rutina que están implementando?	Si, es muy práctica, pero no todo el mundo puede acceder a ella.	A los chalanes se les ha favorecido mucho el trabajo, se han ahorrado mucho tiempo, en cada sección de la natación se están ahorrando dos a tres horas de trabajo.
6) ¿Que desventajas tenía los entrenamientos tradicionales?	Que se pueden hacer en cualquier parte y por cualquiera	No se puede salir de lo criollo, de lo que es el trabajo normal, que es dar boca, que es dar pulimento, y la ventaja es la ayuda con el físico
7) ¿Qué beneficios tenía el entrenamiento tradicional que no tenga la natación?	Que puede ser más largo y realizado por cualquiera.	Yo creo que beneficios o desventajas ninguna, las dos son complemento.
8) ¿Cree usted que la natación favorece más el desarrollo físico del caballo que otras técnicas? ¿Por qué?	Sí, porque trabajas todos los músculos, todo depende de la intensidad del ejercicio y la cantidad.	Sí, porque ya con los caballos que llevan 2 ó 3 meses en piscina, los caballos han aumentado totalmente el nivel.
9) ¿Qué lesiones a nivel osteo muscular ha identificado con el entrenamiento tradicional?	Los arpeos, por trabajar en piso de pavimento	Mucho dolor en tendones, muchas contracturas musculares, como arpeos, mucha ruptura de casco.
10) ¿Recomendaría usted a otros profesionales esta nueva técnica que se está implementando? ¿Por qué?	Si claro, porque el animal después de sufrir una lesión, es una forma de recuperarlos más rápidamente a competencia o estado natural.	La recomiendo y la seguiré recomendando por que el nivel del caballo es elevado a un 100%.

Discusión

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos y la información recolectada a lo largo de este trabajo se puede concluir que la natación como método de entrenamiento cruzado en el caballo criollo colombiano, le otorga a este una disminución de la tensión diaria que la pista le ocasiona en las extremidades, dándole al ejemplar un mejor desarrollo muscular y cardiovascular para así tener a su vez una capacidad respiratoria adecuada.

No se puede hablar del entrenamiento tradicional y el entrenamiento en piscina por separado ya que ambos se complementan estos ayudan a curar tendinitis, lesiones de ligamentos, heridas y cortes, problemas de articulaciones, además ayuda a mejorar la aptitud general y mejora el tono del músculo, aumentando su masa, incrementando su resistencia y proporcionando un buen acondicionamiento respiratorio. (1)

Es así que la natación como método de entrenamiento cruzado para el caballo criollo colombiano es la mejor opción a tener en cuenta para reforzar el entrenamiento tradicional del ejemplar.

Conclusiones

La natación aumenta la resistencia física, el tono y la masa muscular, mejora el sistema cardiovascular, y reduce al máximo dolores en extremidades de los equinos.

Los ejemplares van adquiriendo mayor resistencia en sus desplazamientos, también después de terminado el entrenamiento los caballos salen más relajados y trabajan con más tranquilidad.

La natación además de servir como entrenamiento se puede utilizar como rehabilitación.

A pesar de que el entrenamiento tradicional trae consigo una serie de desventajas, este no se puede dejar a un lado, ya que da pulimento al ejemplar, aspecto que la natación no desarrolla ya que esta sólo se enfoca al rendimiento físico, muscular y cardiovascular.

Recomendaciones

Se recomienda este método de entrenamiento cruzado, para los caballos que trabajan en pista, ya que la tensión diaria que se produce en las extremidades de estos es muy alta, y este método ayudaría a reducirla.

Se recomienda también para estos caballos que han sufrido lesiones, porque es una forma de recuperarlos más fácilmente.

Referencias

[1] Corvalan R, C. *La natación como método de entrenamiento y rehabilitación en los caballos*. 2008. [10 de enero] URL: <http://www.racve.es>

[2] Estrada L, R. *Chalanería colombiana*. Medellín: Talleres gráficos de vieco y Cía. 1991. p. 15-20 y 48-90

[3] Fedequina. *El caballo colombiano cinco siglos de historia*. Bogotá DC. 2006. p. 307-318

[4] Caudill C. *Caballos a nadar*. 2005. [16 de enero] URL: <http://www.aqha.com>

[5] Tevin G, G. *Tipos de investigación*. 2000. [16 de enero] URL: <http://tgrajales.net/investigpos.pdf>

[6] *diseño de una investigación*. [16 de enero] URL: http://www.dre-learning.com.mx/mdli/parte_4.htm

[7] *wikipedia. Sabaneta Antioquia*. [25 de enero] URL: http://www.rgs.gov.co/img_upload/a6760b33a0b37cbd6231b2518c38c335/Sabaneta__abril_7_de_08_.pdf

[8] *La entrevista cualitativa*. [25 de enero] URL: <http://pochicasta.files.wordpress.com/2009/11/entrevista.pdf>