

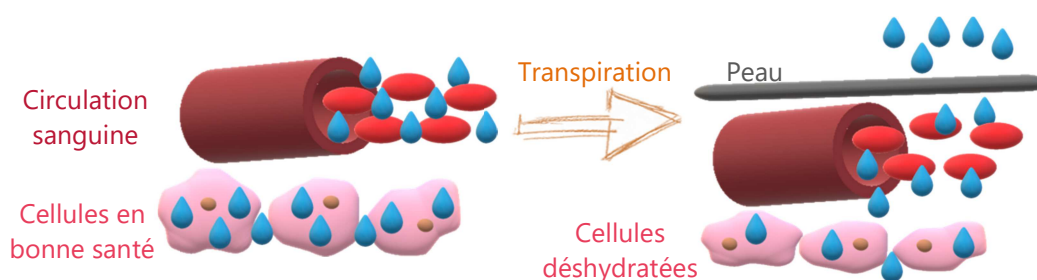
Le Comprendre

Eau et Déshydratation

Dans le corps l'eau est contenue dans les vaisseaux sanguins, entre les cellules, dans les cellules, et dans le tube digestif.

L'eau est indispensable pour :

- la digestion : le tube digestif contient environ 70 à 80 litres d'eau ; 2 à 3 litres d'eau sont nécessaires pour digérer un litre d'ingrédient solide.
- la régulation thermique : la chaleur et le travail musculaire entraînent un réchauffement de l'organisme ; la transpiration permet de limiter ce réchauffement.



L'eau contenue dans les cellules est transférée à la peau. Le niveau d'eau sanguin est maintenu le plus longtemps possible mais les cellules se déshydratent.

En plus de la perte d'eau la transpiration entraîne également une perte d'électrolytes (éléments minéraux comme le sodium ou le potassium par exemple)

- Réflexe de la soif :** Une transpiration excessive entraîne une déshydratation et une perte d'électrolytes. Cette carence en électrolytes élimine le stimulus déclenchant la soif. Le cheval n'a pas envie de boire et le manque d'abreuvement augmente le problème.

Ce n'est pas parce qu'un cheval ne veut pas boire qu'il n'est pas déshydraté.

Dans le cas de refus d'abreuvement il est possible d'aromatiser l'eau (avec du jus de pomme par exemple) pour susciter l'envie du cheval. Un apport d'électrolytes est également conseillé voir indispensable dans certains cas.

- Quantité :** Un cheval au repos doit consommer au minimum 5 litres d'eau par 100 kg PV (soit 25 litres pour un cheval de 500 kg). La consommation va augmenter en fonction de la température, de l'exercice (et de la transpiration) et du régime alimentaire. Par exemple pour des températures $\geq 30^\circ$ la consommation d'eau va doubler et tripler en cas d'exercice prolongé. Une ration à base de foin va également augmenter les besoins en eau par rapport à une ration à base d'herbe de printemps.

- Qualité :** L'eau doit être propre, potable et tempérée

Le Comprendre






🦋 **Evaluation de l'hydratation** : Plusieurs symptômes sont révélateurs d'une déshydratation

- Faiblesse et abattement
- **Perte de l'élasticité de la peau** ①
- Orbites enfoncées
- **Flancs creusés et qui semblent décharnés** ②
- Crottins secs et peu abondants, pouvant être recouvert de mucus
- Urine en faible quantité et sombre

① La perte d'élasticité de la peau est facile à observer en pinçant un pli de peau à la pointe de l'épaule. Chez un cheval correctement hydraté le débit sanguin au niveau de la peau est normal et entraîne un retour immédiat du pli de peau en position initiale.



Importants pour leur équilibre :

-  L'eau doit être fournie à volonté ; penser à surveiller le débit des abreuvoirs automatiques.
-  L'eau doit être propre, potable et tempérée ; renouveler régulièrement les points d'eau extérieurs.
-  Il est primordial de s'assurer que le cheval boit régulièrement.
-  L'entraînement prépare les muscles à l'effort et réduit la transpiration.
-  L'apport d'électrolytes est indispensable en cas de forte transpiration.