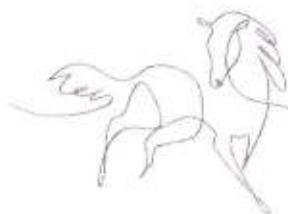


ONDERZOEKER ZEFANJA VERMEULEN:

'Paard  
echt niet  
slechter  
af dan vroeger'

Onderzoeker Zefanja Vermeulen ontleedt paarden en ziet dus met eigen ogen hoe ons hedendaagse sportpaard er van binnen uitziet. Dat blijkt anders dan de meeste mensen denken. Het paard is ver doorgefokt en dat kan vragen om een nieuwe benadering en trainingsmethode. Toch is topsport daarom niet onmogelijk, vindt de onderzoekster.

Tekst: Marije Stomps



Als er iemand een bijzonder beroep heeft, dan is het Zefanja Vermeulen. Zij is medeoprichter van Equinestudies, dat zich bezighoudt met het welzijn van paarden van binnenuit. Denk daarbij aan vragen als: hoe kun je aan de hoeven zien dat een paard compenseert? Wat heeft zich in een paardenleven afgespeeld en wat is het effect daarvan op het lichaam? Is het paard wel altijd lichamelijk in staat om te doen wat wij van hem vragen?

Antwoorden op deze vragen vindt Zefanja door paarden van top tot teen te ontleden, ook wel dissectie genoemd. "Ik kijk daarbij graag naar het hele paard, dat zegt meer dan alleen onderdelen. Ik krijg vaak paarden die al veel gemankeerd hebben of behandeld zijn in hun leven. Na hun dood kun je aan de binnenkant zien wat er precies aan de hand is. Het verhaal van de eigenaar erbij maakt het plaatje nog completer."

### **MISSEND LIGAMENT**

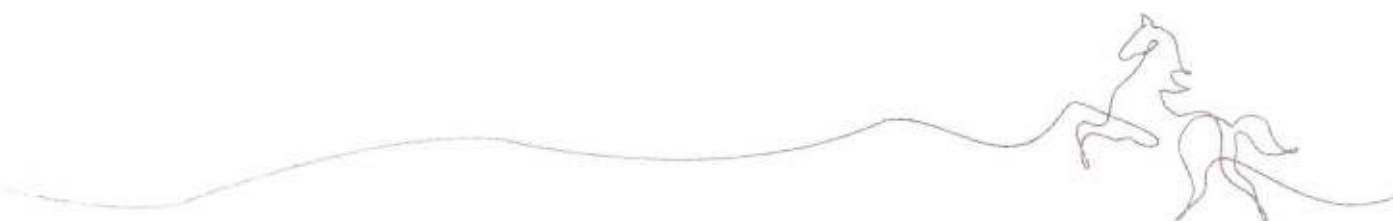
Het grote voorbeeld van Zefanja is de Australische onderzoekster Sharon May-Davis, waar ze ook nauw mee samenwerkt. Zij wordt ook wel de 'Bone Lady' genoemd, omdat ze uit de lichamelijke resten van een paard zoveel informatie over zijn leefwijze, biomechanica en anatomie kan halen. Ze reist bovendien de hele wereld over om de top van wedstrijdpaarden in vier hippische disciplines te begeleiden op het gebied van anatomie en atletische capaciteit.

Zefanja: "Zij heeft iets heel interessants ontdekt bij het ontleden van paarden. Het blijkt dat de hals van ons hedendaagse paard er inwendig anders uit ziet dan we altijd dachten en in de studieboeken staat. Langs de bovenkant van de wervelkolom loopt een ligament dat het effect van de zwaartekracht tegengaat en dus stevigheid aan de hals geeft. Aan de voorkant ondersteunt dit ligament het hoofd en de nek, langs de hals hechten lamellen zich vast aan de halswervels C2 tot en met C7 voor extra stevigheid. Nu blijkt uit ons onderzoek dat zebra's, Przewalski-paarden, Konikpaarden en de Bosnië Mountainhorses deze lamellen wel hebben, maar onze huidige sport- en recreatiepaarden en pony's niet. Die hebben helemaal geen lamellen die zich vasthechten aan de halswervels C6 en C7. Het lijkt erop dat we dit eruit gefokt hebben. Dat is kwalijk, want niemand weet dat en iedereen denkt dat de nek van een paard sterk is, maar dat is dus niet zo."

### **GRAASVOET**

Volgens Zefanja zijn er meer van dit soort 'afwijkingen' waarmee ons huidige paard kampt. Het gaat daarbij trouwens niet alleen om warmbloed sportpaarden, ook koudbloeden en ponyrassen zijn veel verder doorgefokt dan we ons soms realiseren. "Aan alle rassen is gesleuteld door de jaren heen. Dat kan ook niet anders, want we fokken paarden met een bepaald doel. Wil je een grotere pony of meer soepelheid in dressuur, dan raak je andere eigenschappen kwijt. Wij selecteren onze paarden op heel andere punten dan in de natuur gebeurt. We weten

»



dat het moderne paard of de pony op maar liefst 34 punten verschilt van het 'primitive horse': het paard zoals dat in de oudheid voorkwam."

Terug naar het hedendaagse sportpaard. Zefanja heeft nog een goed voorbeeld van een kenmerk dat we erin gefokt hebben, terwijl dat lichamelijk behoorlijke consequenties kan hebben. "Denk aan het graasvoetje. In de dressuur willen we paarden met heel lange benen. Maar omdat het gras nu eenmaal meestal niet zo hoog is, moeten die veulens hun voorbenen heel ver uit elkaar doen om te kunnen grazen. Ze zetten dan meestal dezelfde voet voor en achter, van die laatste voet slijt de teen sneller en er ontstaat een graasvoet."

### NIETS VERANDERD

Nu zou je kunnen denken dat dit soort 'afwijkingen' in de laatste decennia zijn ontstaan. Tenslotte is de bouw van het sportpaard in die periode op het oog aanzienlijk veranderd. Toch moet je het in het grotere geheel bekijken, aldus Zefanja. "Het gaat over selecteren op kenmerken, dat doen we al eeuwen, zelfs duizenden jaren. Het is niet iets van de laatste halve eeuw. Dat neemt niet weg dat het sportpaard in die periode is veranderd van bouw. Die aanpassingen zijn gemaakt in een relatief korte tijd, daar zouden best gevolgen aan kunnen zitten die we nog niet kennen."

Typische blessures die terug te voeren zijn op het lopen in de (top)sport komt Zefanja niet echt tegen bij haar dissecties. "Sharon May-Davis, die veel meer paarden heeft ontleed dan ik, zei het eens heel treffend. Ze zei: 'In al die jaren dat ik dissecties uitvoer, is er niets veranderd.' Ze doelde daarmee op dat paarden gebruikt worden door de mens en daaraan 'kapot' gaan. Of het nu in de hedendaagse sport is, of een paard uit de veertiende eeuw dat zich heeft doodgewerkt als pakpaard. Het is een feit dat wij mensen paarden gebruiken: vroeger voor het werk en in oorlogen, nu voor de sport. Ik denk dan ook niet dat het hedendaagse topsportpaard het slechter heeft dan die paarden van vroeger. Mensen die dat zeggen, hebben geen vergelijkingsmateriaal."

### HALS STERKER MAKEN

Toch vindt Zefanja dat geen reden om topsport met paarden af te zweren. "Nee, helemaal niet zelfs. Ik weiger te geloven dat topsport met paarden niet kan. Ik denk ook echt dat paarden het lichamelijk aankunnen. Mits je mogelijke problemen vroeg genoeg onderkent, het paard goed traint en begeleidt." Presteren met de afwijking aan de halswervels is misschien lastig, maar niet onmogelijk. Sharon May-Davis heeft een trainingsmethode ontwikkeld om de hals sterker te maken. "Dit heet browsen en is eigenlijk niets meer dan voer, hooi of takken aanbieden op verschillende hoogtes en uit verschillende hoeken. Het paard moet daarnaar reiken en traint zo de spieren rondom zijn wervelkolom, zowel in de nek als zijn rug. Bovendien kan het paard hierbij met beide voorvoeten naast elkaar op de grond blijven



staan, waardoor hij rechter wordt in zijn lijf. Dit heet 'Passive Physio': het paard traint zichzelf om sterker te worden. Dit browsen hoeft echt niet de hele dag, een bepaald percentage van de tijd geeft al heel goede resultaten. Browsen moet je natuurlijk wel met beleid doen bij een paard met bijvoorbeeld artrose in de nek."

## TE VERWEND

Voortschrijdend inzicht door meer onderzoek en kennis over het binnenste van een paard kan leiden tot nieuwe manieren van trainen of paarden houden. Of juist teruggrijpen naar het oude, want volgens Zefanja doen we met ons allen tegenwoordig wel heel erg ons best om blessures bij het paard te voorkomen. "Daarvoor wordt de omgeving aangepast. Paarden staan korter buiten, in kleinere weiltes of paddocks en ze worden gereden op goede, vlakke bodems. Maar daar wordt een paard niet sterker van, hun proprioceptie (het vermogen om waar te nemen waar ze hun voeten neer kunnen zetten, red.) wordt daarmee niet ontwikkeld. Ze zijn daardoor minder vast op hun benen en krijgen sneller blessures. Maar je kunt de omgeving juist ook aanpassen om het paard sterker te maken. De wijze van opfok kan daarin veel verschil maken, want juist in die periode is er enorm veel winst te behalen, omdat de groeischijven van paarden dan nog niet zijn gesloten. Ongelijke of afwisselende bodems bijvoorbeeld, waarin paarden goed moeten opletten waar ze hun voeten neerzetten. Zelf houd ik ervan om naar paarden in de natuur te kijken. Hoe klimmen paarden een heuvel op, hoe houden ze zich staande? Thuis heb ik een heuvel en een vijver in mijn weiland gemaakt en er ligt een laag van twintig centimeter grind achter de stal. Je kunt op heel veel manieren zorgen dat paarden hun proprioceptie trainen."

## BEWEGEN BELANGRIJK

We zouden vooral één ding in het oog moeten houden: paarden zijn bewegingsdieren. "Daar zijn hun spieren ook voor gemaakt, om te bewegen. Als je ze het grootste gedeelte van de dag op stal zet, gaat de functie van spieren van bewegen naar stabiliseren. Moet je dat willen? Ik denk van niet."

Topsport draait om bewegen, dus hoeft het niet slecht te zijn voor een paard.

"Het kan zeker, maar er zouden wel dingen anders moeten, meer vrije beweging bijvoorbeeld. Dat we een paard 'gebruiken' klopt, maar dit is al eeuwen het geval. Paarden hebben een karakter dat mee wil werken met de mens, dus daar zijn we mee verder gegaan. Met zebra's en Przewalskipaarden bijvoorbeeld lukte dat niet, veel te agressief. Een paard is werkwilbig en dienstbaar. Dat hoeft niet verkeerd te zijn. Mijn man wil ook alles voor mij doen, maar de kunst is om daar geen misbruik van te maken. Zo is het met paarden ook. Zeker op talentvolle paarden die heel slim zijn en de top zouden kunnen halen, moet je heel zuinig zijn. Want een talent is nog geen topsporter, die moet je goed begeleiden om topprestaties te kunnen leveren." 

