

ISES conferentie:

Stress, leren en training

Begin augustus werd in het Deense Vingsted, vlakbij Billund, voor de 10e keer de ISES conferentie gehouden. De ISES (International Society for Equitation Science) is een non-profit organisatie die probeert onderzoek op het gebied van training te ondersteunen en daarmee het welzijn van paarden en de relatie tussen paard en ruiter te verbeteren. Het onderwerp van deze conferentie was 'Stress, leren en training'. Tijdens het congres werden dagelijks lezingen gegeven passend bij het onderwerp en er werden onderzoeken gepresenteerd door middel van posters.

Stress

De eerste dag van de conferentie stond in het teken van stress. Mette Herskin trapte af met een erg leuke en heldere presentatie over stress. Rond 1970 is men echt begonnen met onderzoek doen naar stress en sindsdien is het aantal publicaties flink gestegen. Op dit moment verschijnen er per jaar zo'n 4000 publicaties die te maken hebben met stress. Dit komt omdat stress een heel breed onderwerp is. Er zijn twee grondleggers in het beschrijven van stress: Walther Cannon en Hans Seyle. Cannon hield zich bezig met het autonome zenuwstelsel en het onderzoeken van de activiteit er van door middel van metingen aan hartslag en hartritmevariabiliteit (het verschil in tijd tussen twee opeenvolgende hartslagen). Seyle hield zich bezig met de hypothalamus-hypofyse-bijnier-as (HPA-as), dit draait met name om hormonen die betrokken zijn bij stress. Voor stress zijn veel definities gegeven door diverse onderzoekers. Broom (2001) zegt erover: het gebruik van de term stress is verwarrend geweest, we moeten de term verfijnen en gebruiken in plaats van afdanken. De belangrijkste boodschap uit het verhaal van Mette was dan ook om, als je spreekt over stress, vooral heel duidelijk te maken over wat voor stress je het

precies hebt. Wees duidelijk in wat jij er mee bedoelt. Een pionier op het gebied van stress is Robert Sapolsky. Hij heeft veel onderzoek gedaan naar sociale interacties, stress reacties en pathologie in wilde bavianen. Zijn focus lag op de biologische functie van stress. In het beschrijven van stress zijn twee termen van belang: stressor en stress respons. Een stressor is het onderwerp dat de stress veroorzaakt en de stress respons is de reactie op de stressor. Door de stress respons kan een individu een stressor verwerken. Na het waarnemen van een stressor stijgt het cortisol gehalte in het bloed. Een acute stress situatie is best goed voor een lichaam. Als een stressor langere tijd aanwezig blijft, wordt het negatief. Het individu krijgt dan lichamelijke en psychische klachten.



Demo met springpaarden tijdens de ISES conferentie

“Een acute stress situatie is best goed voor een lichaam”

De reactie op een stressor hangt af van de karakteristieken van de stressor en van hoe het dier deze ervaart. Uit onderzoek is bijvoorbeeld gebleken dat bij het kunnen voorspellen van een stressor een dier minder maagzweren ontwikkelt dan als de stressor niet te voorspellen is. Interessant was een onderzoek van Carol Hall (et al, 2014). De interpretatie van stress bij paarden door verschillende professionals in de paardensport, zoals dierenartsen, instructeurs en ruiters, blijkt te verschillen van het fysiologische bewijs van stress. Zo gaven dierenartsen bijvoorbeeld aan dat zij een hoog gedragen hoofd zagen als teken van stress, terwijl het laag dragen van het hoofd juist resulteerde in verhoogde fysiologische signalen van stress. Meer onderzoek is nodig om het gedrag van het gereden paard goed te kunnen evalueren. Na de lunch legde Diana Strucke uit dat analyse van de hartritmevariabiliteit een goede methode is om pijn na de castratie te meten. De eerste uren na de castratie zijn van belang bij pijnbestrijding en stress. Uit onderzoek van Machteld van Dierendonck (en Thijs van Loon) bleek dat twee door hen ontwikkelde methoden om pijn te scoren veelbelovend lijken te zijn voor het herhaaldelijk vaststellen van pijn in de buikholte.

Leren en cognitie

In de middag gingen we over naar het thema 'leren en cognitie'. Sebastian McBride trapte af met een zeer

interessant maar ook heel pittig verhaal over hoe stress, dopamine en de paardenhersenen van invloed zijn op leren en training. Dopamine is van invloed op het leervermogen. Stress kan veranderingen in de activiteit van dopamine veroorzaken en dus in het leervermogen. Uit een onderzoek gepresenteerd door Marianne Vidament bleek dat de persoonlijkheid van het paard de leercapaciteiten van het dier beïnvloedt. Janne Winther Christensen sloot de dag af met een presentatie over haar onderzoek naar het overdragen van habituatie van merries naar veulens. De merrie bepaalt, met name kort na de geboorte, sterk de ontwikkeling van het gedrag van haar veulen. Het is volgens Christensen mogelijk om angst in veulens te verminderen door sociale transmissie via de merrie. De resultaten geven aan dat het mogelijk is om angst bij veulens te verminderen door een combinatie van het overdragen van gewenning aan potentieel enge situaties door de merrie en het vroeg in het leven van de veulens kennis laten maken met vreemde objecten.

Objectiviteit in de dressuur

De tweede dag begon met een stuk theorie over objectiviteit in de dressuur. Andrew McLean trapte af met een erg interessant verhaal over objectiviteit in de juring van de dressuur. Op basis van leertheorieën is er een nieuwe en meer objectieve trainingsschaal

gemaakt. Deze nieuwe evidence-based scoringschaal kan worden gebruikt in de jurering van de dressuur. McLean gelooft dat deze schaal accurater en eerlijker is dan de schaal die momenteel wordt gehanteerd door de FEI. Veel mensen vinden dat er sprake is van subjectiviteit in de dressuur en er zit een groot verschil tussen wat het publiek vindt en wat de jury vindt wanneer de FEI schaal wordt gebruikt. De nieuwe trainingschaal die gebaseerd is op wetenschappelijk bewijs zorgt niet alleen voor een simpelere, transparantere en objectievere jurering, maar verhoogt ook het welzijn van de paarden in de sport.



Sustainable training and riding

De laatste conferentiedag werd afgetrapt door Arno Lindner. Hij begon zijn verhaal met de uitval van paarden in de sport. De meeste paarden zijn gemiddeld ongeveer 3,5 tot 6 jaar actief in de sport. Maar bij eventers gebeurt het regelmatig dat zij in hun 2e sportjaar al uitgeschakeld raken. De vraag is of het interessant is om paarden

langer in de sport te hebben lopen. En het antwoord hierop is afhankelijk van met wie je praat, fokkers hebben andere belangen dan paardeneigenaren en sport-associaties hebben weer andere belangen. Al vele jaren wordt er onderzoek gedaan naar het vinden van maten om blessures, pijn en discomfort als gevolg van de arbeid bij sportpaarden te verminderen. Maar ongeacht hoeveel effectieve fysieke oefeningen we kunnen ontwikkelen om het paard beter te trainen, een duidelijke vermindering zal uitblijven. Er is niet veel praktische informatie over parameters die op tijd aan kunnen geven dat rust beter is voor het paard. Verder zijn er behalve de training nog veel andere factoren van belang voor het gezond houden van sportpaarden. Linder noemde onder andere ruitersfitheid en ruitervaardigheid. Ruiters moeten aan hun eigen gezondheid werken door bijvoorbeeld gymnastiek, om zichzelf en daardoor ook hun paard gezond te houden. De ruitervaardigheid is van invloed op de gezondheid en het welzijn van het paard, de rijkunstige kwaliteiten van de ruiter worden daarbij beïnvloed door ruitersfitheid. Lindner concludeerde dat duurzame training van sportpaarden in een zekere mate kan worden bereikt, maar daarvoor zijn flinke veranderingen nodig in de wijze waarop we paarden houden.

Een aantal korte presentaties volgden. Heather Cameron-Whytock onderzocht risicofactoren voor het vallen van paard en ruiter in de Cross Country. Een leidende positie in de groep aan het begin van de Cross Country is een grote risicofactor. Verder waren snelheid, onervarenheid en ruitersfouten van invloed op het risico van vallen. Richard Mott deed onderzoek naar het effect van de beslagen en onbeslagen hoef op de prestaties van dressuurpaarden. Het bleek dat de keuze voor beslagen of onbeslagen niet van invloed was op de prestaties van dressuurpaarden.

Elastic fantastic?

Hayley Randle presenteerde een onderzoek naar teugels met elastische inzetten. In de afgelopen jaren is elastiek in teugels gebruikt om de druk beter te verdelen en de druk in de paardenmond te verminderen. De onderzoekers onderzochten de effecten van elastische inzetten in de teugels op de teugeldruk tijdens het rijden en tijdens een overgang van stap naar halt. Ook wilden ze onderzoeken in hoeverre de druk van de teugels gehaald kon worden tijdens het rijden. Het blijkt dat stukjes elastiek in de teugels resulteerde in minder teugeldruk tijdens het gewone rijden, maar in een hoge teugeldruk bij het maken van overgangen. Het kostte met de elastische

Bont is beter

Uit een onderzoek naar ruiter- en verkeersveiligheid waarbij de profielen van vrijetijdsruiters en hun omgeving in beeld werden gebracht, bleek dat bonte paarden minder bijna-ongelukken hebben dan egaal gekleurde paarden.



Rose Scofield concludeerde dat de selectie van bonte paarden mogelijk bijdraagt aan de veiligheid van de combinaties die gebruik maken van de wegen in het Verenigd Koninkrijk.

inzetten meer tijd om de teugeldruk te verminderen zodra het paard luisterde. Dit kan een negatieve invloed hebben op het leren en de training van paarden en kan daarmee van invloed zijn op stress bij en welzijn van het paard.

Links of rechts?

Katriena Merkies onderzocht de invloed van de handigheid (links- of rechtshandig zijn) op de positie van de ruiter. Hoewel alle ruiters een bijna ideale rijkhouding kunnen bereiken tijdens het halthouden, leidt toegenomen beweging van het paard tot een veranderde symmetrie van de ruiter. Rechtshandige ruiters zitten meer voorover en leggen hun benen meer naar voren. De houding van linkshandige ruiters kwam dichterbij de ideale lijn, die van het oor via de schouder en de heup naar de hiel loopt. Bewustzijn van de rijkhouding kan ruiters en coaches helpen de communicatie met het paard te verbeteren,

“40% denkt dat een paard scheren leidt tot betere prestaties”

door te voorkomen dat men verkeerde hulpen geeft die kunnen leiden tot verwarring bij het paard en tegenstrijdige correcties van de ruiter.

Een aantal korte presentaties over verschillende onderwerpen volgden. Grete Jorgensen stelde naar aanleiding van haar onderzoek naar winterweer en thermoregulatie bij het paard dat paarden graag een schuilstal in willen bij nat winterweer. En mogelijk is een schuilstal beter dan een deken omdat het paard zijn eigen temperatuur dan kan regelen. Er zijn echter ook individuele verschillen, het is dus goed om per paard te kijken of een deken of schuilstal de voorkeur heeft.

Scheren en dekens

Elke Hartmann onderzocht het dekengebruik en scheren van paarden onder Zweedse paardenbezitters. Het scheren en gebruik van dekens kunnen wellicht welzijnsproblemen veroorzaken door verwondingen, bewegingsproblemen en het gebrek aan onderling kunnen groomen. Uit eerder onderzoek van Hilary Clayton is al gebleken dat zelfs goed passende dekens kunnen leiden tot verwondingen. Het grootste deel van de paardenbezitters gebruikt dekens in de winter. Ook scheren gebeurt dan het meest. De voornaamste reden (60%) voor het scheren was dat de paarden dan sneller droog zijn na een training. 40% van de paardenbezitters gelooft dat scheren leidt tot betere prestaties, 15% scheert omdat ze hun paard dan makkelijker schoonhouden en er was een klein percentage mensen dat scheert omdat ze hun deken graag wilden gebruiken. Paardenhouders worden aangemoedigd het belang van scheren en dekengebruik te gaan bekijken vanuit het oogpunt van het paard. Daarbij kunnen ze het type werk dat het paard doet en het management waarin het paard wordt gehouden in afweging nemen.

Hiermee kwam een einde aan de 10e ISES conferentie. Volgend jaar vindt de conferentie plaats in Vancouver. <http://www.equitationsscience.com/home>

Niet kloppen maar krauwen!

Emily Hancock keek naar het belonen van paarden. Ruiters en geleiders kloppen het paard regelmatig op de hals of krauwen het als een communicatiemiddel en als beloning voor het paard. Het kloppen op de hals bleek minder effectief dan het krauwen op de schoft. Het krauwen leidde tot vergelijkbare reacties als die men vindt in paard-paard interacties.

