



**Les chevaux mangent-ils leurs émotions ? Pourquoi nous tournent-ils parfois le dos ?**

# Les signaux d'apaisement chez les chevaux

**Deuxième partie**

par *Rachaël Draaisma*

traduit par Catherine Taks



« Croquer un morceau de chocolat quand on s'ennuie, vider un sac de chips pour calmer son stress, être incapable d'avaler un morceau parce qu'on est angoissé. Nos réflexes alimentaires trahissent parfois notre état d'âme. Ce phénomène n'est pas une exclusivité des humains. Chez les chevaux des processus physiologiques similaires sont activés par le stress et chez eux aussi ils s'expriment par différentes attitudes vis-à-vis de la nourriture. Ces dernières peuvent donc être utilisées comme un point de référence supplémentaire afin d'évaluer le degré de tension ressentie par votre cheval. »

C'est ce que nous explique Rachaël Draaisma. Elle étudie depuis six ans le langage des signes et les signaux d'apaisement chez les chevaux. Dans cet article elle nous détaille plus particulièrement les réactions par rapport à la nourriture et les positions corporelles prises par les chevaux lorsqu'ils sont confrontés à un stimulus potentiellement inquiétant.

Lorsque j'ai commencé mon étude sur les signaux d'apaisement des chevaux en 2013, j'ai analysé 220 films de chevaux domestiques se trouvant dans différentes situations avec des humains. J'ai observé, entre autres, la position des oreilles, les yeux, la bouche, le maintien de l'encolure et de la tête et le positionnement du corps. Et bien que cela n'ait pas été le premier objectif de mon étude, il m'a fallu remarquer que certaines façons de manger étaient liées chez les chevaux à un niveau de tension déterminé. »

« Ces observations et une étude complémentaire ont montré qu'un cheval se mettait à manger autrement lorsqu'il ressentait une légère inquiétude. La fréquence de prise des bouchées augmente – pouvant aller jusqu'à 75 bouchées supplémentaires en cinq minutes. Le cheval va également mordre différemment dans l'aliment. Les incisives par exemple vont être un tout petit peu plus découvertes lorsqu'il se dépêche de saisir la nourriture, ou la bouche va s'ouvrir plus largement pour y introduire plus rapidement de plus grandes bouchées d'herbe. S'il retrouve le calme on constate un retour à un comportement alimentaire normal et décontracté, mais si le stress augmente, il va alors se mettre à manger de façon de plus en plus précipitée, attraper des

bouchées plus petites sans prendre le temps de bien mâcher la nourriture ou de l'avaler, laissant parfois l'aliment, le foin ou l'herbe lui échapper et tomber au sol. Il va aussi boire à la hâte, à petites gorgées en s'interrompant pour aller marcher, regarder aux alentours, flairer ou hennir. Si la tension augmente encore il ne va plus manger ou boire, même si vous lui proposez.

## Manger réduit l'anxiété

Les mécanismes biologiques à la source de ce phénomène sont très intéressants. Rachaël Draaisma : « L'amygdale est un noyau en forme d'amande, situé dans le cerveau, et qui va entrer en action en cas de peur. Cela peut être en réponse à un stimulus et/ou une situation que le cheval considère à ce moment-là comme « une nouveauté » et ressent comme effrayant. L'amygdale peut également colorer comme effrayants une situation ou un stimulus qui n'ont a priori rien d'angoissant mais que le cheval a enregistré comme tels par le passé. Si l'amygdale évalue une situation comme inquiétante, elle active l'hypothalamus, l'hypophyse et les surrénales (le fameux axe HHS). Il va alors y avoir production d'adrénaline, de noradrénaline et de dopamine. Des hormones qui font en sorte que le corps soit prêt au combat ou à la fuite. Mais des études ont montré que le fait de se

mettre à manger au moment de la montée du stress permettait de diminuer l'activité de l'axe HHS et donc de réduire la peur. »

« Cependant, si le stimulus ou la situation provoquant du stress chez le cheval continuent de se renforcer et que la tension augmente, cet effet modérateur disparaît. L'organisme se prépare à l'action. Les hormones adrénaline, dopamine, noradrénaline et les glucocorticoïdes, comme le cortisol l'inondent. D'autres signes distinctifs de stress apparaissent. Le cheval tient la tête et l'encolure hautes, ses muscles sont tendus, ses yeux écarquillés, ses naseaux dilatés et sa lèvre supérieure est parfois crispée. Ses mouvements sont précipités. Il n'est plus assez calme pour manger et boire de façon détendue. Si la tension monte encore il s'arrêtera complètement de manger et de boire. Le responsable en est son système digestif. Sous l'effet de l'augmentation du cortisol (dû au stress élevé), les mouvements péristaltiques de l'intestin grêle se ralentissent. Par contre, les mouvements et contractions du gros intestin augmentent sous l'effet de ce même cortisol et le transit de la nourriture se faisant plus rapidement, le cheval va déféquer (ce seront souvent des crottins mous, voire liquides, et parfois seul du liquide sortira de l'anus). L'hypothèse des chercheurs est que c'est cette opposition entre un gros intestin hyperactif et un intestin grêle aux mouvements ralentis qui rend le cheval nauséux au point de ne plus vouloir manger ou boire. »



**Manger  
lorsqu'on  
est stressé**

Photo® Gijs Timmers Photography



**Équitation Durable® :**  
**Créer pour notre cheval une ambiance**  
**positive de travail et d'apprentissage**

« Nous essayons bien sûr d'éviter ces réactions de stress afin de créer pour notre cheval une ambiance positive de travail et d'apprentissage. Observer l'allure à laquelle votre cheval mange et de quelle façon il prend ses aliments peut être un outil d'évaluation très pratique. S'il refuse de manger ou de boire, son niveau de stress est élevé. S'il mange avec précipitation, il cherche sans doute à s'auto-apaiser et la tension est légère. Chez les chevaux qui n'ont pas d'herbe ou de foin à disposition, on constate parfois qu'ils sont le nez au sol, à la recherche de quelque chose à mâcher.

Le voyez-vous prendre plus fréquemment de petites bouchées ou saisir différemment sa nourriture, essayez alors d'identifier ce qui provoque chez lui cette réaction. Se trouve-t-il à un endroit où il ne se sent pas bien ? Êtes-vous en balade, loin de la maison depuis trop longtemps et trouve-t-il cela difficile ? A-t-il besoin de s'auto-apaiser à cause d'odeurs qui lui sont étrangères ? Ou entend-il des cris d'enfants auxquels il n'a pas été sensibilisé ? Côté-t-il des compagnons de pré qui n'ont pas un comportement social à son égard ? Le cheval ayant des sens beaucoup plus développés que les nôtres, il est possible que vous n'arriviez pas à identifier ce qui l'inquiète. Mais en observant dans quelle direction il regarde ou tend l'oreille vous pourrez déjà deviner d'où cela vient. »

## Montrer son arrière-main, son flanc ou se mettre face à un stimulus

« Au moment où votre cheval ressent un léger stress sans en être au point où le mécanisme lutte-fuite risque de s'activer, et si vous pouvez identifier ce à quoi il réagit, la façon dont il va se positionner par rapport à cet objet ou personne peut vous apporter des informations supplémentaires. Pendant mon étude, trois attitudes sont ressorties : le cheval montrant son flanc, son arrière-main ou son avant-main (tête et poitrail) au stimulus. Les deux premières positions : montrer son arrière-main ou son flanc font partie des signaux d'apaisement. La façon dont un cheval se positionne traduit une volonté de désescalade de la tension vis-à-vis de ce qui la provoque. En présentant son arrière-main ou son flanc, il veut apaiser ce qui l'inquiète et qui peut être une personne, un animal ou un objet. Il s'auto-apaise éventuellement par la même occasion. Montrer son arrière-main ou son flanc lui permet de rester, sans qu'il y ait conflit, en présence de ce qui le trouble. C'est un peu ce que nous faisons lorsque nous détournons le regard ou nous tournons lorsqu'une personne inconnue nous fixe à deux mètres de distance. Nous ne

voulons pas fuir ni nous battre mais seulement faire comprendre à cette personne que nous ne voulons pas de contact ni de confrontation. »

« Présenter son arrière-main a un effet d'apaisement beaucoup plus fort que le fait de présenter son flanc. Un cheval qui montre son arrière-main aura ensuite moins tendance à se rapprocher de lui-même de ce qui l'inquiète. Celui qui présente seulement le flanc pourra par contre se décider à l'approcher après un bref laps de temps. C'est une sorte de léger temps de pause. Le cheval peut également, à partir de ces deux positions choisir d'aller faire tout autre chose et de ne pas approcher ce qui l'a inquiété. »

« Un cheval qui montre ainsi son arrière-main ou son flanc en direction d'un stimulus a les muscles détendus. Ses yeux sont en forme d'amande et le regard doux, ses naseaux longs et décontractés. Il est possible de le voir fermer les yeux à moitié au moment où il se tourne. Les oreilles restent tout d'abord pointées vers l'avant. Il mange, et s'il ne mange pas, il regarde droit devant lui comme s'il se préoccupait de tout autre chose que du stimulus auquel il vient de réagir. On voit souvent cette attitude chez des chevaux qui tournent le dos à un chemin très fréquenté. Ou bien chez un cheval qui, dans le pré, est chassé par un autre et se positionne alors ainsi à quelque distance de celui qui vient de le poursuivre. Quand un cheval montre son arrière-main pour émettre un signal d'apaisement, il a une attitude tout à fait

différente de celui qui menace de taper. Ce dernier aura la ligne du dessus tendue, le dos raccourci, la tête et l'encolure relevées, les oreilles dirigées vers l'arrière, la nuque enfoncée et le nez pointant légèrement vers l'avant. Il va parfois incliner un peu la tête pour observer d'un œil ce qu'il menace de frapper et lever légèrement un postérieur à titre d'avertissement. »

« Si un cheval (en train de manger ou non) se tourne face à ce qui l'inquiète,

on constate qu'il va finir par s'en approcher après un moment d'hésitation. Il fera frontalement. S'il veut être un peu plus prudent, il émettra quelques signaux d'apaisement complémentaires. Il va par exemple décrire un arc de cercle en se dirigeant vers le stimulus, se déplacer au ralenti, s'arrêter de temps en temps, détourner la tête et l'encolure et regarder de nouveau de face, mâchouiller ou cligner des yeux. »



**Ristin et Indy (le cheval) se promènent. Indy s'assoit sur son arrière-main à cause du tracteur qui passe à toute allure.**



**Indy se rapproche de Ristin et affiche un comportement d'attachement.**



**L'étape suivante : Il se met à manger pour achever de se calmer.**

## Comment utiliser ces faits à votre avantage ?

« On peut identifier la tension chez un cheval à ses attitudes, ses mimiques et ses comportements. Il peut être utile de savoir remarquer comment il mange et se positionne. La façon dont il mange donnera des informations supplémentaires sur son niveau de tension. La position qu'il prendra indiquera dans quelle mesure il est prêt ou non à approcher ce qui l'inquiète. Va-t-il s'y diriger facilement après s'être mis de face. Préfère-t-il attendre un peu (il montre son flanc) ou bien veut-il rester à distance (il montre son arrière-main). Tout cela sans provoquer de conflit. »

« Au moment où vous voyez qu'un cheval est légèrement stressé, demandez-vous d'abord s'il est nécessaire d'intervenir immédiatement en observant comment il mange et se positionne. S'il se calme et arrive à affronter ainsi une situation tout va bien. Il n'a pas besoin de votre aide. Si ce n'est pas le cas, alors demandez-vous comment l'aider au mieux. »

Rachaël poursuit : « Manger a un effet calmant en cas de tension légère. Vous pouvez donc choisir de lui donner à manger si vous pensez qu'il peut ressentir une situation comme difficile. Je choisis en ce cas du foin ou un autre type de fourrage qu'il est possible de donner soit en continu, soit de temps en temps. Organisez votre distribution de nourriture de

### Habituer aux objets :

**On positionne le cheval de façon à ce qu'il présente son flanc et on lui donne à manger pour qu'il puisse rester calme tout en s'habituant au van.**

façon à ce que le cheval reste détendu et ne soit pas toujours en train de mendier ou éprouve du stress parce qu'il ne sait pas quand il va avoir du foin. Pour donner du foin, je ne choisis pas d'attendre que le cheval ait compris qu'il ne devait pas réclamer. Je n'attends pas de lui qu'il puisse comprendre un tel concept cognitif difficile dans un moment de tension. Je préfère que le cheval reste détendu dans une situation compliquée afin qu'il puisse associer l'apprentissage à des sensations positives quitte à lui donner un peu moins à manger la fois suivante. »  
« J'entends parfois que le fait de donner du foin et de l'herbe pendant un exercice soulève des objections. L'argument le plus fréquent étant que l'on apprend au cheval à vouloir manger partout, ce qui peut être ennuyeux. En ce cas, il est possible d'être très clair avec lui en lui



en utilisant un signal l'autorisant à manger lors d'une promenade en main et un autre pour lui signifier d'arrêter. Si vous ne le laissez pas manger avant de lui avoir donné ce signal, il comprendra très vite. Mais il faut être conscient du fait que les chevaux ont besoin de manger presque continuellement. Leur estomac produit du suc gastrique 24h sur 24 et celui-ci doit être neutralisé par la salive et la nourriture. Plusieurs études ont montré que si un cheval restait plus de 6 heures sans fourrage, il risquait d'avoir des ulcères.

Beaucoup de chevaux domestiques doivent attendre encore trop longtemps leur repas. Donner du foin n'est pas seulement apaisant, c'est essentiel pour l'estomac et la santé du cheval. Si vous avez un cheval dont il faut restreindre l'apport en fourrage mais que vous voulez tout de même l'utiliser comme mode d'apai-

sement, vous pouvez répartir et modifier les heures et les quantités de foin. »

« Vous pouvez aussi utiliser à votre avantage le positionnement du cheval en le tournant face à un stimulus s'il accepte de le regarder et bien sûr s'il reste calme. S'il éprouve des difficultés, tournez-le alors avec le flanc ou l'arrière-main en direction de ce qui lui pose un problème. Vous pouvez le faire sur l'aire de pannage en l'installant autrement ou dans son abri en mettant le foin à un autre endroit, ou en main lorsque vous êtes près de lui. Tenez compte de la distance qui pour lui sera acceptable et ne provoquera pas de réaction de fuite. Si vous lui donnez à ce moment-là et dans cette position du foin à manger vous combinez alors les deux atouts qui pourront être très utiles dans le cadre d'un programme d'habituation aux différentes choses de la vie courante. »