

Um cavalo musculado proporciona-lhe força e resistência. Com uma alimentação adequada e um bom treino, pode ajudar o seu cavalo a desenvolver músculos de qualidade.

### Quanto tempo demora o seu cavalo a desenvolver músculos?

Tal como acontece com os humanos, os cavalos não ganham músculo de um dia para o outro; é necessária uma combinação perfeita de nutrientes, como uma quantidade suficiente de proteínas, e um treino adequado para estimular o crescimento muscular. Se tudo isto for feito corretamente, deverá observar um desenvolvimento muscular significativo no seu cavalo num período de cerca de três meses.

### Como é que o meu cavalo ganha músculo?

É importante entender que um cavalo nunca ganha mais músculo, pois a quantidade de células musculares é determinada geneticamente. No entanto, os músculos podem ficar mais desenvolvidos. O treino faz com que as células musculares armazenem mais energia, aumentando assim a massa muscular e também melhorando o desempenho e a resistência do seu cavalo.



Utilize as seguintes sugestões para apoiar o crescimento muscular do seu cavalo de forma saudável:



### Forneça proteínas suficientes na alimentação

Os principais componentes básicos do músculo são as proteínas, compostas por várias cadeias de aminoácidos. Estes aminoácidos podem ser essenciais ou não essenciais. Os aminoácidos não essenciais podem ser produzidos pelo organismo do cavalo, mas os aminoácidos essenciais, como a lisina, a metionina e o triptofano, não podem ser sintetizados pelo cavalo. Assim, é necessário que o cavalo os obtenha através da alimentação, e é aqui que entramos em jogo.

O seu cavalo obtém a maioria destes nutrientes da forragem, como o feno. Ao analisar o feno, é possível determinar, entre outros nutrientes, a quantidade de proteína e energia disponíveis. Como os cavalos desportivos necessitam de mais proteína e energia do que a média dos valores encontrados na forragem convencional, é necessário suplementar. É preferível fazê-lo com produtos fibrosos e ricos em proteína, como o Pavo FibreBeet e o Pavo WeightLift. Ambos os produtos possuem um elevado teor de fibra e são um suporte saudável para cavalos com uma condição corporal pobre e/ou défice muscular. A principal diferença entre ambos os produtos está na forma de preparação: o Pavo FibreBeet é dado embebido em água, enquanto o Pavo WeightLift é administrado seco.

Se a sua forragem e concentrado têm energia suficiente, mas baixa proteína, então o Pavo ProteinPlus é o suplemento ideal. Este concentrado proteico foi especialmente formulado para fornecer uma quantidade adequada de proteína na dieta, sem fornecer um excesso de energia ou outros nutrientes.



## Programa de treino para o desenvolvimento muscular

Além da nutrição, o exercício e o plano de treino desempenham um papel crucial no desenvolvimento muscular. É importante que o treino comece lentamente e seja suficientemente variado. Ao manter o seu cavalo em boas condições, aumenta a proporção de fontes de energia no músculo, o que permite ao seu cavalo trabalhar mais tempo sem dor.

- Comece sempre com um bom aquecimento e termine com um bom arrefecimento.
- Certifique-se de que existe variação suficiente entre o aperto e o relaxamento durante o treino. Pense em alternar entre exercícios mais intensos e exercícios suaves e fáceis. Faça pausas regulares para permitir que o seu cavalo estique o pescoço.

## Suplementos para apoiar o músculo

Existem cavalos que podem beneficiar de um apoio ao desenvolvimento muscular, como os jovens que estão a começar a treinar ou os cavalos de desporto após um período de descanso.

O suplemento Pavo MuscleBuild foi especificamente desenvolvido para promover o desenvolvimento da massa muscular. Contém soro de leite, reconhecido no mundo do fisiculturismo, que contém uma série de aminoácidos (proteínas) essenciais para o desenvolvimento muscular. Além disso, ajuda a prevenir a fadiga muscular, permitindo que o seu cavalo mantenha o esforço durante mais tempo.



### CONSELHO:

O impulso definitivo (booster) para um cavalo musculoso consiste num produto fibroso rico em proteínas, como o Pavo FibreBeet ou o Pavo WeightLift, em combinação com o suplemento Pavo MuscleBuild.



**Digitalize o código**

para saber mais sobre a musculação do seu cavalo

[www.pavo.pt](http://www.pavo.pt)

  
**Pavo**