



Cuestionario de evaluación de la postura

Este cuestionario te permite evaluar la fatiga postural de tu caballo y valorar si su entrenamiento favorece su equilibrio y bienestar.

¿Cómo completarlo? → Observa a tu caballo con calma, tanto en estático como en movimiento, elige en cada pregunta la opción que mejor describa su situación actual.

La primera opción indica condición óptima (más puntos); las siguientes reflejan mayor fatiga (menos puntos). Al finalizar, suma los puntos y consulta la tabla de interpretación.

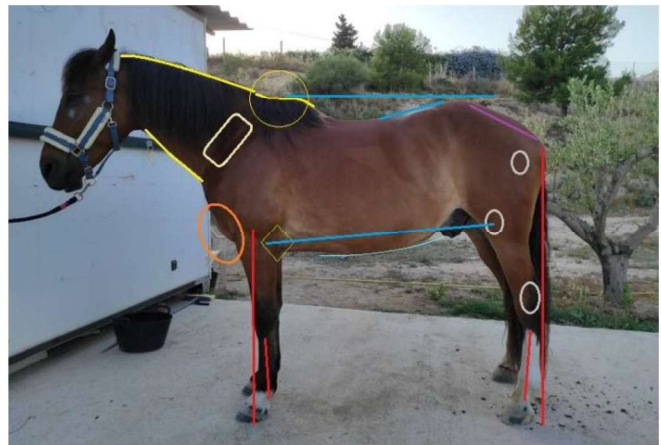
Responde con honestidad: cuanto más preciso seas, más útil será el resultado.

A continuación, encontrarás dos ejemplos de referencia para identificar patrones posturales. Úsalas como guía: cada caballo es diferente.

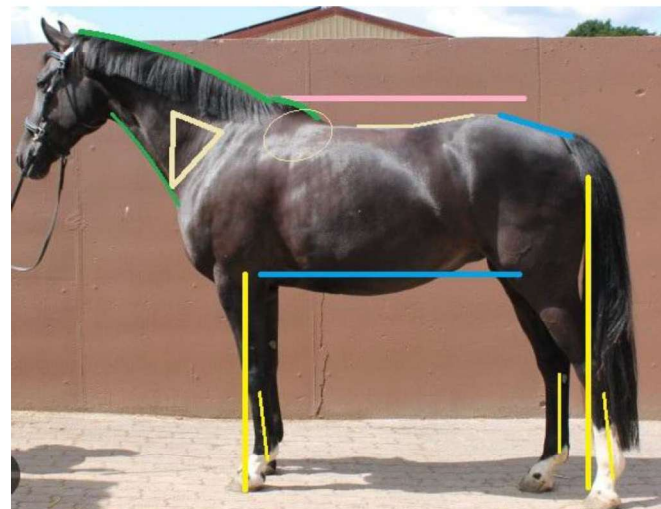
Consejo: Haz una foto de tu caballo y obsérvala con calma, añadiendo líneas si es necesario.

Recuerda: Una imagen es solo un instante; intenta que refleje una postura habitual para obtener una valoración más fiable.

Ejemplo 1



Ejemplo 2





Equus Armonía

En resumen, no basta con fijarse en una sola parte del cuerpo: dorso, cuello o grupa pueden parecer correctos de forma aislada, y aun así existir compensaciones en los aplomos.

El primer ejemplo muestra un dorso hundido y un músculo semitendinoso hipertrofiado, señal de que lleva tiempo compensando. En cambio, en el ejemplo 2 a primera vista todo parece equilibrado. Sin embargo, al añadir líneas de referencia se observa que los miembros anteriores han comenzado a perder su aplomo ideal (verticalidad). El cuello muestra una musculatura ligeramente deficiente y la línea cuello-cruz no es armoniosa.

Se trata de una **fase inicial de compensación**: los músculos de sostén del tórax se fatigan y otros, como el psoas y el semitendinoso, compensan en exceso. Si no se corrige con ejercicios adecuados, se iniciará un círculo vicioso y la postura se deteriorará progresivamente.

¿Quieres hacer el test y saber a tiempo cómo está la postura de tu caballo?

Cuestionario inicial: evaluación de fatiga postural

1. Observación del caballo en estático

1.1 Línea superior

- **3 puntos** – Línea superior continua y relativamente horizontal
- **2 puntos** – Ligero hundimiento detrás de la cruz
- **1 punto** – Hundimiento visible del dorso
- **0 puntos** – Dorso claramente hundido y grupa más alta

1.2 Inserción del cuello

- **3 puntos** – Cuello bien integrado con la cruz
- **2 puntos** – Ligero hueco delante de la escápula
- **1 punto** – Hueco evidente delante de la escápula
- **0 puntos** – Cuello claramente separado de la cruz

1.3 Posición del tórax

- **3 puntos** – El tórax parece bien sostenido entre las escápulas
- **2 puntos** – Ligero descenso del tórax
- **1 punto** – El pecho parece proyectado hacia delante
- **0 puntos** – Hundimiento evidente del tórax (esternón visible)



Equus Armonía

1.4 Zona lumbar

- **3 puntos** – La línea del dorso hasta la tuberosidad sacra discurre horizontalmente, no hacia arriba.
- **2 puntos** – La línea del dorso hasta la tuberosidad sacra sube ligeramente
- **1 punto** – La tuberosidad sacra está claramente más alta que la zona lumbar y es palpable un hueco en la unión lumbo-sacral
- **0 puntos** – Desde el sacro hacia delante hay un claro descenso (tobogán) y se hace visible un hueco en la unión lumbo-sacral

1.5 Aplomos delanteros

- **3 puntos** – apoyos firmes, verticalidad correcta desde el codo hasta el suelo, articulación estirada, hueso cañón a 90°
- **2 puntos** – Ligera desviación o apoyo irregular, pero dentro de lo aceptable
- **1 punto** – Desviación visible, ligeramente detrás de la vertical
- **0 puntos** – postura compensatoria evidente, claramente detrás de la vertical, apoyo incorrecto y/o articulación débil (corvo)

1.6 Aplomos traseros

- **3 puntos** – apoyo firme y equilibrado, verticalidad correcta isquion-corvejón-menudillo
- **2 puntos** – Ligera desviación de la vertical, ligeramente adelantados (remetido), solo visible con las líneas insertadas
- **1 punto** – Desviación clara de la vertical, apoyo irregular, ya sea remetidos o hacia atrás (plantado)
- **0 puntos** – postura compensatoria evidente con cañas traseras no verticales, y/o conjunto cadera-babilla-corvejón estirado y grupa elevada

2. Movimiento

2.1 Elasticidad del movimiento

- **3 puntos** – Paso amplio y suelto
- **2 puntos** – Paso correcto pero algo rígido
- **1 punto** – Paso corto
- **0 puntos** – Paso claramente rígido o tenso

2.2 Balanceo del dorso

- **3 puntos** – El dorso acompaña el movimiento
- **2 puntos** – Movimiento algo bloqueado
- **1 punto** – Dorso rígido
- **0 puntos** – Movimiento claramente tenso

2.3 Recuperación después del trabajo



Equus Armonía

- **3 puntos** – Vuelve a la calma con facilidad
- **2 puntos** – Necesita algo de tiempo para relajarse
- **1 punto** – Permanece tenso durante un tiempo prolongado
- **0 puntos** – Parece rígido y/o excesivamente sudoroso

2.4 Funcionalidad de los tendones distales

- **3 puntos** – Camina con armonía y pisa con firmeza
- **2 puntos** – El movimiento parece ligeramente asimétrico
- **1 punto** – Los tendones flexores se perciben algo blandos o poco tónicos
- **0 puntos** – Al apoyar, el ángulo cuartilla-caña se aproxima a los 90°

3. Musculatura y línea superior

3.1 Cuello

- **3 puntos** – Musculatura equilibrada
- **2 puntos** – Ligera sobrecarga inferior
- **1 punto** – Cuello invertido
- **0 puntos** – Musculatura superior poco desarrollada

3.2 Dorso

- **3 puntos** – Dorso relleno y bien musculado
- **2 puntos** – Ligera pérdida muscular detrás de la cruz
- **1 punto** – Atrofia visible en toda la línea dorsal
- **0 puntos** – Apófisis vertebrales torácicas muy visibles

3.3 Abdomen

- **3 puntos** – Abdomen tonificado
- **2 puntos** – Abdomen normal
- **1 punto** – Abdomen algo descendido
- **0 puntos** – Abdomen claramente descendido y costillas visibles

3.4 Grupa

- **3 puntos** – Grupa redondeada, bien musculada y alineada con la cruz
- **2 puntos** – Ligera pérdida de musculatura
- **1 punto** – Musculatura poco desarrollada y/o grupa ligeramente elevada respecto a la cruz
- **0 puntos** – Grupa visiblemente elevada y articulaciones posteriores estiradas, postura compensatoria evidente



Equus Armonía

Resultado (clasificación)

Ahora suma los puntos obtenidos para conocer **el nivel de fatiga postural de tu caballo** según la tabla de interpretación

Nivel	Puntos totales	Descripción	Nivel de fatiga postural
0	0–12	Condición baja, numerosas compensaciones	Fatiga postural crónica, requiere terapias y un plan de transformación intensivo
1	13–26	Condición moderada-baja, algunas compensaciones, trabajo progresivo y terapias	Fatiga considerable, requiere trabajo progresivo y terapias
2	27–39	Condición moderada, postura aceptable, enfoque preventivo y fortalecimiento	Fatiga leve, recomendable enfoque preventivo y fortalecimiento
3	39–42	Condición óptima, postura equilibrada, sin compensaciones visibles	Trabajo normal y mantenimiento

Este cuestionario no es un juicio ni un diagnóstico sino una herramienta de información. Ahora sabes dónde centrar la atención y cómo avanzar de manera segura.

Nota: El ejemplo 1 ha obtenido 14 puntos y, por tanto, se encuentra en el nivel 1 de la tabla.

Si quieres **acompañamiento personalizado**, envíame tus resultados y recibe una interpretación personalizada. Juntos diseñaremos un plan progresivo y consciente que fortalezca a tu caballo y mejore su equilibrio y bienestar y además respete vuestro ritmo y te dé confianza en cada paso.

“Detectar la fatiga postural es el primer paso para transformarla.”



Información: Tina
WhatsApp: 622 634 569
info@equusarmonia.com