Comment nourrir son chat ou son chien en 2018 ? Partie 2 : les régimes « sans gluten », « bio » et « sans céréales »

À l'heure actuelle nous sommes submergés par nombre d'informations sur l'alimentation des chiens et des chats, spots publicitaires, reportages télévisés, forums en ligne, informations en animalerie, blog des éleveurs ou passionnés d'animaux… de sorte qu'il est difficile de se faire une opinion claire et objective sur les avantages et les inconvénients des divers types de rationnement.

Nous allons présenter différents régimes à la mode, des fiches détaillées sur d'autres régimes sont également proposées. Que penser du régime BARF ? Que penser du régime végétarien ?

Nous rappelons que quel que soit le mode alimentaire proposé, le calcul de la ration consiste en : évaluer et calculer les besoins énergétiques de l'animal ; choisir l'aliment ou les nutriments qui composent la ration ; déterminer les quantités journalières de l'aliment ou des éléments de la ration ; choisir les modalités de distribution.

Ce travail de rationnement est de la compétence des vétérinaires, demandez lui conseil.

Que penser d'un régime « sans Gluten » ?

Qu'est ce que le gluten ?

Le gluten est la fraction protéique insoluble du grain, obtenue en enlevant l'amidon d'une pâte de farine panifiable, tirée de céréales (seigle, blé et orge principalement).

Pour les intolérants au gluten, seuls les protéines du blé, de l'orge et du seigle sont toxiques (gluten au sens strict).

Pour la réglementation européenne, le gluten est la fraction protéique du blé, du seigle, de l'orge, de l'avoine ou des leurs variétés croisées et de leurs dérivés ; la teneur en gluten de l'aliment ne doit pas dépasser 20 mg/kg.

Ces protéines ont des propriétés viscoélastiques exploitées en boulangerie : elles apportent le caractère élastique à la pâte à pain.

Le maïs et le riz possèdent également du gluten, mais pas les mêmes séquences protéiques de sorte que le maïs et le riz sont bien tolérés par les personnes intolérantes au gluten.

Le quinoa et le sarrasin ne sont pas des céréales, même si elles sont utilisées comme telles et ne contiennent pas de gluten.

Quel est le problème du gluten dans la santé de mon animal ?

Chez le chien, l'intolérance au gluten, comme celle que l'on retrouve chez l'Homme dans la maladie cæliaque (1 % de la population) se rencontre dans certaines lignées de Soft-coated Wheaten Terrier et de Setter Irlandais ; la maladie se manifeste pas des troubles digestifs et de la diarrhée. Une alimentation sans gluten pourrait également agir contre le syndrome « crampes epileptoïdes » chez le Border Terrier.

Aucune autre situation n'a montré l'intérêt d'exclure systématiquement le blé et le gluten de l'alimentation.

Cette intolérance au gluten n'a pas été identifiée chez le chat.

Pourquoi un régime « sans gluten » ?

Le régime « gluten free » est un réel effet de mode et le chiffre d'affaires global dans ce secteur a triplé entre 2013 et 2016. Aucune justification médicale, en dehors des vrais intolérants au gluten, n'impose cette pratique ; en revanche, souvenez-vous qu'il peut exister des croquettes « sans gluten », mais pas « sans amidon ». En effet, la fabrication des croquettes nécessite forcément de l'amidon.

Que penser d'un régime « sans céréales » ?

Le sujet de l'incorporation des glucides/céréales dans les croquettes est fortement d'actualité.

« Sans glucides » ou « sans céréales » de quoi parle-t-on ?

Dans l'appellation « glucides », on parle des glucides non-assimilables (les fibres), des glucides assimilables (les sucres dits « rapides ») et de l'amidon (les sucres complexes). Ces 3 éléments ont des rôles nutritifs très différents.

Les **fibres** ne sont pas digérées par l'animal ; les fibres insolubles permettent de texturer les selles et de stimuler le transit et les fibres solubles, fermentées dans le côlon, assurent la nutrition des cellules intestinales. Ces fibres sont aussi appelés des prébiotiques : pulpe de betterave, chicorée, psyllium notamment. Elles permettent également le bon fonctionnement des probiotiques (« bonnes bactéries du tube digestif).

Les **sucres assimilables** ne devraient pas être présents dans l'alimentation des carnivores ; ils sont présents chez le chiot par le lactose et doivent disparaître au sevrage.

L'**amidon**, est une source d'énergie intéressante pour nos carnivores domestiques et peu coûteuse. On entend souvent que les chiens ou les chats ne savent pas digérer l'amidon, or les scientifiques ont prouvé qu'ils digèrent à plus de 90% l'amidon cuit ; de plus, ils ont montré que le chien, au contact de l'homme a connu une évolution génétique du métabolisme des glucides de sorte qu'il sait mieux digérer l'amidon que son ancêtre le loup. On sait cependant que les capacités de digestion de l'amidon sont individuelles et il n'y a pas de taux d'amidon universel qui serait toléré par tous les animaux. On retrouve l'amidon dans les céréales (blé, mais, riz, orge, seigle, avoine…), les pommes de terre, la patate douce, les légumineuses (pois, pois chiche, lentille) et la banane (qui n'a pas besoin d'être cuite). L'amidon est indispensable à la fabrication des croquettes, mais pas à la fabrication des aliments humides, même si la plupart en contiennent pour l'apport énergétique qu'il représente.

> Contrairement à ce qu'on entend souvent, les « glucides » ne sont pas responsables de diabète chez le chat, c'est l'obésité qui en est la cause (donc la suralimentation) et ceci est prouvé par les scientifiques depuis plus de 20 ans.

Pourquoi choisir des croquettes « sans céréales » ?

Comment nourrir son chat ou son chien en 2018 ? Partie 2 : les régimes « sans gluten », « bio » et « sans céréales »

L'appellation « sans céréales » fleurit sur les paquets de croquettes. C'est peut-être une philosophie qui vous convient ; il n'y a pour l'instant aucune justification scientifique à l'éviction des céréales chez les carnivores domestiques. Cependant, n'oubliez pas que cela ne signifie pas qu'il n'y a pas d'amidon dans les croquettes, il y en a forcément. Il faudrait s'assurer que cet amidon soit suffisamment cuit sous peine de déclencher des diarrhées à votre animal.

Certains animaux digèrent moins bien l'amidon et doivent avoir recours à une réduction de l'incorporation de l'amidon dans leur ration ; dans leur cas, des rations ménagères sont indiquées.

Par ailleurs, la chasse aux « glucides » dans les croquettes pose la question de leur remplacement : ils apportent une part de l'énergie qui devrait alors être substituée par des protéines ou des lipides. L'augmentation de l'incorporation des lipides dans les croquettes semble difficile dans les populations sédentaires, stérilisées à tendance obèses. Leur remplacement par des protéines est tout aussi délicate : l'augmentation de la part des protéines animales augmente fortement le coût et peut se poser le problème éthique de l'utilisation des protéines animales chez les carnivores domestiques alors qu'à l'échelle mondiale les ressources manquent pour les humains. Le recours à des protéines végétales pourrait être envisageable, même s'il parait également contre-nature et que les végétaux apportent également des glucides, donc augmentent l'énergie de la ration…

Que penser d'un régime « Bio »

De quoi parle-ton ?

Apporter une alimentation « biologique » à son animal peut-être une volonté de votre part, mais il faut distinguer deux pratiques :

- Préparer une ration ménagère à base d'aliments issus de l'agriculture biologique : ceci est tout à fait possible si vous respectez l'équilibre de la ration et que vous apporter tous les nutriments nécessaires à votre animal.
- Donner des aliments industriels dits « biologiques » : ceci peut davantage porter à confusion.

Comment donner un régime « bio » ?

La vente d'alitements industriels « biologiques » se fait par des circuits de distribution peu développés, leur qualité est inégale ; certains étant à la fois « bio » et « végétariens », d'autres ne contiennent que des végétaux issus de l'agriculture biologique (parce que la disponibilité des matières premières animales bio étant restreinte), certains ne sont que des aliments « complémentaires »…

Les problèmes de conservation posés par une alimentation sans additif et conservateurs poussent les fabricants à n'incorporer que peu de lipides, ce qui peut induire des carences en acides gras essentiels, aussi la concentration énergétique des ces aliments peut être faible.

Une alimentation bio de bonne qualité est donc une ration ménagère équilibrée préparée à partir d'aliments issus de l'agriculture biologique et individualisée.

La problématique face à l'alimentation des carnivores domestiques et l'augmentation des offres et des circuits de distribution est que votre vétérinaire connaît bien ce qu'il vend (composition, qualité, process de fabrication) mais ne peut pas être informé de toutes les formulations présentes sur le marché et la lecture seule de l'étiquette ne peut permettre de juger.