

Faire à manger pour son chat

Si vous avez déjà visité la page d'accueil de ce site, vous aurez compris comment j'en suis arrivée à donner à mes chats une alimentation faite maison, équilibrée et sans céréales. Pour faire court : c'était tout simplement la seule solution que j'ai trouvée pour soulager mon chat de la souffrance engendrée par des troubles digestifs chroniques qui lui donnaient une diarrhée permanente. J'ai constaté une nette amélioration de l'état général de mon chat en lui donnant une alimentation plus adaptée à son espèce, ce qui m'a amenée à vouloir en savoir davantage sur la façon la plus appropriée de le nourrir. Finalement, toute cette histoire m'a inspiré la rédaction d'une lettre ouverte aux professionnels de la médecine vétérinaire dans laquelle je demande d'introduire une formation plus poussée sur la nutrition féline dans les écoles vétérinaires.

Il existe déjà quantité de livres et de sites web sur le comment et le pourquoi de l'alimentation crue chez le chat ; je ne vais donc pas réinventer la roue. Je vous invite chaudement à vous procurer un exemplaire du livre révolutionnaire de Michelle Bernard « Raising Cats Naturally » (« De la façon d'élever des chats naturellement » en français¹). C'est de loin mon livre favori sur le sujet et il fournit une liste exhaustive des composants de l'alimentation crue chez le chat. Vous pouvez également aller jeter un œil sur le site web du Docteur Lisa Pierson, vétérinaire passionnée et pleine de bon sens, au sujet de l'alimentation crue. Michelle Bernard et le Docteur Pierson utilisent toutes deux essentiellement la même recette que celle que j'utilise depuis dix ans maintenant et qui a donné de superbes résultats. Il m'arrive de modifier légèrement cette recette en fonction des besoins spécifiques de mes chats mais si vous êtes novice en la matière, je vous recommande vivement de suivre à la lettre une recette éprouvée jusqu'à ce que vous vous sentiez complètement à l'aise avec celle-ci et que vous compreniez exactement le rôle de chaque ingrédient avant d'expérimenter quoi que ce soit.

Voilà la clé : pour pouvoir jouir d'une santé de fer, les animaux doivent se nourrir du type d'alimentation qui est le plus approprié à leur espèce. Les écureuils par exemple, mangent des noisettes, des graines et des fruits. Ils sont faits pour manger ce type de nourriture. Les baleines à bosse se nourrissent de krill et de petits poissons. Voilà ce que Mère Nature a prévu pour elles.

La cuisson est l'ennemie des nutriments et des enzymes dont votre chat a besoin pour vivre. Les petits félins ? Ils sont faits pour se nourrir d'autres animaux et sont conçus pour les manger crus. Il est vrai que les chats qui vivent sous notre toit ne doivent pratiquement plus affronter les dures lois de la nature mais, anatomiquement parlant, ils demeurent de vrais carnivores. D'ailleurs, leur alimentation devrait idéalement se

¹

NDT : traduction libre du titre anglais. À ma connaissance, ce livre n'a officiellement pas été traduit vers le français.

composer de souris et de petits oiseaux fraîchement tués. Les chats et leurs ancêtres se nourrissent d'une alimentation crue depuis des dizaines de millions d'années.

Ils ne sont pas devenus ce qu'ils sont aujourd'hui en mangeant des céréales au goût de viande. Même pas en rêve.

L'apparition de nourriture sèche et humide sous forme de croquettes ou de boîtes de conserve dans l'alimentation de nos chats domestiques est un phénomène relativement récent d'un point de vue évolutif. Et il vous suffit de vous rendre dans la salle d'attente d'une clinique vétérinaire pour vous apercevoir du nombre inquiétant de chats (et de chiens) qui souffrent de toutes sortes de troubles – diabète, maladie de l'intestin irritable, allergies cutanées étranges, troubles de la voie urinaire et obésité, pour n'en citer que quelques uns. On peut dès lors tirer comme conclusion qu'il existe bel et bien une corrélation entre la santé de nos compagnons et la nourriture inappropriée que nous leur donnons.

Les croquettes et la plupart des pâtées sont bourrées d'ingrédients qui sont tout à fait inadaptés pour des carnivores et qui contribuent à les rendre malades. Des matières végétales, des glucides, des légumes, et des ingrédients de remplissage ne contribuent pas à la bonne santé de nos chats. Une souris, par contre, offre tous les nutriments dont un chat a besoin. En effet, ce petit rongeur est composé de viande, d'os, d'organes, d'acides gras essentiels, de taurine en abondance, de vitamines et de minéraux.

Alors, pourquoi ne pas « restituer » une souris et la donner à votre chat ?

Il existe de nombreuses personnes intelligentes, charmantes et... oui, saines d'esprit, qui nourrissent leur chat au cru. Certaines d'entre elles sont des vétérinaires. J'ai appris beaucoup de choses grâce à elles, vétérinaires et profanes confondus, et je continue à apprendre grâce aux témoignages que je reçois d'internautes et d'autres personnes qui s'intéressent de près à la question. Il vous suffit de taper le mot « BARF » (le malheureux acronyme de « biologically appropriate raw food » (« alimentation crue biologiquement appropriée » en français) ou « bones and raw food » (« os et alimentation crue » en français)) sur Internet et vous serez submergé de sites, tchats et forums en tous genres. Certains sont excellents, d'autres ne le sont pas.

Je vous encourage fortement à vous méfier des recettes qui contiennent des céréales, des légumes ou qui reposent sur l'apport en vitamines, minéraux, acides aminés ou autres nutriments essentiels d'origine végétale. Les opinions sur le nourrissage au cru et la façon dont il faut s'y prendre divise. C'est également un sujet sensible, intime et parfois très bizarre. Mais en définitive, tous les débats menés de façon constructive et civilisée sont pour moi positifs. N'hésitez pas à les consulter, à faire vos propres recherches et à vous forger votre propre opinion. Mon seul conseil est de vous rappeler les principes scientifiques fondamentaux au sujet de l'alimentation des carnivores et

faites appel à votre bon sens avant d'utiliser une recette qui repose sur l'apport en vitamines, minéraux, acides aminés ou autres nutriments essentiels d'origine végétale.

N'oubliez pas que les chats *se nourrissent d'autres animaux* et ne sont dès lors pas capables, d'un point de vue biologique, de tirer les mêmes bénéfices d'une alimentation d'origine végétale que les humains. Les myrtilles, les céréales complètes, les graines de lin, le chou frisé, les racines de pissenlit et autres ingrédients d'origine végétale sont excellents pour les humains. Mais nous ne sommes pas des carnivores stricts. Nos chats bien. Ils ont beau être « domestiqués », dormir bien au chaud dans nos lits douillets, porter des colliers en strass, cela ne change rien au fait qu'ils ne possèdent pas les enzymes nécessaires à la bonne digestion des végétaux. Les chats sont des carnivores. Point à la ligne.

Des nourritures spécifiques à l'âge du chat ne sont pas nécessaires. Tout comme les formules spéciales pour chats de race. L'apparition de marques dites « naturelles » qui visent les besoins de telle ou telle race ne sont que des arnaques commerciales qui me font sourire. L'idée est tout aussi absurde que les croquettes conçues spécialement pour les chats dits « Indoor » (ou « d'intérieur » en français). Comme un ami vétérinaire le dit si bien, « *il n'y a pas de souris spéciales chaton dans la nature, ni de lézards conçus pour lutter contre l'apparition de tarte ni de criquets pour chats seniors.* » Un chaton a besoin de plus de nourriture, pas d'une nourriture différente. Un chaton a besoin de viande, d'os et d'organes. Un chat adulte a besoin de viande, d'os et d'organes. Un chat senior a besoin de viande, d'os et d'organes.

Si votre vétérinaire vous a suggéré d'essayer un régime à base d'autres sources de protéines pour lutter contre une allergie alimentaire, permettez-moi de mettre mon grain de sel. Je grimace quand j'entends que l'on diagnostique un chat comme étant allergique à un certain type de viande parce qu'il souffre de diarrhée ou de vomissements alors que son alimentation est composée principalement de toutes sortes d'ingrédients indigestes. C'est un peu comme si votre médecin vous déclarait allergique au brocoli parce que vous avez été malade après avoir mangé du brocoli avec des petits morceaux de métal ! Donc la prochaine fois, vous devriez essayer de manger ces petits morceaux de métal avec des carottes pour voir si ça va mieux. Je ne suis pas vétérinaire, mais lorsque j'entends que l'on traite une supposée allergie alimentaire avec une « protéine alternative », je suis dubitative. Pourquoi déduit-on automatiquement que la protéine d'origine animale est à l'origine du trouble plutôt qu'un autre ingrédient comme le maïs ou le soja ? Selon moi, cela aurait plus de sens de suspecter ces ingrédients en premier lieu.

Cuisiner votre propre nourriture pour chat est sans aucun doute le meilleur compromis. C'est un compromis à accepter à moins que vous ne soyez prêt(e) à capturer des petites souris et des petits oiseaux pour ensuite laisser votre chat les tuer et les manger. Nous sacrifions un peu de fraîcheur au nom du pratique en achetant de la viande préemballée, en la transformant (c.-à-d. en le broyant), en le congelant et en la

conservant. Mais ce choix sera toujours d'après moi à des années lumière en termes de qualité de ce que l'on peut sortir d'un sac ou d'une boîte.

Préparer vous-même la nourriture pour votre chat n'est pas sorcier. Il vous faut toutefois respecter certains principes. Par exemple, il n'est pas judicieux de jouer avec les dosages de chaque ingrédient à moins que vous n'ayez mené des recherches approfondies au préalable. Certaines vitamines par exemple sont solubles dans l'eau, ce qui signifie que si vous les surdosez, vous n'exposez pas votre chat aux risques de toxicité associés. En revanche, une overdose de certaines autres vitamines peut être néfaste. Certains ingrédients sont facultatifs alors que d'autres « suppléments » sont des composantes absolument indispensables qui doivent être incluses dans les ratios et quantités spécifiés ou vous risquez de gravement déséquilibrer le régime alimentaire de votre chat. Un des éléments les plus importants est de fournir le bon rapport calcium/phosphore, ce que vous pouvez facilement obtenir en broyant des carcasses entières. Si vous faites vous-même la nourriture pour votre chat mais que vous n'utilisez pas de vrais os dans les quantités indiquées, vous ne pouvez pas vous permettre d'omettre une autre source de calcium de qualité dans votre recette. Un régime uniquement à base de viande est tout à fait déséquilibré.

Autrement dit, n'improvisez pas à moins que vous sachiez exactement ce que vous faites.

J'ai ajouté certaines de mes suggestions pour vous faciliter l'achat des ingrédients ainsi qu'une page contenant des conseils et des liens qui, je l'espère, vous aideront à préparer et servir votre propre nourriture. Et enfin, il y a aussi les différentes étapes de la recette en images et une ou deux recettes dont vous pourrez vous inspirer.

Je vous conseille également de visiter la Foire Aux Questions (FAQ). Elle contient une mine d'informations sur les questions qui reviennent le plus souvent auprès de personnes qui sont novices en la matière. Vous y trouverez par exemple la réponse aux questions : Faut-il avoir peur des salmonelles, de la grippe aviaire et de la toxoplasmose ? Puis-je faire la transition du jour au lendemain ? Que dois-je faire si mon chat refuse de manger ? Quelle quantité donner à mon chat et à quelle fréquence ? Comment en parler à mon vétérinaire ? Combien cela coûte-t-il ?

Si vous pensez que vous n'avez ni le temps ni l'énergie ni les capacités de faire votre propre nourriture, rappelez-vous qu'il existe de nombreuses autres façons de servir une nourriture de qualité à votre chat et qui ne consiste pas à acheter les crasses que l'on retrouve souvent dans les cabinets vétérinaires (on y trouve malheureusement parmi les pires nourritures) ou supermarchés. Il existe des plats crus préfabriqués de très bonne qualité – l'un de mes préférés est celui d'une société appelée Feline's Pride dont la composition se rapproche très fort de la recette qui se trouve sur ce site.

Je trouve qu'il n'est pas aisé de trouver une alimentation crue toute prête de haute qualité donc je vous suggère vraiment de faire des recherches et d'être sûr de la composition et de la qualité de la viande que vous utilisez si vous ne faites pas la recette vous-même. Assurez-vous que ce que vous achetez corresponde bien au régime alimentaire spécifique du chat et que ce ne soit pas une nourriture destinée aux chiens qui ont un système digestif beaucoup plus flexible que les chats et qui sont moins exposés aux troubles digestifs s'ils mangent des végétaux. Il existe également d'autres alternatives pour éviter de faire vous-même votre nourriture qui sont expliquées plus en détails sur la page de la FAQ.

Je ne détiens certainement pas le monopole sur la meilleure façon de faire à manger pour votre chat. Simplement, la recette et la méthode que j'utilise ont d'après moi tenu leurs promesses. Elles sont basées sur mes recherches et l'expérience que j'ai accumulée et respectent la nature carnivore des petits félins. De plus, elles sont facilement réalisables par tout un chacun qui mène une vie active et c'est ce que j'ai trouvé de plus facile à faire dans ma propre cuisine et qui se rapproche le plus d'une **souris** – la Parfaite Nourriture Pour Chat.