



Intolérances alimentaires

Ce qu'il faut vraiment savoir

Chats, chiens, Nacs et chevaux sont de plus en plus intolérants ou allergiques au niveau alimentaire. Le Dr Garber nous explique ces phénomènes et donne ses solutions.

1. Les intolérances

Dans le cas d'une intolérance alimentaire, un aliment ne peut pas être digéré par l'organisme car ce dernier n'a pas le "matériel" nécessaire à son assimilation. Comme l'aliment n'est pas utilisable par le corps, il perturbe ponctuellement le système digestif qui va vouloir s'en débarrasser puisqu'il ne sait pas vraiment quoi en faire. Dans ce cas d'intolérance, et c'est la grande différence avec l'allergie alimentaire, il n'y a pas beaucoup d'inflammation ni de réaction du système immunitaire qui n'est pas activé puisque cet aliment n'est pas considéré comme agresseur. Voilà la raison pour laquelle les symptômes de la perturbation digestive disparaissent dès que le corps évacue l'intrus. Mais chez certains individus, l'aliment ne se contente pas de rester dans le tube digestif : il traverse la barrière intestinale : les cellules intestinales, normalement bien jointes pour former une barrière étanche par rapport à la lumière digestive, laissent parfois passer une partie de cet aliment qui se retrouve dans la circulation sanguine. La stimulation immunitaire est donc déclenchée et les symptômes non digestifs se développent.

Le cas du lactose

Le lait contient un sucre typique : le lactose. Normalement, ce nutriment est décomposé dans le tractus digestif grâce à une enzyme, la lactase. Les chiots et les chatons synthétisent cette enzyme tant qu'ils têtent leur mère qui leur fournit le lait maternel. Mais il semblerait que devenus adultes, ils "perdent" la capacité de synthétiser cette enzyme ou qu'elle devienne moins fonctionnelle, ne leur permettant plus de digérer correctement le lactose, ce qui provoque des troubles intestinaux (ballonnements, diarrhée) que l'on regroupe sous le terme d'intolérance au lactose. Cependant, on n'évoque une réelle intolérance au lactose chez les animaux que pour moins de 1 % des troubles intestinaux ! Pas de quoi accuser le lait à la moindre diarrhée ! De fait, les animaux habitués à boire du lait régulièrement le supportent bien, puisque le lactose est aussi digéré grâce à une famille de bactéries vivant normalement dans les intestins : les lactobacilles.



Ainsi, ces dernières prennent le relais de la digestion de ce nutriment quand les animaux grandissent et voient leur enzyme, la lactase, diminuer progressivement. Donc, si vous voulez que votre animal, chien ou chat, boive du lait, même adulte, vous pouvez continuer à lui en donner après le sevrage. Ou vous l'habituez progressivement, avec de l'eau coupée de lait (lait d'abord dilué dans de l'eau, puis graduellement de plus en plus pur), permettant à cette flore de bien s'installer dans le tube digestif. Vous pouvez également donner des yaourts, riches en bactéries dont les lactobacilles parfaitement adaptés pour nos carnivores.

Solutions alimentaires contre les allergies

Dès que l'on supprime les sources de gluten, ou tout allergisant, les problèmes disparaissent. Le bon sens va donc nous aider : il faut procéder dès le départ à un sevrage correct grâce à un régime carné (viande, féculents et légumes). Puis on donne à manger des aliments sains et naturels, de préférence sans gluten, avec le moins de céréales possible (ce qui tombe bien puisque le tube digestif des carnivores n'est pas prévu pour cela). On peut donner pain ou pâtes, mais peu ; préférez le riz ou les pommes de terre cuits. Pour les animaux allergiques au gluten, supprimez les céréales et tout aliment en contenant (croquettes, bâtons à mâcher, friandises).

2. Les allergies

L'allergie alimentaire est une réaction immunitaire déclenchée par un aliment identifié comme ennemi. Pour diverses raisons, le système immunitaire décide que cet aliment-là porte des allergènes qu'il n'apprécie pas et il va les classer dans la catégorie "ennemis". A chaque ingestion, les antigènes de l'aliment incriminé sont reconnus par le système immu-



nitaire. La réaction est déclenchée et dirigée vers cet aliment qui sera capturé et éliminé. Cette réaction impliquant l'immunité est beaucoup plus forte et violente envers l'aliment allergisant que la petite réaction d'intolérance. Il se peut parfois que la stimulation immunitaire dépasse le simple cadre digestif et se répercute sur d'autres organes, avec des symptômes généraux : peau irritée, eczéma, prurit, nervosité de l'animal. De plus, même après l'évacuation de l'aliment déclenchant l'allergie, il peut se passer plusieurs jours avant que les symptômes ne disparaissent. C'est pour cette raison que l'allergène est difficile à identifier : comme l'aliment n'est plus présent dans la ration mais que les signes cliniques sont toujours là, on ne fait pas facilement le lien.

Les allergies alimentaires sont peu déclenchées par les aliments naturels (viande, légumes) ; la plus fréquente d'entre elles chez les animaux est l'allergie au bœuf. Par contre, l'alimentation industrielle est une vraie mine d'or pour les allergènes potentiels ! Un exemple de cette différence entre nourriture saine et industrielle est l'allergie ou la pseudo allergie au bœuf. En effet, il ne faut pas confondre entre l'allergie fréquente aux croquettes au bœuf et l'allergie beaucoup plus rare, au vrai bœuf. La meilleure façon de faire la différence entre les deux est de donner du vrai bon steak pendant quelques jours, en arrêtant les croquettes : si cela déclenche du grattage, on suspectera le bœuf. Mais si l'animal se porte bien, ce sont les croquettes les responsables, notamment un additif utilisé dans cette recette, peut-être le colorant ou l'arôme chimique "bœuf".



quelles : si cela déclenche du grattage, on suspectera le bœuf. Mais si l'animal se porte bien, ce sont les croquettes les responsables, notamment un additif utilisé dans cette recette, peut-être le colorant ou l'arôme chimique "bœuf".

Solutions alimentaires contre l'intolérance

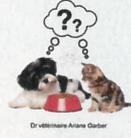
L'idéal est d'identifier l'ingrédient mal toléré pour l'éviter de l'alimentation. Si l'animal l'avale quand même, il n'y a pas grand-chose à faire à part attendre que le corps l'évacue par les voies naturelles. L'utilisation de médicaments anti-inflammatoires est peu utile puisque l'inflammation et la réaction immunitaire ne sont pas des symptômes majeurs dans cette pathologie.

3. Le cas du gluten

Depuis quelques années, on assiste à une augmentation anormale des allergies alimentaires chez les animaux. Les aliments préparés l'explique en partie, sans oublier les additifs et **une substance suspecte : le gluten**.

Le gluten est une sorte de colle végétale naturelle présente dans les céréales. Elle est très intéressante pour les fabricants puisqu'elle permet de faire des croquettes pour animaux bien compactes. Pour répondre aux industriels, les producteurs de céréales ont donc sélectionné des variétés contenant plus de gluten qu'auparavant (entre 5 et 10 fois plus qu'avant). A l'usage, le gluten est à l'origine de nombreux problèmes de santé. D'abord, le gluten est cytotoxique, détruisant les cellules intestinales, handicapant les intestins dans leur fonction d'absorption des nutriments. Une vraie allergie peut alors se déclencher, provoquée par les antigènes alimentaires du gluten, stimulant le système immunitaire qui les considère comme ennemis, lançant à leur trousse toute des "dispositifs" pour les éliminer (globules blancs, lymphocytes).

Nos chiens et chats MALADES de leurs croquettes



Pour aller plus loin : Dr A. Garber, *Nos chiens et chats malades de leurs croquettes* (éditions Phyto-animaux.com)



L'avis de la rédaction ! Repas hypoallergénique

Virbac Hypoallergy Chat



HPMA2Hypoallergy au saumon est recommandé pour réduire les intolérances à certains ingrédients et nutriments qui déclenche troubles digestifs et troubles de la peau/du pelage. **Point fort** : nous avons constaté sur un chat adulte une grande tolérance digestive, dues aux probiotiques et prébiotiques présents. **Verdict** : testé sur 2 semaines, les bienfaits sur le pelage n'est pas visible mais sur la digestion, oui, c'est même évident, donc positif pour le chat. En outre, l'appétence pour les croquettes est réelle ! **24,56€ les 3 kg**

Dog's Love Hypoallergénique



Le menu hypoallergénique de Dog's Love est composé d'aliments naturels, d'une source unique de protéine (60%) et 40% de légumes, fruits et vitamines. **Points forts** : sans OGM, sans céréales, sans gluten, sans conservateurs, sans additifs, sans soja, sans colorants. Résultat : haute digestibilité pour le chien après ses repas (la sieste est moins "pesante"). **Verdict** : grande appétence et un effet visible sur la digestion, facilitée; moins évident pour le pelage. **12,38 € le kg**

Hill's Prescription Diet



Ce produit a beau être "cliniquement prouvé pour aider à réduire les symptômes cutanés et gastro-intestinaux causés par des allergies alimentaires", nous n'avons pas vu d'amélioration sur nos deux chiens testeurs et très intolérants. Sur un chien qui se gratte, aucun effet sur le peau. **Point fort** : aide à la consistance des selles. **Verdict** : testé sur 3 semaines, un produit décevant pour un prix élevé. **33,95 € les 3 kg**