

Éditions Eyrolles  
61, bd Saint-Germain  
75240 Paris Cedex 05  
www.editions-eyrolles.com

À tous les animaux que j'ai connus, aidés, soignés, guéris et aimés.

Avec mes remerciements sincères à Mme Marie Simonin, pour ses corrections et ses conseils toujours avisés et félinement inspirés.

Lecture/correction : Aurélie Le Floch

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation de l'Éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Éditions Eyrolles, 2021  
ISBN : 978-2-416-00233-5

# Sommaire

<b>Introduction</b> .....	11
<b>Chapitre 1. Que penser des aliments industriels ?</b>	
1) Quelle quantité d'eau les croquettes contiennent-elles ?.....	16
2) Comment sont fabriquées les croquettes ?.....	19
3) Quels ingrédients trouve-t-on dans les croquettes ?.....	21
4) Céréales et gluten : bon ou mauvais ?.....	26
5) Quelles substances trouve-t-on dans les croquettes ?.....	30
6) Y a-t-il trop de sucre dans les croquettes ?.....	40
7) Les croquettes ont-elles des qualités nutritionnelles ?.....	43
8) Quels additifs trouve-t-on dans les croquettes ?.....	47
9) Puis-je me fier aux étiquettes ?.....	54
10) Que penser des gammes de croquettes ?.....	57
11) Pourquoi les industriels font-ils de la nourriture si néfaste ?.....	59
12) Existe-t-il de « bonnes croquettes » ?.....	68
13) Les croquettes plus chères sont-elles meilleures ?.....	69
14) Que penser des croquettes « sans céréales » ou « sans gluten » ?.....	69
15) Que penser des croquettes personnalisées ?.....	70
16) Quel est le profil de « l'animal-croquettes » ?.....	72
17) Mon chien a toujours mangé des croquettes, pourtant il n'a jamais été malade.....	76
18) Un animal peut-il devenir « accro » à un aliment ?.....	78

19 ) Que penser des aliments industriels humides ?.....	79
20 ) <i>Quid</i> des barres à mâcher ?.....	81
21 ) Peut-on lui donner de la nourriture naturelle et aussi des aliments industriels ?.....	81

## ***Chapitre 2. L'alimentation normale, saine et naturelle du chien et du chat***

22 ) Comment passer mon animal à l'alimentation naturelle ?.....	86
23 ) Normalement, que mange un chien ou un chat ?.....	90
24 ) Que sont les « produits carnés » ?.....	91
25 ) Quelles viandes donner ? Viande blanche ou viande rouge ?	92
26 ) Viande : crue ou cuite ?.....	94
27 ) Viande = steak haché ?.....	96
28 ) Des abats ou pas ?.....	97
29 ) Peut-on donner de la charcuterie ?.....	98
30 ) Le cas du boudin noir.....	98
31 ) Le jambon n'est-il pas trop salé ?.....	99
32 ) Puis-je lui donner des os ?.....	100
33 ) L'allergie au bœuf : mythe ou réalité ?.....	101
34 ) Et les poissons ?.....	102
35 ) Le thon et le foie sont-ils autorisés ? Les risques d'addiction.....	103
36 ) Mon animal aime les dérivés laitiers comme le fromage, puis-je lui en donner ?.....	105
37 ) Le yaourt est-il bon pour lui ?.....	106
38 ) Les œufs : permis ou interdits ?.....	107
39 ) Des légumes : oui, mais lesquels ?.....	108
40 ) Et les fruits ?.....	110
41 ) Peut-on donner des féculents ?.....	111
42 ) Faut-il supprimer totalement le gluten ?.....	115
43 ) Comment cuisiner pour mon animal ?.....	117
44 ) Y a-t-il du « bon gras » et du « mauvais gras » pour nos animaux ?.....	123

45 ) Sucre ou pas ?.....	126
46 ) <i>Quid</i> des pâtisseries, biscuits et autres gâteaux ?.....	127
47 ) Peut-on donner les « restes de table » ?.....	127
48 ) Doit-on calculer les calories absorbées par son animal ?.....	129
49 ) Quels aliments en quelles proportions ?.....	133
50 ) Comment mettre en place un semainier de repas ?.....	136
51 ) Quelles quantités de nourriture donner à mon chien ou mon chat ?.....	140
52 ) Combien de repas par jour ?.....	142
53 ) Comment savoir si l'on donne trop ou pas assez à manger ?.....	145
54 ) Comment savoir si son alimentation lui convient ? Les crottes !.....	148
55 ) À quelle température doit-on leur servir leurs repas ?.....	150
56 ) Faire la cuisine maison pour mon animal, ça coûte cher ?.....	151
57 ) Quelle place prévoir dans le frigo, le congélateur ?.....	152
58 ) Comment faire en vacances ?.....	153
59 ) Manger bio, manger local : pour nos animaux aussi !.....	153
60 ) Que veut dire « manger humide » ?.....	155
61 ) Boisson : que lui donner à boire ?.....	157
62 ) Et le lait ?.....	161
63 ) Aliments, nutriments : qui fait quoi ?.....	163
64 ) Peut-on ajouter des probiotiques ? Si oui, lesquels ?.....	164
65 ) Mon animal mange de l'herbe, qu'est-ce que cela signifie ?.....	165
66 ) Quels aliments éviter ou interdire chez les chiens et les chats ?.....	167
67 ) Comment bien faire le sevrage du chiot et du chaton ?.....	171
68 ) Comment sevrer un chiot ou un chaton orphelin ?.....	174
69 ) Quelques conseils alimentaires pour un animal en croissance.....	176
70 ) Pourquoi mon vieux chien ou mon vieux chat a-t-il toujours faim ?.....	179

### Chapitre 3. Les idées fausses (et tenaces!) sur l'alimentation des chiens et des chats

71 ) Un animal domestique ne doit pas manger « comme nous ».....	186
72 ) Un repas fait maison, c'est d'office déséquilibré.....	187
73 ) Ajouter un complément alimentaire, c'est indispensable.....	188
74 ) Un animal doit manger la même chose tous les jours.....	189
75 ) Je lui donne des boîtes, donc mon animal mange de la viande.....	191
76 ) Donner à manger à volonté (surtout les croquettes), c'est normal.....	192
77 ) Dans la nature, un chat mange dix à douze repas.....	196
78 ) Un chien, c'est un seul repas par jour.....	197
79 ) Un animal de 10 kg, ça doit manger différemment d'un animal de 50 kg.....	198
80 ) Le lait, c'est mauvais.....	198
81 ) Mon animal est stérilisé, donc il va grossir.....	200
82 ) Donner du gras rend obèse.....	202
83 ) La pomme, c'est toxique.....	204
84 ) La pomme de terre, c'est toxique aussi !.....	204
85 ) Il faut régulièrement brosser les dents de son animal.....	205
86 ) Un animal perd ses poils toute l'année.....	206
87 ) Il faut laver son chien ou son chat régulièrement.....	208
88 ) Il faut « graisser » les coussinets de certains chiens.....	209
89 ) Un chien, ça doit manger cru, comme le loup.....	211
90 ) Que penser de la <i>raw food</i> et du BARF ?.....	212
91 ) Mon chien ou mon chat peut-il être végétarien ?.....	214
92 ) Un animal vegan, c'est possible ?.....	215

### Chapitre 4. Quelques maladies en lien avec l'alimentation industrielle

93 ) Mon chien ou mon chat est obèse, pourquoi ?.....	218
94 ) Un labrador, c'est un chien toujours gros !.....	219
95 ) Un animal stérilisé devient-il d'office gros ?.....	220

96 ) Comment faire maigrir mon chien ou mon chat ?.....	220
97 ) Mon chien ou mon chat est diabétique, pourquoi ?.....	227
98 ) Donner à manger à volonté, est-ce bon ?.....	229
99 ) Mon animal est voleur, il mange tout et a toujours faim.....	231
100 ) D'où vient la mauvaise haleine ?.....	232
101 ) D'où vient le tartre ?.....	233
102 ) Le chat et les boules de poils (dans l'estomac).....	234
103 ) Un animal peut-il être allergique à un aliment ?.....	235
104 ) Le gluten rend-il certains animaux malades ?.....	235
105 ) Pourquoi mon animal a-t-il des poils de couleur anormale ?.....	240
106 ) Pourquoi la truffe de mon chien se dépigmente-t-elle ?.....	241
107 ) Mon animal a des pellicules.....	241
108 ) Les poils secs, les coussinets fissurés, la truffe craquelée.....	242
109 ) Mon animal se gratte partout et/ou se lèche les pattes sans arrêt, pourquoi ?.....	243
110 ) Pourquoi mon animal a-t-il souvent de la gale d'oreille et/ou des otites ?.....	244
111 ) Mon animal boit beaucoup : pourquoi ?.....	245
112 ) Avec les croquettes, mon animal a souvent la diarrhée (ne passant pas toujours avec le traitement ou revenant souvent).....	248
113 ) Gastrite, inflammation digestive, MICI : à quoi est-ce dû ?.....	249
114 ) Les problèmes de foie.....	254
115 ) Les problèmes de pancréas.....	256
116 ) Les problèmes de glandes anales : quel lien avec la nourriture ?.....	258
117 ) Problèmes cardiaques et croquettes : y a-t-il un lien ?.....	259
118 ) D'où viennent les calculs urinaires ?.....	262
119 ) Cystite fréquente : due à quoi ?.....	264
120 ) Mon chien ou mon chat a des problèmes de thyroïde, pourquoi ?.....	266
121 ) J'ai un chien très nerveux, atteint d'HS-HA : quels liens avec la nourriture ?.....	267

122 ) À quoi sont dus les syndromes du chat « caressé-mordeur » et du tigre?.....	269
123 ) L'épilepsie a-t-elle un rapport avec l'alimentation?.....	271
124 ) Pourquoi mon animal vieillit-il « plus vite » que prévu?.....	272
125 ) D'où viennent les diverses tumeurs chez les animaux?.....	274
<b>Conclusion</b> .....	277
<b>Annexes et fiches pratiques</b> .....	279
<b>Bibliographie</b> .....	285

# Introduction

Chez nos animaux de compagnie, les constatations sont effrayantes et en progression constante : leurs maladies sont de plus en plus fréquentes, précoces et graves. En effet, de nombreux chiens et chats sont obèses, le diabète chez nos compagnons est en pleine explosion, les problèmes dermatologiques augmentent chaque jour, les très jeunes animaux – d'à peine quelques mois – ont des diarrhées sérieuses, les pathologies chroniques sont très fréquentes, les tumeurs – surtout digestives – font mourir nos chiens et nos chats de plus en plus tôt (dès 4 ou 5 ans)... Il y a donc un sérieux problème, et il est grand temps de s'en préoccuper !

La cause est connue. On le sait maintenant, la nourriture industrielle est vraiment néfaste et cumule beaucoup trop de défauts, avec des résultats catastrophiques pour la santé des humains comme pour celle de nos petits animaux de compagnie : plus de 80 % des maladies sont dues, directement ou indirectement, à la malbouffe. Chez nos chiens et nos chats, on a un vrai coupable : les croquettes. Tout le monde en donne, simplement « *parce que c'est facile* » ! Mais, malheureusement, « *facilité* » n'est pas synonyme de « *santé* ».

Si l'on vous démontre pourquoi les croquettes sont responsables des inflammations intestinales, des déséquilibres nerveux, des « *gratouilles* » infernales et autres maladies, je pense que vous commencerez à voir le « *vrai visage* » de cette nourriture si délétère et à vouloir nourrir sainement votre animal. C'est la raison d'être de ce livre.