

SPÉCIAL ANIMAUX

Croquettes, pâtées... Empoisonne-t-on nos bêtes en les nourrissant ?

Plus de la moitié des Français possèdent un animal de compagnie¹. En tête ? Les poissons, mais surtout les chats et les chiens, nourris majoritairement avec des croquettes. Une alimentation industrielle controversée à l'origine d'un scandale sur lequel surfent de nombreuses tendances prétendument plus saines ou respectueuses de l'environnement. Décryptage du mystérieux marché de la « petfood ».

Des poils, des sabots et des viscères dans leur gamelle

Il est loin le temps où chiens et chats se nourrissaient des restes de repas et des proies chassées dans la campagne. Actuellement, quasiment tous sont nourris avec des croquettes².

Parmi les plats qui composent le plus leurs gamelles viennent ensuite les pâtées et friandises, devant les restes de table. Loin derrière : les aliments cuisinés, aussi appelés rations ménagères.

Les croquettes qui dominent les rayons des supermarchés et ceux des cliniques vétérinaires, sont-elles vraiment saines pour nos animaux ? La réponse est aussi complexe que le choix des produits est vaste.

D'après les fabricants³, les croquettes sont fabriquées à partir de protéines animales, c'est-à-dire des coproduits d'abattoirs, morceaux non consommés par l'homme : des restes de viande mais surtout des os, de la peau, des poils, des sabots, des plumes, des viscères, etc. réduits en farines. Ce

à quoi sont ajoutés des graisses d'origine animale ou végétale, des légumes et du soja ; du sel et même des sucres, comme exhausteurs de goût ; des additifs, comme des colorants, des arômes artificiels ou encore des conservateurs. Dernier ingrédient de ces cocktails : les antioxydants.

Toutes ces matières premières sont mélangées, hachées, cuites à haute température et conditionnées : soit sous forme humide pour la pâtée, soit sous forme déshydratée pour les croquettes, grâce à l'amidon contenu dans les céréales... le principal ingrédient polémique.

Diabète, allergies, problèmes de peau...

Depuis plusieurs années, des associations de consommateurs et des professionnels de la santé animale alertent sur la toxicité de cette alimentation industrielle, en raison notamment des taux de glucides importants qu'elle contient. C'est le cas de Sylvia Morand, vétérinaire et présidente

de l'Association des médecines complémentaires vétérinaires : « Les carnivores, comme les chiens et les chats, n'ont pas le système digestif pour digérer une quantité importante de céréales, explique-t-elle. On voit ainsi exploser les pathologies inflammatoires et intestinales ainsi que les diabètes. Je pense que cet excès de sucre perturbe aussi le microbiote et est lié à l'apparition d'allergies, de problèmes de peau, entre autres. »

Si les emballages vantent des aliments à base de viande ou de poisson, l'ingrédient principal de la recette reste en fait bien souvent les glucides, libérés de l'amidon des céréales. Ils représentent en moyenne **40 % du poids total**, selon l'association citoyenne « Alertes croquettes toxiques ». « Pour masquer le fait que les céréales sont le premier ingrédient de la croquette, les fabricants les décomposent en différentes entités : protéines de maïs, gluten de maïs, farine de blé, etc. », explique Gilles Vouillon, créateur de l'association, professeur de sport et propriétaire d'une chienne, qui décrypte des centaines →

1. Possession et désir de possession d'un animal de compagnie en France 2020, Statista.

2. Rapport annuel 2020 de la FACCO, la Fédération des fabricants d'aliments pour chiens, chats, oiseaux et autres animaux familiers.

3. Fediaf, The European Pet Food Industry, www.fediaf.org

Merci de transmettre ce numéro à votre chat

Une fois n'est pas coutume : vous ne trouverez ce mois-ci aucun conseil de santé... pour vous.

J'ai le plaisir de vous présenter, pour la première fois dans l'histoire de *Révélation Santé & Bien-Être*, un numéro **totale**ment consacré à la santé de vos animaux de compagnie.

Aujourd'hui en France, plus de la moitié de la population vit avec au moins un animal de compagnie : un foyer sur trois possède un chat, et un foyer sur cinq un chien¹.

Cela représente près de 22 millions de compagnons à quatre pattes.

Pour la plupart d'entre vous, l'animal est considéré comme un membre de la famille à part entière. Il est aimé et chouchouté. Il apporte réconfort, soutien et bonne humeur quand vous en avez besoin.

Mais peu de gens savent vraiment comment garantir la santé de leur compagnon de vie.

Pourtant, votre animal mérite qu'on porte autant d'attention à sa santé qu'à la nôtre.

Nous avons donc décidé, dans ce numéro spécial, de vous proposer un ensemble de solutions naturelles pour prendre soin de votre chien, chat ou autre.

Vous apprendrez notamment à **utiliser les huiles essentielles sur vos animaux**, grâce au dossier très complet d'un vétérinaire spécialisé dans les approches naturelles. Vous découvrirez aussi une enquête sur le **scandale de la nourriture animale** (comme quoi la malbouffe ne concerne pas que les humains), avec des alternatives plus saines.

Vous lirez encore l'interview inédite de la pionnière de la **communication animale**, Laila Del Monte, ainsi que des articles passionnants sur les animaux... **qui nous soignent !**

N'hésitez donc pas à partager tous ces conseils avec votre chat !

Amicalement,

Florent Cavalier

d'étiquettes pour partager ces données publiquement⁴.

Si l'étiquetage des ingrédients est obligatoire, celui du taux de glucides ne l'est pas ! Difficile donc pour les acheteurs de s'y retrouver sans sortir leur calculatrice.

Calculateur de glucides

Si la liste d'ingrédients n'indique pas la quantité exacte de glucides, il faut se référer aux « constituants analytiques », c'est-à-dire aux informations nutritionnelles. Elles affichent les taux de protéines, de matières grasses, de cendres (les minéraux), d'eau (l'humidité) et de cellulose (les fibres). L'étiquetage des glucides n'étant pas obligatoire, la ligne qui devrait leur être consacrée manque bien souvent dans le tableau. Reste donc à additionner tous les pourcentages affichés pour en déduire le taux de glucides. Si celui d'humidité n'est pas écrit, Gilles Vouillon conseille de considérer qu'il est de 10 %, taux d'humidité moyen des croquettes.

Ils fabriquent les problèmes... et vendent les solutions !

La « petfood » est aussi controversée en raison des toxines qu'elle contient. D'après une enquête de France 5⁴, certaines croquettes contiennent des mycotoxines, des molécules produites par des moisissures, certes naturelles mais qui, à doses quotidiennes, peuvent être toxiques : démangeaisons, troubles de la reproduction ou encore affection des reins et du système immunitaire.

Le comble, c'est que les fabricants inventent même des « solutions » à ces problèmes de santé : croquettes spéciales « régime », « digestion », « troubles hépatiques », « malabsorption intestinale » etc. Certaines étant même vendues sur prescription vétérinaire...

Mars, leader mondial de la croquette

Car entre les industriels et les professionnels de la santé animale, la frontière est

parfois poreuse. Mars, l'un des leaders mondiaux de la « petfood », possède également près d'un millier de cliniques vétérinaires aux États-Unis, et les industriels ne se privent pas de faire du lobbying dans les écoles vétérinaires ou les cliniques : « *Ils sponsorisent des soirées, des week-ends, dénoncent Sylvia Morand. Ce genre de choses fait partie de leur travail, mais la responsabilité appartient aussi aux vétérinaires qui choisissent de vendre leurs produits.* »

Ces commerciaux démarchent aussi les éleveurs : « *Ils nous vantent tous les meilleurs croquettes du monde et veulent que l'on vende leurs packs chiots* », témoigne Virginie Bourron, éleveuse de golden retrievers dans la Loire. « *Ils nous proposent aussi des réductions en échange des coordonnées des clients.* »

Il faut dire que le marché de la petfood est lucratif. En Europe, 8,5 millions de tonnes d'aliments sont vendues chaque année, pour 21 milliards d'euros. Un secteur en pleine évolution ! Entre 2009 et 2019, la valeur des ventes d'articles pour animaux de compagnie est passée de 3 milliards d'euros à près de 5 milliards⁵. En comparaison, le marché du bébé ne représente qu'environ 3 milliards d'euros⁶.

Après les vegan, les croquettes aux insectes

De nouvelles tendances alimentaires surfent déjà sur la vague de ce scandale : dans les rayons sont apparues les croquettes sans céréales, sans gluten, végétariennes, voire vegan... des tendances similaires à celles qui concernent l'alimentation humaine. Dernière mode ? Les croquettes aux insectes !

Vétérinaire référent du groupe In Vivo Retail, détenant notamment Gamme Vert et Jardiland, Étienne Puyanne est un fervent défenseur de l'entomoculture : « *Là où il faut plusieurs mois pour produire de la protéine carnée, 5 à 10 jours suffisent avec les insectes. Le rendement est 40 fois supérieur à la production de protéines animales courantes comme les volailles ou les bovins. De plus, ils n'ont pas besoin d'apport en eau supplémentaire. Celle qu'ils trouvent dans leur nourriture, faite de co-produits agricoles comme les feuilles de betterave, leur suffit* », explique celui qui est aussi diplômé de diététique canine et féline.

4. Quelles croquettes pour nos bêtes ? France 5, 2017, réalisé par Marion Baillot et Mathieu Sarfati

5. Valeur du marché des animaux de compagnie en France de 2009 à 2019, Etude Statista, juin 2020

6. « Les marchés du bébé trottaient en ordre dispersé », Etude Xerfi, avril 2018

Le Dr Étienne Puyanne a ainsi développé sa propre marque de croquettes aux insectes, 2d2a, ou plutôt à la farine d'insectes: «*Nous utilisons des larves de mouches et scarabées, comme encadré par la loi. À maturité, les vers sont endormis, euthanasiés puis broyés pour en faire de la farine et de la matière grasse. Les déjections des larves sont, de leur côté, utilisées en agriculture bio comme amendement organique.*»

Pour toutes ces raisons, le Dr Puyanne estime que l'entomoculture est une solution écologique, qui correspond aussi aux besoins de nos chiens et chats de compagnie, car ces protéines animales couvrent les mêmes besoins en acides aminés que celles de la viande, «*contrairement aux protéines végétales*, précise le vétérinaire. *Les croquettes végétariennes ou vegan font courir un risque de carences pour l'animal, pouvant être à l'origine de nombreuses maladies comme des anomalies rétinienne, des dysfonctionnements du foie, du rein... Le fonctionnement de tout l'organisme peut être perturbé...*».

Les croquettes pour chien 2b2a contiennent ainsi 20 % de protéines d'insectes, 7 % de farine de pois, 12 % de matières grasses végétales (arachide et colza), 10 % d'humidité et 31 % de glucides: «*C'est absurde de dire que les glucides sont dangereux!*» s'indigne le Dr Étienne Puyanne. «*Le chat a certes moins besoin de glucides que le chien, mais ils sont nécessaires pour alimenter leurs cellules en énergie. Dans la nature, qu'ils descendent du tigre ou du loup, ces prédateurs mangent les viscères de leurs proies, dans lesquels on trouve des céréales en décomposition. Par ailleurs, le système digestif du chien a évolué et il est aujourd'hui capable d'assimiler plus de glucides que son ancêtre. Le problème, poursuit le vétérinaire, c'est que des fabricants ont produit des aliments avec trop de glucides. Ajoutez à cela le manque d'activité physique lié à des vies plus sédentaires et l'activité hormonale perturbée en raison de la stérilisation et l'on comprend pourquoi les animaux sont de plus en plus obèses.*»

D'après Marianne Diez, professeur en nutrition animale des carnivores domestiques à la faculté de médecine de l'École vétérinaire de Liège, au moins 30 % des chats et des chiens sont obèses⁷.

Croquettes, la solution de facilité, vraiment ?!

Le Dr Étienne Puyanne esquisse la véritable problématique liée à l'alimentation animale: si nous nous tournons vers les croquettes et pâtées, c'est que nous ne savons pas comment nourrir sainement notre animal sans nous passer de solutions toutes faites. «*Je n'ai rien contre la ration ménagère*, ajoute le Dr Puyanne, *mais, à moins de considérer son animal comme une poubelle, on ne peut pas se contenter de ne lui donner que les restes de table. Ils ne seront pas toujours équilibrés par rapport à ses besoins nutritionnels spécifiques. S'il est tout à fait possible de réaliser des gamelles équilibrées soi-même, l'entomoculture est une solution pratique, rapide, équilibrée et durable.*»

Ces nouvelles tendances n'échappent pas à l'industrialisation de la nourriture animale. Comme croquettes et pâtées traditionnelles, elles nous proposent des solutions toutes faites mais qui nous éloignent en réalité de la compréhension de l'animal, de sa physiologie comme de son éthologie.

Nous pensons bien faire en nous orientant vers des choix différents mais nous sommes finalement toujours victimes du marketing, des modes: «*Si les protéines d'insectes étaient vraiment ce dont nos chiens et chats ont besoin, cela ferait longtemps qu'ils mangeraient naturellement des sauterelles et des papillons dans la nature!*» s'indigne Gilles Vouillon, qui dénonce des produits marketing. «*On nous claironne des arguments écolo... mais ce n'est qu'une façon de plus de se faire de l'argent en continuant à empoisonner nos chiens et nos chats avec des aliments surdosés en glucides! Toutes ces croquettes "spéciales", même celles labellisées bio, ne sont pas meilleures que les autres.*»

D'après l'Agence bio⁸, au moins 70 % des matières premières doivent être bio et les OGM sont interdits pour prétendre au label, ce qui reste un bon point, mais il n'y a aucune exigence particulière en matière d'équilibre nutritionnel.

«*Certains maîtres souhaitent proposer des formes d'alimentation à leurs chiens qui n'existaient pas, ou peu, il y a encore quelques années*, écrivent les vétérinaires Annabelle Loth et Alexandre Balzer⁹. *Cependant, devant ces nouvelles pratiques [...], les industriels se sont vite adaptés et ont développé une gamme d'aliments répondant à ces nouveaux régimes*

alimentaires.» L'alternative idéale selon ces vétérinaires? La ration ménagère.

Existe-t-il des croquettes « moins pires » ?

Même l'association Alertes croquettes, qui a fait un classement de croquettes, réalise que certaines peuvent devenir très mauvaises du jour au lendemain, pour des histoires de changement d'usine de transformation par exemple... Il est donc quasiment impossible de recommander une marque plus qu'une autre. En revanche, il existe des entreprises qui proposent des rations toutes faites d'alimentation naturelle correspondant aux besoins de nos animaux comme QWILD (<https://qwild-barf.fr/>) ou AltuDog (www.altudog.com/fr/)

Les bonnes recettes pour chiens et chats

Pour faire à manger à son compagnon, il convient d'apprendre à connaître ses besoins essentiels en fonction de sa race, de sa taille, de son âge, mais aussi de son activité physique ou encore de ses hormones (stérilisé ou non). «*Un chihuahua qui passe sa vie sur le canapé n'a pas les mêmes besoins nutritionnels que son ancêtre*», insiste le Dr Étienne Puyanne.

Dans leur livre, les Drs Loth et Balzer aident ainsi à comprendre les besoins essentiels du chien en expliquant que celui-ci descend des loups dont le régime est essentiellement, mais non exclusivement, constitué de viande. «*Ils ne sont pas hypercarnivores comme les félins: leur alimentation est très flexible, voire opportuniste. Elle se base sur l'accessibilité et l'abondance des proies. [...] Le loup est un carnivore non strict, c'est-à-dire qu'il va aussi intégrer à son régime des invertébrés, des végétaux (graminées, fruits), en partie issus de l'estomac de proies ingérées. Les chiens partagent toujours une très grande partie de leur patrimoine génétique avec le loup. Toutefois, une étude de 2013, effectuée par Erik Axelsson de l'université d'Uppsala («The genomic signature of dog domestication reveals adaptation to a starch-rich diet») a montré que des parties du génome du →*

7. «Obesity and associated metabolic disorders in companion animals», Dr Marianne Diez, 2012

8. Cahier des charges «Aliments pour animaux de compagnie à base de matières premières issues du mode de production biologique», édité par le ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation, de la Pêche et des Affaires rurales, daté du 25 février 2004, www.agencebio.org/sites/default/files/upload/documents/3_Espace_Pro/AB-CC-animaux-de-compagnie.pdf

9. «Mieux nourrir son chien», Dr Annabelle Loth et Dr Alexandre Balzer, Artémis Éditions

chien ne sont plus identiques à celles du loup [...] En effet, le chien a acquis au cours des siècles des capacités digestives différentes: une meilleure capacité de dégradation, de transport et d'absorption de l'amidon.» Capacité qui se serait développée en même temps que l'intégration des céréales dans l'alimentation humaine. «*Toutefois, nuancent les vétérinaires, ce n'est pas parce que le chien digère mieux l'amidon qu'il est obligatoire d'en intégrer dans sa ration pour qu'elle soit équilibrée.*» S'intéresser à l'évolution du chien et à sa physiologie permet de comprendre ses besoins alimentaires généraux. Les Drs Loth et Balzer proposent la répartition suivante: 41 % de glucides (céréales, pommes de terre...), 31 % de légumes et fruits, 26 % de protéines animales (viande, poisson, y compris abats) et 2 % d'huile. Pour les besoins particuliers à chaque animal, mieux vaut ensuite demander conseil à son vétérinaire pour équilibrer correctement la ration. L'avantage de cette ration ménagère? Pas de cuisson à haute température qui détruit nutriments et vitamines et un contrôle de la qualité des matières premières. L'inconvénient? Elle peut être chronophage au quotidien.

Mais le taux de glucides important de cet exemple de ration ne fait pas l'unanimité au sein des professionnels de la nutrition animale.

Pas de gamelle du tout !

Le vétérinaire australien Tom Lonsdale fait partie des fondateurs de l'alimentation naturelle pour carnivores domestiques (chiens, chats, furets), et l'un de ceux qui ont contribué à démocratiser tous les régimes à base de viande crue (*barf*, *raw feeding*, *prey model...*), plus précisément d'os charnus: «*Ce n'est pas nouveau, c'est juste que nous avons oublié et que nous avons laissé les intérêts commerciaux prendre le dessus*», écrit-il¹⁰.

Se basant sur le fait que nos chiens sont des «*loups modifiés*» et les chats, des félins domestiqués, il préconise de leur donner des proies entières ou, à défaut, de la reconstituer: os charnus, viande, mais aussi des abats et quelques déchets de table car «*parfois des carnivores mangent des omnivores, ingérant en même temps le contenu de leurs intestins. Pour cette raison, il n'y a aucun inconvénient à ce que vous nourrissiez votre chien directement avec des déchets de table.*»

Mais l'un des points importants de cette alimentation est d'oublier la traditionnelle gamelle pour nourrir nos animaux à même le sol, «*car celui-ci contient des bactéries et des minéraux, tout comme l'herbe ou d'autres végétaux*» que les animaux mâchouillent souvent naturellement. Quoi qu'il en soit «*les carcasses et os seront rapidement tirés vers un endroit confortable*».

Avec cette alimentation, inutile d'attendre de votre animal qu'il mange proprement dans sa gamelle. Mieux vaut lui consacrer un coin dehors ou, à défaut, lavé régulièrement.

Le Dr Lonsdale recommande aussi de laisser les chiens manger les déjections animales «*comportement tout à fait naturel. La matière fécale contient des enzymes, des vitamines et grouille de bactéries.*» En revanche, tous les professionnels recommandent de faire attention à la surdose de foie – lorsque vous lui donnez des abats – qui, donné en excès, peut créer une surcharge en vitamine A.

Les os, des brosses à dents naturelles

Le Dr Tom Lonsdale a pu observer les bénéfices de cette alimentation, notamment sur la dentition: «*Au fur et à mesure que les carnivores progressent dans le dépeçage de la proie et le broyage de ses os, ils assurent leur hygiène dentaire: ils lavent, nettoient et polissent leurs dents et leurs gencives. [...] La plupart de nos carnivores domestiques nourris avec une alimentation industrielle ont les dents sales et couvertes de plaque dentaire ainsi que les gencives douloureuses. Les bactéries résidant dans cette plaque produisent des gaz nauséabonds, d'où le terme "haleine de chien". La mauvaise haleine est déjà un problème en soi, mais la plus grande inquiétude que nous pouvons avoir concerne l'impact sur l'organisme entier des dents et gencives infectées par la maladie parodontale. Les recherches scientifiques montrent que les animaux atteints sont les premiers à souffrir de problèmes hépatiques, rénaux et immunitaires*¹¹.»

Autres bénéfices observés par le vétérinaire australien? Une meilleure vitalité, un plus beau poil et moins de problèmes d'obésité car les animaux régulent davantage leur prise alimentaire. Les selles des animaux sont trois fois moins volumineuses, ne sentent pas mauvais et sont plutôt sèches, entre autres.

VRAI/FAUX : aurez-vous la bonne réponse ?

1: Mélanger croquettes et viande n'est pas bon

VRAI

Les vétérinaires sont d'accord sur ce point: mélanger alimentation industrielle et ration ménagère peut provoquer des troubles digestifs mais rien n'empêche de repasser aux croquettes en cas de nécessité: vacances, déménagements... Dans tous les cas, nos animaux ont souvent besoin de quelques jours d'adaptation.

2: Os et arêtes sont dangereux

VRAI ET FAUX

S'ils sont cuits, ces derniers sont effectivement dangereux car ils se brisent en éclats qui peuvent blesser voire perforer les parois du système digestif. En revanche, ils ne posent aucun problème crus. Il faut évidemment adapter la taille

des os à celle de l'animal pour éviter les obstructions. Les os à moelle sont notamment déconseillés pour cette raison.

3: Donner de la viande crue à un chien lui donne le goût du sang

FAUX

Aucune étude ne le prouve. Certes, si un chien est nourri avec des proies entières, il aura peut-être envie de croquer ces mêmes animaux s'il les rencontre vivants, mais il n'y aura pas plus de risques qu'il morde un enfant. Personnellement, mon chien n'a pas encore fait le rapprochement entre les carcasses de poules qu'il mange quotidiennement et celles, vivantes, qui gambadent dans la basse-cour. D'après le Dr Lonsdale, les chiens «*au cru*» sont d'ailleurs souvent plus calmes que ceux nourris d'aliments industriels.

10. Tom Lonsdale, «*Manuel pratique de l'alimentation crue, ou comment prévenir et faire disparaître la plupart des maladies chroniques chez les chiens et autres carnivores domestiques*», <https://barf-asso.fr/wp-content/uploads/2014/01/Lonsdale.pdf>

11. Mugford R A, «*The influence of nutrition on canine behaviour*», *Journal of Small Animal Practice*, 1987

Changer d'alimentation, mode d'emploi

Le Dr Lonsdale recommande de changer d'alimentation du jour au lendemain et de débiter avec un seul type d'aliment : « Des poulets entiers ou bien leurs ossatures et leurs os constituent une bonne base de départ pour les chiens de toutes tailles, conseille le vétérinaire australien. Après une semaine de monodiète, si l'animal supporte bien cette nouvelle nourriture, vous pouvez introduire d'autres variétés d'os crus entourés de viande ainsi que des carcasses. Laissez ensuite une semaine avant de passer d'un aliment à un autre. » D'après le Dr Lonsdale, la plupart des animaux arrivent facilement à passer des croquettes à la viande crue. Pour les chiens adultes qui rencontrent des difficultés, une diète de 24 heures aide à la transition.

Expérimenter et s'adapter

Sans forcément mettre une étiquette sur l'alimentation que l'on choisit pour son animal, l'important est de se questionner et de s'informer sur la physiologie de son compagnon pour déterminer, en partenariat avec les professionnels de santé, l'alimentation la mieux adaptée : le régime préconisé par le Dr Lonsdale est certainement mieux approprié aux chiens dont la physiologie se rapproche de celle du loup et qui n'a, par exemple, plus grand-chose à voir avec un chihuahua stérilisé et vivant en appartement.

Par ailleurs, en pratique, tout ne se déroule pas toujours comme prévu. Malgré une gamelle conforme à la théorie, votre animal ne tolérera peut-être pas certains aliments.

Pas de panique ! Il n'y a pas de panacée mais simplement des choix à faire pour convenir au mieux à votre compagnon... Il faudra alors s'adapter.

Par exemple, les golden-retrievers de Virginie Bourron ne supportent pas le riz qui leur provoque des diarrhées... aliment pourtant recommandé pour contrer ce type de symptômes. Ancienne travailleuse de l'industrie agroalimentaire, elle est devenue éleveuse après s'être prise de passion pour cette race : « J'ai adopté mon premier chien à la SPA, raconte-t-elle, et je

le nourrissais avec des croquettes achetées en grande surface. Il a eu de nombreux problèmes de santé, notamment digestifs et le vétérinaire m'a orientée vers d'autres croquettes. J'ai appris à différencier celles qui étaient meilleures que d'autres mais celles sans céréales coûtaient une fortune à l'époque. Ce qui ne l'a d'ailleurs pas empêché d'avoir des soucis de rein. »

En reconversion, Virginie Bourron rencontre une naturopathe qui lui glisse quelques conseils : donner de la viande de bœuf plutôt que des croquettes, réaliser des infusions aux queues de cerises... des petites graines qui germent dans la tête de la future éleveuse qui se lance alors dans les rations ménagères : « Je nourrissais mon chien comme moi, en lui achetant des steaks, des côtes de porc, mais c'était très onéreux. J'en suis venue à démarcher des bouchers pour obtenir des invendus. »

Accompagnée par son vétérinaire, ouvert à des méthodes alternatives, Virginie Bourron surveille la santé de son chien en réalisant des prises de sang tous les trois mois. Résultat : une bonne santé, pour un coût moindre.

En complétant la viande et les os avec quelques abats mais aussi des huiles, des légumes, des fruits et des compléments alimentaires, Virginie Bourron a réussi à trouver l'équilibre qui convient à ses neuf golden retrievers. Elle se forme parallèlement à la naturopathie et adapte les rations aux particularités de chaque animal : du curcuma pour la chienne plus âgée, du fenouil pour les mères allaitantes...

Moins de visites chez le vétérinaire

De son expérience, elle retient qu'« aucun chien ne se porte mieux aux croquettes qu'avec la viande ». Pour en avoir testé une cinquantaine, elle connaît bien leurs effets secondaires : « chutes de poils, diarrhée, baisse d'énergie... même avec des croquettes sans céréales ! »

Dans le coût que représentent les rations maison, il faut également tenir compte du fait que les visites chez le vétérinaire sont moins nombreuses... L'éleveuse s'y retrouve financièrement, « mais au-delà de ça, les voir en bonne santé est une grande joie ! ».

C'est ce que nous invite à faire ce changement d'alimentation, de l'industrielle au fait maison : apprendre à comprendre notre animal, à s'intéresser vraiment à lui et pas uniquement à sa gamelle, mais à son environnement tout entier. « Vos

Quel coût pour les rations maison ?

Les Français dépensent en moyenne 322 euros par an pour l'alimentation de leurs animaux de compagnie¹². Si le coût dépend évidemment de la quantité journalière nécessaire, il est surtout relatif aux sources d'approvisionnement. Pour ses neuf chiens, Virginie Bourron dépense environ 25 euros par mois seulement : « Toutes les semaines, je récupère les invendus auprès des boucheries, la plupart du temps gratuitement. Si la qualité est mauvaise, qu'il y a trop de gras par exemple, je vais acheter des produits en promotion. »

À titre personnel, j'ai pu comparer le coût d'un régime croquettes à celui typé Barf. Pour un border collie mâle, adulte, non castré et sportif, je dépense environ 50 euros par mois pour une « alimentation maison ». Un ami, possédant un chien de profil identique, dépense la même chose en croquettes. Affirmer que l'alimentation maison coûte plus cher n'est donc pas juste. En revanche, pour qu'elle soit moins onéreuse, cela demande plus d'efforts que pour les croquettes : faire des commandes groupées, récupérer des invendus, guetter les promotions etc.

animaux sont-ils vraiment heureux ? » questionne le vétérinaire Étienne Puyanne. « Est-il normal d'adopter un chat pour son propre plaisir, si c'est pour que celui-ci vive enfermé dans un appartement et qu'il finisse par sauter du balcon ? La vraie question, c'est de s'interroger sur le cadre de vie de son animal et ce qu'on en fait¹². »

■ Marion Paquet

Pour aller plus loin

- « Ce poison nommé croquettes », ebook de Jérémy Anso, dur-a-avaler.com
- « Toxic croquettes », par Jutta Ziegler, éditions Thierry Souccar

Soigner son compagnon au naturel oui, mais pas n'importe comment !

Pour soigner votre animal, lorsque les symptômes sont violents, les traitements d'usage sont de type « anti » (antibiotiques, anti-inflammatoires, anti-nauséux, etc.) et permettent un effet immédiat, mais un effet essentiellement symptomatique, qui délaie souvent le fond du problème, et c'est encore à l'organisme, certes soulagé, d'entamer sa guérison.



Jean-Yves Gauchet,
vétérinaire
spécialisé

dans les médecines naturelles, est aussi l'éditeur du blog *Effervesciences* dans lequel il a révélé pour la première fois les effets thérapeutiques du ronronnement et a ensuite publié un ouvrage sur la ronronthérapie¹.

Prendre soin de son compagnon, c'est important, mais pas à n'importe quel prix ! Pour des pathologies lentes ou chroniques (les plus fréquentes), mieux vaut prendre le temps de soins naturels, qui n'auront pas pour but de bloquer des symptômes, mais d'aider l'organisme à réagir par lui-même, à réguler son fonctionnement global, en agissant simultanément sur l'ensemble des systèmes (immunitaire, nerveux, hormonal, etc.). Certes, l'action sera plus lente, mais ces substances naturelles font un travail de fond qui prévient les récurrences.

Bien identifier le problème

Les affections de la peau représentent plus d'un tiers des pathologies avec pour causes principales les parasites externes (puces, acariens) et des hypersensibilités à de multiples substances de l'environnement ou de l'alimentation.

Ces affections ne mettent pas en jeu la vie de l'animal, mais elles entraînent des démangeaisons qui débouchent sur des lésions de grattage surinfectées qui masquent les symptômes du départ.

Les mêmes causes peuvent déborder sur des localisations annexes (anus, oreilles, pelotes, paupières...) qui sont

parfois traitées à part, mais qui sont en fait des extensions de dermatoses.

La dermatose due aux puces

Elle est facile à reconnaître car :

- Les puces se laissent observer dans le bas du dos, les zones génitales, le cou et les oreilles.
- On retrouve des excréments noirs et brillants dans le pelage, qui virent au rouge au contact d'une compresse humide
- Les démangeaisons sont intenses sur les flancs (chien qui « joue de la guitare »).

Une hygiène antiparasitaire avant qu'il ne soit trop tard !

Ce domaine des dermatoses parasitaires est un chemin de croix si l'on veut traiter avec des procédés naturels : à ma connaissance, aussi bien les huiles essentielles que les diatomées n'ont que des résultats très mitigés et ne tuent pas les parasites. On en revient à utiliser des substances de synthèse (lotions, comprimés, colliers, pipettes), au moins pour se débarrasser d'un coup des parasites présents, avant de mettre en route une hygiène antiparasitaire à effet répulsif. Adopter cette hygiène dès le départ est donc la meilleure solution si vous voulez éviter des produits de synthèse.

Vous pouvez ainsi vous contenter de produits naturels **insectifuges** chez les tout jeunes et sur des compagnons d'appartements peu atteints. Mais dès qu'on constate des inflammations et un grattage frénétique, il faut se tourner vers des produits **insecticides**, en respectant bien

les précautions : éviction de tout produit à base de perméthrine chez les chats (lire le billet en fin de numéro) et interdiction aux jeunes enfants (au moins jusqu'à 5 ans) de mamourer des compagnons qui viennent d'être traités.

Recette d'un gel répulsif

- Dans un bol, mélangez 50 g de gel d'aloë vera et 25 gouttes de chaque huile essentielle suivante : lavande, géranium et cèdre de l'Atlas. A conserver au réfrigérateur dans un pot de yaourt (coiffé d'aluminium pour ne pas inonder les aliments d'odeur de lavande...).
- Appliquez ce gel tous les deux jours, en observant dans le pelage l'éventuelle présence de puces. Auquel cas vous les saisissez une par une avec un peigne à poux.
- Ce traitement est à effectuer le même jour sur tous les animaux du foyer, sans oublier le grand ménage : lavage à haute température des linges du couchage, passage à l'aspirateur - ou mieux au nettoyeur vapeur - des tapis, moquettes, dessous de meubles et interstices de parquets.
- Si vous utilisez un appareil de type karcher, incorporez du vinaigre imprégné de lavande (macération de 15 jours, puis filtration), et n'oubliez pas de rincer « à vide » l'appareil pour ne pas le détériorer.

Ne confondez pas allergies et acariens !

Chez les acariens, on trouve dans cette famille tout aussi bien des gros « suceurs de sang » externes, comme les

1. « Mon chat et moi on se soigne », aux éditions Le Courrier du livre. Également l'auteur de « Mon chat et moi, on se régale ! », chez le même éditeur.

tiques, que de minuscules parasites sous la peau, invisibles à l'œil, les gales (demodex ou sarcoptes).

Les **tiques** sont dangereuses pour les micro-organismes qu'elles peuvent injecter lors de leurs morsures, mais elles n'entraînent quasiment pas de pathologie de la peau.

Les **gales** sous cutanées, elles, entraînent des démangeaisons intenses qu'on peut confondre avec des allergies. Comme pour les puces, il est illusoire de vouloir soigner avec des méthodes «douces». Mais avant «d'envoyer l'artillerie lourde», il faut un diagnostic bien pensé, à faire avec votre vétérinaire.



Voici un véritable «piège diagnostique»: ces lésions évoquent tout à la fois une gale sarcoptique, une allergie alimentaire et une sensibilité d'atopie.

Allergie : remède surprenant pour éviter les rechutes

Très fréquente chez le chien, en particulier chez les dogues, bouledogues, retrievers, westies (liste non limitative), l'**atopie** s'observe sporadiquement sur des lignées de chats.

Il s'agit d'une propension à surréagir au contact d'allergènes, comme certains pollens, ou comme les acariens de moquette omniprésents dans nos foyers. Les symptômes sont très variés, mais se remarquent par une rougeur de la peau aux extrémités, au museau, aux oreilles, avec des grattages et des morlissements de ces zones irritées.

Une fois le diagnostic établi et les rougeurs disparues grâce au traitement énergique (corticoïdes, cyclosporine principalement), des soins naturels permettront de renforcer l'organisme et d'éviter les rechutes.

- **Les œufs de caille.** Un remède méconnu et efficace: ces œufs contiennent un ovo-mucoïde qui empêche la dégranulation des substances irritantes. On préconise l'ingestion quotidienne d'un œuf pour 10 kg, à manger cru car les ovo-mucoïdes perdent leur effet par chauffage. Ces œufs se trouvent chez les volaillers par barquettes de 18, ou

bien en comprimés, on a le choix sur internet.

- La **phytothérapie** regorge de possibilités de soigner des peaux sensibles et déjà abimées par le grattage ou les morlissements. Ces extraits de plantes seront utilisés, soit sous forme de comprimés ou gélules, soit encore mieux sous forme d'«extraits standardisés» (EPS) en solutions de glycérine, donc sans alcool. De plus en plus de vétérinaires disposent de ces extraits et peuvent vous préparer les mélanges les plus adaptés.
- L'**homéopathie** propose des remèdes adaptés à des situations bien précises:
 - Démangeaisons parasitaires, *Ledum palustre* 5 CH
 - Allergies, *Poumon histamine* 15 CH
 - Pellicules avec peau grasse, *Sulfur* 5 CH
 - Croûtes récidivantes, *Arsenicum album* 9 CH
 - Pour un pelage terne, au poil cassant, *Zincum* 7 CH ou *Selenium* 7 CH

Intolérance : diagnostic gratuit à faire chez vous

L'**intolérance alimentaire** est une autre dermatite qui touche la peau, en installant des démangeaisons sur le museau, le cou, et bien d'autres parties du corps. Il est très long et compliqué de trouver par quel type d'aliment votre compagnon est affecté.

Autant réaliser un régime d'éviction, en retenant en tout et pour tout deux ingrédients: une protéine animale originale qu'on pourra trouver de façon constante (exemple: de l'agneau, du canard), et un légume de type haricot vert.

L'idée est de donner exclusivement ces nutriments à l'animal, en dehors de tout traitement et de voir si les inflammations régressent spontanément (il faut attendre au moins 15 jours). On sait alors qu'on peut compter sur ces nutriments pour constituer son régime. Puis on rajoute par séquence de nouveaux ingrédients (du riz, du beurre, une autre protéine animale) en notant les effets. Si l'inflammation reprend, c'est qu'on vient de découvrir un des éléments antigéniques d'intolérance...

Attention, cette démarche diagnostique gratuite très efficace est très vite gâchée par l'introduction intempestive d'aliments industriels, en particulier si plusieurs animaux vivent ensemble.

3 plantes pour la peau

Plusieurs plantes sont reconnues pour leurs effets bénéfiques lorsque la peau et le pelage sont atteints:

- La **bardane**, anti-inflammatoire et antibactérienne
- La **pensée sauvage**, aux effets cicatrisants et sécrétoires
- La **grande ortie** (feuilles), tonique et reminéralisante.

Ces plantes seront utilisées en poudre (gélules), ou en extraits glycélinés (EPS) sur des périodes d'environ 3 semaines.

Six étapes essentielles en cas d'abcès

Aïe! le voilà encore revenu avec un abcès de morsure qu'il a bien sûr frénétiquement léché en accentuant l'importance de la blessure! Voilà votre compagnon tout penaud, sans appétit, avec des ecchymoses douloureuses et gonflées.

Une zone est particulièrement sensible: **la base de la queue**. Les griffes ou les crocs s'y plantent facilement, pour atteindre tendons et vertèbres et introduire profondément des bactéries pathogènes. Pour le chat, c'est très douloureux, il garde sa queue basse, se lèche, parfois devient malpropre. Sans soins vigoureux, on se retrouve avec un abcès chronique, une fistule profonde qui laisse suinter un liquide purulent...

L'épillet, un danger trop souvent sous-estimé



Ce petit épi d'herbe sèche passe souvent inaperçu et représente

un réel danger: de par sa forme pointue, il peut aisément **perforer l'épiderme**, se loger sous la peau, ou dans n'importe quel orifice provoquant **abcès profonds**, fistules qui suintent, otites, ulcères ou détériorations de la cornée. Si vous le voyez dépasser, tirez le doucement avec une pince à épiler, sinon, préparez une visite chez le vétérinaire.

Se poser les bonnes questions

Avant tout, posez-vous les questions suivantes: son état général est-il →

atteint ? Et cet abcès se trouve-t-il dans une zone sensible ?

Si votre chat présente souvent des abcès, c'est bien sûr dû à son mode de vie extérieur, à ses bagarres, mais n'est-il pas non plus fragile sur un plan immunologique ? Des **tests sanguins**, au moins pour la recherche des FIV et Felv sont alors nécessaires.

Bien observer (pour bien réagir)

Si la température dépasse 39 °C, si l'abcès est douloureux, qu'il soit ouvert ou fermé, et s'il est à proximité directe d'un œil ou de l'anus, prenez le temps de bien observer votre compagnon et de prendre rendez-vous chez votre vétérinaire.

Dégainer de l'argile verte

Dans plus de 50 % des cas, vous pouvez envisager de réaliser vous-mêmes des soins à domicile.

Si l'abcès ne présente pas de plaie ouverte, le mieux est de le faire « mûrir », sur environ 48 heures, par des applications d'argile verte matin et soir, pendant une heure, simplement le temps du séchage de cette argile.

Bien nettoyer

Surveillez bien ce mûrissement, l'évolution du volume, de la douleur induite, de la température éventuelle et nettoyez la plaie avec pression. À tout moment, vous pouvez vous en remettre à votre vétérinaire.

Lorsque l'abcès s'ouvre, il faut bien nettoyer le pus qui s'en échappe et garder

une parfaite hygiène locale (voir plus loin).

Ces abcès de morsure sont souvent profonds et permettent le développement de bactéries qui ont horreur de l'oxygène. Donc plus la blessure est profonde, plus les bords seront refermés, et plus ces bactéries qui seront à l'abri de l'air et pourront se développer. La base des soins consiste donc à **laisser « respirer » cette blessure**, avec les meilleures normes d'hygiène.

D'abord, y voir clair : **bien dégager la zone souillée**, en coupant les poils avec un petit ciseau courbe, au ras de la peau. Puis bien **désinfecter** avec un savon liquide ou à défaut un bain de bouche. Bien s'appliquer, en insistant sur les pourtours (au moins un centimètre des bords de la plaie) et rincer plusieurs fois. Ensuite, la désinfection en profondeur se fera en injectant de **l'eau oxygénée 10 volumes** profondément dans la plaie, avec une pipette ou une seringue.

Attention : c'est très efficace, mais le dégagement de petites bulles d'oxygène est exothermique, il chauffe un peu les tissus et votre compagnon risque de réagir...

Ces bulles d'oxygène permettent d'une part de tuer ces bactéries anaérobies, mais en outre elles remontent à la surface de la plaie, et évacuent tous les fragments de tissus, tous les éléments infectieux pour arriver à une **plaie parfaitement saine**. Ce traitement d'hygiène et d'antisepsie doit se prolonger plusieurs jours, pendant lesquels un comblement de la plaie s'effectue si l'animal ne se lèche pas.

En effet, si la salive a des propriétés anti-infectieuses et cicatrisantes, le frottement râpeux de la langue retarde cette

cicatrisation : une collerette adaptée à sa taille permet d'éviter ce léchage et de gagner plusieurs jours pour sa guérison.

Faire confiance aux abeilles

Il s'agit ensuite de « nourrir » les tissus lésés en profondeur. Le miel et la propolis sont deux produits réellement magiques qui accélèrent les cicatrifications d'au moins 50 % !

Sur une plaie nettoyée à l'eau oxygénée, la méthode simple et efficace est d'y déposer quelques gouttes de solution de propolis (attention, il s'agit de solution alcoolique qui ne se mélange pas à l'eau : à appliquer sur une zone bien sèche, au moins 2 minutes après le nettoyage précédent). Et ce n'est qu'ensuite que vous appliquerez un miel fluide, profondément, et tout autour de la plaie. Recouvrir d'une gaze (environ 30 % de ce miel va ressortir, repoussé par les chairs). À renouveler 3 fois par jour.

Renforcer avec la phytothérapie

Plusieurs extraits de plantes sont indiqués, en teinture mère ou mieux en EPS en deux prises quotidiennes.

- L'échinacée, qui stimule le système immunitaire
- L'**astragale**, qui relève également les capacités de défense.
- S'il faut reconstituer des tissus cutanés, utilisez aussi les extraits de **bardane** et de **fumeterre**.

Comptez sur l'homéopathie

Dès la morsure et le plus vite possible, **Arnica 12 CH** toutes les deux heures pendant deux jours. Pendant la période de maturation, **Hepar sulfur 12 CH** deux fois par jour et **Silicea 15 CH** quatre fois par jour.

Quatre étapes pour réussir un cataplasme d'argile

Pour faire « mûrir » une plaie ou un abcès, l'argile verte est un remède majeur. Voici comment procéder (à renouveler 3 fois par jour) :

- Saupoudrez l'argile dans de l'eau vinaigrée tiède jusqu'à obtenir une consistance de pâte qu'on pourra étaler sur un linge souple (1 cm d'épaisseur)
- Appliquez contre la zone touchée (argile en contact direct avec la peau) et maintenez en place par un bandage pas trop serré.
- Laissez agir au moins une heure.

- Retirez doucement ce cataplasme avec de l'eau tiède

Les trois propriétés de l'argile

- L'argile absorbe et draine hors du corps les impuretés et les substances toxiques, en action conjointe avec l'eau oxygénée qui elle, tue les bactéries et cautérise les tissus lésés.
- Elle favorise la cicatrisation en accélérant la formation des néotissus.
- Elle reminéralise et comble les carences, en parfait complément des applications de miel (lire plus bas le point 5 sur la cicatrisation).

Ne laissez plus votre chat se rendre malade d'anxiété

Nos compagnons sont contraints de vivre dans des conditions sociales qui n'étaient pas prévues dans les codes de comportement des carnivores sauvages. En particulier la densité de population, l'espace vital et les aires de vie dévolues à chacun, les rythmes de repas et l'intrusion du « maître » dans des hiérarchies soumises à des siècles d'évolution darwinienne.

Aussi, là où dans la nature, le sauvageon en difficulté sociale peut toujours choisir entre le combat ou la fuite, le chat domestique, coincé dans ses 35 m² ou bien à cinq dans une cour fermée, doit inventer de nouveaux codes sociaux en s'affirmant brutalement sur le seul être qui ne posera pas de problème en réplique: lui-même. Et l'on assiste alors à des comportements d'automutilation par le grattage (au niveau du cou ou de la tête) ou le léchage, sur tout le corps.



Résultat d'un léchage compulsif

Il s'agit bien sûr de ne pas confondre un tel comportement avec une pullicose (présence de puces) ou une allergie cutanée. Ces léchages compulsifs sont souvent accompagnés de malpropreté, d'agitation, d'expressions vocales.

Les dermatoses de léchage se remarquent surtout au niveau du ventre et de l'intérieur des cuisses (le pelage devient ras, la peau rosée et épaissie), ainsi que sur la ligne du dos et sur les flancs. On voit alors nettement des trainées de pelage diminué, aux poils raccourcis par le passage répété d'une langue râpeuse.

Le léchage à ce stade peut représenter un rituel de substitution en cas d'anxiété, un geste stéréotypé (de type «toc»), ou une activité d'abandon en cas de dépression. Et s'engage alors un cercle vicieux: le mal-être provoque une démangeaison, laquelle entraîne un léchage, qui instaure des plaies surinfectées, lesquelles relancent le prurit... et ainsi de suite.

Traitement: cette alopecie n'est pas une maladie de la peau, mais un comportement déviant dû à un trouble psychique. Il faut se focaliser sur la cause: **l'anxiété**. Si vous avez identifié une situation anxigène de l'environnement, il faut la gérer et la modifier. Le chat du voisin qui rôde? Des enfants turbulents? L'absence des maîtres? Un déménagement ou une modification dans la maison?

Des médicaments sont disponibles chez votre vétérinaire, mais vous pouvez tenter des remèdes naturels qui ont montré leur utilité:

- Les **phéromones apaisantes**, de type Féliway, en particulier pour des situations ponctuelles (voyage, déménagement, introduction d'un nouvel animal).
- Des **huiles essentielles** ont un effet reconnu pour apaiser les esprits tourmentés: la **lavande**, le **petit grain bigarade**, la **rose**, l'**ylang-ylang** et la **camomille**. En imbiber une compresse que l'on place près de l'animal au repos, sur un temps limité à 20 minutes, à renouveler 2 fois par jour.
- Des **extraits végétaux** tranquilisants sont également disponibles sous forme d'EPS: la **valériane**, le **houblon** et la **passiflore**, le **millepertuis** ayant de surcroît une action antidépressive.

Faites gagner jusqu'à 2 ans de vie à votre compagnon

Pratiquement 1 animal sur 4 présente un surpoids dommageable pour sa santé. Il s'agit en général d'une maladie due à une mauvaise nutrition.

Alimentation déséquilibrée, abondante, éclatée en nombreux en-cas au cours de la journée, croquettes de qualité médiocre dans lesquelles se cachent des résidus riches en graisses insaturées, en glucides industriels, en tourteaux de soja OGM, mais aussi certains traitements médicamenteux (corticoïdes, hormones sexuelles), ou les opérations de stérilisation...

À la clef, tout un cortège d'affections jamais bénignes: problèmes cardiovasculaires, respiratoires, rénaux, articulaires, hormonaux...

Sans compter qu'à cause de cette corpulence, certains examens médicaux (radiologie, échographie, palpation), sont rendus plus difficiles, avec des possibilités d'erreurs.

Un animal est dit obèse lorsqu'il dépasse de 20 % son poids idéal. Le poids est donc un indicateur (chaque race a ses normes, en fonction aussi de l'âge, détaillées dans le carnet de santé²), mais aussi la silhouette, les «poignées» palpables le long de l'abdomen etc.

En lui faisant perdre son surpoids, on peut faire «gagner» **jusqu'à deux ans de vie** à son compagnon, et le garder en forme jusqu'aux derniers jours.

Comment mettre en place ce « régime »

Pour réagir, il faut tout d'abord faire un bilan honnête de la question: comment en est-on arrivé là?

Prenez un carnet et notez tout ce qu'il peut manger au cours de la journée.

Vous arrivez à un chiffre, que ce soit un poids de croquettes, ou un volume de pâtée. Ce chiffre, il faut le réévaluer de - 20 % et démarrer aussitôt le régime, tant que vous êtes dans ces bonnes résolutions: pas de changement de goût ni de nouvel effort de digestion, simplement, la gamelle est moins remplie. Choisissez alors une gamelle plus petite et chargez-la légèrement avec des **courgettes cuites**, éventuellement mélangées avec du **fromage blanc 0 %** de matière grasse. En fait, vous rajoutez de l'eau et des fibres à une ration ramenée à la normale.

Pour une efficacité accrue, vous pouvez adjoindre à cette ration «light» du **fucus** (une cuillerée à thé de poudre/jour pour 5 kg). Riche en mucilage, le fucus fait «gonfler» le bol intestinal et possède un effet coupe-faim. Riche en iode, le fucus active aussi le fonctionnement de la thyroïde, donc une action brûle-graisse bienvenue.

Vous pouvez également saupoudrer son **eau de boisson avec de l'argile verte**. Nos compagnons aiment cette saveur minérale de l'argile, et vous «grattez» ainsi quelques pourcents sur sa ration, tout en améliorant l'efficacité de ses bactéries intestinales.

Observez alors sa réaction, ses selles et bien sûr, son poids à vérifier sur la balance deux fois par semaine.

Pour aider son métabolisme dévoyé à retrouver la normale, deux extraits de plantes sont très utiles: l'**olivier** (les feuilles, pas l'huile!) et le **chardon marie** pour son action intense sur le foie. Obligatoire, pour vous comme pour votre compagnon: l'exercice physique. Difficile à imposer aux chats, la **promenade tri-quotidienne** d'au moins 20 minutes pour les chiens est essentielle.

Si cet exercice n'opère pas, allez chez votre vétérinaire car il faut alors éliminer les causes extérieures à l'alimentation et peut-être utiliser un aliment de régime adapté à une déficience métabolique.

■ Jean-Yves Gauchet

2. Le carnet de santé de votre animal comporte une page avec les courbes de poids idéal selon l'âge.

Le pouvoir thérapeutique des animaux : même la science dit oui !

Les bienfaits des animaux vont bien au-delà du plaisir d'une sieste avec votre chat ou de la balade en forêt avec votre chien. Ils possèdent un réel pouvoir thérapeutique tant physique, que psychologique et affectif.

Un labrador parmi le personnel soignant

Il y a quelques années, alors que je rendais visite à une personne âgée dans une maison de retraite, j'avais été étonnée de voir, parmi les résidents, un labrador ! Le kinésithérapeute qui se trouvait là m'avait alors expliqué que ce gentil chien faisait partie, depuis quelque temps, du personnel soignant. Il participait activement aux exercices de rééducation des résidents atteints de maladies neurodégénératives comme Alzheimer et Parkinson. Généralement, les animaux thérapeutes travaillent en binôme avec un soignant qui possède une double formation, à la fois de thérapeute (médical ou paramédical) et d'intervenant animal. Les animaux agissent ensuite comme un relais thérapeutique permettant de libérer la parole ou les réactions. Ils éveillent la confiance et guident les émotions face à des thérapies classiques qui sont parfois confrontées à des limites (patients n'ayant pas accès au langage, repliés sur eux-mêmes, très jeunes, angoissés...). L'animal utilise des canaux de communication moins conventionnels, il fait tomber les barrières sociales et psychologiques et facilite le lien.

Des services de grands brûlés à l'oncologie

Mais cela va plus loin. La zoothérapie, également appelée médiation animale, ou encore « soin par le contact animalier » comme préfère la dénommer le cher-

cheur du CNRS Jérôme Michalon dans sa thèse *Panser avec les animaux*¹, a fait la démonstration de son efficacité dans de nombreux domaines : troubles psychologiques, psychomoteurs ou physiques. Aujourd'hui, les études scientifiques et les expériences de terrain sont devenues assez nombreuses pour que les établissements hospitaliers français commentent (timidement) à accueillir des animaux dans leurs murs², bien que ce soit encore difficile à mettre en place face à la loi³ et aux règles sanitaires strictes⁴.

Pourtant, certains animaux sont accueillis chez les grands brûlés de l'Institut de recherche chirurgicale de l'armée américaine⁵, ou dans les services pédiatriques de cancérologie du Québec⁶, chaque fois avec des résultats très encourageants ! Le département de génie biomédical de l'Université américaine de Caroline du Nord a même décrété que les interventions assistées par les animaux dans le domaine de la cancérologie « ont un grand potentiel pour influencer positivement les résultats des futurs patients⁷ ».

La zoothérapie à travers trois histoires peu banales...

Des soins plus humains...

Les prémises de la zoothérapie remontent au XVIII^e siècle. William Tuke, un homme d'affaires choqué par les traitements destinés aux personnes atteintes de maladies mentales, fonde le York Retreat, en Angleterre, afin d'améliorer leurs conditions de vie grâce à des concepts basés sur la considération de l'être humain⁸. Il confie notamment aux malades le soin journalier d'animaux, et les résultats sont spectaculaires : les malades se sentent valorisés, reconstruisent une estime d'eux-mêmes et développent des liens d'attachement.

Une tortue à la guerre

Au milieu du XIX^e siècle, une infirmière devenue pionnière

de nombreuses techniques de soins modernes, Florence Nightingale⁹, gardait une tortue dans son service lors de la guerre de Crimée car elle avait remarqué que cela diminuait l'anxiété des soldats blessés.

Psychothérapie avec un chien

En 1953, le pédopsychiatre Boris Levinson parle de « catalyseur social » pour expliquer le rôle primordial que joue un animal dans la vie de personnes isolées, dépressives, vieillissantes ou handicapées physiques ou mentales. Après avoir découvert l'influence positive de son propre chien sur un jeune patient artiste, il initie la psychothérapie facilitée par l'animal¹⁰.

1. J. Michalon, « Panser avec les animaux. Sociologie du soin par le contact animalier », Paris : Presses de l'École des Mines - Transvalor, 2014

2. Comme au Havre, à Dijon, ou à Toulouse https://actu.fr/societe/chats-chiens-tortues-sinivent-lhopital-adoucir-quotidien-patients_27520489.html

3. L'article R1112-48 du code de la santé publique interdit la présence des animaux domestiques dans l'enceinte de l'hôpital, à l'exception des chiens guides d'aveugles dans les halls d'accueil et les salles d'attente.

4. <https://france3-regions.francetvinfo.fr/paris-ile-de-france/paris/cgt-s-inquiete-presence-animaux-service-reanimation-hopital-cochin-1687198.html>

5. Pruskowski, Gurney, Cancio, « Impact of the implementation of a therapy dog program on burn center patients and staff », *Burns*, 2020 Mar.

6. Gagnon, Bouchard, et al., « Implementing a hospital-based animal therapy program for children with cancer: a descriptive study », *Can Oncol Nurs J.*, 2004

7. Holder, Gruen, Roberts, Somers, Bozkurt, « A Systematic Literature Review of Animal-Assisted Interventions in Oncology (Part I): Methods and Results », *Integr Cancer Ther.*, 2020 Jan-Dec.

8. <https://theretreatyork.org.uk/our-history/>

9. www.europe1.fr/emissions/Au-coeur-de-l-histoire/florence-nightingale-pionniere-des-soins-infirmiers-modernes-3967955

10. B.M. Levinson, « The dog as "co-therapist" », *Mental Hygiene*, 1962

Comment les dauphins peuvent modifier nos électroencéphalogrammes

Spécialiste en neurosciences, Olivia de Bergerac a établi les preuves scientifiques des modifications qui s'opèrent chez les humains au niveau du cerveau, du rythme cardiaque et des hormones : grâce au sonar des dauphins, leurs ondes cérébrales et leur cohérence cardiaque, l'homme semble retrouver un équilibre psychique tel que même la science peut l'observer. Selon elle, cette thérapie pourrait aider à guérir des peurs, des phobies, des addictions, des chagrins de deuil, de la dépression, gérer le stress ou le travail d'équipe¹¹...

Contre Alzheimer

Le Pr Krolak-Salmon, neurologue et gériatre, directeur médical des Hospices civils de Lyon, s'est lancé le défi depuis 2016 de prouver scientifiquement l'efficacité de la zoothérapie, et plus particulièrement la canithérapie (avec les chiens), grâce à une étude clinique sur deux groupes de patients atteints de la maladie d'Alzheimer¹² : l'un aidé du chien Eliott, l'autre non. Les résultats officiels n'ont pas encore été publiés mais le spécialiste semble confiant tant les résultats obtenus sont encourageants.

Eliott participait déjà, depuis 2012, à l'hôpital des Charpennes de Lyon, à la rééducation des patients âgés victimes d'un AVC, aux côtés des ergothérapeutes et des kinésithérapeutes. « Des progrès rapides sont observés en termes d'amélioration de la posture et de l'équilibre. L'approche par la zoothérapie, en particulier la médiation par le chien, est extrêmement prometteuse car elle permet de stimuler les émotions positives », un atout majeur dans la lutte contre la maladie d'Alzheimer¹³.

Quand un chien pose votre diagnostic

De nombreuses recherches mettent en évidence les capacités des chiens à détecter le paludisme¹⁴ et certains cancers¹⁵, voire l'hypoglycémie chez les diabétiques¹⁶.

Il faut dire que côté odorat, ils sont inégalables avec leurs 200 millions de cellules olfactives (5 millions chez les humains).

Alors pourquoi pas la Covid-19 ? D'après le journal du CNRS c'est possible¹⁷ !

Des chercheurs du CHU de Strasbourg et du Laboratoire des sciences de l'ingénieur, de l'informatique et de l'imagerie, et virologues au CRS ont de leur côté lancé le projet COVIDOG¹⁸. L'objectif : que les chiens soient capables d'identifier des porteurs

du virus, même si ceux-ci ne présentent que peu ou pas de symptômes.

Une équipe britannique se penche également sur le sujet, des chiens expérimentés puisqu'ils travaillent déjà pour détecter le cancer, la maladie de Parkinson ou certaines infections bactériennes au sein de l'association Medical detection dogs¹⁹.

L'École nationale vétérinaire de Maison Alfort a lancé, mi-février, une expérimentation à grande échelle de dépistage de Covid-19 par les canidés²⁰, afin de confirmer scientifiquement l'efficacité de cette technique de dépistage déjà utilisée en Finlande²¹, au Chili et dans les Émirats Arabes.

Votre psy dans un box

Les kinésithérapeutes s'intéressent depuis plus de 60 ans à la rééducation par l'équitation, mais une vision psychothérapeutique s'est également largement développée depuis les années 70. L'Institut de formation en équithérapie recense de très nombreuses études, thèses et ouvrages sur le sujet. Le champ d'intervention est immense : handicaps moteurs, mentaux, rupture sociale, anxiété, manque de confiance en soi, de concentration... Le cheval ne « guérit » pas, mais agit comme médiateur de la relation patient-thérapeute, ce qui donne des résultats étonnants. Chez des enfants présentant des troubles autistiques, les résultats d'une étude réalisée par le Centre universitaire de pédopsychiatrie du CHRU de Tours montrent « une nette amélioration dès la première séance d'équithérapie. Toutes les fonctions impliquées dans le développement sont améliorées, surtout celles concernant la communication, l'imitation, la régulation perceptive, émotionnelle et motrice. L'équithérapie constitue donc une

rééducation efficace de la communication et de la socialisation, ainsi que de la régulation cognitivo-émotionnelle²². »

■ Nathalie Rigoulet

Pour en savoir plus

Pour obtenir les coordonnées de personnes formées dans votre région : L'Institut Français de zoothérapie, précurseur français des formations professionnelles en médiation par l'animal (depuis 2003), www.institutfrancaisdezoothérapie.com
Les thérapeutes sont des professionnels du secteur médico-social qui doivent avoir suivi une formation digne de ce nom et être signataires d'une charte éthique et de déontologie. Ils doivent posséder les connaissances de la lecture de l'animal et celle des pathologies des personnes accueillies.

11. « Dauphin dans l'âme - Passer de l'hormone du stress aux hormones du bonheur », éd Trédaniel, 2019 - www.oliviadebergerac.com

12. <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/study/NCT02829801>

13. <https://fondationhcl.fr/projet/1/sujet/la-cani-therapie-au-service-de-la-memoire-chez-les-malades-d-alzheimer-3/>

14. Claire Guest, Margaret Pinder, et al., « Trained dogs identify people with malaria parasites by their odour », *The Lancet*, vol. 19, issue 6, p578-580, June 01, 2019

15. Le projet KDOG lancé en 2016 à l'Institut Curie (Centre de recherche et de traitement du cancer) comporte plusieurs programmes qui le placent parmi les projets de recherche les plus aboutis au monde dans le domaine de la détection du cancer du sein par odorologie canine

16. Hardin, Anderson, Cattet, « Dogs Can Be Successfully Trained to Alert to Hypoglycemia Samples from Patients with Type 1 Diabetes », *Diabetes Ther.*, 2015

17. <https://lejournal.cnrs.fr/articles/covid-19-les-chiens-renifleurs-a-la-rescousse>

18. <https://fondation.unistra.fr/projet/covidog/>

19. www.medicaldetectiondogs.org.uk/dogs-could-join-the-fight-against-covid-19/

20. www.vet-alfort.fr/actualites-de-l-ecole/detection-de-la-covid-19-par-des-chiens-valerie-precresse-a-alfort

21. <https://unicr.org/en/finland-first-in-europe-to-use-dogs-to-detect-covid-19/#:~:text=Finland's%20Helsinki%20Vantaa%20airport%20has,testing%20people%20for%20the%20virus.>

22. Hameury, Delavous, Teste et col, « Equithérapie et Autisme », Centre universitaire de pédopsychiatrie, CHRU de Tours, 2009. www.emconsulte.com/article/269810/equithérapie-et-autisme

Ronronthérapie : les pouvoirs méconnus des vibrations félines

Cette vibration sourde et régulière nous transporte dans un monde serein, aux portes du sommeil... Idéalement exercée pour soi-même avec son propre animal de compagnie, la « ronronthérapie » peut à la fois soulager certains de nos maux d'humains, mais également dorloter un chat victime de stress ou de tourments douloureux.

Unique dans le monde animal

Le ronronnement a un effet calmant, non seulement sur nous mais aussi sur le chat lui-même. Ce phénomène vibratoire, unique dans le monde animal, est acquis par le chaton dès les premiers jours de sa vie : c'est un signal de reconnaissance et d'apaisement entre le chaton, encore aveugle et sourd, et sa mère, qui lui permet de trouver son chemin jusqu'aux mamelles et donc jusqu'à la sécurité. C'est à la fois un appel maternel à la tétée et un signe de félicité chez les chatons gloutons accrochés à la mamelle.

Une fois le chat devenu adulte, le ronronnement s'exprime dans des conditions très diverses :

- **Avec des congénères**, le chat ronronne dans le sens d'une invitation au contact, au partage, dans un climat serein.
- **Avec l'homme**, il s'agit de la recherche d'une complicité, soit pour obtenir friandise ou caresse (en plus de mimiques ou de miaulements très expressifs), soit pour signifier un état de laisser-aller, de félicité. Les chats domestiques réclament de cette façon plus d'attention ou de nourriture.

En plus du ronronnement de bien-être, il y a aussi le ronronnement **pour soulager la douleur, se calmer, réguler son stress** et pour favoriser la **maîtrise de soi** :

- **Chez le chat en état de souffrance ou de détresse** : accouchements difficiles, traumatismes, cancers généralisés... on peut l'interpréter comme une réaction désespérée de l'organisme pour supporter la douleur, par la production d'endorphines anesthésiantes, une façon de se détendre et de favoriser la bonne santé. C'est dans ce sens que vous pourrez uti-

liser votre smartphone comme une « ronronnette » afin de calmer et de soulager votre animal auprès de vous (voir la procédure à suivre plus loin).

- **Les chats dominants** ronronnent pour montrer à leurs congénères nerveux qu'ils peuvent être tranquilles, pour les rassurer.
- **Les chats sauvages** ronronnent devant une menace pour se contrôler et se calmer.

Les chats utilisent également **le ronronnement comme moyen de communication**. Les jeunes chats s'incitent les uns les autres à jouer en ronronnant.

Ainsi, ce phénomène à la fois sonore et psychique peut être utilisé pour soulager aussi bien les minets que l'ensemble de la famille...

Pour cela, notre chat est le meilleur allié de notre bien-être car sa présence, sa chaleur, la douceur de son pelage, ses petits étirements de plaisir, sont autant de facteurs cumulatifs qui nous mènent à une quasi félicité.

Mais on peut encore faire mieux !

La madeleine de Proust très utilisée par les cinéastes

Le ronronnement du chat est régulier selon des fréquences fondamentales très basses (de 20 à 50 hertz, soulignons que l'oreille humaine ne perçoit les sons qu'à partir de 20 hertz), que nous percevons grâce aux oreilles et sur tout le corps puisque c'est une vibration sonore.

Ce son de très basse fréquence est bien connu, il fait jouer les émotions et le phénomène est très utilisé par les musiciens et les cinéastes.

Et cela va même plus loin au niveau émotionnel, en provoquant un phénomène « madeleine de Proust ». Quand vous êtes à côté d'un chat qui ronronne, c'est une musique que votre cerveau identifie et que vous reconnaissez : si vous aimez les chats et que vous y associez de bons souvenirs, le ronronnement sera tout de suite perçu comme positif. Il sera alors synonyme de sérénité, vous ramènera à de bons moments. Cela devient d'ailleurs un réflexe pavlovien : ronronnements = bonheur.

Votre chat fonctionne comme un violoncelle

Ce ronronnement qui nous ravit et qui nous intrigue est à la fois un son et une vibration de tout le corps. Comme un violoncelle, où l'archet fait vibrer les cordes, mais dont tout le corps de l'instrument renvoie une amplification, avec un timbre particulier, spécifique de l'instrument. Chez le chat, l'archet et la corde sont vraisemblablement dans le larynx ; c'est un frottement, amplifié dans les bronches, puis dans tout le corps qui sert de caisse de résonance.

Puis il y a des harmoniques, comme en musique : le chat a une zone qui vibre, le gosier (le son de base), puis tout le chat vibre (avec la multiplication d'harmoniques). Cela donne un son plus riche, plus profond, très personnalisé. Le chat fonctionne finalement comme un violoncelle, avec des qualités acoustiques qui tiennent à l'ampleur de sa cage thoracique, au moment de son dernier repas, à la densité de sa peau, à l'épaisseur de son pelage... Il n'y a pas deux chats qui ronronnent de la même manière.

Même vos poils crient à votre corps que « tout va bien »

Il y a ensuite une deuxième manière de percevoir le ronronnement : par la peau. Là, ce n'est plus une musique identifiée mais une onde sonore. Nous, tout comme les chats, avons des corpuscules de Meissner et de Pacini (terminaisons nerveuses à la base de chaque poil) qui perçoivent les sons graves et lents.

Ces corpuscules récupèrent les sons graves et les vibrations du chat. Et ces mêmes corpuscules perçoivent et envoient au cerveau un message du type « tout va bien ». Il y a ainsi une production d'endorphines, calmantes.

Les endorphines calment la douleur, l'anxiété. C'est un merveilleux remède et c'est nous-même qui les produisons. Voilà pourquoi l'écoute du ronronnement, que cela soit par nos oreilles (symbole de bien-être) ou automatiquement par nos corpuscules, nous amène à un état de bien-être. Malheureusement, aucune étude scientifique sur le sujet n'a jamais été lancée (le ronronnement étant gratuit, il ne rapporterait pas grand-chose aux labos). Pour autant, de nombreuses observations et des comparaisons avec des événements de même nature (musiques douces ou évocatrices d'émotions positives, action d'ondes mécaniques à basses fréquences par les kinésithérapeutes, etc.) permettent d'avancer avec certitude que l'écoute du ronron à plusieurs niveaux (audition et réception cutanée) entraîne la production de ces neurohormones apaisantes.

Quand l'aromathérapie rejoint la ronronthérapie

Diffusées dans l'air, les huiles essentielles peuvent être de très bonnes alliées à la ronronthérapie, elles pénètrent dans les voies respiratoires du chat et agissent à trois niveaux :

- Dans les **fosses nasales**, les molécules en suspension viennent « chatouiller » le bulbe olfactif qui « fait le tri » dans ces odeurs, pour en informer le système limbique, siège de la mémoire et des émotions : les substances aromatiques ont ainsi une action neuro-endocrine qui influe sur le comportement.
- Les molécules inspirées peuvent enfin atteindre les **poumons** et être absorbées à travers la muqueuse respiratoire : elles passent alors dans le

« Le ronronnement du félin apaise et agit comme un médicament sans effet secondaire », Jean-Yves Gauchet, vétérinaire

sang pour atteindre l'ensemble des organes, dont le cerveau.

- Chez le chat, une particularité : dans la **cavité buccale** (organe voméronasal), l'épithélium est relié directement au cerveau par un seul neurone sensible aux odeurs et aux phéromones. De très nombreuses huiles essentielles présentent des propriétés anxiolytiques et apaisantes, tout en maintenant un tonus vital indispensable lors de stress prolongé :
- La **valériane**, dont l'odeur est pourtant un peu âcre, est utilisée comme sédatif chez l'homme car elle amplifie (effet agoniste) l'action de la sérotonine. Il se trouve que, pour le chat, l'huile essentielle est bien acceptée et particulièrement active pour calmer des agitations, des stress, voire des anxiétés (léchage compulsif, malpropreté, agressivité).
- Le **basilic**, sous forme d'huile essentielle, est à la fois un anti-infectieux (eugénol), antispasmodique et un calmant (linalol) de type anxiolytique. On a mesuré ses effets de modulation face au cortisol, lequel entretient les stress chroniques.
- Le **vétiver** apporte également ses capacités anti-inflammatoires, antalgiques, anxiolytiques et apaisantes (jusqu'à l'induction d'un sommeil profond chez l'homme).
- La **cataire** est bien connue pour ses effets euphorisants et lénifiants, spécifiques sur le chat. Il s'agirait presque d'une drogue récréative (le chat s'y complait et y revient volontiers, attiré par l'odeur).
- La **lavande** est recherchée au naturel par les chats qui s'y frottent avec délice. Son huile essentielle est intéressante en de multiples occasions : localement comme cicatrisant désinfectant (avec un intérêt supplémentaire, son amertume : le chat évite alors de se lécher), par inhalation comme tranquillisant.

Votre smartphone se transforme en ronronnette

Les smartphones ont désormais des fonctionnalités inconcevables il y a encore dix ans... Aujourd'hui, vous pouvez enregistrer des sons de ronronnement pour les écouter dans des moments où vous re-

cherchez l'apaisement : dans les transports en commun par exemple ou en pause sur le lieu de travail... Dix minutes de ronronnement avec le casque, à l'écart du brouhaha de cette vie trépidante seront d'une grande aide pour vous apaiser.

Mais ce même smartphone peut aussi vous servir pour soigner... votre chat !



La technique est très simple : vous prenez votre smartphone, vous choisissez le fichier MP3 à écouter pour votre chat, vous lancez le son

et vous placez l'appareil dans un gant de toilette, bien refermé grâce à un élastique. Puis vous versez quelques gouttes de l'huile essentielle choisie sur le gant au niveau des haut-parleurs (en général à la base du téléphone). Sans perdre de temps, placez le gant (devenu une vraie « ronronnette ») aux côtés de votre minet. Il sera dans un premier temps étonné, curieux, puis un peu excité, mais très vite détendu et passif, sous l'effet à la fois des fréquences ronronnesques et des essences apaisantes.

Important : l'action conjointe huiles + ronron est **fugace**. Les neuromédiateurs sécrétés dans le cerveau n'ont d'action que pendant quelques minutes, puis ils sont neutralisés par des enzymes et il faut un temps de récupération entre deux séances. **Il est intéressant de faire trois séances par jour.**

Protégé par le gant de toilette, votre smartphone ne risque rien, ni la chute, ni le mordillement, ni l'action possible des huiles ou de la salive du chat. Si vous ne désirez pas « risquer » votre smartphone, utilisez un appareil d'occasion (on en trouve désormais en bon état à moins de 40 euros), ou bien un lecteur MP3 équipé d'un haut-parleur de qualité, disponible en ligne entre 20 et 30 euros.

■ Jean-Yves Gauchet



« Mon chat et moi on se soigne », aux éditions Le Courrier du livre

« Les animaux sont souvent le reflet de nos propres blessures »



Rencontre avec **Laïla Del Monte**, l'une des pionnières mondiales de la communication animale. Elle exerce son expertise depuis plus de 20 ans dans de nombreux pays. Elle est aussi l'auteur de nombreux ouvrages¹, réalise des conférences, apparaît dans plusieurs documentaires² et a même fondé sa propre école de formation³.

La rédaction : Alors c'est vrai, on peut communiquer avec les animaux ?!

Laïla Del Monte : Les animaux, comme les humains, sont des êtres conscients et ils communiquent leurs sensations, leurs pensées et leurs émotions de façon non verbale. Nous, humains, pouvons le percevoir et le comprendre avec de l'entraînement et de la discipline. C'est assez flou quand on ne l'a pas soi-même ressenti, mais en fait la communication animale permet d'écouter l'animal grâce à un langage sous forme d'images, d'émotions, de sensations... On peut comprendre beaucoup de choses et ainsi déceler les causes d'un comportement inhabituel, comme un chat qui urine partout ou un chien «agressif» ou anxieux...

Comment avez-vous découvert cette aptitude ?

Je suis américaine d'origine, mais toute petite mes parents se sont installés entre la France et l'Espagne et j'ai grandi dans une ferme au contact des animaux, sur l'île espagnole de Formentera. Je ne me suis même pas posé la question en fait, pour moi c'était normal. Je ressentais les sensations des animaux, je savais comment ils allaient, j'avais des images dans la tête, des sons, des odeurs même. Et en grandissant, je me suis rendu compte que ce n'était pas quelque chose de normal et de naturel pour tout le monde, donc je l'ai longtemps caché, parce que petite, je ne voulais pas être différente. Mes parents le comprenaient très bien, ils m'acceptaient comme j'étais mais j'avais peur que les autres ne m'acceptent pas.

Parler avec les animaux, c'est donc devenu votre métier ?

Ce fut très difficile au début. Il y a 20 ans, en Europe particulièrement, les gens étaient très fermés à ce genre de discipline, ils ne savaient pas de quoi je parlais. Ce n'était pas accepté comme ça l'est aujourd'hui. Donc je me suis heurtée à beaucoup d'obstacles et cela a été très difficile. Heureusement, j'avais suivi des études à la Sorbonne⁴, j'y ai développé l'habileté à bien m'exprimer devant des audiences très cartésiennes et ça donne une certaine légitimité aussi, ce qui m'a bien aidé.

Que répondez-vous aujourd'hui aux personnes sceptiques qui ne « croient » pas à votre activité ?

Je n'en ai pas grand-chose à faire en réalité. Ça m'est égal qu'ils soient sceptiques ou non. Moi je sais que ça marche, c'est ce qui compte. Je n'essaie de convaincre personne. J'ai pu aider beaucoup d'animaux et de personnes, c'est le principal.

Désormais vous travaillez même avec des scientifiques « purs et durs » qui étudient l'intelligence des corbeaux ou les primates et qui se rendent compte de ce que vous pouvez leur apporter. J'imagine que c'est très intéressant aussi de confronter votre pratique à celle des scientifiques ?

Absolument ! J'aimerais bien travailler encore plus avec eux ! C'est beaucoup plus facile maintenant, le sillon a déjà été creusé... Mais je vous le dis, il y a 20 ans c'était très différent et beaucoup plus difficile !

Comment se déroule une « communication » avec un animal ?

Avant, je me déplaçais beaucoup pour être sur place, notamment dans les centres équestres pour les chevaux. Je me «connecte» à l'animal et j'arrive à ressentir ce qu'il ressent, à percevoir ce qu'il perçoit avec ses sens. Aujourd'hui, c'est beaucoup plus compliqué de voyager déjà, mais en plus j'ai tellement de demandes que je ne peux pas aller partout ! L'avantage, c'est que je peux aussi pratiquer à distance, avec une simple photo de l'animal et en discutant ensuite avec son gardien, cela me prend entre 30 minutes et une heure selon les demandes.

Vous parlez de « gardiens » et non de « maîtres » ou de « propriétaires »...

Oui, nous ne sommes pas le maître d'un animal mais plutôt le gardien de son bien-être.

Tout le monde peut apprendre à communiquer avec son animal ?

Vraiment tout le monde peut développer ce don ! Seulement il faut le faire avec une bonne technique de base et ensuite beaucoup travailler, avec discipline et attention. C'est comme apprendre le piano en fait : on peut tous apprendre à faire du piano, ça ne veut pas forcément dire qu'on deviendra tous des virtuoses, mais on a tous cette capacité. Cela demande simplement du temps et beaucoup de travail. Pour la communication animale c'est pareil. Il faut écouter sans interpréter et sans a priori. Alors seulement l'échange est possible.

1. « Communiquer avec les animaux », Vega Editions, janvier 2008 ; « *Psychic communication with animals for health and healing* », Bear & Company, mars 2010 ; « *Quand le cheval guide l'homme* », Vega Editions, février 2015 ; « *Little wolf - Comment j'ai appris à communiquer avec les animaux* », Vega éditions, mars 2016 ; « *Voyage initiatique avec les chats* », Vega Editions, février 2018 ; « *Les animaux : leur chemin vers l'au-delà* », Vega Editions, mars 2019 (5^e édition)

2. Notamment « *Dans la peau des animaux* », de Vincent Fooy, diffusé sur France 5 et encore disponible sur Youtube : www.youtube.com/watch?v=HyY457INT04

3. <https://laïladelmonte.fr/>

4. Laïla Del Monte est titulaire d'une Maîtrise en religions comparées obtenue à la faculté de la Sorbonne, à Paris.

Pourquoi décide-t-on de consulter un professionnel de la communication animale ?

Je travaille beaucoup avec les animaux de compagnie ou les chevaux, notamment qui font de la compétition et qui peuvent être anxieux, refuser de sauter les obstacles etc. Pour les chiens et les chats, souvent quand ils sont malades ou en fin de vie, pour les aider à guérir ou comprendre quand c'est le meilleur moment pour eux de partir. Après j'aide aussi beaucoup au niveau de ce qu'on appelle «les problèmes de comportement», comme un chien qui aboie sans cesse sans raison ou qui déchiquette tout dans la maison, qui est trop anxieux avec une peur de l'abandon, ou un chat qui fait pipi partout... Par exemple un chien de famille qui change de comportement sans raison apparente, pas de traumatisme ni rien, je peux intervenir et comprendre qu'en réalité il a été affecté par la colère de l'adolescent de la famille qui a une peine de cœur. Les causes sont souvent complexes mais le seul fait de les identifier peut parfois régler le problème.

En fait, les animaux sont de vraies éponges à émotions !

Ah oui, c'est sûr ! Ils sont si empathiques qu'ils sont souvent le reflet de nos propres blessures, mal-être ou sentiments humains. Régulièrement je perçois des choses sur les gardiens grâce à ce que j'échange avec leurs animaux.

Voyez-vous une différence avec la période actuelle dans votre travail ?

Oh oui, c'est certain ! Les personnes sont super stressées, beaucoup plus qu'avant et certains animaux se retrouvent enfermés avec leurs gardiens alors qu'ils ne l'étaient pas avant et les voyaient rarement par exemple. Tout le monde trinque dans cette atmosphère de crise sanitaire, c'est sûr.

Comment bien choisir un professionnel pour aider son animal ? Y a-t-il des choses dont il faut se méfier ?

Si quelqu'un vous dit : «votre chat a dit ci ou ça», partez en courant ! Ce n'est pas possible, votre chat ne «dira» rien de concret ou de précis, les animaux ne communiquent pas avec des mots ou des phrases comme nous. J'entends des bêtises à longueur de journée... C'est une des raisons pour lesquelles j'ai décidé de fonder mon école. Le choix d'un professionnel se fait aussi beaucoup au feeling et selon l'expérience, parce que ce genre de pratique ne s'acquiert pas en un week-end. Comme pour n'importe quel thérapeute, vous pouvez tomber sur des charlatans, ça fait partie des risques. Et s'il s'agit en effet d'un charlatan, j'ai tendance à considérer que chaque expérience fait partie de notre évolution, quelque chose qu'on devait vivre, il n'y a pas de hasard.

Vous arrive-t-il encore d'être surprise par votre métier et les histoires extraordinaires que vous vivez grâce à lui ?

Je suis surprise tous les jours ! Par exemple l'autre jour, un couple aux États-Unis⁵ a fait appel à moi parce que leur chat attaquait l'homme chaque fois qu'il rentrait, de façon très vicieuse. Donc la femme m'a demandé une communication avec son animal pour comprendre la raison de ces attaques systématiques. En fait, ce monsieur voyageait beaucoup et le chat avait déjà un peu pris la place du mâle de la maison... Mais ça allait encore plus loin ! J'ai finalement compris, à travers le chat et sa colère, que c'était en réalité la femme qui était très en colère contre son homme qu'elle soupçonnait de relations adultères et dont elle voulait divorcer. Elle ne l'avait pas réalisé elle-même à ce point (ni que cela pouvait se traduire dans les comportements de son chat) ! Des histoires surprenantes comme celles-là, j'en ai très régulièrement. C'est la beauté de mon métier.

■ **Propos recueillis par la rédaction**

Pour en savoir plus

- « Communiquer avec les animaux », Vega Ed., janvier 2008
- <https://lailadelmonte.fr/>

5. Laïla Del Monte est installée en Californie.

Je m'abonne à la revue
Révélation Santé & Bien-Être
(au choix : format papier ou numérique)

Prix

1 an (12 numéros)

À partir de 39 €

Je souhaite en savoir plus sur la revue *Révélation Santé & Bien-Être* et ses abonnements :

www.pure-sante.info/revelations-sante-bien-etre/

Mise en garde : Les conseils et informations donnés ici par les auteurs ne remplacent pas une consultation chez un médecin ou autre praticien de santé. En cas d'élément manquant (problème de santé, grossesse, etc.) ils peuvent ne plus être valables.

Si vous souhaitez réagir à un article ou à un sujet traité dans ce numéro, n'hésitez pas à nous contacter :

<http://contact.pure-sante.info/contactez-nous/>

Révélation Santé & Bien-Être
Directrice de la publication : Carole Levy
Rédacteur en chef : Florent Cavalier
Éditrice : Claire Fouilleul
ISSN : 2504-3552 (print) - 2504-3560 (online)
Revue mensuelle (39 €)

Société éditrice : PureSanté Editions,
Société anonyme au capital de 100 000 CHF,
Place Saint-François 12B, c/o Loralie SA,
1003 Lausanne. IDE : CHE-167.749.439

Service client : +33 (0)9 85 60 06 46
PureSanté Éditions - CS 70074 -
59963 Croix Cedex - France

Dépôt légal : à parution
Imprimé en France par : Corlet Roto
(53300 Ambrières-les-Vallées)

CPPAP : 0222 N 08506

Anti-puces : « J'ai à gérer ces intoxications au moins 5 fois par an »

Médecin VS vétérinaires : pas les mêmes libertés

Le métier et la mission d'un médecin, pour les hommes ou les animaux, c'est de soigner.

Vétérinaire généraliste, j'ai compris ces derniers mois quelle chance j'avais de pouvoir soigner mes patients animaux avec une totale liberté, à condition, bien sûr, d'informer et d'expliquer à mes clients les buts et les moyens de ces traitements.

Avec ce satané Covid, les médecins généralistes n'ont pas eu cette liberté. Toutes les autorités sanitaires et professionnelles les ont enfermés dans un rôle de prescripteurs de Doliprane.

Et j'ai vu cela de très près ! Ayant contracté le virus dès février, avec fièvre préoccupante et grosse fatigue, j'ai vu successivement quatre médecins en quinze jours. Les trois premiers, de type «SOS», ne m'ont prescrit que du repos et du paracétamol... avec la même phrase en fin de consultation : «*Et si ça ne va pas mieux, surtout, appelez le 15!*». Après trois consultations et la perte de 6 kg, je suis allé en voir un quatrième, en fait mon généraliste «de famille». Et là, je dirais un vrai thérapeute, qui m'a immédiatement prescrit de l'azithromycine, du zinc et un corticoïde «flash», qui m'ont relevé en deux jours. J'ai été enfin soigné, et j'ai ainsi évité l'hospitalisation et tout ce qui s'ensuit...

Chez les animaux, cette liberté de soins que les vétérinaires ont pu conserver permet des stratégies médicales multiples, toujours au plus près des réalités biologiques. On ne soigne pas un chat comme un chien, ni un chiot comme un vieux toutou. On peut aussi choisir les soins en fonction des budgets. Car oui, on peut soigner efficacement pour pas cher !

Je fréquente les sites de discussion et d'échange entre véto et je suis toujours étonné par l'inventivité de mes confrères (et de plus en plus de mes consœurs) pour traiter des pathologies si diverses, en piochant dans l'arsenal médical des humains. Cela demande des connaissances très larges, des diagnostics précis, mais surtout une latitude juridique pour exercer.

Mais parmi les soins qui nous incombent, je relève également des mésusages dramatiques de médicaments vendus en ligne ou via des animaleries peu regardantes, notamment deux molécules : l'acétate de mégestrol et la perméthrine.

Bannissez ce contraceptif félin !

L'acétate de mégestrol est une molécule déjà ancienne, qui présente diverses actions hormonales, essentiellement anti-œstrogéniques et anabolisantes. D'abord utilisée chez les vétérinaires pour soigner des dermatoses inflammatoires, elle a ensuite été retirée car elle provoquait des diabètes et de réelles pathologies métaboliques. Mais cette molécule est actuellement proposée et vendue comme «la pilule bimensuelle» de nos compagnons à quatre pattes. C'est d'ailleurs **le contraceptif le plus utilisé** pour les chattes et même les chiennes !

En contraceptif, oui, cette molécule est efficace... mais avec quels dégâts corrélatifs ! Normalement vendue sur ordonnance vétérinaire, elle est en fait disponible dans divers circuits, sans mentionner les limites d'utilisation et les effets secondaires : un appétit exacerbé, une glissade incontrôlable vers le diabète et surtout un développement anarchique des glandes mammaires (mastoses, comme sur la photo) et de l'endomètre utérin.



J'évalue à plusieurs milliers par an les chattes qu'on doit opérer pour les soulager d'un utérus envahissant ou de mamelles hypertrophiées. Cette molécule devrait être réservée à des utilisations très précises et limitées dans le temps, comme c'est le cas en médecine humaine, où elle est utilisée pour redonner de l'appétit aux malades de cancers avancés. Elle n'est sûrement pas à utiliser pour des minettes comme contraception banalisée !

Cet insecticide utilisé pour les chiens est mortel pour les chats

La **perméthrine**, quant à elle, est utilisée dans le monde entier comme acaricide et insecticide, sous de multiples formes, en épandage contre les nids de guêpes et les termites, en spray sur les vêtements contre les moustiques, ou sur des végétaux contre certains pucerons.

Molécule efficace et peu chère, elle a un gros défaut : **elle est très toxique pour les chats**, entraînant convulsions, hypersalivation, perte d'équilibre, hyperthermie et bien souvent la mort.

Ce qui n'empêche pas de nombreux labos de proposer des spécialités (j'en ai personnellement compté 34, mais je suis loin sûrement loin du compte) : des shampoings, des poudres, des colliers, des lotions, des pipettes...



Ces produits sont vendus a priori pour les chiens, **avec au mieux un petit pictogramme** d'alerte figurant un chat, tout riquiqui dans un coin de l'étiquette.

Ces produits sont vendus sans conseils ni mises en garde, et les chats en sont des victimes très fréquentes.

Personnellement, j'ai à gérer ces intoxications au moins cinq fois par an. Nous sommes 18 000 vétérinaires en France, on peut donc tableter sur 90 000 drames (on en sauve quand même 70%), qui pourraient être évités si cette toxicité était plus clairement annoncée sur le produit. Et je ne compte pas les cas d'animaux retrouvés morts dans le jardin...

Ces deux exemples sont emblématiques de la dangerosité des molécules chimiques mal utilisées.

La nature nous fournit des remèdes actifs et efficaces si l'on sait les employer à bon escient et en insistant dans le temps. Phytothérapie, homéopathie et même apithérapie sont de précieux soutiens pour nos compagnons, avec un minimum d'effets secondaires ou néfastes.

■ Jean-Yves Gauchet