



Dossier nutrition: Orha vous dit tout sur les croquettes !

La santé et la beauté ça passe aussi par l'alimentation alors aujourd'hui on va vous aider à déchiffrer les étiquettes des sacs de croquettes. Pas facile tout ça et je peux même dire que de mon côté, ça a été dur dur, j'ai dû passer un BTC pour y arriver ! Ben oui un Brevet de technicien en croquettes !

“connaître les besoins de son animal est indispensable pour lui garantir une bonne santé”

Ben oui un Brevet de technicien en croquettes ! Bon je n'ai pas eu de mention parce que j'ai décidé de la jouer cool, « à la boubou », mais je crois que j'ai bien compris que connaître les besoins de son animal est indispensable pour lui garantir une bonne santé.

Allez hop les copains, on sort son sac de croquettes et ses lunettes (ils font exprès d'écrire tout petit les fabricants) et on cherche la petite étiquette de la composition !

Point 1 (on ne rigole pas, j'essaie d'organiser ma pensée car là c'est du sérieux) : la **réglementation** oblige les fabricants à **inscrire les aliments par ordre de poids en fonction de leur quantité dans la croquette (par ordre décroissant)**. Par exemple, si le premier ingrédient est le maïs, cela sous-entend que le maïs est l'aliment le plus présent dans la croquette et dans ce cas-là, fuyez, c'est un aliment pour les poules (cocorico !) et pas pour les boubous que vous avez achetés ! Le premier aliment important pour nous, les chiens reste évidemment la viande et/ou le poisson !

Point 2 : pour **une alimentation équilibrée** pour un chien, voici ce qui est recommandé :

Protéines >30%
Matières grasses/lipides : entre 12 et 20%
Humidité (rarement mentionné) <10%
Cendres/matières minérales <8%
Fibres <6%
Calcium <1.4%
Phosphore <1%

Après derrière ces pourcentages, il faut regarder ce qui se cache (rien n'est simple les copains !)......

Point 3 – La protéine animale se retrouve dans la viande, le poisson, les œufs, etc... Les protéines végétales quant à elles se retrouvent principalement dans les céréales et les légumes.



Les céréales et l'amidon (qu'on retrouve dans la pomme de terre) sont complexes et long à digérer. **Les protéines animales sont indispensables** et des croquettes de bonne qualité doivent en contenir une forte teneur. L'idéal est de voir apparaître en première position sur la liste des ingrédients toutes les protéines animales, soit au moins 30% au total.

Mais attention à ne pas vous faire avoir ! Certaines marques usent de stratagèmes pour tromper le consommateur sur la qualité de la viande présente dans les croquettes. Les mentions « viande » sans aucun détail, « co-produits animaux », « produits animaux dérivés », « sous-produits », « abats », « protéines de ... » ou « farines de ... », qu'il s'agisse de poisson, de volaille ou d'autres animaux, sont déconseillées. Elles indiquent la présence de sous-produits de très faible qualité englobant des carcasses, poumons, mamelles voire des déchets tels que des peaux, plumes, des têtes et queues de poissons, des têtes et pattes de volailles, des sabots, des cornes de bœuf et autres carcasses (beurk !), qui sont des protéines

de piètre qualité et sans avoir la moindre certitude sur le fait qu'il y ait un gramme de chair de poisson ou de viande dedans.

La provenance est souvent douteuse et la toxicité peut être élevée, d'ailleurs ils sont interdits par la loi pour la consommation humaine.

Préférez aussi la mention « farine de viande de volaille » plutôt que « farine de volaille ». Cette dernière est un moyen trompeur de désigner des abats (ils ont toutes les ruses les gars !).

Les mentions « au goût de bœuf » ou « saveur bœuf » sont des croquettes à base d'arômes artificiels. Il y a moins de 4% de bœuf dedans et les mentions « au bœuf » ou « avec du bœuf » sont des croquettes constituées entre 4% et 14% de bœuf seulement et pas de bonne qualité.

“La liste des ingrédients est établie avant cuisson .”

Il faut savoir que les mauvaises protéines étant particulièrement indigestes, elles produisent de nombreux déchets susceptibles d'encombrer les reins. C'est pour cela que vous avez peut être entendu dire qu'il faut faire attention aux croquettes sans céréale qui contiendraient trop de protéines et provoqueraient des soucis rénaux. Le souci c'est uniquement avec les protéines de mauvaise qualité. Il n'y a pas de maximum connu en pourcentage de protéines pour nos carnivores, si celles-ci sont de qualité et d'origine animale.

Enfin, il faut aussi prendre en compte que la liste des ingrédients est établie avant cuisson (encore un truc qu'on nous avait caché !). Ainsi le poulet frais, composé d'environ 60 à 70% d'eau, est présent en moindre quantité une fois la croquette cuite. On retrouve souvent dans certaines gammes le poulet indiqué en 1er ingrédient, c'est super mais s'il est frais et non déshydraté, passé le stade de la cuisson, il sera en réalité présent pour moins de 10% dans la croquette...

Point 4 – Les matières grasses, ou l'apport en lipides, sont capitales pour maintenir la bonne santé d'un chien. En effet, les protéines et les lipides sont indispensables pour le développement de votre animal, pour l'apport des nutriments complémentaires essentiels (comme les oméga-3 et 6) et pour l'apport pur en calories. Le plus important, au-delà des quantités de graisse, c'est bien la qualité de cette graisse. Avons-nous affaire à de bonnes sources de gras, comme l'huile de poisson, du gras de poulet ou de bœuf, ou encore à de l'huile de graine de lin riche en oméga-3 ? En revanche, si vos croquettes contiennent de la « graisse animale » sans précision, vous devriez sérieusement passer votre chemin.

Le terme de « graisse animale » indique deux choses : soit le fabricant ignore l'espèce animale utilisée ou il ne désire pas donner d'information supplémentaire aux consommateurs (et là c'est louche !).

L'apport en matières grasses digestibles est important, toutefois veillez que l'apport ne dépasse pas 20% puisque l'excès va favoriser le surpoids chez les chiens. Pour les chiens peu actifs la quantité des lipides doit être encore plus faible (ouf moi je cours derrière le chat régulièrement, je suis donc une bounette sportive !).



Point 5 - Les cendres ne sont pas un élément que l'on rajoute dans la fabrication des croquettes. Il s'agit du résidu de la combustion des croquettes. Cela nous permet d'avoir une idée sur la quantité de minéraux que celui-ci contient. Il ne faut pas que ce taux soit trop élevé car il refléterait la présence de matières premières de faible qualité (comme du cartilage ou des os par exemple). Ainsi, on conseille de choisir des croquettes dont le taux de cendre est inférieur à 8%. Lorsque les minéraux sont apportés en trop grande quantité, ils ne sont pas stockés dans l'organisme, ils passent dans les urines et sont évacués par le chien. Un taux élevé de cendres favorisera la formation de cristaux de minéraux, autrement dit de calculs urinaires chez le chien.

Point 6 – les animaux, comme les humains, ont besoin d'un apport quotidien de **calcium** pour le fonctionnement des muscles ou encore la coagulation sanguine. Le phosphore, quant à lui, est important pour le développement du cerveau et la formation d'énergie mais il est surtout indispensable à l'organisme pour capter le calcium de l'alimentation. Le taux de calcium doit être <1.4% et le taux de phosphore <1%.

Point 7 : les chiens ont besoin de **fibres** dans leur ration. Dans la nature ces fibres sont apportées par la peau et les poils des proies, on les qualifie alors de fibres animales. Dans l'alimentation ménagère comme industrielle, ces fibres sont apportées par les glucides.

Point 8 : Le taux de glucides n'est quasiment jamais présent sur l'emballage. Toutefois, il peut être calculé avec une formule mathématique simple : % glucides = 100 - (% protéines + % matières grasses + % cendres + % fibres + % humidité)

Si le % d'humidité n'est pas indiqué (et ça arrive souvent), basez-vous sur 8% qui est la moyenne. Le taux de glucides idéale est <30%.

Quand on parle de glucides, on parle de sucres, de fibres et d'hydrates de carbone. Les aliments qui contiennent le plus de glucides sont les fruits, les légumes, les céréales. Certains chiens réagissent mal à ce nutriment, cela s'explique bien car les chiens sont des carnivores. Ils ne sont donc pas outillés pour bien digérer les glucides. L'intolérance aux glucides est un problème beaucoup plus commun que l'on pense chez les chiens! Rougeurs entre les coussinets, otites à levures, démangeaisons, selle molle sont autant d'indices que votre chien ne tolère pas bien les glucides.



Point 9 : Comme vous pouvez le voir dans ma composition idéale, il n'y a pas de céréales.

Les céréales dans les croquettes pour animaux sont controversées depuis quelques années car on leur reproche d'être souvent en trop grande quantité (plus que la viande !) et d'être mal digérées. C'est pourquoi de nombreuses marques de croquettes sans céréales fleurissent sur le marché. Surveiller la quantité de céréales est important, moins il y en a et de meilleure qualité les croquettes seront.

Ici encore, attention ! Les fabricants ont des pratiques trompeuses. Par exemple, une liste d'ingrédients ressemblant à : « poulet déshydraté, maïs, blé, farine de poulet, riz, pulpe de betterave, gluten de maïs » sera en réalité plus riche en céréales qu'en viande car les céréales sont sous différentes formes et si on les additionne et bien les céréales deviennent l'aliment principal (cocorico c'est encore pour les poules !). La seule céréale qui est digeste pour le chien c'est le riz, et encore il ne faut pas que ce soit l'aliment principal de la croquette.

Point 10 – Il est primordial de faire une longue transition quand on change l'alimentation de son chien pour éviter les soucis intestinaux.

Pourquoi une transition alimentaire doit-elle être mise en place, me direz-vous ? Tout simplement parce que le temps d'adaptation de la flore intestinale des chiens est plus long que chez l'homme, plus habitué à manger varié. Il faut donc faire les choses progressivement sur 4 semaines.

Pendant 2 semaines : donner 2/3 anciennes croquettes – 1/3 nouvelles croquettes. Puis les 2 semaines suivantes : donner : 1/2 anciennes croquettes – 1/2 Nouvelles croquettes

Enfin, la croquette idéale qui convient à tous les chiens n'existe pas, c'est pour cela qu'ici on ne conseille aucune marque.

“La croquette idéale qui convient à tous les chiens n'existe pas.”

Le premier indicateur de la qualité d'un aliment reste le premier concerné, c'est-à-dire nous, les boubous !

Observez la qualité des selles (les bouses c'est pour les vaches, hein ?!), la qualité du pelage (noir brillant, pas gris, pas de reflets roux, pas de plaques rouges, pas de pellicules et pas de gratouilles), le maintien du poids de forme, la vivacité, la musculature et l'hygiène bucco-dentaire.

A VOUS DE JOUER MAINTENANT. Etudiez les 3 compositions suivantes et trouvez la seule composition acceptable...

Croquette 1 : Ingrédients - Céréales (dont 4% de blé complet), viande et sous-produits d'origine animale (dont 4% de bœuf), huile et graisses (dont 0.2% d'huile de poisson et 0.2% d'huile de tournesol), sous-produits d'origine végétale (dont 1.5% de pulpe de betterave déshydratée), minéraux

Croquettes 2 : Ingrédients – maïs, viandes de volaille déshydratée, farine de maïs, graisses animales, protéines de porc déshydratées, gluten de maïs, protéines animales hydrolysées, pulpe de betterave, minéraux, huile de poisson, huile de soja, levures, poudre d'œufs, crustacé hydrolysé, taurine, cartilage hydrolysé

Croquette3 : Ingrédients - Viande fraîche de poulet 13%, viande de dinde fraîche 7%, œuf frais entier 7%, foie de poulet frais 6%, hareng entier frais 6%, cœur de poulet frais 4%, cœur de dinde frais 4%, poulet (déshydraté) 4% dinde (déshydraté) 4%, maquereau entier 4%, sardine entière (déshydraté) 4%, hareng entier (déshydraté) 4%, lentilles rouges entières, lentilles vertes entières, pois entier, lentilles, pois chiches entiers, pois entiers, haricots entiers 1%, cartilage de poulet 1%, foie de poulet lyophilisé, foie de dinde lyophilisé, citrouille entière fraîche, courge entière fraîche, poivrons frais entiers, choux frais entier, épinard frais, feuilles de betterave fraîche, légumes frais de navet, varech marron, canneberges entières, bleuets entiers, baies entières de saskatoon, racine de chicorée Turmer, Racine de bardane, lavande, racine de guimauve, eglantier, enterocoque faecium.

Alors ? Vous avez trouvé ?

Bon, je ne sais pas vous, mais moi je vais aller faire une sieste. Pas facile à déchiffrer ces étiquettes, j'en ai plein la tête et ça m'a épuisée !

Ciao les 4 pattes et les 2 jambes et à bientôt pour un nouvel article. Orha
(la bonne réponse est la n°3)