

ÉLEVAGE

LA MODE DU BARF : avantages, inconvénients et risques par Stéphanie Handl, Dr vétérinaire, clinique de nutrition, Vienne, Autriche

Généralités

La tendance consistant à nourrir les chiens et les chats avec des aliments crus semble être apparue au début des années 1990 avec un vétérinaire australien, auteur d'un ouvrage vantant les mérites de l'alimentation crue chez le chien. L'acronyme BARF (« Bones And Raw Food », traduisible par os et aliments crus) est aujourd'hui largement utilisée dans ce contexte. Il existe plusieurs autres concepts et philosophies relatifs à l'alimentation crue tels que le modèle proie ou le régime « ultimate diet », mais ils sont beaucoup moins connus, et l'acronyme BARF est désormais synonyme de régime composé d'aliments crus.

POINTS CLÉS

Les régimes crus visent à adapter le système proie-prédateur aux chiens et chats domestiques, et se composent donc essentiellement de viande crue, avec une proportion élevée d'os charnus et de viscères.

Aucune étude scientifique n'ayant évalué les effets à long terme de l'alimentation crue, toute discussion sur ses avantages et ses inconvénients ne peut donc reposer que sur nos connaissances de la science alimentaire et de la physiologie de la nutrition.

Il existe différents risques associés aux rations crues, incluant déséquilibres nutritionnels, transmission de maladies et utilisation d'ingrédients inadaptés voire dangereux. L'ingestion d'os peut également être dangereuse.

La consommation de viande contenant du tissu thyroïdien peut entraîner le développement d'une hyperthyroïdie ou d'une thyrotoxicose.

Les régimes crus visent à adapter le système proie-prédateur aux chiens et chats domestiques, et se composent donc principalement de viande crue, avec une proportion élevée d'os charnus et de viscères. Y sont ajoutés des fruits et des légumes frais, des fruits à coque, des huiles et des herbes, et en moindre quantités des œufs et des produits laitiers. Les céréales ne sont généralement pas recommandées, bien que d'autres sources de glucides telles que les pommes de terre ou légumineuses soient parfois autorisées. Bien que l'utilisation d'ingrédients artificiels (tels que les préparations de vitamines ou de minéraux) soit proscrite, le marché offre déjà un large choix de produits destinés à compléter les rations crues.

La principale raison pour laquelle les propriétaires choisissent les aliments crus est le désir d'offrir une alimentation plus naturelle et plus saine à leur animal. Parmi les autres raisons, citons les maladies chroniques (telles que les problèmes cutanés, les troubles digestifs et les allergies), que les propriétaires espèrent voir s'améliorer avec ce nouveau régime, et les rumeurs selon lesquelles les aliments industriels ne contiennent que des déchets et ingrédients chimiques, et sont responsables de diverses maladies. Ces rumeurs inquiètent beaucoup de propriétaires et les poussent à rechercher des alternatives plus saines.

Les principales sources d'information sur les aliments crus sont des sites internet et des livres. Malheureusement, les auteurs de ces sources sont généralement des non professionnels délivrant des informations trompeuses, voire fausses, malgré un style parfois très

scientifique. Le concept BARF est souvent exprimé sur un mode très émotionnel et présenté comme un remède miracle à toutes les maladies notamment comportementales. Certains propriétaires, qui n'auraient pas envisagé d'eux-mêmes une alimentation crue, se laissent ainsi convaincre qu'ils nuisent à leur animal en lui donnant des aliments industriels.

Idées reçues et réalité

Sachons tout d'abord qu'aucune étude scientifique n'a évalué les effets long terme de l'alimentation crue. Toute discussion sur ses avantages et ses inconvénients ne peut donc reposer que sur nos connaissances en nutrition et de la physiologie digestive. Différents avantages sont souvent cités pour les régimes BARF, par rapport aux aliments du commerce, dont voici la liste avec leurs commentaires.

Connaitre l'origine et la composition de la ration

Il est ainsi facile d'éviter les ingrédients mal tolérés ou peu prisés ainsi que les allergènes.

Eviter les additifs

Les additifs ont mauvaise réputation auprès de nombreux propriétaires, qui les estiment être des produits chimiques inutiles. Les propriétaires surestiment souvent l'utilisation des arômes dans les aliments du commerce, et ils sont nombreux à croire que certains fabricants ajoutent des substances attractives pour tromper l'animal en lui faisant accepter une alimentation de mauvaise qualité, voire pour induire une addiction à l'aliment. Beaucoup ignorent que le terme « additifs » inclut les vitamines et oligoéléments essentiels et que tous les additifs sont soumis aux procédures réglementaires d'autorisation du pays ou du continent.

Eviter les céréales

L'idée que le gluten et les céréales sont mauvais pour la santé des chiens et des chats est une autre idée reçue sans fondement scientifique. Nous pouvons supposer qu'avant l'arrivée des croquettes, les chiens domestiques devaient bien consommer des produits à base de céréales (pain, biscuits pour chiens, par exemple). Les recherches actuelles suggèrent que les chiens sont génétiquement adaptés aux aliments riches en glucides au cours de leur évolution. Les chats sont également capables de métaboliser les glucides, toutefois en moindre quantité. Les produits contenant du gluten ne sont donc à proscrire que si l'animal souffre d'intolérance au gluten, ce qui est très rare.

La chaleur détruit les nutriments

Il est vrai que certains nutriments, notamment les vitamines B et la vitamine A, ne sont pas thermostables, mais il est facile d'ajouter ces nutriments en quantités suffisantes pour compenser l'effet du traitement thermique durant le processus de fabrication. En outre, la disponibilité de certains acides aminés, en particulier la lysine, est diminuée par le traitement thermique, mais il est rare en pratique que les chiens et les chats souffrent de carences en acides aminés si leur alimentation contient des protéines animales de bonne qualité.

La destruction des enzymes contenues dans la viande est un autre argument cité en faveur de l'alimentation crue, car le traitement

thermique de la viande entraînerait une carence enzymatique. Il se peut que les propriétaires croient à tort que les enzymes contenues dans les aliments sont nécessaires à leur digestion...

Des selles réduites et de meilleure consistance

Les régimes BARF sont naturellement très digestibles, et assurément plus digestibles que les aliments industriels de médiocre qualité. Cependant, la cuisson de la viande n'a pas d'effet négatif sur sa digestibilité, et il est possible de préparer des rations ménagères très digestibles avec des ingrédients cuits.

Meilleure santé dentaire grâce à une mastication accrue

En mâchant des morceaux durs et en rongant des os, le parodonte est renforcé et la surface dentaire nettoyée. Cela paraît plausible, même s'il faut souligner que le chien peut se blesser en mangeant des os.

La plupart des effets positifs couramment cités, tels que la brillance du poil, la vivacité du caractère ou une meilleure constitution sont des impressions subjectives difficiles à démontrer scientifiquement dans un cadre clinique. S'il est évident que les carences nutritionnelles ou la consommation d'un aliment non adapté à l'individu peuvent entraîner des problèmes tels que manque d'appétit, troubles digestifs et problèmes cutanés, un certain nombre de maladies peuvent également entraîner ces signes. Il semble que les propriétaires soient actuellement très sensibles à la notion d'intolérance alimentaires aux aliments du commerce et si leur animal ne va pas bien, ils ont vite fait de passer à une alimentation crue sans envisager d'autres causes plus probables comme des parasites ou une infection.

Risques de l'alimentation crue

Les risques suivants doivent être envisagés avec la consommation d'aliments crus :

- 1 – Déséquilibre nutritionnels
- 2 – Risques sanitaires provenant de la viande crue
- 3 – Problèmes liés à l'ingestion d'os
- 4 – Ingrédients inadaptés ou dangereux

1 – Déséquilibres nutritionnels

Beaucoup affirment qu'une alimentation naturelle permet forcément de couvrir tous les besoins nutritionnels, et que toute supplémentation artificielle est inutile, voire dangereuse. Quel que soit l'aliment proposé, il est évident que l'organisme ne peut absorber que les nutriments réellement contenus dans l'aliment. Il est donc nécessaire de connaître la valeur nutritionnelle des ingrédients et de savoir comment les associer en justes proportions pour pouvoir élaborer une ration permettant de satisfaire tous les besoins de l'organisme. De nombreux livres et sites internet proposent des recettes BARF complètes, mais la majorité d'entre elles sont malheureusement inadaptées à plusieurs égards. Les erreurs suivantes y sont souvent rencontrées :

• Teneur en protéines très élevée

Désormais jugée sans danger chez les chiens sains, mais non recommandée chez les animaux âgés, notamment ceux qui souffrent de maladie hépatique ou rénale.

• Faible teneur en protéines

Lors d'utilisation exclusive de viande très grasse notamment.

• Teneur en lipides très élevée (>30% de la matière sèche)

Risque accru de pancréatite chez le chien

• Supplémentation excessive ou insuffisante en calcium et rapport phosphocalcique incorrect

Particulièrement dangereux chez le chiot en croissance

• Carence ou apport excessif de vitamine A

Les chats étant capables de convertir les caroténoïdes en vitamine A, ils doivent donc consommer des produits d'origine animale contenant cette vitamine.

• Carence en vitamine E

• Carence en vitamine D

Certains affirment que les chiens et les chats n'ont pas besoin d'être supplémentés en vitamine D car ils peuvent en produire de manière endogène – c'est faux !

• Carence en oligoéléments (zinc, cuivre, iode, manganèse)

• Utilisation de compléments inutiles voire dangereux.

Pour en savoir plus sur ces carences nutritionnelles, le vétérinaire est invité, à se référer à la littérature scientifique sur la nutrition et la physiologie. Il faut souligner qu'un animal carencé en certaines vitamines et oligoéléments peut rester asymptomatique pendant des mois, voire des années, jusqu'à ce que son organisme ait épuisé ses réserves ou voie ses besoins accrus par une maladie. Comme il peut avoir l'air en forme, son propriétaire répondra souvent : « mon chien (chat) semble en bonne santé, donc il ne peut pas avoir de carence » ou « ses examens sanguins sont normaux, donc l'alimentation que je lui donne doit lui convenir ».



Figure 4. Ronger des os peut aider à nettoyer la surface dentaire mais peut aussi entraîner des lésions buccales ou des fractures dentaires.



Figure 5. Radiographie dorso-ventrale du bassin et des membres postérieurs d'un chien souffrant d'hyperparathyroïdie secondaire d'origine nutritionnelle. Remarquez la finesse des corticales et les fractures pathologiques du bassin et des deux fémurs.

Il est important de faire comprendre au propriétaire que ces examens ne permettent pas de savoir si la nutrition de leur animal est optimale. Les valeurs sanguines donnent une vision instantanée des choses, et des anomalies persistantes n'apparaissent que quand des carences massives ou des supplémentations excessives se sont accumulées. Dans le cas du calcium et du phosphore, les taux sanguins sont maintenus en permanence dans des valeurs étroites – toutes anomalies indiquent un processus pathologique, qui est rarement en lien avec l'alimentation. Pour évaluer ce qu'un animal reçoit sur le plan nutritionnel, il faut toujours évaluer son régime alimentaire !

Traditionnellement, les besoins nutritionnels des animaux sont calculés à l'aide des chiffres issus de recommandations du Conseil de la recherche ou des organismes de réglementation.

Les partisans de l'alimentation crue critiquent ces estimations, expliquant que ces chiffres proviennent d'études réalisées sur des aliments purifiés et qu'ils ne sont donc pas applicables aux aliments crus. Cependant, toutes ces recommandations incluent une marge de sécurité qui tient compte de la digestibilité des aliments du commerce, et bien qu'il n'existe pas encore de recommandations chif

frées pour les aliments crus, les données du NCR sont actuellement les meilleures dont nous disposons. Il y a très peu de risques d'obtenir un apport excessif dangereux en suivant les données du NCR pour calculer les rations crues, mais dans tous les cas, le besoin minimum ou l'apport maximal tolérable fournis par le NCR peuvent être utilisés pour évaluer ces rations.

Certains propriétaires refusent tous compléments alimentaires (dont les suppléments minéraux) car ils les jugent artificiels, et souhaitent couvrir les besoins de leur animal uniquement avec des sources naturelles comme les fruits et légumes frais, les fruits à coque et les plantes. Notons que les teneurs en vitamines et en oligoéléments de ces ingrédients sont généralement largement surestimés et en réalité trop faibles pour permettre de compléter correctement l'animal avec des quantités réalistes. L'utilisation des plantes repose sur des données essentiellement dérivées de la médecine traditionnelle et les effets bénéfiques suggérés ont rarement été évalués chez le chien et le chat, la majorité des allégations n'étant pas prouvée chez l'animal.

Il est possible, quoique complexe, de formuler une ration crue couvrant tous les besoins nutritionnels avec des ingrédients simples sans utiliser de compléments vitaminiques et minéraux, mais cela nécessite l'avis d'un professionnel de la nutrition.

Différents compléments alimentaires à base de plantes, algues, argiles médicinales allemandes (dites « Heilerde » ou terres médicinales) et autres composants similaires sont particulièrement appréciés des propriétaires de chiens et considérés comme des sources naturelles de nutriments contenant des éléments vitaux non spécifiés. En général, les descriptions de tous ces produits sont imprécises ou incomplètes. Parfois même, la composition n'est tout simplement pas fournie, et il n'y a presque jamais d'analyse nutritionnelle. Il n'est donc pas possible de recommander ces produits. La présence de différents oligoéléments est très variable. Par exemple, si les algues marines (goémon noir, *ascophyllum nodosum*) constituent effectivement de bons compléments d'iode, les algues d'eau douce (*spirulina* et *chlorella*) ne contiennent pas d'iode. Enfin, on ne peut pas exclure un risque d'effets secondaires et d'interactions indésirables avec ces produits.

2- Risques sanitaires provenant de la viande crue

La viande peut contenir des virus, bactéries et parasites. Le virus de la maladie Aujeszky (pseudorage) représente le plus grand risque, et il est potentiellement mortel pour le chien et le chat. Beaucoup de propriétaires savent qu'ils ne doivent pas donner de porc cru à leur animal, des cas de chiens de chasse décédés de la maladie d'Aujeszky suite à un contact avec des carcasses de porcs sauvages ayant récemment rapportés (8), mais toutes les viandes crues sont potentiellement dangereuses, surtout si elles ont été préparées sans respecter les règles d'hygiène alimentaire de base.

Les agents bactériens potentiellement pathogènes incluent les micro-organismes intestinaux comme *E. Coli*, *Salmonella*, *Campylobacter* et *Yersinia*, et les endoparasites (cestodes par exemple, comme *Echinococcus* spp) peuvent évidemment infester les chiens et les chats. Le risque sanitaire pour l'homme doit également être pris en compte. Les viandes crues peuvent être vectrices, en plus de bactéries intestinales potentiellement pathogènes, de zoonoses comme la tuberculose ou la tularémie (en fonction de leur origine), et les animaux d'élevage comme les animaux sauvages peuvent être porteur de *Toxoplasma*.

Les partisans de l'alimentation crue éludent souvent ce problème en argumentant que les chiens et les chats doivent être immunisés contre ces agents pathogènes. Bien que les chiens et les chats semblent effectivement beaucoup moins souffrir de gastroentérite

à *Salmonella* ou *E. coli* que les humains, les animaux de compagnie peuvent néanmoins contracter des maladies graves voire des septicémies, et les individus immunodéprimés sont particulièrement à risques.

Le plus grand danger reste cependant pour l'homme, et le risque n'est pas uniquement lié à la manipulation de la viande crue. Les chiens et les chats consommant de la viande contaminée peuvent devenir porteurs sains et excréter pendant des semaines dans leurs selles des agents pathogènes pour l'homme comme *Salmonella*, les bactéries se propageant ensuite à la peau de l'animal, son panier, et finalement dans toute la maison.

Le risque sanitaire lié à la viande crue est minimisé dans pratiquement toutes les publications pro-BARF. Il se peut que notre alimentation soit devenue tellement sûre que les dangers potentiels ont été quasiment éliminés, et nous sommes peu sensibilisés aux risques. Mais les produits BARF proviennent souvent de sources autres que l'industrie des aliments destinés à la consommation humaine. En outre il existe aujourd'hui un marché permettant de commander en ligne de la viande crue et des sous-produits de viande crus pour composer les rations BARF. Ces produits sont généralement expédiés congelés mais ne sont pas soumis aux mêmes règles d'hygiène que les produits de l'industrie agroalimentaire, et il n'y a donc aucune garantie de la désinfection systématique des conteneurs de transport et du respect de la chaîne du froid. De plus, des rations BARF prêtes à l'emploi sont actuellement commercialisées, et plusieurs publications ont indiqué que ces produits sont de mauvaise qualité microbiologique. Il faut évidemment rappeler que les bactéries de type *Salmonella* constituent aussi un risque pour l'industrie des aliments pour animaux, et que les fabricants doivent maintenir un niveau élevé de normes pour assurer la qualité et la sécurité de ces aliments tout au long du processus de fabrication.

3 - Problèmes liés à l'ingestion d'os

L'ingestion d'os peut entraîner divers problèmes, incluant lésions orales et fractures dentaires, impaction d'os dans la gorge ou l'œsophage, constipation, iléus, voire perforation gastro-intestinale. Aucune donnée publiée ne nous permet de savoir si ces problèmes ont augmenté ces dernières années avec la hausse de popularité des régimes crus, mais certains vétérinaires et personnel des cliniques pour petits animaux ont l'impression que ces cas sont aujourd'hui bien plus fréquents qu'il y a ne serait-ce que cinq ans, où ils semblaient comparativement rares.

4 - Ingrédients inadaptés ou dangereux

Il y a toujours le risque qu'un propriétaire, par ignorance, intègre dans une ration ménagère des ingrédients peu digestibles, voire toxiques. Si la majorité des propriétaires de chiens et de chats savent que certains produits comme le chocolat, le raisin et l'oignon sont toxiques, d'autres produits sont souvent présentés, recommandés et commercialisés comme étant adaptés à la composition des rations crues. L'ail en est un bon exemple, souvent vanté pour ses bienfaits sur la santé et son effet répulsif contre les ectoparasites. Non seulement il n'existe aucune preuve scientifique de ces bénéfices, mais l'ail a un effet négatif avéré sur les globules rouges. Il en va de même pour l'ail sauvage et la ciboulette. Les partisans des aliments crus répondent souvent à ces mises en garde en argumentant que ces produits sont utilisés bien en-dessous de la dose toxique, mais nous ne savons pas si la consommation prolongée de petites quantités de ces produits est effectivement dangereuse ou non, et il faut donc déconseiller toutes les plantes de la famille des oignons chez le chien. En outre, il faut souligner que les produits suivants sont définitivement inadaptés à l'alimentation crue :



- Œufs
 - L'œuf cru contient de l'avidine, qui se fixe à la biotine et entraîne des carences en biotine.
 - Le blanc d'œuf contient un inhibiteur de la trypsine, qui altère la digestion des protéines.
- Poisson
 - De nombreux poissons crus contiennent des thiaminases, qui dégradent la thiamine.
 - Le poisson contient de la triméthylamine, un composé organique qui se fixe sur le fer et (en cas de consommation prolongée) risque d'entraîner une anémie.
- Haricots
 - Ils contiennent des lectines et des tanins (qui agressent la muqueuse digestive), des inhibiteurs de la trypsine (qui altèrent la digestion des protéines) et des glycosides cyanogènes (qui peuvent provoquer une intoxication au cyanure). Toutefois, la cuisson ou le traitement thermique de ces produits font qu'ils deviennent sans danger pour la santé.
- Manioc
 - Cru, il contient des glycosides cyanogènes. Là encore, la cuisson ou le traitement thermique fait qu'il devient sans danger pour la santé.

Problèmes spécifiques

Il est important de signaler deux problèmes spécifiques attribuables aux régimes BARF ;

- Thyrotoxicose. Des études ont déjà montré que les chiens nourris avec de la viande contenant du tissu thyroïdien peuvent développer une hyperthyroïdie ou une thyrotoxicose. Ce problème n'est en réalité pas exclusif de l'alimentation crue, puisque les hormones thyroïdiennes sont thermostables, mais les régimes BARF contiennent souvent de la viande issue des régions de la tête et du cou. En outre la trachée et le larynx sont souvent vendus comme friandises à mâcher et même conditionnés en boîte dans certains pays. Aucune dose sans danger n'étant déterminée, ces produits doivent être considérés comme impropres à la consommation canine. Pour l'heure, aucun cas de thyrotoxicose n'a été décrit chez le chat, peut-être parce que ces produits sont rarement consommés dans cette espèce.

- Détoxification. Certains documents pro-BARF déclarent que suite au passage d'un aliment préparé à une ration crue, l'animal peut déclencher des problèmes digestifs et cutanés. Ces derniers sont attribués à la détoxification de l'organisme, un processus déclaré nécessaire pour éliminer les produits chimiques nocifs ingérés avec les aliments industriels. Ce concept de détoxification est issu de la médecine douce et n'a aucune base scientifique. Toutefois, les troubles digestifs et les problèmes cutanés peuvent être des signes d'intolérance alimentaire, et cela montre à quel point les propriétaires peuvent être convaincus du BARF, jusqu'à juger ces signes positifs alors que ces mêmes signes confirmeraient leur opinion négative des aliments du commerce s'ils y étaient associés.

BARF et maladies

Chez un animal malade, il est important de déterminer si les caractéristiques de l'alimentation crue (teneurs élevées en protéines et en lipides, taux élevés de calcium et de phosphore, risque sanitaire potentiel) sont compatibles avec les besoins nutritionnels imposés par la maladie.

- Lors de maladies digestives, si la flore intestinale est perturbée et si la perméabilité de la muqueuse intestinale est augmentée, il ne faut pas donner de viande crue (surtout en cas d'hématémèse ou de diarrhée sanguinolente) pour éviter tout risque infectieux. L'alimentation crue peut convenir aux animaux qui ont besoin de perdre du poids ou aux diabétiques, et la teneur en fibres crues peut être augmentée si nécessaire avec du son ou de la cellulose.
- Lors d'insuffisance rénale, les rations BARF sont contre-indiquées car elles sont trop riches en protéines et en phosphore.
- Lors de tumeur, les propriétaires recherchent souvent désespérément un remède miracle et peuvent envisager un régime spécial. Si l'animal est immunodéprimé, la viande crue représente un risque infectieux et il est recommandé d'apporter au moins un peu de glucides pour soutenir le foie et fournir à l'organisme de l'énergie facilement disponible.

Les taux de vitamines et d'oligoéléments sont également à prendre en compte chez l'animal malade, car ils sont nécessaires au fonctionnement optimal de son système immunitaire. Il faut aussi savoir qu'un changement de régime alimentaire constitue un facteur de stress supplémentaire, et doit être évité chez les animaux souffrant de tumeurs, qui ont généralement peu ou pas d'appétit.

Résumé

Si l'utilisation d'aliments crus est possible chez le chien et le chat, elle comporte certains risques. Le vétérinaire doit expliquer ces risques au propriétaire, tout en tenant compte de ses convictions idéologiques et du contexte. Les propriétaires veulent faire le meilleur choix pour leur animal, mais ils font souvent fi des critères objectifs et se laissent plutôt influencer par internet, la publicité ou les on-dit. Il est essentiel d'apporter un conseil sur le choix et le contrôle judicieux des ingrédients, car les recettes et les recommandations publiées sur internet et dans les ouvrages grand public sont rarement correctes. Tous les ingrédients doivent être soumis à des règles d'hygiène strictes et les propriétaires doivent connaître les risques spécifiques de contamination bactérienne pour les viandes achetées par correspondance. Les viandes des régions de la tête et du cou ne doivent pas être utilisées si elles contiennent du tissu thyroïdien. Il faut en particulier déconseiller l'alimentation crue chez les animaux cohabitant avec des personnes à risque (enfant en bas âge, femmes enceintes, personnes âgées ou souffrant de maladies chroniques) et ceux en contact régulier avec de telles personnes, par exemple les animaux utilisés en zoothérapie et dans le cadre éducatif.

Source : Veterinary focus