



## **A PROPOS DU SANS-CEREALES**

### **Il abîme le coeur des chiens et fait grossir les chats**

A force de craindre les céréales pour des raisons non fondées sur la science, celles-ci se sont vues petit à petit remplacées dans les croquettes par des légumineuses : pois, lentilles, pois chiches, etc.

Remplacer l'amidon qui ne fait pas péter des céréales, par l'amidon et les oligosaccharides qui font péter des légumineuses a plusieurs conséquences.

Certaines acoustiques et olfactives pour les maîtres ne sont pas bien graves.

En revanche, les dérangements digestifs ne sont pas anodins pour les animaux : avoir des gaz et parfois une diarrhée chronique à cause de croquettes-cassoulet a un impact sur la qualité de vie.

Mais récemment c'est l'impact de ces aliments riches en pois, lentilles, pois chiches, etc, sur la santé cardiaque qui a attiré l'attention de la recherche scientifique.

Deux études récentes (décembre 2022 et février 2023) de Lisa Freeman ( ce n'est pas la seule mais c'est la plus connue) étudient la santé cardiaque des chiens et chats mangeant des aliments avec ou sans légumineuses.

#### **Le coeur des chiens :**

Les résultats de l'étude chez des chiens, en apparence bonne santé, ont montré que ceux ayant une alimentation sans céréales/riche en légumineuses présentaient plusieurs variables échocardiographiques suggérant une taille plus importante du ventricule gauche et une performance systolique du myocarde plus faible que les chiens ayant une alimentation traditionnelle.

Si ce n'est qu'une étude isolée ce ne serait pas si inquiétant mais, dans 4 études récentes, 64 à 95% des chiens atteints de myocardiopathie dilatée avaient une alimentation sans céréales riche en légumineuses.

#### **Le poids des chats :**

Dans l'étude chez les chats, plus ils mangeaient un aliment riche en légumineuses depuis longtemps, plus la paroi de leur ventricule gauche était mince.

Mais surtout, les chats qui mangeaient un aliment riche en pois ou lentilles étaient plus souvent en surpoids ou obèses que ceux mangeant un aliment classique.

67% des chats mangeant un aliment riche en légumineuses étaient en surpoids ou obèses contre 39% de ceux mangeant un aliment classique.

Cela rejoint nos constatations, le sans-céréales est souvent plus gras. On craint l'amidon alors on met du gras à la place, résultat : le chat grossit.

Alors pour de vos compagnons de canapé préférés, fuyez la mode du sans-céréales, les aliments avec du pois dans les 3 premiers ingrédients ou ceux avec 7 légumineuses différentes en fin de liste.

Dre Vétérinaire Charlotte Devaux - Nutritionniste – juillet 2023