

## CHAPITRE 1

# Comment commencer ?

Beaucoup de mes patients canins se mirent à renaître à la vie et à retrouver leur vitalité de chiot lorsque je changeais leur régime pour une alimentation crue à base d'os et de viande et de quelques déchets de table. Les chiots alimentés d'une manière plus naturelle eurent une croissance plus saine, plus vigoureuse et ne nécessitèrent que rarement la consultation d'un vétérinaire. Peut être n'aurais-je pas du être surpris, car la Nature fait des merveilles dans de nombreux domaines et un régime à base de viande et d'os crus est une bonne approximation de ce que les chiens trouveraient s'ils vivaient en liberté dans la nature sauvage. Comment et pourquoi cette alimentation naturelle fait des merveilles sont deux questions qui appellent bien sûr des réponses détaillées. Pour l'instant, cependant, nous pouvons exploiter ces avantages et nourrir nos chiens avec des os entourés de viande crue.

Ce retour aux éléments de base nous remet en contact avec les besoins internes de nos chiens\_ et c'est facile.

A travers ce livre, je me réfère aux enseignements de la Nature de sorte que si vous êtes bloqués sur une réponse, vous pouvez également vous référer à Elle. A fur et à mesure que vous prendrez confiance, vous pouvez être amenés à faire partager vos découvertes. Dites à vos amis et à vos voisins « Pensez à la Nature » si vous voulez qu'ils savourent la simplicité et la joie de nourrir leurs chiens d'une manière naturelle.

Une fois que vous avez commencé, beaucoup de choses vont renforcer votre engagement :

- Un air de contentement, de satisfaction sur ces petites têtes poilues.
- Les craquements substantiels et satisfaits des dents cisailant les os.
- Des animaux de compagnie sveltes, équilibrés, géniaux sans aucune maladie débilitante, affaiblissante.
- Les notes chez le vétérinaire qui diminuent ou disparaissent.
- Le fait que de donner une alimentation crue à nos compagnons agit comme un tonique sur nous mêmes.
- Vous allez apprécier également que la Nature ne colle aucune étiquette sur les choses et ne fait pas la distinction entre médicament et nourriture. L'alimentation naturelle guérit et prévient un grand nombre de maladies\_ c'est la médecine idéale.
- Vous pouvez vous détacher du cercle sans fin de l'alimentation peu nutritive des industries du pet food et de la profession vétérinaire et contribuer à un mouvement pour un monde meilleur, sans souffrance ni mauvaise santé.
- Vous prendrez de plus en plus confiance à fur et à mesure de votre compréhension de la Nature et de votre contact plus intime avec Elle.

### *Ce n'est pas nouveau*

Ce n'est pas nouveau, c'est juste que nous avons oublié et que nous avons laissé les intérêts commerciaux prendre le dessus. Hippocrate, le célèbre médecin grec, disait au 5 ième siècle avant Jésus Christ :

Laissez vos médicaments dans le pot du pharmacien si vous pouvez guérir vos patients par la nourriture.(1)

Les animaux à l'état sauvage savent instinctivement ce qui est bon pour eux . S'ils veulent demeurer en bonne santé, ils doivent bien se nourrir. Ainsi le lion n'hésite pas à affronter le

buffle. Imaginez votre repas pesant une tonne venant vous charger pour vous aplatir. Pour les grands félins, l'importance d'une alimentation parfaitement équilibrée nécessite cette prise de risques chaque fois qu'ils ont faim.

Les loups, ancêtres de nos chiens, sont poussés de la même manière à faire d'immenses efforts pour rester bien nourris et en bonne santé. Courir à travers la neige profonde demande de l'énergie, et à mesure qu'ils se rapprochent de leur proie, les loups risquent les blessures infligées par les cornes ou les sabots pointus.

En Australie, les dingos (chiens qui ont échappé à la domestication) mènent une vie rude dans les montagnes et les plaines arides. Pour eux, pas de tapis au coin du feu l'hiver ni le confort du climatiseur en été. Au contraire, ils doivent attraper les proies adéquates pour assurer leur survie ainsi que leur reproduction. Dans les zones où abondent des chèvres et des moutons faciles à attraper, les meutes de dingos préfèrent quand même la chasse aux kangourous et aux wallabies.<sup>(2)</sup> Effectivement, c'est une question de qualité des os et de la viande. L'instinct naturel des dingos les pousse à faire plus d'efforts pour obtenir le meilleur\_ une alimentation tellement nutritive qu'elle en est médicinale se paie au prix fort.

Si vous regarder la chaîne Discovery Chanel à la télévision, vous verrez les carnivores faire ce que la Nature a prévu pour eux\_ chasser, attraper et consommer des carcasses entières d'autres animaux. Si votre animal de compagnie en avait la possibilité, c'est ce qu'il ferait également.

*Notez bien :* nous parlons de consommation de carcasses et non de viande. Nous désignons les prédateurs comme des *carnivores*, littéralement mangeur de viande. Mais c'est seulement une part de la vérité. Si nous nourrissions des lions, des loups ou des chiens avec seulement de la viande, nous aurions des problèmes. Il est essentiel que les prédateurs aient beaucoup d'os dans leur nourriture afin que leurs propres os aient une croissance harmonieuse et soient forts. Si nous appelions nos animaux prédateurs *carcassivores*, je pense que nous aurions déjà fait la moitié du chemin pour comprendre leurs besoins alimentaires et ainsi à nous préparer à satisfaire ces besoins\_ des carcasses entières d'animaux.

A ce stade, il se pourrait que vous vous sentiez un peu mal à l'aise. Vous avez toutes les chances de vivre avec vos animaux de compagnie dans un endroit civilisé, loin des scènes sauvages des documentaires de la chaîne Discovery. N'ayez aucune inquiétude. Nous avons besoin de fondations solides. Nous devons établir ce que la Nature avait en tête. Une fois que nous aurons fait cela, nous aurons une base solide et fiable sur laquelle construire un régime à base d'os et de viande crus ainsi que de déchets de table, qui soit facile, économique et efficace pour les propriétaires modernes de carnivores domestiques.

### ***Physique et chimie\_ l'alimentation et la médecine***

Considérons un instant ce que les prédateurs sauvages ingèrent lorsqu'ils mangent une carcasse entière d'une proie comparé à la pâtée d'une boîte ou aux croquettes d'un paquet\_ la soit disant nourriture (mais certainement sans aucune vertu thérapeutique) consommée par la plupart de nos carnivores domestiques.

Les composants chimiques, que nous appellerons substances nutritives ou nutriments d'une carcasse ont la composition idéale pour satisfaire les besoins énergétiques de croissance, de réparation du corps d'un carnivore. Mais bien plus encore, c'est l'adéquation parfaite avec les besoins du point de vue quantitatif et qualitatif qui assure le fonctionnement harmonieux de tous les systèmes biologiques de ce corps. Et c'est ce que nous voulons dire par être en bonne santé\_ des systèmes biologiques fonctionnant bien, sans aucun stress et se soutenant les uns les autres. Par conséquent nous pouvons dire qu'une alimentation adéquate possède des vertus thérapeutiques.

La grandeur de l'agencement de la Nature inclut également la texture et l'aspect physique de la nourriture. Les carnivores ont besoin de nutriments\_ des protéines, des

matières grasses, des minéraux, des vitamines et des oligo-éléments et ces substances doivent être à l'état cru ainsi que durs et coriaces à la mastication.

A fur 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. Notre hygiène dentaire à nous est assurée par le brossage des dents et l'utilisation du fil dentaire après nos repas. Les carnivores le font tout en mangeant. Avoir les dents et les gencives propres est fondamental pour la bonne santé.

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\_ c'est de là que vient 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 que peuvent avoir sur l'organisme entier les dents et les gencives infectées par la maladie parodontale. Les recherches scientifiques montrent que les animaux atteints de maladie parodontale sont les premiers à souffrir de problèmes hépatiques, rénaux et immunitaires.<sup>(3)</sup> Ces animaux sont pris dans une spirale de problèmes de santé.

Il faut du temps pour déchirer et déchiqueter la viande qui se trouve autour des os et par conséquent, cela entraîne également d'autres avantages. Les muscles de la mâchoire, du cou et de la poitrine sont sollicités, les suc digestifs sont sécrétés d'une manière adéquate et les systèmes immunitaires et neurologiques sont stimulés.<sup>(4)</sup> La force vitale des carnivores les pousse à dévorer des carcasses. Le fait de déchirer et déchiqueter stimule la sécrétion des neuromédiateurs dans le cerveau, ce qui permet l'harmonisation du système hormonal et immunitaire\_ la clé même du bien-être.<sup>(5)</sup>

Les enzymes digestifs de l'estomac et des intestins n'agissent d'une manière optimale que sur une nourriture pour laquelle elles sont conçues, donc une nourriture de composition correcte. Dans le colon (gros intestin), les animaux en bonne santé ont une flore très riche et adaptée aux phases finales de la digestion. Si cette flore vient à être bouleversée, des bactéries pathogènes et néfastes se développent et entraînent des odeurs, des diarrhées ou pire.<sup>(6)</sup>

Avez vous remarqué que parmi les ingrédients adéquats figurant sur la composition d'une ration les glucides ne sont jamais mentionnés ? C'est parce que les carnivores n'ont pas de besoins connus en glucides.<sup>(7)</sup> Les glucides viennent de l'amidon des céréales et des sucres des fruits. La cellulose, un autre glucide, donne aux plantes leur consistance fibreuse et constitue la masse principale des déjections des herbivores. La tranche de pain occasionnellement donnée ainsi que le reste de pâtes auront peu de chances de rendre votre chien malade. C'est l'alimentation régulière industrielle à base de céréales\_ inadéquate sur le plan texture et composition\_ qui est hautement nocive.

Les céréales de l'alimentation industrielle sont mal digérées et entraînent de grandes selles molles qui empestent les parcs et jardins du monde entier. Les carnivores nourris à l'alimentation naturelle crue produisent des selles très réduites, très peu odorantes et ces déjections deviennent au soleil blanches comme de la craie.

### ***Un scepticisme sain***

Si la Nature a tellement raison, comment se fait-il qu'en tant que société nous nous soyons tellement trompés ? Différentes réponses peuvent être avancées, mais le dénominateur commun semble être la confiance aveugle que nous plaçons dans les soi-disant experts.

Durant l'évolution humaine, nos ancêtres, vivant dans des grottes et des abris de fortune, fournissaient aux ancêtres de nos chiens une nourriture d'excellente qualité \_ des carcasses entières si elles étaient disponibles, des os entourés de viande, des abats et des restes culinaires. Il y avait peu de chances que nos ancêtres se souciaient de la composition d'un régime. Ils firent ce qui vint naturellement.

Pour nous, nos pensées et nos actions sont conditionnées par ce que disent les experts. Nous discutons l'alimentation non pas en termes de comment lancer une carcasse hors de la caverne, mais en termes de calories, protéines, matières grasses ainsi qu'une batterie de concepts implantés dans nos esprits par les experts.

Quant aux aspects pratiques de l'alimentation de nos carnivores domestiques, les entreprises de pet food s'en sont chargées. Les céréales pulvérisées, cuites puis mis en paquets ou en boîtes quittent la chaîne des usines et apparaissent bien mises en évidence dans les rayons des supermarchés. Les experts en publicité et marketing élaborent astucieusement les spots publicitaires télévisés et les spécialistes travaillant pour les organismes de contrôle et de sécurité sanitaire de l'Etat trouvent des excuses pour permettre la commercialisation de substances inadéquates, dangereuses et qui sont promues avec un flux constant de désinformation.

Durant les années passées, alors que nos carnivores domestiques devenaient de plus en plus malades avec des pathologies cardiaques, rénales, immunitaires accompagnées de dermatoses et de mauvaise haleine, les experts vétérinaires ont pris en main ces problèmes. L'alimentation a été rarement, voire jamais mis en cause. Au lieu de cela, une majorité des experts vétérinaires parle de systèmes défaillants de l'organisme : un cœur fragile, un système immunitaire décompensé, des reins endommagés. Et lorsque ces experts n'arrivent plus à contenir cette vague d'animaux malades et en piteux état, ils lancent un appel à plus de recherche et à ouvrir plus d'écoles vétérinaires pour former plus d'experts.

Oui, nos ancêtres qui domestiquèrent le loup et développèrent les races de chiens telles que nous les connaissons aujourd'hui firent ce qui leur vint naturellement et à peu de frais et ce qu'ils donnaient à manger à leurs compagnons faisait des merveilles au point de vue santé. Nous faisons confiance aux experts et nous en payons le prix fort. Nos animaux de compagnie le paient avec leur vie.

Comment alors se libérer de ces multiples fils de désinformation qui nous attachent aux « experts » ? Je suggère que nous développions un scepticisme sain et louable\_ une volonté de douter de tous les aspects de notre conditionnement culturel\_ faisons en sorte que nos esprits remontent le temps, le temps où les enseignements de la Nature étaient la seule source d'instruction. Aussi je suggèrerais que vous appreniez en pratiquant, comme un enfant apprend à marcher. Faites les premiers pas et très rapidement vos nouveaux succès vous rempliront de joie.