



Groupe Vétérinaire MONVET Inc.

GUIDE PERTE DE POIDS FÉLIN



PERTE DE POIDS

Les besoins caloriques

Les chats, tout comme les humains, ont besoin de carburant pour faire leurs activités quotidiennes (ex. dormir, marcher, courir, jouer, grimper, etc.). Ce carburant est présent sous forme de calories dans la nourriture qu'ils mangent.

Les besoins caloriques varient d'un chat à l'autre en fonction de leur poids, de leur corpulence et du niveau d'activités physiques qu'ils font durant la journée. Lorsque la quantité de calories ingérées par l'animal est égale à la quantité dépensée, son poids reste stable.

Qu'est-ce que l'obésité?

Il s'agit d'un excès de poids dû à une augmentation de masse adipeuse (gras). Cette accumulation de gras survient lorsque l'animal consomme plus de calories qu'il n'en dépense.

Un chat est obèse lorsqu'il pèse plus de 15-20% par rapport à son poids idéal. À titre comparatif, on peut dire que 3 lbs de trop chez un chat correspond à 45 lbs de trop chez un humain. Aujourd'hui, on estime qu'environ 35% des chats sont obèses.



Chat 4,5 kg

Pourquoi tant de chats obèses?

Parce que les chats obèses ne font pas assez d'exercices, qu'ils s'ennuient et qu'ils mangent trop. C'est le cas, surtout, des chats qui ne sortent pas dehors. Dormir et manger sont les seules activités, ou presque, qu'ils font durant la journée.

Comme leur nourriture est bien souvent disponible à volonté et trop facilement accessible, dans un bol, ces chats n'ont pas d'efforts à fournir et ne dépensent pas d'énergie pour trouver leur nourriture, contrairement à ceux qui vivent toujours à l'extérieur.

Cette façon de s'alimenter est contraire au fonctionnement de l'organisme des chats. En effet, les chats sont des carnivores qui, dans la nature, chassent 8 à 12 heures par jour pour capturer les 10 à 15 proies qu'ils doivent manger pour combler leurs besoins nutritifs.

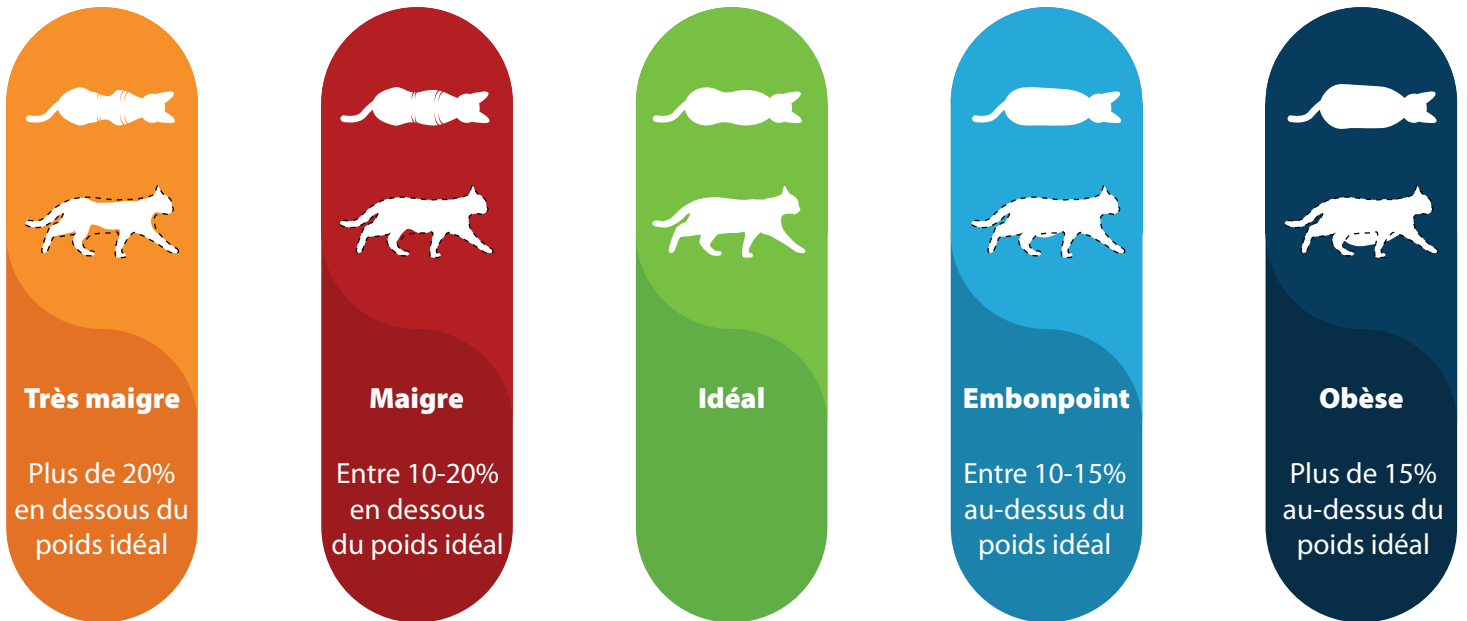
Les chats sont donc faits pour manger des petites quantités de nourriture, plusieurs fois durant la journée. Ils ne sont pas faits pour manger de gros repas d'un coup. D'autant plus que plusieurs diètes commerciales, particulièrement la nourriture sèche, sont riches en sucres alors que la diète normale des chats est plus protéinée que sucrée.

Bien que plusieurs chats se rationnent eux-mêmes et ne mangent qu'un peu à la fois, beaucoup de chats sont gloutons et continueront de manger jusqu'à ce que leur bol soit vide. Ce sont habituellement ces chats qui engraisent et deviennent obèses.

Finalement, en plus de leur nourriture de base, les chats mangent fréquemment des gâteries très caloriques et en très grandes quantités.

Figure 1. Besoins caloriques approximatifs quotidiens d'un chat de taille moyenne (4,5 kg) au repos (205 kcal/jr).

PERTE DE POIDS



Considérant que le nombre de calories qu'un chat consomme chaque jour en « gâteries » ne devrait pas dépasser 10% de ses besoins caloriques quotidiens, on comprend que cette limite est vite atteinte.



Figure 2. Nombre de calories fournies par quelques "gâteries" appréciées des chats.

PERTE DE POIDS

L'obésité: plus qu'un simple problème esthétique!

L'OMS (Organisation mondiale de la santé) reconnaît que l'obésité est une maladie depuis 1997.

On sait maintenant que l'obésité nuit à la santé des chats, comme à celle des humains. En effet, l'obésité augmente le risque d'apparition de maladies qui, à leur tour, ont un impact négatif sur leur qualité et leur espérance de vie.



PERTE DE POIDS

Perdre du poids

Pour perdre du poids, le chat doit dépenser plus de calories qu'il n'en consomme. Il doit donc éviter de manger trop et faire plus d'exercices.

$$\text{PERTE DE POIDS} = \text{CALORIES DÉPENSÉES} > \text{CALORIES INGÉRÉES}$$

Les exercices

Les exercices sont bénéfiques pour la santé physique des chats: ils favorisent une perte de poids saine en réduisant leur quantité de graisses corporelles et en développant leur masse musculaire. De plus, les exercices sont bons pour le moral.

Votre chat peut faire de l'exercice de plusieurs façons, seul ou avec vous, en:

- grimpant dans un arbre à chat ou sur des tablettes fixées au mur;
- cherchant des gâteries cachées un peu partout dans la maison;
- courant dans une roue d'exercices;
- jouant avec un agace-chat ou avec d'autres jouets;
- en utilisant un jouet alimentaire pour se nourrir.



Arbre à chat



Agace-chat



Cachette

L'ALIMENTATION

La nourriture

Il existe deux catégories de nourritures sur le marché pour les chats en lien avec le contrôle du poids: légères et amaigrissantes. Les nourritures légères servent à maintenir le poids. Elles sont disponibles partout où l'on vend de la nourriture pour animaux. Les nourritures amaigrissantes, quant à elles, servent à faire maigrir et on les retrouve uniquement chez les vétérinaires.

Il est **ESSENTIEL** que le plan d'amaigrissement d'un chat soit supervisé par un vétérinaire. Sans cette supervision, une diète amaigrissante peut être dangereuse pour sa santé.

Avant même de commencer la diète, l'animal devrait être examiné par un vétérinaire qui déterminera:

- si son surplus de poids est dû à une consommation excessive de nourriture ou à une maladie;
- si sa santé est bonne et s'il peut manger la nourriture amaigrissante en toute sécurité;
- ses besoins caloriques, à l'aide de formules mathématiques éprouvées, en tenant compte de sa conformation, de sa corpulence, de son style de vie et du niveau d'exercices qu'il fait tous les jours;
- le poids qu'il devra atteindre;
- la quantité exacte de nourriture qu'il doit manger par jour.



Les nourritures légères ne doivent pas être utilisées pour faire maigrir les chats. En effet, si on réduit trop les portions de ce type de nourriture, cela peut entraîner des carences de certains nutriments.

Les nourritures amaigrissantes (ex. Metabolic® de Hill's® Prescription Diet®), quant à elles, sont réellement conçues pour faire perdre du poids aux animaux. En plus de contrôler leur appétit, ces nourritures améliorent leur métabolisme et les aident à brûler leurs graisses tout en préservant leur masse musculaire.

N'oubliez pas que votre chat engraissera ou ne perdra pas de poids s'il mange trop de nourriture, même si elle est amaigrissante.

Votre chat a besoin de perdre du poids, mais il doit absolument manger de la nourriture spéciale pour contrôler ses allergies ou empêcher que ses problèmes urinaires reviennent?

Parlez-en à son vétérinaire. Celui-ci pourra vous suggérer une diète mixte qui est à la fois amaigrissante et hypoallergénique, ou amaigrissante et protectrice des voies urinaires en même temps.



Les gâteries

Votre chat peut continuer à manger des gâteries pendant son régime amaigrissant. Cependant, il faut en choisir une sorte qui soit de bonne qualité et faible en calories, tout en étant savoureuse.

N'hésitez pas à demander l'aide d'un technicien en santé animale pour trouver la gâterie la plus appropriée pour votre chat et déterminer la quantité qu'il aura le droit de manger chaque jour.

L'ALIMENTATION

Les conserves

Beaucoup de personnes croient que la nourriture en conserve est plus engraisseante que la nourriture sèche. Au contraire! Non seulement les nourritures humides sont moins caloriques que les nourritures sèches, mais l'eau contenue dans la nourriture prend de la place dans l'estomac du chat, ce qui satisfait sa faim plus vite qu'avec des croquettes.

Les jouets alimentaires

Un jouet alimentaire est un objet dans lequel on dépose des croquettes ou des gâteries. Le chat doit réfléchir et trouver comment faire pour les sortir du jouet et les manger. Ces jouets ont plusieurs avantages, autant d'un point de vue physique que mental.

En utilisant les jouets alimentaires pour manger, les animaux maintiennent leur poids et maigrissent plus facilement parce qu'ils:

- bougent plus;
- mangent des petites portions de nourriture à la fois, ce qui évite qu'une grande quantité de sucre se retrouve dans leur sang d'un coup pour ensuite être transformé en gras;
- mangent plus lentement, ce qui favorise une meilleure digestion et la sensation de satiété.



Les jouets alimentaires aident aussi au niveau comportemental. Ils stimulent les facultés intellectuelles des chats et reproduisent, en quelque sorte, les conditions retrouvées à l'extérieur en imitant la chasse, ce qui est particulièrement désirable pour les chats d'intérieur.

Plusieurs modèles sont disponibles: bols avec cloisons, cylindres troués à pousser, etc.

Pipolino®

Jouet pour chat Souris de Aïkiou®

SlimCat^{MD} balle distributrice

Catit® Croquettier Senses 2.0

Catit® Tubes à croquettes Senses 2.0

Be One Breed^{MD} Jouets distributeurs de nourriture



Aide-mémoire

L'aide-mémoire suivant peut vous aider à maintenir idéal le poids de votre chat ou à optimiser sa perte de poids:

- A-t-il fait de l'exercice aujourd'hui?
- Ai-je pesé sa nourriture?
- Suis-je certain(e) qu'il mange la quantité adéquate de nourriture?
- A-t-il utilisé son jouet alimentaire pour se nourrir?
- Grimpe-t-il dans son arbre à chat?



NOTRE PROGRAMME PERTE DE POIDS

Comment fonctionne-t-il ?

En tout premier lieu, nous vous remettrons un questionnaire contenant des questions au sujet de l'alimentation de votre chat et des exercices qu'il pratique quotidiennement.

Lorsque vous aurez terminé de remplir le questionnaire, un technicien en santé animale analysera les réponses. Ensuite, il déterminera la sorte et la quantité de nourriture que votre animal devra manger, en tenant compte de son poids, de sa corpulence et de son niveau d'activités physiques. Il établira également un calendrier de suivi de sa perte de poids.



Le suivi médical

Les chats devraient perdre 1% de leur poids par semaine.

Un suivi médical pendant toute la période de perte de poids est essentiel pour:

- ajuster la quantité de nourriture au besoin, si votre chat maigrit trop vite ou pas assez vite;
- déterminer le bon moment d'arrêter la diète amaigrissante et de changer pour une nourriture de maintien;
- calculer la quantité précise de nourriture de maintien qu'il devra manger. Il faudra continuer à le peser régulièrement pendant quelques mois de plus pour s'assurer qu'il ne reprenne pas le poids perdu.

Il est possible que l'on constate, lors de la première pesée suivant le début du régime amaigrissant, qu'il n'ait pas perdu de poids. Il peut même en avoir pris un peu. Ne vous inquiétez pas: il s'agit d'une période normale d'adaptation.

Le mot de la fin

Comme vous pouvez le constater, ce document est riche en informations concernant les dangers reliés à l'obésité et l'importance, pour votre animal de compagnie, de perdre son surplus de poids puis de maintenir son poids idéal par la suite.

Nous espérons que vous profiterez des trucs et des moyens présentés dans ce guide pour assurer à votre compagnon une perte de poids à la fois sécuritaire et agréable.

CARNET DE SANTÉ

					
Poids (kg): _____	Poids (kg): _____	Poids (kg): _____	Poids (kg): _____	Poids (kg): _____	Poids (kg): _____
Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____

Poids (kg): _____	Poids (kg): _____	Poids (kg): _____	Poids (kg): _____	Poids (kg): _____	Poids (kg): _____
Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____
					

Charte de grosseur de l'animal

Où placerez-vous votre animal sur la charte?



Poids et état de chair

- Poids actuel de l'animal: _____
- Poids santé visé: _____
- État de chair: /9
- Masse musculaire: ☐ Normale ☐ Perte légère ☐ Perte modérée ☐ Perte sévère

ÉVALUATION NUTRITIONNELLE

Section à compléter par le propriétaire

• Nom du chat: _____ Race: _____
• Âge: _____ Stérilisé ou non: _____ Date: _____

Suivi recommandé

Quelle sorte de nourriture votre chat mange-t-il?

- ☐ Croquettes. Quelle(s) sorte(s)? _____ Quantité par jour? _____
☐ Conserves. Quelle(s) sorte(s)? _____ Quantité par jour? _____
☐ Repas faits maison
☐ Cru



Mange-t-il des gâteries?

• Quelles sortes? _____ Quantité par jour? _____

Lui donnez-vous des suppléments alimentaires (ex. vitamines, glucosamine, acides gras, etc.)?

• Quelles sortes? _____ Quantité par jour? _____



Exercices

Votre chat fait-il de l'exercice? À quelle fréquence?

- | | | | |
|--|--|---|---|
| ☐ Plusieurs fois par jour | ☐ Une fois par jour | ☐ 2-3 fois par semaine | ☐ Une fois par semaine |
| ☐ Une fois par mois | ☐ Occasionnellement | ☐ Jamais | |

Combien de temps durent les séances d'exercices?

- | | | | |
|--|--|---|---|
| ☐ Moins de 15 minutes | ☐ 15-30 minutes | ☐ 30 min-1 heure | ☐ Plus d'une heure |
| ☐ Variable | | | |

Va-t-il dehors?

- | | | | | |
|------------------------------|--|---|---|---|
| ☐ Non | ☐ Sur le balcon | ☐ Attaché dans la cour | ☐ Libre dans la cour | ☐ Complètement libre |
|------------------------------|--|---|---|---|

ÉVALUATION NUTRITIONNELLE

Section à compléter par le vétérinaire ou le technicien en santé animale

Recommandations alimentaires

Nourriture

- Sorte(s): _____
- Quantités par jour:
 - Sèche: _____ tasse ou _____ grammes
 - Humide: _____ canne de _____ oz/g
- Nombre de repas par jour: _____

Gâteries

- Sorte(s): _____
- Quantité par jour: _____

Jouets alimentaires

- Nom(s): _____

Exercices

- Lesquels: _____
- Durée des séances: _____
- Nombre de fois par jour/semaine: _____

Suivi recommandé

- Prenez rendez-vous avec un technicien en santé animale pour peser votre chat une fois par mois.

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____





Groupe Vétérinaire MONVET Inc.

Médecine | Hospitalisation | Chirurgies standards et au laser
Dentisterie | Radiologie numérique | Échographie | Laboratoire sur place
Physiothérapie | Ostéopathie | Acupuncture | Nutrition | Pension

Certains services ne sont pas offerts pour toutes les espèces animales ni dans tous nos établissements.

Agir ensemble pour la santé et le bien-être animal.



Montréal
(Anjou)



Boucherville



Beloeil



Ste-Julie



Montréal
(Rivière-des-Prairies)



Montréal
(Pointe-aux-Trembles)



Montréal
(Saint-Michel)



Longueuil



CLINIQUE VÉTÉRAIRE
DE LA RUE PRINCIPALE INC.

Membre du Groupe Vétérinaire MonVet Inc.

Saint-Amable

WWW.MONVET.COM