



SCHWEIZERISCHE TIERÄRZTLICHE
VEREINIGUNG FÜR VERHALTENSMEIZIN
ASSOCIATION VÉTÉRINAIRE SUISSE
POUR LA MÉDECINE COMPORTEMENTALE



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR TIERPHYSIOTHERAPIE®
FÉDÉRATION SUISSE DE PHYSIOTHÉRAPIE POUR ANIMAUX
FEDERAZIONE SVIZZERA DELLA FISIOTERAPIA PER ANIMALI
FEDERAZIUN SVIZRA DELLA FISIOTERAPIA PER BES-CHAS

De combien d'exercice les chiens en croissance ont-ils besoin?

Contexte – Dr Daniel Koch, spécialiste en chirurgie des petits animaux, diplômé ECVS

De nombreux éleveurs de chiens préconisent un programme d'exercice restrictif pour l'élevage des chiots et des jeunes chiens. Ceci dans le but de minimiser le risque de maladies articulaires d'origine héréditaire telles que la dysplasie du coude (DE), la dysplasie de la hanche (DH) ou l'ostéochondrose. Cependant, aucune publication scientifique ne prouve le lien entre une activité physique limitée au cours de la première année de vie et l'apparition de problèmes squelettiques.

Faits concernant la pathogenèse des maladies de croissance

L'hérédité de la DH et la DE est de 18 à 60% (Beuing et al., 2000; Ubbink et al., 2000; Malm et al., 2008; Engler, 2009; Hartmann, 2011), celle de la luxation de la rotule est d'environ 30% (Wangdee et al., 2014). Il convient de distinguer la prédisposition de diverses races de chiens, qui a été démontrée pour la DH, la DE et la luxation de la rotule (Vidoni et al., 2005; OFFA, 2010; Griffon, 2012; Michelsen, 2013). Le surpoids a été identifié comme un facteur généralement négatif pour divers problèmes squelettiques tout au long de la vie du chien (Edney et Smith, 1986; Lund et al., 2006; Nitsch et Kölle, 2021). Les ingrédients contenus dans les aliments commerciaux ne posent aucun problème en termes de santé osseuse, en particulier le calcium et les protéines (Nap, 1993; Nap et Hazewinkel, 1994).

Il reste à déterminer l'influence de l'activité physique sur le corps. À cette fin, des auteurs finlandais ont compilé une série d'études menées sur de jeunes beagles (Kiviranta et al., 1988; Kiviranta et al., 1992; Arokoski et al., 1994; Jortikka et al., 1997). Selon le protocole expérimental, soit une patte a été immobilisée pendant plusieurs semaines puis mobilisée, soit les chiens ont couru sur un tapis roulant sur 2, 4 ou 20 km. La qualité du cartilage articulaire a été examinée histologiquement. En résumé, on peut dire que les teneurs en glycosaminoglycanes les plus élevées, les surfaces articulaires les plus dures et donc la meilleure composition du cartilage ont été obtenues avec une course modérée d'environ 4 km par jour, que les pires valeurs ont été obtenues en cas d'inactivité et que même des temps de course extrêmement longs sur tapis roulant ont conduit à une dégradation étonnamment faible du cartilage et à une arthrose quasi inexistante. La pédiatrie humaine (Heimkes, 2016) a également montré que l'inactivité sportive chez les garçons entraîne un sous-développement des apophyses et, par conséquent, un mauvais alignement musculaire dans l'articulation voisine. Cela a ensuite conduit à une dysplasie de la hanche.

Que pouvons-nous conclure de ces faits? – Dr Marianne Furler, Vétérinaire comportementaliste

Des os denses et des muscles forts sont nécessaires

Pour que le squelette puisse supporter le poids du corps en pleine croissance, il doit être minéralisé après la naissance, ce qui est stimulé par la sollicitation des os. De même, les cartilages de croissance doivent être sollicités par la pression et la traction afin que les articulations se développent correctement en termes de forme et de fonction. Une force musculaire croissante est nécessaire pour transférer le poids de la plante des pieds vers les orteils, ce qui est indispensable pour permettre au chien de se déplacer de manière stable et rapide.

Une activité physique variée et diversifiée est nécessaire au développement du cerveau.

L'activité physique incite les muscles à libérer des substances messagères similaires aux hormones (myokines) qui stimulent notamment la formation et la connexion de nouvelles cellules nerveuses, en particulier dans l'hippocampe, le centre de la mémoire et de l'apprentissage. Les différentes zones du cerveau responsables de la perception, de la perception spatiale, de la conscience corporelle, de la coordination et du sens de l'équilibre sont également stimulées et développées lors de l'activité physique. Les mouvements complexes ne s'apprennent qu'à force de répétitions, et cela vaut également pour monter et descendre les escaliers.

Le jeu favorise les capacités motrices, le développement cognitif et la résilience émotionnelle!

Jouer régulièrement et de manière exubérante avec des congénères adaptés est particulièrement important pour le développement, car cela sollicite non seulement l'appareil locomoteur de multiples façons, mais permet également d'acquérir et d'exercer des compétences nécessaires telles que le contrôle des impulsions et des émotions, les compétences sociales, la tolérance à la frustration et la gestion des risques. En jouant, le jeune chien fait l'expérience d'une perte de contrôle et apprend à gérer des situations imprévisibles dans un contexte positif, ce qui le rend plus adaptable aux situations inattendues qui peuvent survenir plus tard dans sa vie. Il faut respecter des règles et faire preuve de fair-play, ce qui peut parfois entraîner des frayeurs ou des frustrations. Ces facteurs de stress légers aident le chien à mieux gérer plus tard les situations stressantes et anxiogènes.

Certains jeunes chiens préfèrent jouer doucement et calmement, d'autres ne se lassent pas de se défouler. Dans tous les cas, il convient de rechercher des partenaires de jeu partageant les mêmes affinités. Les chiens de races ou les individus très sociables ont souvent un besoin important de contacts libres avec d'autres chiens, et il est très important de satisfaire ce besoin, en particulier pendant la phase de jeunesse (adolescence). Un manque de contacts peut entraîner d'une part une forte frustration et d'autre part des déficits dans le comportement social.

Découvrir le monde en toute liberté avec ses humains

Ne pas restreindre le besoin de mouvement signifie également que le chiot doit courir sans laisse aussi souvent que possible à l'extérieur, ce qui est généralement possible sans problème grâce à son instinct inné de suivi pendant les quatre premiers mois de sa vie et permet déjà de s'entraîner au rappel de manière ludique. En effet, être attaché à une laisse est contraignant et donc souvent frustrant. De plus, un chien en laisse ne peut marcher qu'au pas ou au trot, ce qui ne stimule pas suffisamment le développement de son appareil locomoteur. Le chien apprendra à marcher en laisse plus tard dans sa vie. Il vaut donc mieux profiter de la période de croissance du chiot pour établir un lien solide et une confiance mutuelle. C'est la base qui permettra de rassurer le jeune chien même dans des situations stressantes.

L'exercice physique est également l'occasion de faire passer au chiot de petites épreuves de courage, comme marcher sur un tronc d'arbre instable ou monter un escalier ouvert. Il doit également apprendre qu'il peut résoudre de petits problèmes par ses propres décisions et actions. Cela favorise non seulement la confiance en son corps, mais aussi la confiance en soi.

Une croissance saine nécessite également beaucoup de sommeil

À l'âge de huit semaines, les chiots sont actifs jusqu'à six heures par jour et ces phases d'activité durent déjà 30 à 60 minutes, voire plus. Après ces multiples activités, le chiot dort plusieurs heures d'affilée et, contrairement au chien adulte qui dort principalement la nuit, ces phases de sommeil sont réparties sur 24 heures. Les chiots dorment environ 18 heures par jour et, avec l'âge, les phases de sommeil sont raccourcies au profit des phases d'activité. Pendant le sommeil, des hormones et des facteurs de croissance indispensables à la croissance normale du squelette sont sécrétés. Cependant, pour que le chiot puisse dormir profondément et de manière détendue, il a besoin, outre la satisfaction de ses besoins, avant tout de sécurité et de réconfort.

Devenir grande demande de la force musculaire

Chez les chiots de grande race ou lourds, le développement musculaire est particulièrement important, car ils prennent très rapidement du poids et doivent déplacer beaucoup de poids dès leur plus jeune âge. Il faut éviter autant le surpoids que l'insuffisance pondérale. Une musculature bien développée est indispensable pour que le chiot puisse stabiliser le plus rapidement possible ses différentes allures. Chez les chiots actifs, cela se fait généralement sans intervention particulière grâce aux activités qu'ils choisissent eux-mêmes, mais chez les chiots plus paresseux, il est parfois difficile de les motiver.

Recommandation – beaucoup d'exercice physique et un lien sécurisant

Les recommandations restrictives en matière d'exercice physique et les indications en minutes concernant la durée des promenades n'ont aucun fondement scientifique et sont dépassées. Comme pour toutes les autres espèces, un chiot en bonne santé ne peut pas faire trop d'exercice physique et il peut faire tout ce dont il est capable. Il ne faut donc pas limiter son besoin de mouvement et il doit pouvoir jouer beaucoup avec des congénères adaptés et prendre ses propres décisions. Une relation de confiance et de sécurité avec ses maîtres est également indispensable à son développement sain, afin que le chiot puisse devenir un chien adulte aussi équilibré, bien socialisé et résilient que possible.