



Position de la SVK-ASMPA

L'exercice physique chez le chien en croissance

Octobre 2018

Un exercice physique en quantité suffisante est très important pour le bon développement et la santé du chien en pleine croissance. Les chiots sont par eux-mêmes très motivés de bouger et de découvrir leur environnement. Grâce au jeu, ils font rapidement des progrès et appliquent vite leur nouvelles capacités motrices avec leur congénères.

Comme chez l'enfant, une bonne coordination, la force et l'endurance leur manquent encore. C'est pourquoi ils sont davantage sujets à des blessures que les adultes.

Ce risque accru de blessure chez le jeune chien est aussi dû la faiblesse relative de son appareil locomoteur juvénile.

Le squelette du chiot se compose essentiellement de cartilage mou qui sera remplacé lors des premiers trois, voire quatre mois par de l'os. Les surfaces articulaires restes par contre cartilagineuses ainsi que cartilage de conjugaison (appelé aussi cartilage de croissance) qui forme une ligne aux extrémités des os formant les articulations. Les cellules cartilagineuses de ces cartilages de croissance sont très actives et produisent du nouvel os fait grandir



les os en longueur. Ces fissures sont très vulnérables aux blessures :

Parce qu'elles ne sont faites que de cartilage, elle représentent les parties délicates du squelette. Il est fort probable que ces parties soient endommagées lors d'un accident. Un traumatisme qui entrainerait chez le chien adulte juste un déchirement ligamentaire peut engendrer chez le chiot une fracture au niveau de ses cartilages de croissances.

Autrement dit, des contusions des cartilages de conjugaison peuvent léser de manière irréversible les cellules cartilagineuses qui auraient comme conséquence une gêne pour la croissance osseuse, au pire un arrêt du développement. Dans les cas graves, cela cause une croissance tordue de l'os et donc une malformation du membre touché et un mauvais fonctionnement de l'articulation concernée.

Avec l'arrivée de la puberté, ces fameuses cartilages de conjugaison commencent à se fermer, c.-à-d. deviennent de l'os. Les lignes ne se ferment pas toutes simultanément. Celles qui se trouvent au niveau du genou sont les dernières qui restent actives puis qui se ferment. Plus le chien est grand, plus longtemps restent les lignes de cartilage de croissance actives. Alors que chez un petit chien, la plupart des cartilages de conjugaison ont disparu à l'âge de six mois, chez le chien de grande race qui est en pleine croissance à

cet âge-là, ces régions sont encore présentes et elles ne disparaissent (deviennent de l'os) qu'à l'âge de 11 ou 12 mois.

Les chiens qui sont castrés avant l'achèvement de la croissance, le processus hormonal freinant cette modification au niveau de l'os sera interrompue et par conséquent, les fentes resteront plus longtemps ouvertes et donc plus fragiles lors de blessures.

Chez le jeune chien, le cartilage articulaire est proportionnellement plus large et plus mou que chez l'adulte et, par conséquent, plus vulnérable lors de traumatisme.

La probabilité accrue de lésion chez le chien qui grandit est expliquée par le fait que le développement de son appareil locomoteur actif (muscles, tendons et ligaments) ne se font pas de manière simultanée. Alors que la croissance osseuse se termine entre 8 et 12 mois, la musculature a besoin de 6 à 12 mois de plus jusqu'à ce qu'elle soit suffisamment forte pour amortir les chocs agissant sur le squelette et pour protéger les articulations des mouvements excessifs. Cette absence de synchronisation est de nouveau davantage marquée chez le chien de grande taille et lourd. Tels des adolescents, les grands chiens sont souvent maladroits et minces.

Tout cela semble faire peur mais il est important de comprendre pourquoi nous devrions prendre soin de notre chien pendant sa croissance. Mais n'ayez crainte si vous vous comportez et bougez avec le chiot de manière adéquate, le danger de blessure est faible.

Pour terminer, il faut se rendre compte que souvent, nous ignorons si le jeune chien est totalement sain ou s'il souffre d'un problème de croissance comme une dysplasie de

hanches ou de coudes. Les chiens avec une dysplasie sévère montreront malheureusement des symptômes malgré les bons soins procurés lors de sa croissance. Au contraire, chez le chien qui présente un léger problème, un comportement adéquat pourra lui épargner l'apparition de symptômes.

A QUOI DOIS-JE FAIRE ATTENTION LORS DE LA CROISSANCE DE MON CHIEN AFIN DE LUI ÉVITER DES BLESSURES ?

La réponse à cette question n'est pas si simple que ça : Laissons les chiots décider à leur guise ! Un mouvement ludique dirigé par soi-même ainsi que des périodes de pause suffisantes sont les deux points décisifs.

Dans le groupe de chiots, les animaux sont très actifs durant une période définie, ils jouent ensemble (ils jouent souvent « à se battre ») et découvrent en même temps leur environnement. Lorsqu'ils sont fatigués, ils profitent tous ensemble d'une longue phase de calme et de repos. Ainsi, les chiots remarquent ce qui est bon pour eux et décident eux-mêmes de leur rythme d'activité. Mais cela ne signifie pas que nous puissions pas faire davantage avec eux.

Les promenades avec des chiots ou jeunes chiens jusqu'à 4 mois ne doivent pas être des randonnées mais plutôt des excursions pour partir à la découverte du monde. De telles promenades lors de la première période de croissance doivent être davantage des « petits tours à l'air libre » qui peuvent durer une demi-heure. Laissez votre chiot renifler et découvrir son environnement en paix. Il va trouver son rythme tout seul. S'il devait être



fatigué, il va s'asseoir plus fréquemment jusqu'à se coucher et perdre tout intérêt pour ce qui est nouveau. Planifiez les promenades de sorte qu'il puisse retourner à la maison sans grande peine et rapidement.



Il peuvent s'habituer à la laisse déjà très tôt et peuvent aussi répondre à des ordres simples comme le « assis, couché, attends, retour, etc. ». Avec l'âge qui avance, les promenades peuvent durer plus longtemps. Il n'y a pas de règle stricte concernant la durée et la longueur du trajet. Un whippet de 4 mois ne montrera aucun signe de fatigue après 20 minutes de promenade tandis qu'un terre-neuve du même âge aura atteint le sommet de son besoin en exercice avec le même laps de temps et aura besoin de repos. Observez bien votre chien : S'il montre des signes de fatigue, cela signifie qu'il a atteint ses limites. Si vous n'êtes pas sûrs, parlez-en à votre vétérinaire, éleveur ou à des personnes ayant de l'expérience avec les chiens de la même race.

Il est primordial que le chien ait une place dans la maison où il peut trouver le calme et peut faire régulièrement des pauses de durée suffisante.

Dans un appartement ou dans une maison, tout est nouveau et stimulant pour un jeune chien et tentation de suivre tous les habitants

de la maison (vous, membres de la famille et autres animaux) est grande. Ainsi, il n'a pas le repos requis. Il est recommandé d'habituer son chiot à un cage à chien dans laquelle il peut régulièrement passer 2-3 heures afin qu'il puisse trouver le calme et le repos nécessaires. Après quelques protestations, il s'y habituera rapidement et sera content d'y faire une pause forcée. S'il est nourri dans la cage, l'adaptation sera encore plus rapide. Par la suite, le chien se retirera lui-même dans cette cage s'il cherche le calme. Veillez à acheter une cage suffisamment spacieuse dans laquelle le chien, une fois adulte a encore assez de place pour s'y tenir confortablement.



Le jeu

Les promenades (et l'école des chiots) sont l'occasion parfaite pour rencontrer d'autres chiens et pour apprendre le comportement social. A cela s'ajoute le jeu avec les autres congénères. Veuillez par contre veillez à au point suivant :

Votre chiot doit jouer avec d'autres chiens qui lui correspondent au niveau de la corpulence et qui ne le brusquent pas trop. La grandeur



n'est pas un facteur nécessairement décisif. Il vaut mieux un géant très doux qui roule votre chiot dans l'herbe qu'un terrier brusque et excité qui saute sur votre animal. Si le jeu devient trop brusque, il doit y avoir intervention de votre part. Souvent les chiens ne connaissent pas les limites lors de jeu. Si vous constatez que votre chiot devient fatigué (il se couche souvent, il halète), il est temps de marquer un « time out ». Il vaudrait mieux freiner le jeu avant de constater l'épuisement. Si les muscles sont fatigués, le risque de blessure est plus élevé.



Sauts

Les sauts depuis le lit, le canapé ou depuis les genoux du propriétaire sont la cause principale de fractures chez le jeune chien. Les chiens de petites races sont particulièrement concernés. D'une part, un saut depuis le lit est proportionnellement à sa taille très haut et d'autre part, ils montrent une prédisposition pour de telles fractures.

Jusqu'à l'âge de 6 mois, les sauts plus hauts que les articulations carpiennes (articulation de la patte avant qui correspond à notre poignet) devraient être évitées. De 6 à 12 mois, des sauts allant jusqu'à la hauteur du coude sont autorisés.

Escaliers

Les chiots manquent souvent de force et de coordination pour affronter sans danger les escaliers. Afin d'éviter une chute, les jeunes chiens devraient être tenus loin des escaliers jusqu'à ce qu'ils soient assez agiles. Une prudence accrue est conseillée si les marches sont glissantes.

Si le chien monte et descend l'escalier lentement et de manière contrôlée, ce n'est pas un problème.

Jeux de balles

Les jeunes chiens sont friands de jeux de balles et autre jouets représentant des proies en leur courant après. Ils s'oublient complètement et courent après le jouet jusqu'à épuisement. De tels jeux sont à proscrire, de plus que ces mouvements abrupts de départ et de stoppage mettent les articulations à rude épreuve. Si le chiot est rapidement épuisé, le risque de blessure est encore accru. Qui veut jouer à la balle ou à la corde avec son chiot, celui-ci devra faire rouler le jouet au sol. Dans cette situation aussi, on fera attention à ce que le chien tire sur le jouet avec les 4 pattes au sol. Afin d'éviter les blessures aux niveau des vertèbres cervicales lors de jeu de traction, ne pas soulever le chiot avec le jouet du sol et le tirer en l'air et ne pas le secouer. Lors de ces jeux, laissez le chiot gagner la partie, cela augmente son plaisir au jeu et stimule la confiance en soi.





Natation

Les chiens doivent s'habituer à l'eau et doivent apprendre à nager. Ainsi, les chiots peuvent patauger dans une eau peu profonde, ce qui leur procure aussi beaucoup de plaisir. Pour apprendre à nager, à partir de 4 – 6 mois, il peut s'aventurer dans une eau plus profonde.

Si votre animal se montre encore incertain dans cet élément, laissez-lui du temps et ne le poussez en aucun cas dans l'eau. Cela provoquerait un traumatisme à vie qui lui priverait des joies de l'eau. Dans les eaux profondes, les chiots devraient porter des gilets de sauvetage.

Jogging

Qui veut aller courir avec son chien devra attendre qu'il atteigne l'âge de 10 – 14 mois et qu'il ait fini de grandir. Le système cardiovasculaire du jeune chien n'est pas assez développé pour s'adapter au stress d'une longue course. Le jogging ne devrait d'abord pas dépasser 20 minutes mais peut être répété 2 – 3 fois par semaine.

Lorsque le chien est suffisamment entraîné, une course de 10 kilomètres est pour lui une agréable partie de plaisir – à l'opposé de beaucoup de propriétaires.

Si la température dépasse 18 – 20 C, il faut éviter de faire du jogging avec son chien.

Vélo

Pour les chiens adultes, la course en vélo est un entraînement d'endurance excellent et est souvent très apprécié par ces derniers.

Mais cet exercice n'est pas recommandé chez les chiens en dessous de 14 mois.

Celui ou celle qui souhaite travailler de manière intensive ou faire du sport avec son compagnon à 4 pattes devrait faire examiner les capacités physiques du futur athlète. Un examen orthopédique approfondi est important afin de tester la santé des articulations et la robustesse de l'appareil locomoteur. Il est aussi conseillé de radiographier les articulations sensibles comme les coudes et les hanches.

Une fois adultes, les chiens ont besoin de beaucoup d'activité physique. Le mouvement est leur raison de vivre. Ainsi, cela vaut la peine de prendre quelques précautions lors de leur croissance afin que ce plaisir ne soit pas gâché.

DR. MED. VET. RICO VANNINI

Dipl. ECVS

Bessy's Kleintierklinik
8105 Watt-Regensdorf