

OBESIDAD EN PERROS Y GATOS

El sobrepeso y la obesidad en los animales de compañía, caninos y felinos, son bastante frecuentes de encontrar, afectan alrededor de un 20% nuestros animales de compañía. Ya sea por un trastorno de conducta (de la mascota o su dueño), por una patología endocrina o problema nutricional, es importante hallar la causa y actuar a tiempo.

La obesidad es un exceso de peso de más de 20 % del peso ideal del animal. Suele aparecer en mascotas cuyo estilo de vida es sedentario, con acceso a alimentos y golosinas de alta carga energética. Y es que la causa fundamental de la obesidad es la ingesta excesiva de calorías, que se almacenan en forma de grasas. Son diversos los factores que influyen en este problema: la edad, desequilibrios hormonales, la raza, el sexo, el estilo de vida, dieta,...



La obesidad puede acarrear graves problemas respiratorios, cardíacos, cutáneos, articulares, óseos, renales,... e incluso una menor resistencia a las infecciones. Además, agrava los signos de displasia y puede dificultar la actuación de la insulina en caso de diabetes....

Ante un paciente obeso, se valora la anamnesis, el examen físico y análisis complementarios, para considerar o descartar la posibilidad de que un trastorno sistémico sea la causa o contribuya a la obesidad. Es importante que a todas nuestras mascotas en la primera consulta, sea por un trastorno, una patología específica o bien, simplemente ante una vacunación, les determinemos su condición corporal, considerando en caso de obesidad, su grado y la causa de la misma.



Si tenemos una enfermedad de base, bien problemas hormonales (hiperadrenocortisismo, hipotiroidismo, diabetes) o trastornos de conducta, se debe instaurar el tratamiento adecuado y realizar un estricto control nutricional y alimentario.

Lo primero que hacemos es determinar el peso del animal y el grado de sobrepeso u obesidad.

Para ello usamos la Calificación de la Condición Corporal , que es una evaluación subjetiva del contenido de grasa corporal de un animal:

Calificación de la Condición Corporal

Califica de 1 a 5, siendo 3 el de condición óptima.

CC 1: muy delgado (caquéctico) Costillas, vértebras lumbares y pelvis fácilmente visibles. No hay palpación de grasa. Retracción de abdomen y cintura.

CC 2: bajo peso (delgado). Costillas fácilmente palpables. Mínima cobertura de grasa. Cintura fácilmente visible cuando el perro es visto de arriba. Retracción abdominal evidente.

CC 3: peso ideal (% de grasa corporal 15 – 25%). Costillas palpables sin exceso de grasa. La cintura se nota cuando el perro es visto desde arriba. Abdomen retraído cuando el perro es visto de costado.

CC 4: Sobrepeso (% de grasa corporal 30%) Costillas palpables sin exceso de grasa. La cintura se nota cuando el perro es visto desde arriba, pero no es prominente. Retracción abdominal aparente.

CC 5: obeso (% de grasa corporal 40%). Costillas difíciles de palpar bajo una espesa cobertura de grasa. Depósitos notables de grasa en el área lumbar y en la base de la cola. Cintura ausente o difícil de ver. Sin retracción abdominal, puede mostrar obvia distensión abdominal. También se evalúa la circunferencia pelviana y torácica.

¿Cómo estimamos la ingesta de energía actual?

Debe registrarse el alimento que consume el animal, tanto en su composición como en su cantidad exacta que la mascota ingiere diariamente para realizar las recomendaciones alimentarias. Además, se debe prestar mucha atención a la composición de la dieta actual del animal, es decir, qué alimentos ingiere por día y qué cantidad de cada uno de ellos le da a su mascota. Este punto es realmente importante para poder determinar si la oferta de calorías superan a las necesidades de acuerdo a su tamaño, peso óptimo y actividad física.

¿Cómo calculamos sus requerimientos de energía?

Una de las primeras estimaciones que debemos realizar es considerar el peso ideal que debería tener ese animal, primer paso para calcular sus requerimientos energéticos. Este punto es realmente difícil en animales mestizos y aún en razas, debido a que las distintas razas tienen un rango muy variable dentro de su estándar racial. Una vez que decidimos el peso óptimo para nuestro animal, estimaremos el requerimiento de energía que necesita para ese peso óptimo.

Un principio básico a considerar es que, cuando el consumo de calorías supera a las pérdidas, se produce una retención de energía en forma de grasa corporal que llevará a la obesidad. Imaginemos un recipiente distensible (globo), con dos orificios – uno de entrada y otro de salida – cuando el ingreso es mayor que la salida, el globo se agranda. Para hacerlo disminuir de tamaño tenemos dos opciones:

o 1º) disminuimos el ingreso (dieta),

o 2º) aumentamos la salida (ejercicio).



Lo que se debe hacer son las dos, disminuir la ingesta de calorías para cubrir sus requerimientos de mantenimiento, y aumentar la actividad física, ya que cuando el animal realiza actividad física estimulamos el metabolismo y logramos un mayor gasto energético.

¿Cómo lo alimentamos?

Con respecto a la forma de alimentación, se recomienda realizar varias tomas por día. Esto se debe a que cuando un animal ingiere alimento se produce un pérdida de calor debido al incremento calórico producido por el trabajo digestivo (masticación, motilidad intestinal, aumento de secreciones, digestión y absorción) y el efecto o acción dinámico específico (o calor del metabolismo de los nutrientes), de manera tal que, al realizar varias ingestas diarias logramos incrementar las pérdidas energéticas y provocar una sensación de saciedad. Además, no se le debe administrar ningún alimento extra.



¿Qué características debe tener el alimento?

Reducción de carbohidratos y grasa en la dieta – fuentes rápidas de energía –,

Muy bajo en grasas – administrarlas solamente como fuente de ácidos grasos esenciales –, ya que aportan 2,25 veces más energía que los hidratos de carbono o las proteínas. Además, las grasas tienen una alta digestibilidad y eficiencia metabólica (liberan poco calor). Por lo tanto, dos alimentos con igual cantidad de energía, pero uno de ellos con mayor porcentaje de grasa, producirá una mayor retención de calorías en forma de grasa que el otro. Los alimentos hipocalóricos contener entre un 5 a un 12% de grasa y para gatos en 7 a 14% .

-

Incremento en la cantidad de fibra – reduce la disponibilidad de calorías interfiriendo con la digestión y la absorción de las grasas y producen distensión del tracto digestivo, dando sensación de saciedad – , siendo importante la proporción de fibra soluble (sustraer nutrientes) e insoluble (aumenta la motilidad intestinal). El porcentaje de fibra debe estar entre el 12 al 30% para la reducción de peso y entre 6 y 30% en mantenimiento.

-

Aumento en el nivel de proteínas – promueven la pérdida de calorías por incremento del efecto dinámico específico – que además de aportar los aminoácidos esenciales, el exceso se elimina en forma de urea, con gasto energético. En perros el nivel de proteínas debe ser mayor al 25% y en gatos mayor al 35%.

Calculamos el tiempo necesario para la pérdida de peso deseada

La pérdida de peso por semana se estima entre un 2% (máxima) y un 0,5% (mínima). Esto nos sirve para calcular el período máximo y mínimo esperado para que el paciente alcance el peso ideal.

Reevaluación

Se debe controlar y registrar periódicamente el peso, la condición corporal, y el estado general del animal, esto permite la evaluación del programa de reducción de peso y nos motiva para seguir. De esta manera podemos ajustar el plan de alimentación y/o el ejercicio físico. La primera evaluación la realizaremos a los 15 días y reevaluaremos normalmente cada 15 días, hasta lograr la disminución de peso buscada. No debemos desanimarnos en el caso de que mantenga o incluso que aumente el peso, sino perseverar, que será la clave del éxito.

No dejemos de pensar que todo el esfuerzo realizado lleva como objetivo mejorar la calidad de vida y el bienestar de nuestra mascota, para poder disfrutar de ella durante muchos años mas.

M^a Ángeles Martínez Martínez, Veterinaria

C.V. Orpesa Gat i Gos