

Nutrición y salud

obesidad

En muchos de los problemas de salud de las mascotas la nutrición puede jugar un papel importante, y en algunas ocasiones clave, en cuanto a prevención y tratamiento. Un caso claro en perros y gatos es la obesidad.

La obesidad es actualmente el problema relacionado con la alimentación más común entre los animales de compañía en los países desarrollados. Entre un 25 y un 40% de las mascotas padecen sobrepeso u obesidad, y esta proporción parece tender a aumentar (Laflamme, 2006).

CAUSAS Y RIESGOS EVITABLES

La obesidad se define como un exceso de grasa corporal que afecta la salud o a la funcionalidad corporal. Aunque múltiples factores, como algunas enfermedades endocrinas y algunos fármacos, pueden favorecer el engrasamiento de los animales, la principal causa de la obesidad es la sobrealimentación, es decir, un desequilibrio entre lo que el animal come y su consumo energético. Causas frecuentes de dicho desequilibrio son un estilo de vida más sedentario, la disponibilidad de dietas altamente apetecibles, que a su vez son energéticamente densas, y los fuertes lazos que los propietarios

crean con sus mascotas y que pueden llevar a alimentarlas en exceso.

Algunas razas (como Labrador Retriever, Cairn Terrier, Cocker Spaniel, Beagle..., en el caso de los perros y los gatos mestizos) y determinadas características genéticas presentan una mayor tendencia al engrasamiento. Pero aquellos animales con un mayor riesgo de padecer sobrepeso son los esterilizados (por la disminución de sus requerimientos energéticos a la vez que el aumento de su apetito) y los animales de edad avanzada (por la disminución en la actividad física).

La obesidad está asociada a un mayor riesgo de padecer un gran número de enfermedades, además de a una menor esperanza de vida, en los animales de compañía, tal y como muestra la tabla 1. Los problemas ortopédicos y respiratorios y los desórdenes endocrinos, como la *diabetes mellitus*, son algunas de las enfermedades exacerbadas por la obesidad en perros y gatos. Recientes estudios sugie-

Cuadro 1. Lista de enfermedades directamente relacionadas con la obesidad en perros y gatos. Adaptado de Laflamme, 2006.

	
Resistencia a la insulina	Resistencia a la insulina, <i>Diabetes mellitus</i>
Displasia de cadera	Cojeras sin causa específica
Osteoartritis	Problemas de piel
Alteraciones cardiovasculares	Enfermedades orales
Patologías renales	Obstrucción de las vías urinarias
Pancreatitis	Alteraciones cardiovasculares
Intolerancia al ejercicio	Intolerancia al ejercicio
Empeoramiento de estados inflamatorios	Empeoramiento de estados inflamatorios
Disminución de la esperanza de vida	Disminución de la esperanza de vida

TABLA 1. INDICE DE CONDICIÓN CORPORAL.

1. Desde lejos, las costillas, vértebras lumbares, pelvis y otras prominencias óseas son evidentes. No hay grasa. Hay pérdida evidente del tejido muscular.



2. Las costillas, vértebras lumbares y huesos pélvicos son fáciles de ver. No hay grasa palpable. Otras prominencias óseas son patentes. Hay pérdida mínima de la masa muscular.



3. Las costillas se palpan fácilmente y son visibles. No hay grasa al tacto. Las apófisis espinosas de las vértebras lumbares son visibles. Los huesos pélvicos son prominentes. Hay cintura y abdomen firme y contraído.



4. Las costillas son fáciles de palpar, con una capa mínima de grasa. La cintura es fácilmente visible desde una vista dorsal. El abdomen es contraído y firme.



5. Las costillas se palpan sin un exceso de grasa que las cubra. La cintura se observa detrás de las costillas en una vista dorsal. El abdomen se ve contraído cuando se observa lateralmente al perro.



6. Las costillas son palpables con una ligera capa de grasa que las cubre. La cintura se observa sólo en vista dorsal, pero no es prominente. Hay cierta retracción del abdomen.



7. Las costillas son palpables con dificultad, hay una gruesa capa de grasa en el cuerpo y se notan más en el área lumbar y base de la cola. No hay cintura o es muy poco visible. El abdomen está poco retraído.



8. Las costillas no son palpables bajo una gruesa capa de grasa, sólo bajo una fuerte presión. Hay grandes depósitos de grasa en la zona lumbar y base de la cola. No hay cintura. El abdomen está flácido y con cierta distensión.



9. Existen depósitos masivos de grasa sobre el tórax, columna y base de la cola. No hay cintura ni retracción abdominal. Hay depósitos de grasa en el cuello y los miembros. El abdomen es péndulo.



ren que hasta un 30% de gatos con diabetes o cojeras podrían solucionar su patología corrigiendo el exceso de peso (Scarlett et al., 1998). El sobrepeso, además, incrementa el riesgo de complicaciones en procesos quirúrgicos y anestésicos.

VALORAR EL SOBREPESO

Existen diferentes parámetros que nos ayudan a reconocer y cuantificar el sobrepeso en perros y gatos. El peso corporal es uno de ellos, aunque la información que

de éste, el control del consumo calórico. Desafortunadamente no siempre es sencillo hacer perder peso a las mascotas. A pesar de conocer los problemas relacionados con la obesidad, muchos propietarios no reconocen el sobrepeso en su perro o gato. Un programa de pérdida de peso para un animal de compañía no podrá tener éxito si el dueño no es consciente de la existencia del problema y está dispuesto a solucionarlo.

Contrariamente a lo que podría pensarse, reducir la cantidad de alimento ▶

La obesidad está asociada a un mayor riesgo de padecer

un gran número de enfermedades,

además de a una menor esperanza de vida.

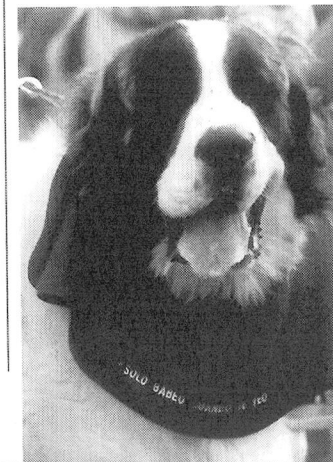
aporta es limitada si no conocemos el peso ideal del animal. La variación del peso si resulta un parámetro diagnóstico (aumentos a partir del 10% se consideran significativos), por ello es importante llevar un control periódico del peso del animal.

Otra valoración muy útil es el índice de condición corporal. Este parámetro se basa en la observación y palpación de distintas partes del cuerpo del animal que permiten establecer una puntuación, sobre una escala de 9 puntos, en la que 5 define la condición ideal y puntuaciones por encima indican un sobrepeso de entre un 10 a un 15% por unidad (tabla 1).

LA SOLUCIÓN ESTÁ EN LA DIETA

El punto clave del tratamiento de la obesidad es el manejo dietético y dentro

Hay dietas específicamente formuladas para controlar el peso de los perros más golosos.





Combinar el ejercicio diario con una dieta bien equilibrada facilita el control de peso.

► habitual del animal no suele ser una estrategia exitosa a la hora de hacerle perder peso. Además de la dificultad para que el propietario consiga que su mascota acepte una ración diaria reducida, un régimen de ese tipo lo expone a un riesgo de carencia grave de nutrientes esenciales. Por lo tanto, plantear el uso de un alimento específico es, casi siempre, necesario.

En respuesta a la creciente demanda de productos para el manejo del sobrepeso en perros y gatos, los productores de alimentos para animales de compañía ofrecen una amplia gama de dietas específicas para la pérdida de peso: desde productos *light* hasta dietas de prescripción veterinaria con formulaciones específicas para casos más severos.

La administración de este tipo de productos resulta extremadamente útil en muchos casos, porque permiten administrar un aporte energético menor a la vez que aseguran una ingesta adecuada del resto de nutrientes necesarios para una alimentación equilibrada. Estos productos, además, favorecen la sensación de saciedad del animal por incluir en su formulación fibra dietética o un aumento del volumen de la ración al añadir agua o aire en su composición.

La amplia oferta de diferentes fórmulas comerciales disponibles en el mercado permite adaptar el plan de restricción

calórica a cada animal y a sus hábitos y características individuales.

Reducir la densidad energética

El principio de todas las dietas comerciales para animales con sobrepeso es el de ofrecer una densidad energética reducida. Para ello los productores utilizan diferentes estrategias nutritivas sin que ninguna de ellas se haya mostrado más efectiva que otra. Algunos fabricantes ofrecen fórmulas con contenidos bajos en grasas y altos en carbohidratos o en proteína, basándose en que la grasa tiene una mayor eficiencia para depositarse en el cuerpo en forma de tejido graso que la proteína o los carbohidratos del alimento. Otros ofrecen fórmulas que, además de tener bajo contenido graso, contienen altos niveles de fibra que favorecen la sensación de saciedad y limitan el consumo de alimento, aunque a su vez, pueden repercutir negativamente en la apetencia y consistencia de las heces.

Una pérdida gradual de peso (inferior a un 2% semanal)

favorece el mantenimiento a largo plazo, contrariamente a lo que ocurre cuando el descenso sucede de forma muy rápida.

Antes de administrar una dieta de restricción calórica a una mascota deberíamos pedir a un veterinario o dietista que estableciera la ingesta energética que debe tener el animal. Así, una vez valorado el contenido energético del alimento elegido, estaremos seguros de la cantidad de comida y la pérdida de peso que podemos esperar en la mascota.

Evaluación semanal

Una parte fundamental en un programa de pérdida de peso es el seguimiento del peso y la condición corporal del animal. Se recomienda que durante los primeros

meses de dieta el animal se pese y reevalúe al menos una vez por semana, espaciando los controles a revisiones mensuales en meses posteriores.

La velocidad en la pérdida de peso no debe ser nunca mayor a un 2% semanal. En el caso de los gatos este punto es especialmente importante, ya que una restricción severa puede aumentar el riesgo de alteraciones hepáticas. Además, tal y como ocurre en los seres humanos, una pérdida gradual de peso favorece el mantenimiento a largo plazo, contrariamente a lo que ocurre con pérdidas muy rápidas.

La administración de dietas

light resulta muy útil porque

aseguran una ingesta

equilibrada de nutrientes

con un aporte energético

menor, a la vez que

favorecen la sensación

de saciedad.

Cambiar los hábitos

Aunque muchas veces es útil, no siempre es necesario un cambio de dieta para hacer perder peso a un perro o gato. En muchos casos el principal aporte del exceso de calorías que ingiere el animal se encuentra básicamente en los "extras" como las galletas, huesos, recompensas, restos de la mesa, etc. Por ser administrados en pequeñas cantidades y de forma esporádica los propietarios pueden no ser conscientes del aporte energético real que suponen.

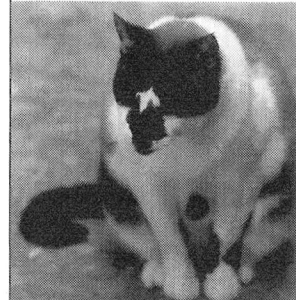
En el cuadro 2 se muestra el aporte calórico que representan algunos productos que habitualmente se administran como premios a las mascotas. Así por ejemplo, dar una galleta a un Yorkshire de 5 kg o una loncha de jamón de York a un gato, supone administrar más de un 10% del aporte total de la energía diaria que necesitan.

La administración de "extras" y restos de la mesa es una mala práctica alimentaria que debe corregirse en los animales que padecen o pueden padecer sobrepeso. Hay que limitar la administración de estos productos y utilizar como premios y recompensas alimentos que, teniendo el mismo efecto en la interacción con la mascota, no supongan un gran aporte energético extra. Los *snacks* para mascotas bajos en calorías, o productos como pequeñas

Es por tanto esencial para conseguir hacer adelgazar de forma segura y efectiva a un perro o a un gato plantearse los pasos que muestra el cuadro 3.

Cuadro 3. Puntos clave para combatir de forma efectiva la obesidad en perros y gatos.

- Concienciar a los propietarios de los riesgos e inconvenientes que supone para la salud el sobrepeso de su mascota, y conseguir su implicación para resolver el problema.
- Establecer mediante la valoración de la condición corporal y el peso del animal el grado de sobrepeso que sufre.
- Calcular la ingesta calórica diaria real del animal, teniendo en cuenta tanto su alimento habitual como los "extras".
- Recalcular la ración diaria a administrar, restringiendo o cambiando el alimento del animal, con el objeto de administrar una menor cantidad de energía diaria sin que ello suponga una reducción los nutrientes necesarios.
- Establecer un protocolo de restricción de peso.
- Reevaluar el peso y la condición corporal del animal de forma periódica.



CONCIENCIAR A LOS PROPIETARIOS

Una vez instaurado el sobrepeso, solucionarlo en perros y gatos es una tarea larga y difícil, por eso es importante que los propietarios y los profesionales sean conscientes y conozcan los riesgos que supone en las mascotas. También es preciso que sepan valorarlo desde que los animales son cachorros, para evitarlo a tiempo.

En aquellos animales con mayor riesgo, como las razas con predisposición, los ejemplares esterilizados, etc., el control del peso y la condición corporal debería ser constante durante toda su vida para poder detectar de forma temprana el sobrepeso y evitar la obesidad. Para ello el veterinario puede ayudar llevando un control del peso y de la condición corporal del animal. Los profesionales tienen una función importante: deben saber recomendar el tipo de alimento y la cantidad adecuada a las necesidades concretas de cada mascota. ■

BIBLIOGRAFÍA

- Laflamme DP., *Understanding and Managing Obesity in Dogs and Cats*. J Small Animal Practice 2006; 36: 1283-95.
- Scarlett JM. And Donoghue S., *Associations between Body Condition and Disease in Cats*. J Am Vet Med Assoc 1998; 214: 1336-41.

[MARTA HERVERA, MARIOLA BAUCCELLS]
Servicio de Nutrición y Dietética
Hospital Clínico Veterinario de la
Universidad Autónoma de Barcelona
Imágenes archivo Especies

Cuadro 2. Valor energético en kilocalorías de algunos productos administrados como "extras" a perros y gatos.



Galleta para perro (10 g)	44 kcal
Porción de queso graso (16 g)	50 kcal
Loncha de jamón de York (15 g)	15 kcal
Trozo de pan (30 g)	75 kcal
Barrita de buey para perros	40 kcal