

GUÍA PARA CONSEGUIR QUE TU PERRO O GATO ADELGACE o al menos no engorde

Conoce de cerca al enemigo: el sobrepeso

El sobrepeso y la obesidad canina y felina es una de las principales enfermedades que afectan a los perros y gatos domésticos hoy en día. Se estima que un perro o un gato tiene sobrepeso cuando su peso corporal supera en más del 10% su "peso corporal ideal". Se habla de obesidad canina/felina cuando el peso corporal sobrepasa al ideal en un 20% o más.

La explicación para el sobrepeso y la obesidad es sencilla: igual que pasa con las personas, **cuando un gato o un perro consume un exceso de calorías y no las quema, éstas se acumulan en forma de grasa.**

En España, entre el 25% y el 30% de los perros y gatos sufren sobrepeso u obesidad. En países como Estados Unidos, la situación es todavía más alarmante: el sobrepeso en animales de compañía ha aumentado un 158%.

1- Causas del sobrepeso y la obesidad en animales de compañía 🍷

Tanto el sobrepeso como la obesidad en perros y gatos domésticos son problemas crecientes.

La falta de ejercicio, una dieta inapropiada y la confusión de algunos propietarios que interpretan la comida como forma de dar afecto hacia sus animales son las **principales causas de este problema:**

1- Dieta inapropiada: exceso de calorías o desequilibrio de nutrientes

Una dieta inapropiada, que contenga un exceso de calorías, o bien darle a nuestro perro o gato una cantidad de alimento excesiva es lo que provoca el aumento de peso creciente que deriva en sobrepeso u obesidad. Por otra parte, en el caso de los perros, los premios hipercalóricos (las típicas chuches caninas) también favorecen el sobrepeso. Por eso siempre hay que escoger premios saludables u optar por premiar al perro con juego en vez de comida, por ejemplo. También pueden servir como premio trozos de frutas naturales si al animal le gustan.

2- Falta de ejercicio

La vida sedentaria de algunos perros y gatos domésticos favorece la acumulación de grasa. Cualquier animal necesita hacer ejercicio diariamente.

3- Causas orgánicas

Hay enfermedades diversas que afectan al proceso digestivo y/o a la manera en la que el organismo del perro o gato metaboliza los nutrientes. Si adviertes un incremento de peso considerable en tu animal sin causa aparente, consulta a tu veterinario.

4- Castración

Las investigaciones sugieren que las perras castradas comen más y ganan más peso que las no castradas si se les permite un libre acceso a la comida (en perros machos, esta afirmación no está demostrada). En el caso de los gatos, parece que la castración, tanto en hembras como en machos, puede producir un aumento de peso.

2- Consecuencias de la obesidad y el sobrepeso

La acumulación excesiva o anormal de grasa supone un riesgo para la salud de cualquier perro o gato porque produce cambios en su metabolismo y favorece la aparición de patologías como:

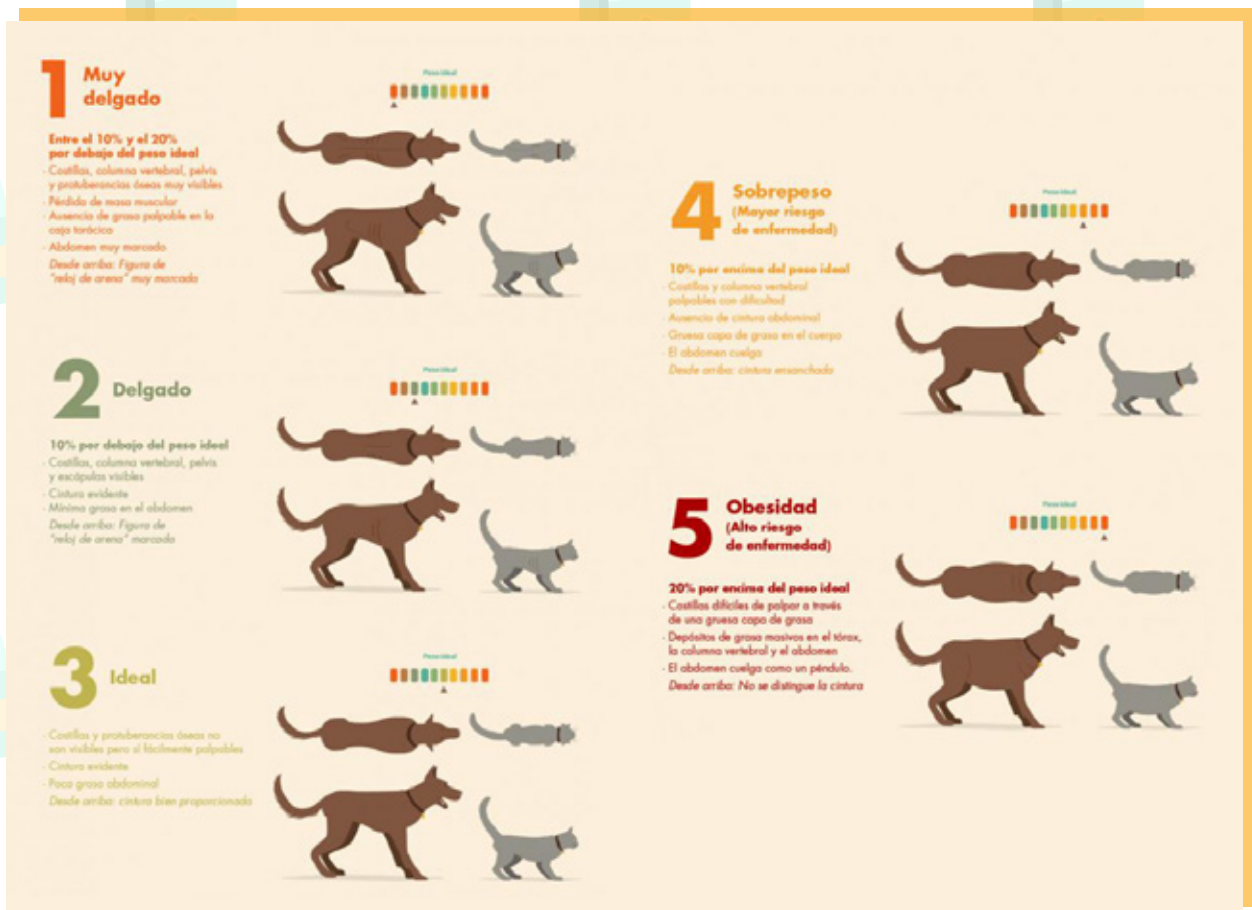
- Enfermedades respiratorias
- Enfermedades articulares
- Diabetes
- Pancreatitis

Pero la consecuencia más grave del sobrepeso en perros y la obesidad canina y felina es, precisamente, la reducción de la longevidad que va asociada a todas esas enfermedades.

Un perro o un gato con sobrepeso u obeso tiene una menor esperanza de vida que un perro o gato que mantiene su peso ideal.

Identifica si tu perro o gato está gordo

Para saber si un perro o gato tiene sobrepeso o está obeso, existen las llamadas tablas de condición corporal. Son tablas que dan un valor del 1 al 5 en función de características morfológicas del perro o gato, como la silueta, la forma de la cintura y la palpación o no de las costillas. El número 3 es el peso ideal. Mirando la tabla podrás ver fácilmente si tu perro o gato está en su peso ideal:



Ponle solución al problema

¿Has mirado la tabla y has descubierto que tu perro o gato necesita reajustar su peso? Para empezar a ponerle solución al problema, te proponemos seguir algunos pasos:

Paso 1- Ten claro cuánto tiene que comer tu perro o gato

• Según la edad:

Los perros y gatos cachorros, que se encuentran en pleno período de desarrollo, necesitan un aporte nutricional muy diferente a los adultos o los perros y gatos senior. El organismo de los cachorros debe generar cantidad de nuevos tejidos. Además, su cerebro gasta mucha más energía que el de un adulto en procesar toda la información novedosa que recibe.

Sin embargo, esto no significa que un cachorro coma más que un adulto sino que necesita que elijamos un pienso específico para cachorros, mucho más calórico y dotado de elementos como el DHA, un ácido graso omega 3 fundamental para el desarrollo cerebral y ocular.

Los gatos jóvenes necesitan un mayor aporte energético y, por lo tanto, suelen requerir raciones de alimento más calóricas que los adultos. Pero cuidado porque eso no quiere decir, necesariamente, que deban comer más sino que el pienso con el que se alimentan debe ser más energético.

• Según el nivel de actividad:

Además de la edad, para saber cuánto debe comer un gato o un perro para mantenerse en un peso ideal, tenemos que fijarnos en cuánto ejercicio diario realiza y, por tanto, qué gasto energético tiene. Aquellos animales que queman mucha energía durante su día a día necesitarán, por lo general, una ración mayor de alimento diario o bien un alimento más concentrado.

• Según el clima:

La temperatura ambiental también influyen en la alimentación del perro o el gato, esencialmente cuando éste vive en el exterior de la casa. En épocas de frío, algunos gatos y perros comen más para producir una mayor cantidad de grasas que les proporcionen protección contra las bajas temperaturas.

Para saber cuánto debe comer tu perro o tu gato, lo más sensato es guiarte por las tablas de indicaciones que aparecen en el saco de pienso o en la lata de alimento fresco. Se trata de guías orientativas, diseñadas por cada fabricante en función de la composición del alimento, y son muy útiles.

Una vez selecciones la ración correspondiente al **peso de tu animal y su nivel de actividad**, lo fundamental es observar si, al mantener siempre la ración indicada, tu gato engorda o adelgaza.

Si observas que tu gato engorda en el plazo de un mes reduce la ración diaria de alimento. Si, por el contrario, pierde peso, aumentala gradualmente.

Paso 2- Activa un plan de adelgazamiento

Si tu perro o tu gato están por encima de su peso ideal, debes activar cuanto antes un plan de adelgazamiento. Recuerda que el peso no es sólo una cuestión estética: el sobrepeso y la obesidad pueden acortar la esperanza de vida de tu compañero de cuatro patas.

Plan para gatos

1- Visita a tu veterinario: Es imprescindible que cualquier plan de adelgazamiento esté monitorizado por un profesional veterinario. Sólo un experto puede descartar que el aumento de peso indeseado esté producido por una causa orgánica, puede determinar cuál es el peso ideal para un paciente felino concreto y puede valorar todas las variables que estén incidiendo sobre el problema. Tu veterinario conoce a tu gato y es quien mejor podrá aconsejarte.

2- Elige un pienso específico: Seguramente, tu veterinario te aconsejará alimentar a tu gato con un pienso light. Este tipo de alimentos están pensados para controlar los niveles de energía, grasa y fibra. En el caso de la fibra, hay que tener en cuenta su efecto saciante, que ayuda a que el gato, comiendo la misma cantidad de alimento, se sienta saciado antes. Sin embargo, los aportes de fibra deben ser

equilibrados porque, como seguramente sabrás, el gato es un carnívoro y la base de su dieta debe ser la carne. Tenlo en cuenta siempre a la hora de escoger un buen pienso.

3- Pesa y controla la ración de comida diaria de tu gato, siguiendo las indicaciones del paquete de alimento como guía.

4- Evita los extras o premios hipercalóricos o poco saludables.

5- Fomenta la actividad física regular de tu gato jugando con él al menos durante 15 minutos al día.

6- Coloca varios comederos en alturas diferentes, repartidos por la casa, para que tu gato tenga que moverse para conseguir la comida. De esta forma, se fomenta el ejercicio y se simula, de algún modo, lo que ocurriría de forma natural si tu gato viviera en estado salvaje. Recuerda que los gatos domésticos comen pequeñas cantidades de alimento varias veces al día. Concretamente, entre 10 y 20 veces.

El patrón de alimentación del gato doméstico refleja el de sus antecesores salvajes, que cazaban una media de 15 pequeñas presas al cabo del día.

Plan para perros

1- Visita a tu veterinario: Es imprescindible que cualquier plan de adelgazamiento esté monitorizado por un profesional veterinario. Sólo un experto puede descartar que el aumento de peso indeseado esté producido por una causa orgánica, puede determinar cuál es el peso ideal para un paciente canino concreto y puede valorar todas las variables que estén incidiendo sobre el problema. Tu veterinario conoce a tu perro y es quien mejor podrá aconsejarte.

2- Elige un pienso específico: Seguramente, tu veterinario te prescribirá un pienso light. Este tipo de alimentos están pensados para controlar los niveles de energía, grasa y fibra.

3- Pesa y controla la ración de comida diaria de tu perro, siguiendo las indicaciones del paquete de alimento como guía.

4- Evita los extras o premios hipercalóricos o poco saludables: no olvides que, muchas veces, el mejor premio para tu perro es una caricia o una palabra alegre.

5- Aumenta el nivel de actividad física diaria de tu perro: ofrécete paseos frecuentes, adaptados a su edad y su condición física, practica algún deporte canino con él (realiza un entrenamiento muy progresivo) y deja que juegue con otros perros si le gusta.

6- Juega con tu perro, al menos, 30 minutos al día. Manteniendo estas sesiones de juego regulares, además de mantener a tu perro en forma, notarás un fortalecimiento de vuestro vínculo afectivo.

Paso 3- Recuerda que la comida no es amor

Algunas personas caen en el error de pensar que premiar a un perro o gato con comida es un acto de amor. Sin embargo, una “chuchería” canina o felina (o un trozo de comida de nuestro plato) puede significar todo lo contrario si contribuye a que el animal engorde innecesariamente.

La alimentación es un pilar básico dentro del bienestar de nuestro gato o perro y que, por lo tanto, la mejor manera de querer a nuestros animales es seleccionar un alimento equilibrado, sano y adaptado a sus necesidades, y dárselo en la proporción adecuada.



¿Te ha gustado este e-book? Descárgate más en:
<http://nutroexpertos.com/e-books/>