

LA OBESIDAD

La obesidad es uno de los trastornos más frecuentes en los animales de compañía. Se estima que aproximadamente uno de cada cuatro perros son obesos llegando en el caso de los gatos a dos de cada cuatro. Las repercusiones que la obesidad tiene para la salud son tan variadas que explican la necesidad de prevenir y tratar este problema, lejos de consideraciones estéticas. Entre las causas que han disparado su frecuencia parecen estar la vida cada vez más sedentaria de nuestras mascotas así como el aporte de alimentos muy energéticos y sabrosos. Nos centraremos en este artículo fundamentalmente en estas causas para poder prevenirla correctamente y también en su tratamiento.

TIPOS DE OBESIDAD

En primer lugar se consideran dos grados en este problema, hablamos de “sobrepeso” cuando el animal supera en menos de un 10% su peso ideal según raza, conformación, edad, etc. Si el peso es mayor de un 10% del ideal hablamos ya de “obesidad”. Definimos la obesidad como la acumulación excesiva de grasa en las zonas de depósito del “tejido adiposo” o tejido graso. El aumento en la acumulación de grasa puede producirse por dos mecanismos, si el animal es joven esta en fase de crecimiento y las células del tejido adiposo pueden multiplicarse aumentando su número; si por el contrario es ya adulto no aumentará el número de células pero estas aumentarán de tamaño incrementando la cantidad de grasa en su interior. Esto es muy importante pues si en un cachorro fomentamos la obesidad por sobrealimentación cuando sea adulto tendrá una mayor predisposición a la obesidad y será muy difícil tanto mantener el peso como perderlo cuando sea preciso.

CAUSAS DE OBESIDAD

Las causa de la obesidad en todos los casos es un desequilibrio entre la ingesta y el consumo que conduce a un exceso de calorías que se van acumulando. Además existen una serie de factores internos del animal que contribuyen a esta como son la edad (animales viejos), sexo (hembras) o estado reproductivo (castración), alteraciones hormonales (hipotiroidismo), o predisposición genética (labradores o beagle). Entre los factores externos tenemos el nivel de actividad, el tipo de alimento, el consumo de golosinas añadidas a la ración normal, el ambiente y estilo de vida.

El consumo energético de un animal se destina a tres funciones : el mantenimiento de un “metabolismo basal” (para cubrir las necesidades mínimas), la actividad muscular voluntaria y la producción de calor para mantener la temperatura. La **disminución de la actividad voluntaria** es sin lugar a dudas el factor más importante en la génesis de la obesidad. El perro ha pasado de ser un auxiliar del hombre en su trabajo a un animal casero. Los perros que desempeñan algún trabajo como caza o guarda no suelen padecer obesidad debido fundamentalmente a realizar una mayor actividad.

La **castración** es un factor que contribuye a la obesidad debido a que el animal castrado realiza menor actividad física y los cambios hormonales producen mayor apetito. De todas formas si en animal castrado recibe la cantidad de alimento correspondiente y realiza ejercicio periódicamente no tiene porqué aparecer la obesidad.

Existen dos **trastornos endocrinos** que influyen en la aparición de la obesidad: el “hipotiroidismo” o descenso de actividad del tiroides y el “síndrome de Cushing” o aumento de secreción de corticoides en las glándulas adrenales. Ambos procesos originan disminución del metabolismo basal y de la actividad corporal. Además de otros muchos cambios orgánicos.

La **edad avanzada** origina una disminución de la musculatura unida a una menor actividad lo que produce la disminución del metabolismo basal. Por ello es preciso reducir la ingesta calórica en los animales viejos para así prevenir la obesidad.

Sabemos que existe un tipo de **obesidad genética** asociada a determinadas razas de perros como pueden ser el Cocker spaniel, Labrador retriever, Beagle, Shetland, etc. al contrario que otras como los Podencos, Pointer, etc. Parece que esta acumulación excesiva de grasa sería un mecanismo de defensa ante situaciones de frío o privación prolongada de alimentos.

El **tipo de alimento** que utilizemos tiene también una gran importancia pues está comprobado que ante dietas muy apetitosas, excesivamente grasas e hipercalóricas, los perros se vuelven inexorablemente obesos. El uso de sobras de comida humana, de latas de comida para perros o piensos de alta energía son responsables de muchos de estos trastornos. Es muy importante adaptar las características nutricionales de un producto a las necesidades fisiológicas y al grado de actividad de cada animal.

DIAGNÓSTICO DE LA OBESIDAD

El diagnóstico clínico de la obesidad se realizará mediante la exploración física del animal. Es importante descartar otros procesos que pueden hacer ganar peso al animal como el acúmulo de líquido en el abdomen (“ascitis”), el “hipotiroidismo”, o la “diabetes mellitus”. Además del propio aspecto del animal, podemos intentar estimar el peso ideal para un determinado perro según su raza, sexo, el peso que tenía al terminar su desarrollo, etc. Existen métodos utilizados en medicina humana como son los ultrasonidos o la medición de la densidad corporal para medir la cantidad de grasa que aunque son muy fiables, son hoy en día impensables en medicina veterinaria. El método más práctico y utilizado es la palpación del tórax y del abdomen inferior (cintura) valorando así el grosor de la capa de grasa.

DELGADO : costillas visibles a simple vista y cintura muy marcada.

PESO NORMAL : costillas poco visibles pero fácilmente palpables y cintura marcada.

SOBREPESO : costillas no visibles pero palpables bajo una capa de grasa y cintura muy poco marcada.

OBESIDAD : costillas no palpables y cintura inexistente.

TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD

El objetivo a corto plazo del tratamiento de la obesidad es el de reducir la reserva de grasa corporal, y a largo plazo mantener el peso logrado para toda la vida. El tratamiento debería conseguir una pérdida de peso significativa en pocas semanas pero

disminuyendo al máximo la sensación de hambre en el animal. Así se aconseja que el animal pierda entre un 1% y un 3% según el grado de obesidad, la edad y la situación del mismo. El tratamiento tiene que incluir tres aspectos principales como son el cambio de la conducta alimentaria, el aumento del ejercicio físico y la modificación de la dieta.

La **modificación de la conducta** incluye la eliminación de los malos hábitos como dar golosinas o restos de comida humana, evitar que el animal entre en la cocina mientras se preparan las comidas, mantenerlo fuera del comedor durante las horas de las comidas, ser estrictos en la cantidad de alimento y en el horario de las comidas, etc.

La realización de una **actividad física** regular tiene un efecto beneficioso al aumentar el consumo energético y establecer unos mecanismos fisiológicos que la obesidad altera. El ejercicio en un animal obeso debe empezarse de una forma paulatina, inicialmente muy moderado.

La **dieta** es el aspecto más importante en un programa de control de peso y en el que más podemos influir. En primer lugar pesamos al animal y determinamos el peso ideal, valorando la diferencia entre uno y otro. Normalmente utilizamos una dieta que contenga un 60% o 70% de los requerimientos que necesitaría según su peso ideal, nunca según el peso actual. Durante el programa de pérdida de peso se debe pesar al animal semanalmente anotando la pérdida de peso. Aconsejamos utilizar alimentos comerciales especiales para animales obesos pues tienen múltiples ventajas como son el ser totalmente equilibrados y sin ninguna carencia (esto es muy importante si tenemos en cuenta que el perro debe comer menor cantidad), proporcionan mayor sensación de saciedad que otros alimentos y consiguen una pérdida de peso más rápida que otros productos. También es bueno dividir la cantidad en varias comidas al día, menos abundantes, pero que disminuyen la sensación de hambre.

Existe un método más drástico para la pérdida de peso que ha sido utilizado en personas bajo control médico consistente en el ayuno total durante un cierto tiempo. En los gatos no puede utilizarse este sistema pues conduce a una grave enfermedad hepática. Las únicas razones que podrían justificar tan cruel sistema serían un grado tal de obesidad que comporte riesgos para la salud o dueños poco motivados para llevar a cabo la reducción en la dieta. En estos casos el animal debe permanecer hospitalizado recibiendo complejos vitamínicos y minerales para evitar carencias, además de agua lógicamente.

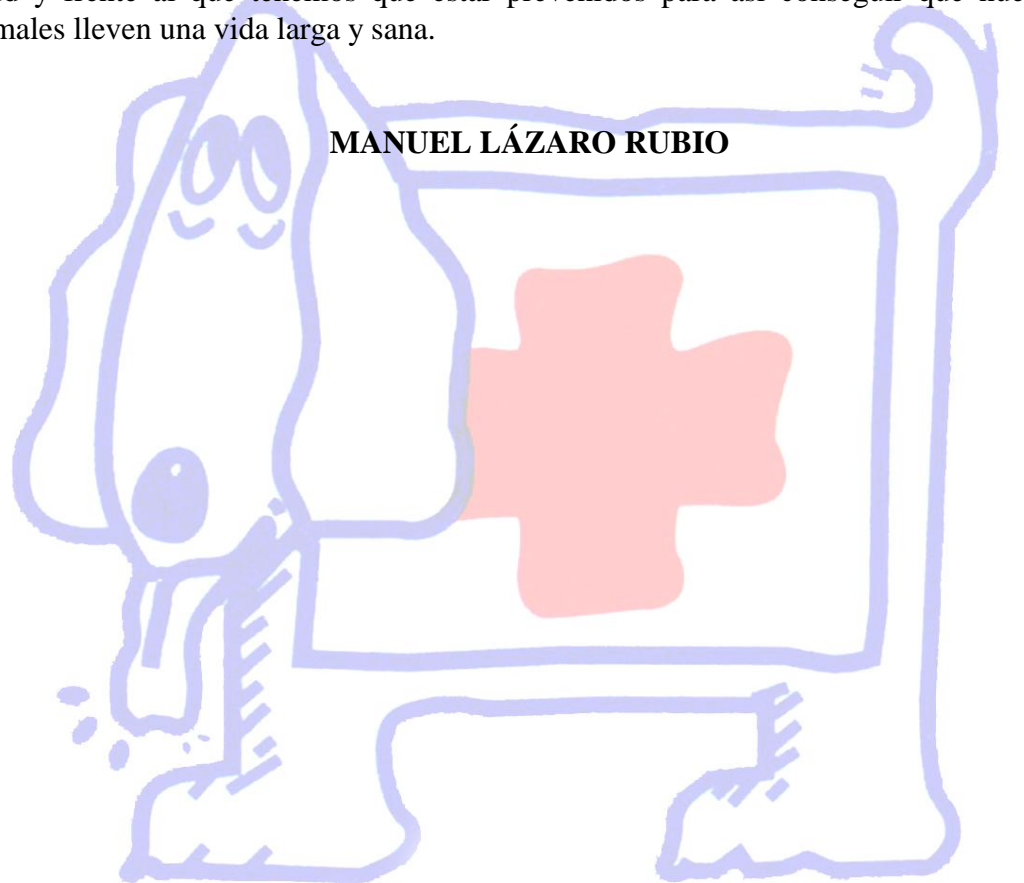
MANTENIMIENTO DEL PESO LOGRADO Y PREVENCIÓN

Los hábitos conseguidos durante el tratamiento de pérdida de peso deben mantenerse siempre así como el ejercicio. La dieta en función del tipo de perro tendrá que ser una de mantenimiento de adultos o una baja en calorías, y nunca volver a la alimentación casera o a los caprichos que originaron la obesidad.

Retomando lo expuesto anteriormente y a pesar de que existen múltiples factores que contribuyen a la obesidad, las dos causas más importantes son la alimentación excesiva y la falta de ejercicio. Especialmente en los cachorros por lo expuesto anteriormente debemos evitar la sobrealimentación, controlando el peso durante el desarrollo del animal. En los adultos y sobre todo también en los animales mayores tendremos que

administrar una dieta adecuada y suficiente pero nunca excesiva. No debemos fiarnos de l apetito del perro pues muchos de ellos son muy difíciles de saciar, en especial los de algunas razas. El ejercicio regular es imprescindible en todos los perros pero con la precaución de no hacerlo de forma brusca en los cachorros y jóvenes para evitar problemas del desarrollo.

Como decíamos al principio la obesidad es un problema de graves repercusiones para la salud y frente al que tenemos que estar prevenidos para así conseguir que nuestros animales lleven una vida larga y sana.



Clínica Veterinaria

MIRASIERRA