

16 aprile 2022 16:40

## Quattro consigli per aiutare i tuoi pet a rimanere magri e in salute

di [Redazione](#)



Ti piace dare al tuo gatto o cane una sorpresa in più da sgranocchiare? Per quanto sembrano divertirsi, non è sempre la mossa più salutare.

Proprio come gli esseri umani, gli animali domestici possono soffrire di problemi di peso. E sta diventando un problema crescente, con animali da compagnia più paffuti che mai. In un [recente sondaggio](#) tra i veterinari, il 73% ha affermato che l'obesità era "una delle condizioni più diffuse" che riscontrano, con ben la metà dei cani da compagnia e il 44% dei gatti con peso corporeo in eccesso.

È una tendenza preoccupante. Anche se a volte possiamo pensare che un animaletto grosso sia carino, la realtà è che anche un po' di peso corporeo in più può causargli notevoli difficoltà di salute, dal diabete ai problemi cardiorespiratori (come problemi di respirazione durante il sonno) e persino una maggiore possibilità di soffrire del colpo di calore.

L'obesità, che viene diagnosticata quando un animale domestico ha dal 15% al 20% in più rispetto al suo peso corporeo ideale, è anche associata a una maggiore incidenza per artrosi e alcune forme di cancro.

Inutile dire che tutti noi vogliamo che i nostri animali domestici vivano il più a lungo possibile. Quindi ecco alcuni modi per mantenere il tuo cane o gatto in ottima forma.

### 1. Mantienili attivi

Molti cani non vengono fatti sgambare regolarmente, a volte a causa del maltempo o forse a causa di problemi comportamentali, come l'ansia quando incontrano altri cani o persone. E mentre i gatti outdoor generalmente si mantengono in forma e attivi, i gatti indoor possono avere un livello di grasso corporeo superiore di almeno il 5% rispetto ai gatti outdoor e sono molto più inclini all'obesità.

L'esercizio fisico è fondamentale per mantenere un peso corporeo sano e anche per perdere peso. Cerca di portare in giro il tuo cane almeno una volta al giorno, e anche di più. Assicurati che la durata e il tipo di esercizio siano appropriati per la sua età e capacità e aumenta lentamente qualsiasi esercizio fisico.

I cani adorano il "scentwork" o il "trick training" che può essere fatto nel tuo soggiorno. E ci sono numerosi giocattoli per gatti per incoraggiare il tuo compagno felino indoor a bruciare alcune calorie mentre si impegna nel gioco.

Potresti anche rendere più attivi i pasti sparpagliando il cibo - quello del tuo cane per terra (dopo esserti assicurato che sia pulito e sicuro) - o alimentatori puzzle, che incoraggiano il cane ad impegnarsi per cibo e snack.

L'idroterapia, che consiste nel far nuotare o camminare il cane in una piscina o in un tapis roulant acquatico, può essere un'ottima opzione per un esercizio delicato o senza carico. Ciò è particolarmente indicato per i cani più anziani o per quelli che si stanno riprendendo da un infortunio.

Anche i gatti possono essere addestrati a fare una passeggiata al guinzaglio. Ma se il tuo amico felino semplicemente non collabora - o non hai voglia di sfidare il tempo come accade con il cane - puoi provare i giochi al chiuso o in giardino per mantenere alti i livelli di attività.

## 2. Guarda la loro dieta

Ad alcuni animali piace semplicemente il loro cibo così tanto che possono diventare un po' paffuti qualunque sia la loro età. Oppure, proprio come le persone, la "diffusione della mezza età" può verificarsi negli animali domestici che possono rallentare naturalmente man mano che invecchiano.

In ogni caso, la loro dieta potrebbe dover cambiare per mantenere un peso corporeo sano. La perdita di peso dovrebbe essere un processo graduale, quindi usa sempre le linee guida sull'alimentazione consigliate sulla confezione degli alimenti - o i calcolatori di calorie online - come punto di partenza per quanto nutrirlo.

Cerca di tenere un diario alimentare ogni giorno. E non dimenticare di pesare accuratamente il cibo usando una bilancia. I pesi indicati nelle confezioni sono estremamente imprecisi e rendono molto più probabile la sovralimentazione.

Se il loro peso è troppo alto - o addirittura si avvicina a proporzioni obese - potrebbe essere meglio iniziare una dieta dimagrante con una visita dal veterinario per un controllo completo dello stato di salute e una valutazione delle condizioni fisiche. Lì ti verranno anche date indicazioni su un peso forma e un periodo di tempo per la perdita di peso.

## 3. Essere consapevoli di altri rischi

A volte è solo nei geni. Alcuni labrador retriever, ad esempio, hanno una mutazione genetica che li predispone a un maggiore comportamento da "buongustaio" e all'aumento di peso. E gli animali sterilizzati possono avere un fabbisogno calorico giornaliero ridotto, quindi se la loro dieta non viene modificata di conseguenza possono inavvertitamente aumentare di peso.

Quindi è importante riconoscere quale sia un peso corporeo e una forma sani per il tuo gatto o cane e i fattori che potrebbero influenzarlo. Fidati dei veterinari e di altri professionisti, così è più facile per loro conversare con te su come aiutare al meglio il tuo animale.

## 4. Elimina le prelibatezze ipercaloriche

I cibi e le prelibatezze ad alto contenuto di grassi forniscono molte calorie in piccole quantità, quindi può essere facile sovralimentare il tuo animale domestico senza rendersene conto. E anche il cibo "umano" da ingrasso, come gli avanzi, può contribuire a far accumulare chili, insieme a un aumentato rischio di pancreatite - e potenzialmente anche peggio se vengono ingeriti cibi tossici, comprese le cipolle e alcuni dolcificanti artificiali.

Gestire il peso del tuo animale domestico, comunque, non significa che non puoi curarlo. Fai un giro al tuo negozio di animali per cercare alternative salutari a basso contenuto calorico.

Oppure dai un'occhiata al tuo frigo. Molti cani amano la carota o il cetriolo, specialmente se tagliati a pezzi come regalo di addestramento. I gatti amano un po' di tonno o pollo, entrambi ricchi di proteine... ma poveri di calorie.

Non dimenticare di considerare anche altri modi di trattare il tuo pet: fare esercizio, giocare e semplicemente passare del tempo con lui andrà a beneficio sia degli animali che dell'umano.

Tutti i suggerimenti richiedono un piccolo sforzo. Ma mantenere il corpo del tuo animale domestico magro e sano aiuterà a prolungarne la vita. E chi di noi non vuole più tempo con i nostri amati compagni di vita?

*(Anne Carter - Senior Lecturer in Animal Biology, Nottingham Trent University-, Jacqueline Boyd - Senior Lecturer in Animal Science, Nottingham Trent University -, su The Conversation del 13/04/2022)*

### **CHI PAGA ADUC**

l'associazione non **percepisce ed è contraria ai finanziamenti pubblici** (anche il 5 per mille)

**[La sua forza economica sono iscrizioni e contributi donati da chi la ritiene utile](#)**

**DONA ORA (<http://www.aduc.it/info/sostienici.php>)**