

# Saciedad: la nueva estrategia en las dietas de obesidad felina

*Las dietas de obesidad funcionan perfectamente en los estudios controlados, pero en la práctica solamente presentan un 50-60% de éxito. Ante estas circunstancias se ha desarrollado una nueva estrategia dietética para lograr mejores resultados en los tratamientos de adelgazamiento: aumentar la sensación de saciedad.*

**Gemma Baciero**  
Departamento de Comunicación  
Científica Royal Canin  
Imagen cedida por la empresa

En el tratamiento de la obesidad felina, el empleo de una dieta hipocalórica es fundamental. En ningún caso podemos dejar de administrar un alimento con un bajo aporte energético y ajustar adecuadamente la ración. Tampoco hay que olvidar que es necesaria la recomendación de ejercicio y la implicación del propietario, así como un estrecho seguimiento.

## ¿Por qué no funciona una dieta de adelgazamiento?

En el mercado existe una gran variedad de dietas para el tratamiento de la obesidad. En general, se caracterizan por un reducido contenido calórico al tiempo que se equilibra el aporte de nutrientes esenciales. Uno de los métodos empleados para conseguir menor aporte de energía, además de bajar el contenido de grasa, es aumentar el nivel de proteína. Sin embargo, los resultados obtenidos con estos productos no son siempre los deseados. Si analizamos las causas de los fracasos de estos tratamientos, podemos sacar distintas conclusiones. Para el gato, el problema principal reside en que la ingesta restringida hace que pase hambre y provoca un cambio en su comportamiento: pide comida constantemente, roba alimentos, aumenta las vocalizaciones e incluso puede llegar a manifestar agresividad.

El propietario, por su parte, ante estas conductas responde aumentando la ración. Es decir, administra un mayor aporte calórico que impide el éxito de la dieta. Además la cantidad asignada por el veterinario es mucho menor de lo que le daba. Seguramente antes no medía la ración y con el tratamiento le pone una

## Características del Psyllium

El *Psyllium* es un mucílago conocido por sus propiedades laxantes. Actúa como una esponja que se infla absorbiendo el agua y creando un gel viscoso. Posee así un efecto antidiarreico al aumentar la viscosidad del quimo intestinal. El *Psyllium* tiene efectos muy positivos sobre el tránsito digestivo, ya que lubrica y regula la progresión del contenido del intestino delgado y colon. También favorece la eliminación de bolas de pelo en los gatos.

Las semillas de *Psyllium* también se han utilizado tradicionalmente por sus propiedades "saciantes" en dietas de adelgazamiento: gracias a su capacidad de absorber agua se forma un gel voluminoso en el estómago que da sensación de saciedad.

cantidad controlada. Esto, unido a las peticiones continuas provoca en el propietario un sentimiento de culpabilidad que le lleva de nuevo a darle más cantidad de alimento.

Por último, también se producen fallos a la hora de calcular la ración. Los vasos medidores son muy imprecisos y aun tratando de calcular la cantidad exacta es muy probable que se haga de forma incorrecta.

La nueva tendencia en las dietas para el tratamiento de obesidad y de control de peso consiste en aumentar la sensación de saciedad.

## Claves para el éxito

Una vez identificados los problemas se pueden buscar las soluciones:

### Aumentar la sensación de saciedad

Si el gato no pasa hambre con la dieta de adelgazamiento, se reduce la posibilidad de que pida insistentemente y el propietario podrá cumplir con más facilidad las indicaciones del veterinario.



Las semillas de *Psyllium* son una fuente de fibra soluble y no fermentable con una gran capacidad de absorción de agua. Estas características son muy útiles para regular el tránsito intestinal y provocar sensación de saciedad.

Precisamente, esta idea es la base de la nueva tendencia en las dietas para el tratamiento de obesidad y de control de peso: aumentar la sensación de saciedad. Esto se consigue con alimentos que tienen niveles moderados de proteína y altos de fibra. La clave está en la utilización de una combinación de determinados tipos de fibras, como la pulpa de achicoria y el *Psyllium*. Éstas, además de reducir el contenido calórico de la dieta, tienen una gran capacidad de absorber agua. Por un lado provocan un aumento de volumen, y por otro influyen en la velocidad del tránsito intestinal haciéndolo más lento. El resultado es un efecto saciante. Los estudios han demostrado que el gato se sacia antes mientras come y que esta sensación prolonga el tiempo entre las comidas.

Una vez determinado el peso objetivo hay que calcular el aporte energético y la cantidad exacta de alimento que hay que administrar.

Si impedimos que el gato tenga hambre, también evitaremos los comportamientos asociados como pedir constantemente, robar comida, etc. De esta forma, será más fácil para el propietario seguir las instrucciones del veterinario, que es un punto clave para el éxito del tratamiento.

### Ración voluminosa

También es importante que el volumen de la ración no se vea muy disminuido. Un alimento con croquetas con una menor densidad puede permitir dar raciones voluminosas con un bajo aporte de energía.

### Cantidad exacta

Una vez determinado el peso objetivo hay que calcular el aporte energético y la cantidad exacta de alimento que hay que administrar. Es vital que el propietario se ajuste a la prescripción de lo contrario el fracaso está asegurado. Puesto que los vasos medidores

dan lugar a muchos errores, una opción recomendable es la utilización de básculas para pesar con precisión la ración diaria.

### Ejercicio físico

Otro de los pilares del tratamiento es la práctica de ejercicio. Es una manera de aumentar el gasto de energía, fundamental para la pérdida de peso, que además favorece el desarrollo de masa muscular a expensas del tejido adiposo. También ayuda a combatir las consecuencias de la obesidad, como los trastornos osteoarticulares y cardíacos, al estimular la movilidad y la función cardiovascular. Además, aporta otros beneficios ya que permite al gato satisfacer su necesidad de caza y juego y mejora la relación entre el gato y su propietario.

La prescripción del ejercicio debe adaptarse a cada caso, en función de las características del gato y del propietario, y hay que conseguir que se convierta en algo agradable para ambas partes. Las indicaciones deben ser lo más precisas posible y el propietario debe recibir toda la información de forma clara y completa.

Se debe aumentar el nivel de ejercicio de forma gradual y convertirlo en una actividad rutinaria en la vida del gato. El tipo de ejercicio variará dependiendo de cada caso, pero entre los métodos para aumentar la actividad física que se pueden recomendar están los siguientes:

- Promover la actividad de juego, preferiblemente sesiones de juego cortas e intensas y repetidas varias veces a lo largo del día, en lugar de una sola sesión larga.
- Fomentar el ejercicio voluntario, por ejemplo a través del acceso al exterior, con juguetes que estimulen el comportamiento cazador o con centros de actividad felina a varios niveles.

- Estimular la actividad utilizando recompensas de alimento que constituyen una parte de su ración diaria. Se pueden construir o comprar juguetes huecos en los que introducir pequeñas cantidades de croquetas. El gato debe jugar (y gastar energía) para poder obtener el alimento. También se puede colocar el comedero en diferentes lugares para que se tenga que desplazar para buscar la comida cada vez que quiera comer.

## Conclusión

Con las dietas de adelgazamiento que aumentan la sensación de saciedad, gracias a las fibras con gran capacidad de absorber agua, es posible que los tratamientos de obesidad felina logren su objetivo. Además, se debe insistir en la administración de la ración diaria exacta y en la práctica de ejercicio físico. □

