



Gato adulto

¿QUÉ NECESITAN LOS GATOS PARA ESTAR SANOS Y FUERTES?

Dar a los gatos lo que necesitan para una vida larga y saludable comienza con la nutrición. Pero si quieres que tu gato se mantenga sano y fuerte, debes proporcionarle algo más que solo alimento y agua. Como bien saben aquellos a quienes les gustan los gatos desde hace tiempo, muchos gatos son muy sociables y disfrutan de la atención diaria de sus dueños, sin importar lo autosuficientes que puedan parecer.

A continuación, te presentamos una descripción general de los elementos esenciales, con énfasis en la nutrición, para que puedas ayudar a tu gato a crecer fuerte y saludable.



Alimento y agua

Los gatos, como las personas, tienen necesidades nutricionales complejas. Aunque puede ser difícil comprender cada aspecto y matiz de los requisitos nutricionales de tu gato, no tienes más que ver su tazón de alimento.

Esto se debe a que la mayoría de los alimentos comerciales para gatos proporcionan dietas nutricionalmente completas y equilibradas.

Para comprender mejor cómo la nutrición mantiene y promueve la salud general de los gatos, veamos cómo los nutrientes clave de los alimentos influyen en esos sistemas corporales que más se asocian con los signos de salud externos.

(continúa en la página siguiente)

■ Sistema de la piel y el pelaje

Para mantener la salud normal de la piel y el cabello se requiere la proteína alimenticia; el cuerpo del gato utiliza entre un 25 % y un 30 % del requisito diario de proteína para mantener la piel y el cabello. Los ácidos grasos omega 6 ayudan a mantener una piel suave y saludable y un pelaje brillante, mientras que los ácidos grasos omega 3 ayudan a controlar la inflamación de la piel. Ambos tipos de ácidos grasos proporcionan flexibilidad a las células de la piel, lo que, a su vez, contribuye a su función protectora. La vitamina E, un antioxidante, elimina los radicales libres dañinos que resultan de la exposición a la luz ultravioleta, mientras que la vitamina B niacina ayuda a la piel a retener la humedad. Los minerales clave ayudan a mantener una piel saludable y un color uniforme.

■ Sistema digestivo

Las células del intestino delgado utilizan una cantidad sustancial (entre un 20 % y un 50 %) de la proteína alimenticia.^{1,2} Se requieren proteínas y aminoácidos para ayudar a que las células absorbentes de los intestinos crezcan y funcionen, lo que permite la absorción de nutrientes. Los aminoácidos y las proteínas también son necesarios para mantener y regenerar las células del sistema inmunitario asociadas con el intestino y para producir anticuerpos.

Las fibras insolubles, un carbohidrato indigestible, promueven la función intestinal normal gracias a que agregan masa al contenido del intestino y tienden a absorber agua. Las bacterias beneficiosas del intestino fermentan algunas de las fibras solubles, o fibras prebióticas, con lo que producen una fuente de energía para las células intestinales y ayudan a inhibir el crecimiento de bacterias potencialmente dañinas.

Los nutrientes antioxidantes (las vitaminas C y E, el betacaroteno y el selenio) ayudan a proteger el tracto digestivo de los radicales libres dañinos y mantienen el sistema inmunitario.

■ Sistema inmunitario

Los nutrientes como las proteínas y los aminoácidos, los ácidos grasos, las vitaminas C y E, y los minerales traza cumplen una función fundamental en el mantenimiento del sistema inmunitario. Los ácidos grasos omega 3, que se encuentran en los aceites marinos y los peces, ayudan a controlar la inflamación. El zinc es un mineral traza esencial para mantener las células del sistema inmunitario y sus actividades.

■ Sistema musculoesquelético

Las proteínas desempeñan un papel importante en la construcción, el mantenimiento y la curación de músculos, huesos, ligamentos y tendones. La vitamina D tiene funciones clave en el crecimiento, la calcificación y el mantenimiento óseo normales, mientras que la vitamina A ayuda al crecimiento de los huesos. El calcio y el fósforo son minerales esenciales para huesos y dientes fuertes. El calcio, el magnesio y el potasio son esenciales para la contracción muscular normal y la transmisión de los impulsos nerviosos.

■ El sistema nervioso y los sentidos especiales

El DHA (ácido docosahexaenoico) es un ácido graso omega 3 que se encuentra en aceites marinos y en peces; mantiene el desarrollo del cerebro y la vista, lo que ayuda a mantener nítida la visión de los gatos. La taurina, un aminoácido esencial para los gatos, es necesaria para la estructura normal de la retina, la parte del ojo que contiene millones de células sensibles a la luz que permiten la visión. La vitamina A es un componente esencial de un pigmento sensible a la luz que ayuda al ojo a adaptarse a los cambios de intensidad luminosa.

■ Condición corporal

Para ayudar a tu gato a vivir una vida larga y saludable, debes proporcionarle suficiente alimento para satisfacer sus requisitos nutricionales, pero al mismo tiempo tienes que mantenerlo en una condición corporal ideal. Las pautas de alimentación del paquete de alimento ofrecen un buen punto de partida sobre cuánto alimento proporcionarle. Luego, el monitoreo regular de la condición corporal de tu gato puede ayudarte a determinar si necesitas ajustar la cantidad de alimento que le estás dando.

(continúa en la página siguiente)

Atención y amor

Los gatos pueden tener fama de ser mascotas independientes y de bajo mantenimiento, pero aun así establecen un vínculo con sus dueños y disfrutan, y hasta ansían, la compañía, la atención y el afecto de sus dueños. Asegúrate de pasar bastante tiempo con tu gato para que tu mascota se socialice correctamente. Sin la suficiente estimulación o contacto con sus dueños u otras mascotas, los gatos pueden aburrirse, deprimirse e incluso desarrollar comportamientos problemáticos.

Ejercicio, disfrazado de juego

Aunque a los gatos les encanta dormir, también les viene bien moverse todos los días. Los gatos son naturalmente curiosos y necesitan algún tipo de actividad a diario. Las actividades que permiten a los gatos ejercitar sus instintos naturales, como el acecho, el ataque y correr, ayudan a mantener alertas y activas las mentes de los gatos. Jugar también mantiene los músculos tonificados y fuertes, ayuda a mantener una condición corporal saludable e incluso reduce los niveles de tensión de los gatitos.

Un cómodo espacio para vivir

Asegúrate de que tu hogar sea cómodo y estimulante para tu gato. Desde proporcionar oportunidades para escalar y explorar sin que se lastime hasta asegurarte de que se sienta seguro y cómodo mientras come o toma una siesta, hay mucho que puedes hacer para lograr que tu gato se sienta en casa.

Etiquetas e identificación

Si le permites salir, asegúrate de que tu gato siempre pueda encontrar el camino de vuelta a casa. Un collar con una plaquita de identificación que incluya el nombre del gato y tu número de teléfono puede facilitar que cualquier persona que lo encuentre se comunice contigo. Para mayor tranquilidad, haz que tu veterinario implante un microchip debajo de la piel de tu gato; esto ayudará a que los refugios y otras organizaciones te encuentren. Te recomendamos que consideres ponerle un collar y una plaquita o un microchip, incluso si tu gato nunca sale de casa, ya que podría escaparse sin que te des cuenta.

Suministros

Asegúrate de tener tazones resistentes para el agua y el alimento, una caja de arena accesible que se limpie con frecuencia, un lugar para que tu gato rasque y escale, y un sitio cómodo para que duerma.

Atención médica veterinaria

Los gatos, incluso aquellos que pasan la mayor parte del tiempo dentro de casa, necesitan atención veterinaria preventiva de rutina para ayudarlos a vivir una vida larga y saludable. Los controles regulares pueden ayudar a evitar emergencias médicas mediante la detección de afecciones o problemas de salud antes de que se vuelvan importantes, dolorosos o más difíciles o costosos de tratar. Las consultas veterinarias también son un buen momento para hacerle al equipo de atención médica veterinaria cualquier pregunta que puedas tener sobre la salud y el comportamiento de tu gato.

Referencias

1. Van Der Schoor, S. R., Reeds, P. J., Stoll, B., Henry, J. F., Rosenberger, J. R., Burrin, D. G., & Van Goudoever, J. B. (2002). The high metabolic cost of a functional gut. *Gastroenterology*, 123(6), 1931–1940. doi:10.1053/gast.2002.37062
2. Stoll, B., Henry, J., Reeds, P. J., Yu, H., Jahoor, F., & Burrin, D. G. (1998). Catabolism dominates the first-pass intestinal metabolism of dietary essential amino acids in milk protein-fed piglets. *Journal of Nutrition*, 128(3), 606–614. doi:10.1093/jn/128.3.606

El objetivo del Purina Institute es ayudar a situar la nutrición a la vanguardia de los debates sobre la salud de las mascotas, ya que proporciona información fácil de usar y con base científica que ayuda a las mascotas a vivir vidas más largas y saludables.