

# HOT TOPIC

Mantendo o peso saudável

CÉLULAS ADIPOSAS



## Em foco

Embora a manutenção de um peso saudável nos pets proporcione muitas vantagens à saúde, muitos tutores não sabem como lidar com o peso de seus animais de estimação.

O Purina Institute fornece o conhecimento científico para ajudá-lo(a) a assumir o controle e sair na frente em diálogos a respeito de nutrição.

let's  
**takeback**  
the conversation.

Saiba mais sobre o poder da nutrição em  
[www.purinainstitute.com](http://www.purinainstitute.com)

## Como manter o pet com um peso saudável?

Estima-se que até 59% dos cães e gatos do mundo todo estejam acima do peso ideal.<sup>1</sup> Como a perda do peso pode ser um grande desafio para os pets, é importante que os tutores façam o possível para evitar o ganho de peso. Isso pode ser alcançado por meio de monitoramento regular da condição corporal e do peso dos pets,<sup>2</sup> engajamento em atividades físicas,<sup>3</sup> e ajustes da ingestão de energia (calórica), conforme a necessidade.



## Qual a quantidade certa para alimentar os pets e mantê-los em um peso saudável?

Uma das maneiras mais fáceis de manter o peso saudável em pets é através do monitoramento da ingestão energética (calorias). Se a ingestão calórica for maior que o gasto, o animal provavelmente ganhará peso. Todos os cães e gatos devem receber uma dieta que atenda às necessidades das fases de vida do pet (p. ex., filhote, adulto e idoso). As diretrizes alimentares contidas na embalagem dos alimentos para pets (tabelas de quantidade diária recomendada) devem ser considerados como um ponto de partida. Porém, como todos os pets têm necessidades individuais os tutores devem monitorar o peso, a condição corporal e o nível de atividade e, em seguida, ajustar as quantidades da alimentação fornecida caso o animal ganhe ou perca peso.



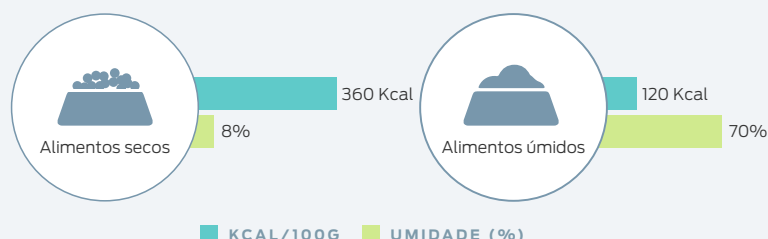
## Como posso aumentar o nível de atividade de um pet?

A atividade física é importante para a manutenção de um peso saudável em cães e gatos.<sup>5</sup> Os animais mais ativos são menos propensos a engordar.<sup>6</sup> A promoção de atividades físicas através de caminhadas, brincadeiras, jogos, hidroterapias ou acesso a ambientes externos é benéfica tanto para o pet como para seu tutor.<sup>3</sup> Os animais com acesso limitado ou nulo ao ar livre têm maior probabilidade de ficar acima do peso.<sup>7-11</sup> Sempre que possível, esses pets devem realizar muitas atividades dentro de casa.<sup>3</sup>

## Os alimentos secos ou úmidos favorecem o ganho de peso?

Embora a decisão de fornecer alimentos secos ou úmidos dependa da preferência do tutor, o tipo de alimento desde que completo e balanceado não exerce influência sobre o ganho de peso. O ganho de peso é influenciado pela quantidade de calorias consumidas pelo pet. Como os alimentos úmidos têm mais de 70% de água, pode-se fornecer um volume maior para suprir as necessidades calóricas do animal. Por outro lado, os alimentos secos contêm menos água que os úmidos, tornando-os mais ricos em calorias por grama de alimento ingerido. Por fim, tanto os alimentos úmidos como os secos são opções nutritivas para os pets, contanto que eles consumam a quantidade certa de calorias para atender às suas necessidades energéticas diárias.

## Diferença média no teor de calorias e umidade entre alimentos secos e úmidos para pets.<sup>12</sup>



## Referências

- Bombarg, E., Birch, L., Enderburg, N., German, A. J., Neilson, J., Seligman, H., ...Day, M. J. (2017). The financial costs, behavior and psychology of obesity: A one health analysis. *Journal of Comparative Pathology*, 156(4), 310–325. doi:10.1016/j.jcpa.2017.03.007
- Freeman, L. M. (2019). Waist management: Successful weight loss in cats. NAVC Conference 2009, Small Animal – Nutrition (885–887).
- German, A. J. (2016). Obesity prevention and weight maintenance after loss. *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*, 46(5), 913–929. doi:10.1016/j.cvsm.2016.04.011
- Aafco.org. (2017). Reading labels. Retrieved from <http://talkspetfood.aafco.org/readinglabels>
- Day, M. J. (2017). One health approach to preventing obesity in people and their pets. *Journal of Comparative Pathology*, 156(4), 293–295. doi:10.1016/j.jcpa.2017.03.009
- Wakshlag, J. J., Struble, A. M., Warren, B. S., Maley, M., Panasevich, M. R., Cummings, K. J., ...Lafamme, D. E. (2012). Evaluation of dietary energy intake and physical activity in dogs undergoing a controlled weight-loss program. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 240(4), 413–419. doi:10.2460/javma.240.4.413
- German, A. J. (2006). The growing problem of obesity in dogs and cats. *Journal of Nutrition*, 136, 1940S–1946S. doi:10.1093/jn/136.7.1940S
- Rowe, E., Browne, W., Case, R., Gruffydd-Jones, T., & Murray, J. (2015). Risk factors identified for owner-reported feline obesity at around one year of age: Dry diet and indoor lifestyle. *Preventative Veterinary Medicine*, 121(3-4), 273–281. doi:10.1016/j.prevetmed.2015.07.011
- Lafamme, D. P. (2006). Understanding and managing obesity in dogs and cats. *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*, 36(6), 1283–1285. doi:10.1016/j.cvsm.2006.08.005
- Backus, R. & Wara, A. (2016). Development of obesity: Mechanisms and physiology. *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*, 46(5), 773–784. doi:10.1016/j.cvsm.2016.04.002
- Murray, J. K., Casey, R. A., Gale, E., Buffington, C. A. T., Roberts, C., Kinsman, R. H., & Gruffydd-Jones, T. J. (2017). Cohort profile: The 'Bristol Cats Study' (BCS) – a birth cohort of kittens owned by UK households. *International Journal of Epidemiology*, 46(6), 1749–1750. doi:10.1093/ije/dyx066
- Case, L. P., Daristotle, L., Hayek, M. G., & Raasch, M. F. (2011). Types of pet foods. In *Canine and feline nutrition: A resource for companion animal professionals* (pp. 163–176). Maryland Heights, Missouri: Mosby, Inc.