

## INDICAZIONI PER EVITARE LE OSCILLAZIONI DI PESO

- È necessario che il Medico Veterinario segnali la possibilità di una ricaduta della sintomatologia (oscillazione del peso).
- Quando un evento è previsto ed annunciato, viene più facilmente affrontato e superato dalla coppia proprietario-cane/gatto.
- Qualora si verificasse una ricaduta, il Medico Veterinario identificherà con il proprietario i punti critici della terapia effettuata in modo da modificarli nel modo più opportuno.

## COSA FARE

Regole base per il trattamento delle problematiche legate all'obesità.

**INFORMARE** su tutte le conseguenze dell'obesità.

**CONDIVIDERE** l'obiettivo del programma terapeutico con tutti i componenti della famiglia.

**ASSOCIARE** l'attività fisica alla dieta.

**CONTROLLARE** periodicamente il paziente; al termine della visita fissare il controllo successivo.

## CONSIDERAZIONI

L'obesità è una e vera e propria epidemia e renderne consapevole il proprietario rende più agevole il suo coinvolgimento.

Si raggiunge una buona collaborazione da parte del proprietario quando il Medico Veterinario parla in modo specifico, dettagliato e chiaro con il cliente facendo riferimento a quello che succede nell'uomo afflitto dalla stessa patologia.

Il proprietario è motivato nel momento in cui comprende il legame che esiste tra eccesso di peso e scarsa qualità/ridotta aspettativa di vita, nonché probabilità di contrarre patologie come l'artrite, il diabete e le malattie cardiovascolari.

L'ostacolo più grande nel prescrivere alimenti per la perdita di peso è la mancanza di collaborazione da parte del proprietario.

Il programma terapeutico aumenta di efficacia se associa una terapia nutrizionale ad una comportamentale a completamento di un programma che prevede un cambiamento dello stile di vita dell'animale e del proprietario.



# BILANCIA DI SALUTE

Obesità: istruzioni per l'uso



*Hill's ha ultimato un programma di ricerca a livello internazionale che ha permesso di sviluppare programmi specifici per aiutare i Medici Veterinari ad affrontare l'obesità, una delle patologie più diffuse e invalidanti.*

### ■ COSA È STATO FATTO?

- Una valutazione quantitativa per stabilire qual è la modalità più convincente per affrontare l'obesità, con il supporto di 450 Medici Veterinari e 400 proprietari negli USA.
- Una valutazione qualitativa condotta in Francia per scegliere il programma migliore, avvalendosi della testimonianza di Medici Veterinari e proprietari.
- Una indagine conoscitiva sulla prevalenza dell'obesità condotta in Italia su un campione di 867 Medici Veterinari.

### ■ SCENARIO NAZIONALE: I RISULTATI DELL'INDAGINE

- Il 36% dei cani e il 46% gatti visitati in Italia sono sovrappeso o obesi.
- I Medici Veterinari concordano che l'animale è sovrappeso quando il suo **Body Condition Score** supera il valore di 3 su una scala da 1 a 5.
- Solo il 10% dei Medici Veterinari prescrive al paziente sovrappeso o obeso una dieta per la perdita di peso.

### ■ COSA HANNO DETTO I MEDICI VETERINARI SULL'OBESITÀ

- L'obesità dei piccoli animali è un importante problema di cui parlare durante la visita clinica.
- Affrontare questo problema è di pertinenza della professione stessa.
- Non si deve lasciar correre: è necessario perseverare per fare acquisire maggiore consapevolezza ai proprietari.
- Gli ostacoli maggiormente riscontrati sono la ridotta sensibilità dei proprietari e la difficoltà nel mettere in pratica la restrizione alimentare.
- Le ricadute sono frequenti e costituiscono oggetto di frustrazione per il proprietario e per il Medico Veterinario.



### ■ IMPORTANZA CLINICA DELL'OBESITÀ

- L'obesità è spesso associata ad altre patologie in particolare osteoarticolari, metaboliche, cardiovascolari e comportamentali.
- Il modo migliore per motivare il proprietario è legare l'obesità all'insorgenza di queste patologie.
- La sfida per i Medici Veterinari è prevenire, sensibilizzare e curare questa malattia e le patologie che ne derivano.



### ■ PERCHÉ È COSÌ DIFFICILE COINVOLGERE IL PROPRIETARIO?

- Scarsa conoscenza e consapevolezza del problema e delle sue conseguenze sulla salute.
- Identificazione dell'affetto con la somministrazione di cibo.
- Poca motivazione e disponibilità a cambiare le proprie abitudini.
- Mancato coinvolgimento di tutti i componenti del gruppo familiare.
- Difficoltà riscontrate durante la terapia a causa della presenza di più animali.
- La messa in atto di un regime dietetico può aumentare l'irritabilità dell'animale e demotivare il proprietario.
- Alcuni veterinari hanno manifestato il proprio disagio ad affrontare il sovrappeso o l'obesità quando il proprietario è affetto dallo stesso problema.
- Costi della terapia.



## SEGNALAMENTO

Cane  Gatto

M  F

Nome \_\_\_\_\_

Razza \_\_\_\_\_

Data di nascita \_\_\_\_\_

MC \_\_\_\_\_

FC \_\_\_\_\_

Peso \_\_\_\_\_

## ANAMNESI NUTRIZIONALE

### Tipo alimentazione

Casalinga  Industriale  Mista

Umida  Secca

Quantità totale giornaliera somministrata \_\_\_\_\_

Suddivisione delle quantità totale in pasti/giorno \_\_\_\_\_

Fuoripasto  Alimentazione ad *libitum*

## ANAMNESI AMBIENTALE

### Stile di vita

Giardino  Appartamento  Box

Cortile  Terrazzo

## ANAMNESI COMPORTAMENTALE

### Attività fisica

Minuti \_\_\_\_\_ Volte al giorno \_\_\_\_\_

### Attività di gioco (solitario) preferita dall'animale

\_\_\_\_\_

### Attività di gioco (con proprietario) preferita dalla coppia

\_\_\_\_\_

## MISURA DEL PESO: BCS

### 1 - SOTTOPESO

**COSTOLE:** Molto sporgenti e facilmente palpabili senza strato di grasso  
**BASE DELLA CODA:** Le ossa sono prominenti senza tessuto tra la cute e l'ossatura

**VEDUTA LATERALE:** Addome molto retratto  
**VEDUTA DALL'ALTO:** Forma a clessidra molto pronunciata



### 2 - MOLTO MAGRO

**COSTOLE:** Sporgenti e facilmente palpabili con un sottile strato di grasso  
**BASE DELLA CODA:** Le ossa sono sporgenti con un minimo di tessuto tra la cute e l'ossatura

**VEDUTA LATERALE:** Addome retratto  
**VEDUTA DALL'ALTO:** Forma a clessidra pronunciata



### 3 - PESO IDEALE

**COSTOLE:** Ben visibili e facilmente palpabili  
**BASE DELLA CODA:** Contorno liscio, ossa percepibili sotto un leggero strato di grasso

**VEDUTA LATERALE:** Addome retratto  
**VEDUTA DALL'ALTO:** Giro vita ben proporzionato



### 4 - SOVRAPPESO

**COSTOLE:** Difficili da vedere o vedere, con un discreto strato di grasso  
**BASE DELLA CODA:** Alcuni inspessimenti, ma le ossa si possono palpare sotto uno strato di grasso moderato

**VEDUTA LATERALE:** Giro vita assente e addome pronunciato  
**VEDUTA DALL'ALTO:** Fianchi ingrossati



### 5 - OBESO

**COSTOLE:** Non visibili e difficili da palpare con uno spesso strato di grasso  
**BASE DELLA CODA:** Inspessita e difficile da palpare sotto uno strato di grasso prominente

**VEDUTA LATERALE:** Addome molto pronunciato con giro vita assente  
**VEDUTA DALL'ALTO:** Fianchi molto ingrossati



## ■ TERAPIA DIETETICA

Dal punto di vista strettamente tecnico non è molto difficile far dimagrire un soggetto sovrappeso od obeso, a meno che siano presenti altre patologie.

### I punti fondamentali da prendere in considerazione sono i seguenti:

- adozione di un alimento specifico, a bassa concentrazione energetica;
- razionamento ad un livello inferiore alle richieste energetiche minime di mantenimento, per permettere il consumo del grasso superfluo;
- frazionamento della razione in due o più pasti giornalieri;
- aumento del dispendio energetico mediante un incremento del movimento, se compatibile con le condizioni del soggetto e con le possibilità del proprietario;
- non somministrare altri cibi al di fuori della dieta di dimagrimento;
- se si utilizzano dei premi, tener conto del loro apporto energetico.

### La loro realizzazione pratica può essere attuata mediante i seguenti accorgimenti:

- scelta di una dieta preconfezionata adeguata con non più di 3.200 kcal di energia metabolizzabile (EM)/kg;
- calcolo del fabbisogno energetico di mantenimento: riduzione del 20-40% a seconda dell'entità

dell'eccesso ponderale, delle condizioni del paziente e delle aspettative del proprietario.

### ESEMPIO

Cane di 18 kg - peso ideale 14 kg  
Fabbisogno energetico di mantenimento 796 kcal (110x14<sup>0,75</sup>)

Per farlo dimagrire attueremo una restrizione del 20% pari a 159 kcal e quindi 796 - 159 = 637 kcal

Se usiamo un mangime che contiene 3,2 kcal EM/gr, il cane ne dovrà mangiare circa 200 gr (637:3,2) al giorno, con un conseguente dimagrimento di circa 120 gr la settimana.

- ogni ora di camminata al passo corrisponde ad un dispendio energetico di circa 6 kcal/kg di peso; se il cane corre spende di più (circa 10 kcal ogni kg di peso). L'incremento del movimento deve essere progressivo e commisurato alle condizioni fisiche del cane.

Bisognerà tener conto della maggior quota di energia spesa che andrà a compensare "in toto" o in parte la restrizione alimentare.

Nell'esempio di cui sopra un'ora di corsa potrebbe far consumare 140 kcal EM (10 kcalx14 kg peso) e quindi evitare la restrizione delle quantità di cibo.

## ■ MONITORAGGIO

Durante la terapia dietetica il proprietario condurrà l'animale una volta al mese in ambulatorio per effettuare il controllo del peso. Il proprietario sarà motivato ed incentivato al prosieguo della terapia.

## ■ TERAPIA COMPORMENTALE

- L'uomo, da sempre molto sensibile nei confronti dei segnali infantili trasmessi dai cuccioli, risponde con atteggiamenti di adozione, protezione e cura.
- La dimensione affettiva, basata sulla somministrazione del cibo e di affetto, non solo predispone all'aumento di peso, ma è insufficiente per soddisfare i fabbisogni del cane e del gatto.
- È necessario sostituire un comportamento associato all'alimentazione con un comportamento di gioco.
- I giochi proposti devono stimolare la capacità collaborativa (fare qualche cosa insieme) e cognitiva (riflettere e trovare una soluzione) del cane e del gatto aumentando allo stesso tempo le abilità motorie (il movimento e la coordinazione).

- È necessario scegliere l'attività più adatta in base all'età, alle capacità dell'animale e della coppia: ogni gioco deve essere di facile soluzione ed esecuzione.
- È opportuno costruire un progetto terapeutico che preveda una gradualità per non affaticare la coppia uomo/animale.
- In base alle indicazioni riportate nella scheda ANAMNESI COMPORMENTALE è opportuno:

- aumentare il tempo dedicato alla passeggiata (non più di 10 minuti circa al giorno) ogni mese di terapia;
- aumentare il tempo dedicato al gioco di coppia (non più di qualche minuto al giorno);
- proporre di scegliere ogni mese una nuova attività alla coppia all'interno della lista sotto riportata.



## IL GATTO: ESERCIZI



### ESERCIZIO N. 1

**Obiettivo:**  
risolvere un rompicapo.



### IL TUBO

- predisporre un tubo di cartone rigido (del diametro di 10 cm circa) con alcuni fori (di 4-5 cm di diametro) di forma tondeggiante realizzati sulla superficie;
- attrarre l'attenzione del gatto muovendo ripetutamente uno dei suoi giocattoli preferiti (come ad esempio un topolino);
- dopo qualche minuto, lasciar cadere il topolino in uno dei fori posti sulla superficie del tubo;
- il gatto cercherà di raggiungere il giocattolo, facendolo uscire dalle estremità del tubo o dai fori.

**È necessario premiare il gatto con bocconcini appetitosi quando avrà risolto il problema e lasciarlo giocare liberamente con il topolino.**

### ESERCIZIO N. 2

**Obiettivo:**  
imparare a collaborare.

#### LA SEDIA DEI GIOCHI

- collocare alcuni premi in cibo su di una sedia ed attendere che il gatto, spontaneamente, appoggi le mani sul supporto;
- incitato dalla voce ed allettato dai bocconcini, il gatto salirà rapidamente sulla sedia;
- posizionare, quindi, alcuni bocconcini sul pavimento vicino alla sedia ed attendere che il piccolo scenda dal supporto;
- in seguito, utilizzare la nostra mano come guida per indicare al gatto di salire e di scendere dalla sedia.



### ESERCIZIO N. 3

**Obiettivo:**  
risolvere un rompicapo



#### IL BICCHIERE

- predisporre un bicchiere da tè, di plastica trasparente;
- attrarre l'attenzione del gatto muovendo ripetutamente uno dei suoi giocattoli preferiti (come ad esempio un topolino con una lunga coda);
- dopo qualche secondo nascondere il topolino sotto il bicchiere capovolto in modo che la coda (preferibilmente costituita da piume) rimanga all'esterno;
- rapidamente il gatto cercherà di raggiungere il giocattolo, facendo cadere l'oggetto che lo sovrasta.

**È necessario premiarlo con bocconcini appetitosi quando avrà risolto il problema e lasciarlo giocare liberamente con il topolino.**

### ESERCIZIO N. 4

**Obiettivo:**  
imparare a collaborare.

#### IL CORPO COME PALESTRA:

- il nostro corpo si trasforma in una palestra dove braccia e gambe diventano ostacoli da aggirare e saltare;

**È necessario utilizzare la mano come guida e premiare più volte il gatto con bocconcini appetitosi.**

#### SEDUTI SU DI UNA POLTRONA (GAMBE ESTESE):

- chiedere al gatto di passare sotto le gambe;
- chiedere al gatto di passare sopra le gambe compiendo un salto.

#### IN PIEDI, ALLARGARE LE GAMBE E CHIEDERE AL GATTO DI:

- passare in mezzo e ripetere la stessa azione al contrario;
- compiere un otto aggirando la gamba destra e la sinistra.



## IL CANE: ESERCIZI



### ESERCIZIO N. 1

**Obiettivo:**  
imparare a collaborare.

#### GIOCARE CON IL CORPO DEL PARTNER UMANO

Il nostro corpo si trasforma in una palestra dove braccia e gambe diventano ostacoli da aggirare e saltare.

**È necessario utilizzare la mano come guida e premiare più volte il cane con bocconcini appetitosi.**

#### IN PIEDI, ALLARGARE LE GAMBE E CHIEDERE AL CANE DI:

- passare in mezzo e ripetere la stessa azione al contrario;
- compiere un otto aggirando la gamba destra e la sinistra.

#### SEDUTI A TERRA:

- allargare le gambe e chiedere al cane di superarle come se fossero barriere a terra;
- raccogliere le gambe e chiedere al cane di passarvi sotto.



### ESERCIZIO N. 2

**Obiettivo:**  
aumentare la concentrazione.

#### SEGUIRE UNA PISTA OLFATTIVA

È necessario preparare anticipatamente il percorso distraendo il cane con un premio da masticare (un bastoncino di pelle di bufalo ad esempio) oppure chiedere ad una persona di intrattenerlo per qualche minuto.

**È opportuno scegliere una superficie sulla quale il cane faticherà ad identificare immediatamente i bocconcini come ad esempio la moquette, un tappeto, un prato.**

- per costruire una pista olfattiva è necessario disporre una decina di bocconcini, posizionando al termine una leccornia particolarmente appetitosa;
- dare il via all'attività con una parola come ad esempio "Cerca";
- incitare il cane con il tono della voce;
- ricompensarlo con una carezza al termine dell'esercizio e chiudere l'attività con una parola come ad esempio "Finito".

### ESERCIZIO N. 3

**Obiettivo:**  
imparare a collaborare.

Realizzare un percorso ad ostacoli. In casa è possibile trasformare gli oggetti che ci circondano in ostacoli da aggirare, da saltare o da esplorare. **È necessario utilizzare la mano come guida e premiare più volte il cane con bocconcini appetitosi.**

#### UTILIZZARE LE SEDIE:

- appoggiare sullo schienale di 2 sedie (poste di fronte) il manico di una scopa al quale saranno appese strisce di carta o rotoli di cartone infilati in una corda;
- oppure, deporre un lenzuolo sopra ad una o più sedie in modo da creare una tenda;
- oppure posizionare più sedie una dietro l'altra in modo da formare un tunnel;
- il cane incitato dalla voce e allettato dai bocconcini posti nei pressi dell'oggetto, dovrà passare sotto le sedie così predisposte.

#### UTILIZZARE LE BOTTIGLIE DI PLASTICA, LE PIANTE, I LIBRI:

- preparare un percorso disponendo più oggetti uno dietro l'altro;
- guidare il cane con la mano in modo da realizzare uno slalom.



### ESERCIZIO N. 4

**Obiettivo:**  
aumentare la difficoltà dell'esercizio!

#### GIOCARE CON IL CORPO DEL PARTNER UMANO.

#### SDRAIATI A TERRA:

- chiedere al cane di passare a destra ed a sinistra, saltando il nostro corpo;
- raccogliere le gambe e chiedere al cane di passarvi sotto.

#### SEGUIRE UNA PISTA OLFATTIVA

Quando il cane avrà imparato a trovare con facilità tutti i premi, è possibile complicare l'esercizio ad esempio spegnendo la luce, nascondendo alcuni bocconcini dietro una porta socchiusa o sostituendo la leccornia posta al termine della pista olfattiva con il gioco preferito.

#### REALIZZARE UN PERCORSO AD OSTACOLI

Durante la passeggiata al guinzaglio è possibile chiedere al cane di salire sopra o passare sotto una panchina, fare lo slalom tra i pali della luce, saltare un muretto, passare sopra ad una grata e così via.