

Nutrire il vostro gatto: conoscere le basi della nutrizione felina.

Lisa A. Pierson, DVM

catinfo.org

La dieta è alla base di una buona salute. Questa pagina web vuole sottolineare alcuni principi spesso ignorati sulla nutrizione felina e spiegare perché i gatti possono godere di una salute *di gran lunga migliore* se alimentati con **cibi in scatola**, anziché con le crocchette. Alimentare bene il vostro gatto può evitare ad entrambi malattie gravi, dolorose e costose.

Un numero crescente di veterinari americani esperti in nutrizione felina sta sempre più raccomandando la somministrazione di cibo in scatola al posto delle crocchette. Tuttavia, ancora molti veterinari tollerano la somministrazione di cibo secco ai gatti. Purtroppo questo cibo è inappropriato e serve solo a promuovere patologie, così come vedremo più avanti.

Come i medici degli esseri umani, anche i veterinari ricevono una preparazione molto scarsa in materia di nutrizione. E ciò che viene detto è spesso "insegnato" dai rappresentanti delle grandi compagnie di cibo per animali, oppure i curriculum sono sponsorizzati, e quindi pesantemente influenzati, dai membri dell'industria commerciale per il pet food. Questo rappresenta ovviamente un significativo conflitto di interessi. Dopo aver terminato la scuola veterinaria, la fonte più comunemente disponibile per l'approfondimento in materia di nutrizione continua ad essere la grande azienda di cibo per animali che fabbrica le cosiddette "diete terapeutiche" (*Prescription Diet*). Purtroppo, il risultato è che i veterinari non sempre sono la miglior fonte di consigli nutrizionali.

Drogati dal cibo secco

Se il vostro gatto è un drogato di cibo secco, vedere ***Suggerimenti per il passaggio dal cibo secco al cibo in scatola*** nella barra laterale su catinfo.org. *Tutti* i gatti possono passare ad una dieta ricca d'acqua e a basso contenuto di carboidrati se i loro proprietari sono *molto pazienti* e sanno mettere in atto alcuni trucchetti.

Cosa c'è di sbagliato nelle crocchette, compresa qualsiasi dieta terapeutica (Prescription Diet) che viene consigliata dal vostro veterinario?

Le tre questioni-chiave di segno negativo associate al cibo secco sono:

1) **contenuto di acqua troppo basso**: predispone il gatto a gravi patologie del tratto urinario, **incluse ostruzioni uretrali estremamente dolorose e spesso fatali (oltre che molto costose da trattare)**;

Guardate le immagini di Opie su <http://www.catinfo.org/?link=urinarytracthealth> per rendervi conto della tremenda sofferenza causata dalla dieta secca;

2) **carico di carboidrati troppo elevato**: predispone il gatto al diabete, all'obesità e a possibili disturbi intestinali. Ma anche il cibo secco basso di carboidrati è comunque un cibo NON sano poiché è sempre *secco* e *pesantemente stracotto*, alterando così le sostanze nutritive;

3) **tipo di proteine sbagliate – troppe proteine vegetali** rispetto a quelle animali: i gatti sono carnivori stretti e sono progettati per mangiare carne, non piante o cereali. I cereali servono ad aumentare i margini di profitto delle aziende e sono un danno per la salute del gatto.

Altri aspetti negativi sono:

- ◆ contaminazione batterica (può portare a vomito e diarrea);
- ◆ micotossine fungine (sono contenute nei cereali e sono estremamente tossiche);

- ◆ insetti e loro feci (possono causare problemi respiratori);
- ◆ ingredienti che spesso causano reazioni allergiche;
- ◆ tutto il cibo secco è pesantemente stracotto e ciò distrugge o altera i nutrienti vitali.

Ma il mio gatto sta “benissimo” con il cibo secco!

Spesso sento le persone dire così. Tuttavia bisogna considerare che:

- ◆ Ogni creatura vivente "sta bene" fino a quando non mostra i segni di un processo patologico in atto.
- ◆ Ogni gatto "sta bene" fino a quando i loro proprietari non iniziano a riconoscere i segni del diabete.
- ◆ Ogni gatto con il tratto urinario bloccato "sta bene" fino a quando non incomincia a sforzarsi per urinare e muore per la rottura della vescica o dev'essere ricoverato per una cateterizzazione di emergenza.
- ◆ Ogni gatto con una vescica infiammata (cistite) "sta bene" fino a quando non prova dolore o presenza di sangue nell'urina ed evita di sporcare nella lettiera - sporcando la casa non certo per colpa sua.
- ◆ Ogni gatto “sta bene” fino a quando l'alimentazione di una dieta inappropriata, a base di ingredienti iperallergenici, lo porta a mostrare segni di intolleranza alimentare o IBD (Inflammatory Bowel Disease = malattia infiammatoria intestinale).
- ◆ Ogni gatto "sta bene" fino a quando i calcoli nei reni o in vescica diventano grandi abbastanza da causare segni clinici.
- ◆ Ogni malato di cancro "sta bene" fino a quando il tumore non è cresciuto abbastanza da dare segni clinici osservabili dal paziente.

Il punto è che le malattie sorgono molto tempo prima di essere notate...

Questo è il motivo per cui l'affermazione "ma il mio gatto è sano / sta bene con il cibo secco" significa molto poco per me, perché io credo nell'azione **preventiva della nutrizione**. Io non voglio finire dicendo "Oops ... mi pare che non stia così bene ora!" per un problema medico che si sarebbe potuto evitare se si fosse adottata una dieta appropriata (cibo in scatola con pochi carboidrati o cibo casalingo bilanciato, e non cibo secco).

Naturalmente, per poter comprendere la “nutrizione preventiva” si devono conoscere i seguenti meccanismi:

- ◆ *Tutto* il sistema urinario funziona meglio con una quantità adeguata di **acqua**. L'ostruzione delle vie urinarie è dolorosa, mette in pericolo di vita ed è molto costosa da trattare: essa si verifica comunemente quando i gatti (soprattutto maschi) vengono nutriti con cibo secco. Vi invito di nuovo a guardare le foto di Opie su catinfo.org (*Malattie del tratto urinario*) per la sofferenza causata dall'alimentazione secca. Queste ostruzioni rappresentano gravi emergenze mediche, ma sono estremamente rare nei gatti nutriti con cibo umido, soprattutto se viene aggiunta addirittura acqua extra al cibo in scatola. Inoltre, i gatti (sia maschi che femmine) che sono alimentati con una dieta ricca di acqua hanno meno probabilità di ammalarsi di cistite.
- ◆ I gatti hanno per natura un **basso desiderio di bere** e devono introdurre acqua tramite il cibo. Una preda normale di un gatto contiene circa il 70 - 75% di acqua; il cibo secco invece ne contiene solo il 5-10%. **Contrariamente alle aspettative dei loro proprietari, i gatti non coprono questo deficit con la ciotola dell'acqua**. Diversi studi hanno dimostrato che i gatti che mangiano cibo in scatola introducono il *doppio di quantità di acqua* rispetto a quelli che mangiano le crocchette (comprendendo sia cibo che ciotola dell'acqua).

◆ **I carboidrati** devastano l'equilibrio zucchero/insulina nel sangue del micio e lo predispongono al diabete e all'obesità. L'alimento secco, così come alcuni cibi in scatola, sono ricchi di carboidrati. Si noti che "senza cereali" non significa sempre "povero di carboidrati" poiché spesso ci sono patate e piselli al posto dei cereali.

◆ I gatti sono **carnivori stretti**, cioè sono stati progettati per mangiare le proteine della carne, e non quelle dei cereali contenuti nel cibo secco.

◆ Contrariamente alla credenza popolare, **il cibo secco non esercita alcun effetto benefico sulla salute dei denti** e non c'è alcuna evidenza scientifica sul suo impiego nella prevenzione delle malattie dentali. La crocchetta è spesso inghiottita intera, ma anche se viene masticata essa si frantuma senza dare alcun effetto abrasivo sui denti. Detto questo, anche il cibo in scatola non ha alcuna forza abrasiva. Il modo migliore per preservare la salute dei denti del vostro micio è quello di spazzolarli ogni giorno. Anche dare dei bocconcini di carne da masticare può essere molto utile. Guardate *Preparazione del cibo per gatti – sezione Salute Dentale* su catinfo.org

Nutrire i gatti correttamente significa **“o pago adesso o pago dopo”**. Spesso alcune persone affermano che il cibo in scatola è troppo costoso. Tuttavia, considerato il costo per trattare certe malattie causate dalle crocchette, la maggior parte delle persone ripensano la questione dopo aver ricevuto la fattura del veterinario.

Considerate la **nutrizione preventiva** prima che il vostro compagno peloso finisca in uno stato di malattia che avrebbe potuto essere evitato con una corretta alimentazione.

Continuate a leggere se volete maggiori dettagli sulla dieta appropriata per i felini. Alcune informazioni saranno ripetute per rinforzare i punti critici.

I gatti hanno bisogno di molta acqua *mediante* il loro cibo.

Questa è una sezione molto importante perché sottolinea il motivo per cui anche le crocchette a basso contenuto di cereali o senza cereali non sono fonti di cibo ottimali per il vostro gatto. **Tenete a mente che anche il cibo in scatola più economico è meglio di qualsiasi crocchetta sul mercato.**

I gatti non hanno una forte desiderio di bere rispetto alle altre specie animali. Pertanto, è fondamentale per loro consumare una dieta *ricca d'acqua*.

I gatti sono progettati per ottenere la maggior parte d'acqua attraverso il loro cibo, infatti la loro preda normale è composta da circa il 70% di acqua. Il cibo secco è stracotto fino ad avere solo il 5-10% di acqua, mentre i cibi in scatola ne contengono circa il 78%. E' chiaro che gli alimenti in scatola sono più adatti per soddisfare il fabbisogno di acqua dei gatti. Un gatto che consuma una dieta prevalentemente a secco beve più acqua di un gatto che consuma cibo in scatola, ma se si somma tutta l'acqua proveniente da tutte le fonti (la dieta + ciò che viene bevuto) risulta che il gatto che mangia le crocchette introduce circa la metà del quantitativo di acqua rispetto al gatto che mangia cibo umido.

Questa assunzione sostanzialmente scarsa di acqua predispone i gatti a malattie gravi per reni e vescica, come le ostruzioni uretrali, che sono estremamente dolorose, costose da trattare e potenzialmente fatali.

Pensate al cibo in scatola come un risciacquo del tratto urinario del vostro micio. Questo è uno strumento molto importante per mantenere il vostro gatto lontano da problemi urinari, come le pericolosissime ostruzioni uretrali, le infezioni, le infiammazioni (cistiti) e la malattia renale cronica, una delle principali cause di morte nei gatti.

I gatti hanno bisogno di proteine animali.

I gatti sono carnivori obbligati (stretti) e sono molto diversi dai cani nelle loro esigenze nutrizionali. Cosa significa essere un carnivoro obbligato? Significa che il vostro gatto è stato progettato da Madre Natura per soddisfare il suo bisogno nutrizionale attraverso il consumo di una grande quantità di proteine di origine animale (carne / organi) e non dalle proteine vegetali (cereali / verdura).

E' molto importante ricordare che non tutte le proteine sono uguali.

Le proteine animali hanno un profilo completo di aminoacidi. (Gli aminoacidi sono i mattoni con cui si costruiscono le proteine. Immaginateli come pezzetti di un puzzle). Le proteine di origine vegetale non contengono tutti gli aminoacidi critici richiesti da un carnivoro obbligato. La qualità e la composizione di una proteina (tutti i pezzetti del puzzle) sono fattori che indicano anche il suo **valore biologico**.

Gli esseri umani e i cani possono prendere pezzetti del puzzle dalle proteine vegetali e ottenere da essi i pezzetti mancanti. I gatti no. Questo è il motivo per cui esseri umani e cani potrebbero anche vivere con una dieta vegetariana, ma non i gatti. (Attenzione però che io *non sto* consigliando diete vegetariane per cani).

In generale, le proteine delle crocchette, spesso altamente vegetali e sempre cotte moltissimo, non sono **qualitativamente** uguali alle proteine del cibo in scatola, le quali sono (nella maggior parte dei casi) a base di carne e cucinate più delicatamente. Le proteine nel cibo secco, pertanto, hanno un valore biologico inferiore. Poiché le proteine vegetali sono più economiche delle proteine della carne, le aziende del pet food hanno margini di profitto più elevati utilizzando mais, frumento, soia, riso, ecc.

La maggior parte dei cibi in scatola, rapportandone i valori alla sostanza secca (e non utilizzando i valori segnati sulla lattina che sono valori sul peso umido), contengono più proteine che non le crocchette. Da ricordare però che non è solo la *quantità* delle proteine a fare la differenza. È il valore biologico delle proteine che è fondamentale.

Stiamo dando ai gatti troppi carboidrati.

Nel loro ambiente naturale, i gatti non consumerebbero mai l'alto livello di carboidrati (cereali / patate / piselli, ecc) che si trovano negli alimenti secchi (e in alcuni cibi in scatola) che quotidianamente noi diamo loro. In natura, la normale preda del gatto (roditori, uccelli, lucertole, ecc) fornisce molte proteine, molta acqua e carne, con un livello moderato di grasso e con meno del 2% di calorie da carboidrati.

Il cibo secco contiene in media il 35-50% di calorie da carboidrati (pensate ai *margini di profitto*), i quali possono alterare gravemente l'equilibrio zucchero / insulina nel gatto. (Guardate *Il Diabete* su catinfo.org.) Una scatoletta di alta qualità, invece, contiene circa il 3-5% di calorie da carboidrati. Attenzione però che non tutti i cibi in scatola sono opportunamente bassi in contenuto di carboidrati in quanto anche loro possono contenere alti livelli di cereali, patate e piselli. (Guardate la Tabella delle Proteine / Grassi / Carboidrati nella barra laterale su catinfo.org).

I gatti non hanno bisogno di carboidrati nella dieta e più preoccupante ancora è il fatto che una dieta ad alto contenuto di carboidrati può essere dannosa per la loro salute. Non darestes mai ad un erbivoro (cavallo, mucca, ecc..) una dieta a base di carne, quindi perché alimentare un carnivoro con cereali aromatizzati al gusto carne?

Pensate al "fresco"!

Molti di noi hanno sentito certi nutrizionisti raccomandarci di fare la spesa nei mercati o nei negozietti di

alimentari per cercare alimenti freschi e non confezionati (frutta, verdura, carne, ecc).
Le crocchette non sarebbero di certo un buon acquisto.

Perché allora diamo da mangiare le crocchette ai nostri gatti? Le risposte sono semplici. I cereali sono economici. Il cibo secco è conveniente. La convenienza e la comodità vendono.

Sopravvivono molti gatti con una dieta **povera d'acqua, ad alto contenuto di carboidrati, a base vegetale, cotta pesantemente e carica di batteri**? Sì, molti sopravvivono. Tuttavia, io ho scelto di alimentare i miei gatti e i miei pazienti con una dieta che promuove una *salute ottimale* e non solo la sopravvivenza. Vi è una differenza significativa tra "vivere bene" e "sopravvivere".

"Noi siamo ciò che mangiamo" non è un inutile cliché. Come citato sopra, la dieta è la base per una salute ottimale per qualsiasi essere vivente, compresi i nostri amici a quattro zampe.

Se volete saperne di più sull'ottimale nutrizione felina, visitate catinfo.org dove troverete questo articolo nella sua interezza, così come altri scritti sulla cura felina comprese nozioni sulla lettiera e sulla preparazione di una dieta casalinga equilibrata.

Dr. Lisa A. Pierson
catinfo.org
Novembre 2013