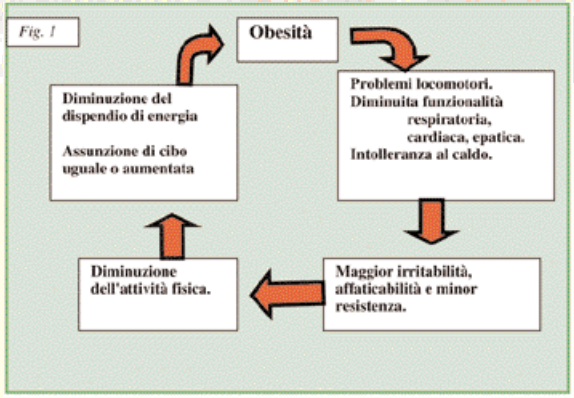
Maurizio Scozzoli,
medico veterinario

OBESITÀ. COSA SI PUÒ FARE CON LA FITOTERAPIA

Nella pratica ambulatoriale dei piccoli animali ci si trova ad affrontare quotidianamente il problema dell'obesità del cane. Capita occasionalmente che il proprietario riconosca la condizione di soprappeso e porti il cane nella speranza di individuarne la causa, mentre è più frequente che l'animale venga presentato per un problema causato dall'obesità o per una visita di routine, quale quella della vaccinazione annuale. Spesso il proprietario non si rende conto della condizione di sovrappeso. Purtroppo può essere molto difficile convincere il proprietario dell'esistenza di un quadro d'obesità, della sua potenziale capacità di causare numerosi problemi e della necessità di ridurre il peso dell'animale. Per ovviare a ciò è essenziale una completa conoscenza delle cause e degli effetti dell'obesità. Alla base d'ogni programma che miri a limitare l'obesità del cane ci deve essere l'informazione del proprietario, senza la cui collaborazione ogni programma è destinato a fallire. Come nell'uomo, anche nel cane, si è visto che l'obesità incide negativamente sulla longevità ma soprattutto sulla qualità della vita dell'animale. Alcuni dei numerosi problemi, elencati nel riquadro, non sono solamente causati o predisposti dall'obesità, ma a loro volta, causano e predispongono l'animale all'obesità; ne consegue, spesso, un circolo vizioso difficile da interrompere (fig. 1). Da alcune ricerche risulta che l'incidenza dell'obesità supera il 25% mentre il 50% dei cani è in soprappeso. Alcune ricerche indicano che i cani più comunemente colpiti da questo problema sono quelli che appartengono a persone di mezza età o anziani, anch'esse in soprappeso, e che sono alimentati con cibi di preparazione casalinga o avanzi di cucina anziché con sole razioni di mangime completo del commercio. La maggiore incidenza dell'obesità in questi cani può dipendere dal fatto che i proprietari obesi, di mezza età o anziani, fanno essi stessi meno esercizio fisico, riducendo quindi anche quello dei loro animali. Risulta, inoltre, che questi tipi di proprietari sono anche quelli che più facilmente cedono alle richieste di cibo dell'animale e che lo rimpinzano con cibi da loro preparati e avanzi di cucina. Oltre ad una predisposizione genetica riscontrata in alcune razze, l'incidenza dell'obesità aumenta con l'età e ciò è probabilmente dovuto al rallentamento sia del ritmo metabolico, che dell'attività fisica. Frequentemente si è osservata una associazione tra castrazione e incremento ponderale sia nei maschi che nelle femmine. Ciò è dovuto a fattori ormonali e alla riduzione dell'attività fisica senza una parallela riduzione dell'apporto alimentare. Molti ritengono che l'incidenza dell'obesità nei cani sia in aumento e le cause si possono ricercare anche nella società moderna; tra queste: la qualità e la maggior disponibilità di cibo per gli animali da compagnia, l'urbanizzazione della nostra società che ha fatto prevalere la vita da appartamento, l'obbligo di usare il guinzaglio e la castrazione degli animali da compagnia. Tutto ciò determina una diminuzione dell'attività fisica, cui consegue un bilancio energetico positivo e l'accumulo di tessuto adiposo. L'obesità del cane è contraddistinta da due stadi: fase iniziale e fase statica. La prima è quel periodo in cui l'apporto di energia supera la sua utilizzazione e le calorie si trasformano in grasso; in questa fase il cane raggiunge un peso eccessivo. Durante la successiva fase statica, l'apporto dietetico si riduce, entrando in equilibrio con la quota metabolizzata. Questa fase è il risultato di svariati meccanismi ormonali di difesa dell'organismo, il più importante dei quali è l'effetto diretto degli elevati livelli plasmatici d'insulina, presenti nella condizione d'obesità, sul "centro della sazietà", che portano il soggetto obeso a mangiare di meno e quindi ad entrare nella fase statica di mantenimento. Ecco spiegato perché spesso il proprietario si giustifica affermando: "poverino; non mangia quasi nulla !". Nel caso d'obesità conclamata, eventualmente collegata ad altre patologie, non resta altro da fare che impostare un trattamento basato su una dieta alimentare rigida, un appropriato esercizio fisico e la somministrazione di alcune piante officinali capaci di ridurre l'assorbimento dei grassi e degli zuccheri introdotti con l'alimentazione e aumentare il metabolismo basale dell'animale. E' ovvio che prima di iniziare una dieta è necessario escludere patologie endocrine e metaboliche quali l'ipotiroidismo e l'ipercorticosurrenalismo che rappresentano le due anomalie endocrine più comunemente associate all'obesità. Per raggiungere l'obiettivo è necessario non solo individuare la nuova razione alimentare ma approntare un vero e proprio programma di riduzione calorica che tenga conto del peso da perdere e del tempo richiesto. Tra i prodotti naturali il glucomannano e il guar possono avere un ruolo determinante nella prevenzione dell'obesità e nel raggiungimento del peso ottimale durante una dieta ipocalorica. Il glucomannano è un polisaccaride a catena lineare formato da catene di glucosio e mannosio. Le molecole dell'acqua penetrano nelle catene e vengono assorbite, causando un rigonfiamento fino a 200 volte il volume originale del glucomannano e lo rendono vischioso. Viene così aumentata la viscosità e il volume del contenuto gastrointestinale e rallentato lo svuotamento dello stomaco, diminuendo così l'appetito. Inoltre tende ad inglobare, grazie al suo alto peso molecolare e alla viscosità, i cibi ingeriti rallentandone e diminuendone l'assorbimento intestinale. Ingloba, inoltre, colesterolo, acidi biliari, metalli pesanti, ecc., impedendone l'assorbimento e facilitandone l'eliminazione con le feci.

Grazie alla viscosità e all'aumento volumetrico si ha anche una regolarizzazione del transito intestinale utile quando vi sia tendenza alla stipsi. Il guar, che si ricava dai semi di Cyamopsis psoraloides, contiene un polisaccaride idrocolloidale ad alto peso molecolare, un galattomannano e mannano combinati tra loro mediante legami glicosidici. In presenza di acqua forma un gel ad alta viscosità in grado di avvolgere il contenuto gastrointestinale con un velo inattaccabile dagli enzimi digestivi rendendolo inassimilabile e ritardandone l'assorbimento. Determina un'evidente riduzione dei livelli plasmatici del glucosio nonché del colesterolo senza peraltro influenzare negativamente il bilancio minerale. Alcuni preparati appositamente studiati per cani e gatti abbinano glucomannano e guar ad alcune alghe come la Spirulina in grado di migliorare l'apporto di proteine, sali minerali e vitamine durante una dieta dimagrante. Infatti, contiene un'alta concentrazione di nutrienti biologicamente attivi: proteine 60-70%, minerali 8% (calcio, magnesio, ferro, potassio, zinco, fosforo), vitamine (betacarotene, complesso vitaminico B, vit. A, vit. E, acido folico e pantotenico) ed enzimi ad attività antiossidante. Tra le alghe, anche il Fucus (Fucus vesiculosus L.) è indicato perché particolarmente ricco in minerali, oligoelementi e vitamine. Inoltre contiene elevate quantità di iodio in grado di stimolare l'attività della tiroide con produzione di ormoni tiroidei che a loro volta aumentano il metabolismo basale. Infine è necessario ribadire che in qualsiasi programma di prevenzione dell'obesità o di riduzione del peso, i fitopreparati debbono essere accompagnati da una corretta razione alimentare e da un'adeguata attività fisica dell'animale. E' quindi essenziale ottenere la piena collaborazione del proprietario.

PROBLEMI COLLEGATI ALL'OBESITÀ

1. Maggiore irritabilità.
2. Problemi articolari e locomotori: l'animale deve, infatti, sostenere un peso eccessivo.
3. Difficoltà respiratorie, specialmente durante l'esercizio fisico, dovute all'aumento della quantità di tessuto da ossigenare e del peso che grava sul torace per l'eccessivo accumulo di grasso.
4. Problemi cardiaci di tipo congestizio, determinati dal maggior lavoro richiesto per assicurare la circolazione del tessuto in eccesso di cui il cuore, già indebolito dall'infiltrazione grassa, deve farsi carico.
5. Riduzione della funzionalità epatica conseguente alla statosi.
6. Aumento delle distocie (difficoltà al parto).
7. Diabete mellito dovuto all'incapacità delle cellule beta del pancreas di fornire il sovrappiù di insulina richiesta per il tessuto in eccesso e all'aumento della glicemia a digiuno che si osserva nell'obesità.
8. Intolleranza al caldo, causata anche dalle proprietà isolanti del grasso in eccesso.
9. Maggiore difficoltà negli interventi chirurgici, aumento del rischio legato all'anestesia. Molti anestetici sono assorbiti dal grasso in eccesso; occorrono così dosaggi più elevati e periodi di recupero postoperatori più prolungati.
10. Diminuita resistenza alle malattie infettive.
11. Alterazione della funzione gastrointestinale, con frequente insorgenza di costipazione e flatulenza.
12. Problemi dermatologici.