



## OTYŁOŚĆ U ZWIERZĄT

Według badań przeprowadzonych przez portal [Petobesityprevention.com](http://Petobesityprevention.com) aż 54% psów i kotów w USA jest albo otyłych albo cierpi na nadwagę. Tak samo jak u ludzi otyłość u zwierząt może spowodować poważne problemy, między innymi:

- Zapalenie kości i stawów
- Wysokie ciśnienie krwi
- Problemy z sercem i oddychaniem
- Uraz więzadła krzyżowego czaszki
- Problemy z nerkami
- Sporo odmian raka
- Krótsze życie

Brak ćwiczeń i nieodpowiednie jedzenie są dwoma głównymi przyczynami otyłości u zwierząt. Powinny one mieć co najmniej 30 minut ruchu dziennie. Mówiąc to nie mam na myśli stania na podwórku i krzyczenia 'biegaj'. Potrzebują one aktywności fizycznej i mogą zostać wspaniałymi partnerami treningowymi. Według badań Michigan State University, posiadacze psów aż o 34% chętniej wykonują 150 min zalecanych tygodniowych ćwiczeń niż ludzie, którzy ich nie posiadają. Możesz zabrać psa na spacer, pływanie oraz porzucać mu frisbee. Jest mnóstwo ćwiczeń przyjaznych dla zwierząt, w które możesz się zaangażować. Jeśli posiadasz rzeczy takie jak zabawka z piór albo wskaźnik laserowy, są one świetnym sposobem na podtrzymanie aktywności fizycznej naszego futrzanego przyjaciela.

Wiele karm nie posiada wartości odżywczych albo jest robionych z zapychaczy albo składników, które nie są zdrowe dla zwierząt. Możemy porównać to do McDonalda. Oczywiście, że jest smaczny ale nie jest to coś co można jeść codziennie! Na dodatek instrukcje na opakowaniach o tym ile nasz pupil powinien zjeść nie zawsze są prawdziwe. Żeby się upewnić, że nasz zwierzak je odpowiednie dla niego rzeczy powinniśmy patrzeć na ich skład. Produktem numer 1 powinno być 100% mięsa (nie umieszczone przez producenta). Są strony takie jak [dogfoodanalysis.com](http://dogfoodanalysis.com), które mogą załamać poprzez pokazanie ile jest wartości odżywczych w karmach dostępnych na rynku. Możesz także porozmawiać ze swoim weterynarzem ale pamiętaj, że niektórym z nich zapłacono za promowanie produktu niekoniecznie najlepszego dla naszego zwierzaka.

Kolejnym problemem jest to, że w pewien sposób otyłość u zwierząt stała się normą. Ich właściciele są po prostu nieświadomi tego, że ich zwierze jest otyłe. Niektórzy ludzie przekarmiają swojego pupila ponieważ czują się winni w stosunku do niego i w ten sposób starają się poprawiać mu humor. Jeśli twój zwierzak cierpi na nadwagę porozmawiaj ze swoim weterynarzem aby wypracować jakieś rozwiązanie. W ciężkich przypadkach ważne jest aby działać planowo, aby nie próbować rozwiązywać problemu samotnie a skontaktować się z weterynarzem. Jest taki cytat: „Jeśli zwierze cierpi na

nadwagę to oznacza, że TY nie masz wystarczająco dużo wysiłku fizycznego”. Więc lepiej wstań z kanapy i zrób coś śmiesznego! Jakie jest twoje ulubione ćwiczenie dzięki któremu ty i on trzymacie sylwetkę?

Jeśli jednak twój zwierzak nie jest otyły to najlepszym sposobem aby tak pozostało jest wspólne wychodzenie na spacer!

Mateusz Galiński

<http://www.isfoundation.com/news/obesity-pets>