

Elena Garella

COSA MANGIANO I NOSTRI CANI?

Dai prodotti in commercio
all'alimentazione casalinga



RICETTE E CONSIGLI
PER MIGLIORARE
L'ALIMENTAZIONE
E IL BENESSERE
DEL TUO CANE



Copyright © Elena Garella

Tutti i diritti riservati

1° Pubblicazione Settembre 2018

Per informazioni:

elena.garella@fidoatavola.it

www.fidoatavola.it

Dedicato ai nostri amici cani

Sommario

PREFAZIONE

INTRODUZIONE

CAPITOLO 1. SCEGLIERE LA DIETA, TEMPO E IMPEGNO

1.1 IL BIVIO: ALIMENTAZIONE CASALINGA O COMMERCIALE?

CAPITOLO 2. I NUTRIENTI IN UNA DIETA PER CANI

CAPITOLO 3. LEGGERE UN'ETICHETTA

3.1 LEGGERE ATTENTAMENTE

IL NOME DEL PRODOTTO

3.2 IDENTIFICARE GLI INGREDIENTI

3.3 COSA SCEGLIERE E COSA EVITARE IN BASE AGLI INGREDIENTI IN ETICHETTA

3.4 CALCOLARE I CARBOIDRATI

3.4.1 COME CALCOLARE I CARBOIDRATI

3.5 UN INGREDIENTE DISCUSO: IL GLUTINE DI MAIS

3.6 CINQUE INGREDIENTI SGRADREVOLI

CAPITOLO 4. COME SCEGLIERE IL CIBO SECCO (CROCCHETTE)

4.1 UNA SINGOLA MARCA NON E' ADATTA A TUTTI I CANI

4.2 COSA CERCARE

4.3 COSA EVITARE

4.4 CAMBIARE ALIMENTO SECCO REGOLARMENTE

4.5 COME SCEGLIERE IL CIBO GIUSTO

CAPITOLO. 5 COME SCEGLIERE IL CIBO UMIDO IN SCATOLA

5.1 COSA CERCARE

5.2 UN ULTIMO CONSIGLIO...

CAPITOLO 6. CAMBIARE

L'ALIMENTAZIONE DEL NOSTRO CANE IN DIECI SEMPLICI MOSSE

CAMBIAMENTO N. 1: leggete
sempre gli ingredienti

CAMBIAMENTO N.2: evitate un
alimento a lunga scadenza come unico
ingrediente della dieta

CAMBIAMENTO N.3: introdurre
alimenti freschi

CAMBIAMENTO N.4: Offrite

alimenti ricchi in antiossidanti

CAMBIAMENTO N. 5: Introdurre carne cruda nella dieta

CAMBIAMENTO N. 6: Lavate le verdure con aceto di mele

CAMBIAMENTO N. 7 Evitate il glutine

CAMBIAMENTO N.8 non eccedere nelle quantità di cibo e limitare i premi

CAMBIAMENTO N. 9: Lavate le ciotole con l'aceto di mele

CAMBIAMENTO N. 10: non abbiate paura delle novità

CAPITOLO 7. SIETE PRONTI PER L'ALIMENTAZIONE CASALINGA

7.1 VARIARE E' IL SEGRETO

7.2 IL CALCIO NELLA DIETA CASALINGA

7.3 PREPARIAMO UN PASTO CASALINGO

CAPITOLO 8. PRIMI PASSI NELL'ALIMENTAZIONE CRUDA

8.1 LE OSSA POLPOSE

8.2 GLI ORGANI

8.3 LA CARNE E I GRASSI, LE

UOVA, LA TRIPPA VERDE

8.4 LA VERDURA E LA FRUTTA

CAPITOLO 9. ALIMENTI SPECIALI PER AMICI SPECIALI

9.1 IL MIELE UN TOCCASANA PER I NOSTRI CANI

9.2 ZUCCA, UN PIENO DI FIBRA

9.3 IL PESCE AZZURRO E GLI OMEGA 3

9.4 YOGURT UN CIBO SANO

9.5 I MIRTILLI, UNO SCRIGNO DI ANTIOSSIDANTI

CAPITOLO 10. VIVA LA FRUTTA!

10.1 QUALE FRUTTA?

10.2 I PICCOLI FRUTTI

10.3 LA FRUTTA CHE RICHIEDE PIU' ATTENZIONE

CAPITOLO 11. IL MIO CANE E' ANZIANO? SOLO ALL'ANAGRAFE

11.1 QUANDO SARA' ANZIANO IL MIO CANE?

11.2 QUALI CAMBIAMENTI SONO ASSOCIATI ALL'ETA'?

11.3 COME MODIFICO LA SUA ALIMENTAZIONE?

11.4 ALIMENTI FUNZIONALI FRESCHI

11.5 NUTRIENTI PER IL CERVELLO

10.6 SUPPLEMENTI ERBORISTICI

CAPITOLO 12. SNACK E PREMI PER CANI

12.1 COME SCEGLIERE UNO SNACK/PREMIO

12.2 INGREDIENTI DA EVITARE

12.3 GLI SNACK NATURALI

12.4 LE OSSA DI PELLE DI BUE O MAIALE

12.5 PREPARARE DEI PREMI O SNACK A CASA

CAPITOLO 13. RICETTE

13.1 PASTI E CENE

13.2 SPUNTINI E GOLOSITA'

SCHEDE PER ALIMENTAZIONE CASALINGA E CRUDA

SCHEDA 1 – Carne, possibilità di sostituzione di un tipo di carne con un

altro tipo di carne o di alimento

SCHEDA 2 - Carboidrati,
possibilità di sostituzione di un tipo di
carboidrato con un altro tipo di
carboidrato o di alimento

SCHEDA 3 - Oli, possibilità di
sostituzione di un tipo di olio con un
altro tipo di olio

SCHEDA 4 - Integrazione
vitaminico-minerale naturale

SCHEDA 5 - Contenuto in Calcio e
fosforo dei supplementi comunemente
usati in alimentazione casalinga

APPENDICE 1 – Valutazione dello

stato fisico del cane

APPENDICE 2 – Perché preferire le
proteine di origine animale

BIBLIOGRAFIA

PREFAZIONE

La nutrizione del cane è stata, nell'ultimo trentennio, protagonista di una notevole crescita non solo economica ma anche scientifica.

Da tempo ormai il cane ha abbandonato il suo ruolo principale di strumento di lavoro ed è invece diventato parte integrante del nucleo familiare.

In conseguenza del cambiamento di ruolo, è stato inevitabile che le stesse attenzioni che poniamo sulla nostra alimentazione siano state indirizzate anche sulla dieta dei nostri animali

domestici.

Il prodotto industriale è stato, in una prima fase, rivoluzionario ed indispensabile per questa nuova vita tra le mura domestiche, oggi invece, per quanto ancora dominante per motivi sociali, rappresenta solo una delle possibili scelte finalizzate a nutrire in modo corretto i nostri amici a quattro zampe.

Di pari passo abbiamo assistito ad un aumento dell'attenzione nei confronti della nutrizione del pet a livello accademico, nei processi di produzione e per ultimo del consumatore finale che ora vuole capire come sta alimentando il suo cane.

L'attenzione rivolta dai cinofili al mantenimento di un buono stato di salute del proprio cane, fa nascere inequivocabilmente l'interesse sul tema della nutrizione, che ovviamente, rappresenta uno dei punti chiave del mantenimento della salute stessa.

Premetto che la scelta della dieta tiene conto di diversi fattori che vanno dalla qualità del prodotto, allo stile di vita del proprietario e del suo fidato cane.

Il testo che mi accingo a presentarvi risulta una valida guida per chi, pur non avendo titoli accademici affini alla materia, sente la necessità di

comprendere come può alimentare correttamente il suo cane e come poter scegliere per lui la dieta più adatta.

*Mario Agrillo, medico veterinario e
amministratore unico di Petfood
Projects.*



Silver, 11 anni

INTRODUZIONE

Silver ed io ci siamo incontrate 4 anni fa. Gli animali, cani, gatti, cavalli, hanno sempre fatto parte della mia vita, ma a dicembre 2013 mio marito, che voleva rendere meno solitaria la mia giornata, ha pensato di regalarmi un cane, un cane speciale.

Silver è una greyhound, una levriera irlandese, adottata alla fine del suo sfruttamento nell'industria delle corse e scommesse, all'età di 7 anni. Due anni dopo essere entrata a far parte della nostra famiglia, ho notato che dimagriva, che si stancava durante le passeggiate, mentre trascorrevamo una vacanza in

montagna. Rientrati, abbiamo portato Silver dal medico veterinario di nostra fiducia e dopo accurate analisi è risultato che era affetta da una malattia enterica cronicizzante e ricorrente. Il consiglio è stato quello di rivolgerci ad alimenti industriali, formulati appositamente per risolvere il problema. Questi prodotti lavoravano benissimo e Silver migliorava, ma dovevano essere l'unico alimento della sua dieta per un periodo molto lungo e un giorno Silver si è rifiutata di mangiare.

Ho deciso allora che dovevo utilizzare tutte le mie conoscenze e i miei studi per formulare una dieta appetibile, sana, che aiutasse Silver a

digerire e assimilare tutti i nutrienti. In questo modo quando si sarebbe ripresentato un attacco di enterite, e si è ripresentato negli anni, avrei potuto offrirle gli alimenti formulati appositamente e lei li avrebbe mangiati. E' stato ed è proprio così.

Silver mi ha anche introdotto a nuove amicizie e a conoscere sempre più persone amanti dei cani, parlando con le quali ho notato che l'alimentazione e quale tipo di alimento o dieta scegliere per i nostri amici a quattro zampe, erano gli argomenti più frequenti. Molte persone si lamentavano di come fosse difficile reperire informazioni per alimentare il proprio

cane, che non fossero redatte dalle industrie che producono cibo per cani; altri mi chiedevano se una dieta semplice, riso bollito e pollo bollito, potesse essere data all'infinito.

Ho deciso così di aprire un sito w e b , www.fidoatavola.it, per condividere informazioni, ricette, suggerimenti con tutti coloro che hanno un cane in famiglia e oggi ho pensato a questo libro come ad un amico, uno specialista sempre a vostra disposizione per chiarirsi le idee, capire quale tipo di alimento dare al vostro cane in base a come la vostra vita è organizzata e a ciò che lui gradisce di più.

CAPITOLO 1. SCEGLIERE LA DIETA, TEMPO E IMPEGNO

Tutti noi vogliamo il meglio per chi amiamo, ma chi stabilisce cosa è *il meglio*?

Noi amiamo i nostri cani e il suggerimento più semplice sarebbe: scegli ciò che è sano e non sbaglierai. Purtroppo, non è facile capire cosa sia un cibo sano: significa fresco o dedicato all'alimentazione degli esseri umani? Significa crudo o senza contaminazioni

batteriche? A mio parere significa tutte queste cose insieme e molte altre.

Se chiediamo a un medico veterinario ci consiglierà di affidarci a un alimento industriale secco, le crocchette, o di scegliere l'umido in scatola.

Se chiediamo all'amica esperta o cerchiamo su internet troveremo suggerimenti per cucinare pasti equilibrati per il nostro cane.

Se andiamo in libreria troveremo molti libri che suggeriscono l'alimentazione cruda come la più salutare, perché si richiama all'alimentazione carnivora del lupo,

antenato dei nostri amici a quattro zampe.

Chi ha ragione? Praticamente tutti, vediamo perché:

- Il medico veterinario vi consiglia gli alimenti industriali perché sa che sono formulati da professionisti, sa che contengono tutto quello di cui l'organismo dei vostri cani può avere bisogno, sa che sono alimenti privi di microrganismi.
- La vostra amica esperta e alcuni siti su internet hanno ragione anche loro, perché consigliano di integrare la carne con riso e

verdure, magari anche frutta. Un'alimentazione varia aiuta i nostri cani, che grazie a tutti questi anni di evoluzione digeriscono meglio i carboidrati, presenti nel riso e nelle verdure, rispetto ai loro cugini e antenati, i lupi.

- I libri che parlano di alimentazione cruda e di Barf (cibo crudo biologicamente appropriato) hanno ragione, perché il cane è principalmente un carnivoro e ama la carne cruda.

Quale strada scegliere dunque? Per fare la scelta migliore per noi dobbiamo porci una domanda: quanto tempo ho a

disposizione per prendermi cura dell'alimentazione del mio cane? Vale a dire pensate agli impegni che riempiono la vostra giornata, in modo da fare una scelta consapevole e non dettata dalle mode. Per aiutarvi eccovi tre esempi:

1. Lavorate 8 ore al giorno, 5 giorni a settimana, siete sempre disponibili per la vostra famiglia e a stento vi ritagliate 2 ore per voi la domenica? Scegliete crocchette e umido industriali, nei capitoli seguenti troverete indicazioni su come scegliere la migliore qualità.

2. Lavorate part-time o vi dedicate alla vostra famiglia, vi piace cucinare e volete cimentarvi anche per il vostro cane? Scegliete l'alimentazione casalinga cotta, è relativamente facile, basta consultare un professionista per iniziare e poi troverete varie ricette da seguire e vi darà soddisfazione
3. Avete molto tempo libero, che dedicate alla vostra famiglia e ad altre attività? Provate l'alimentazione casalinga sia cotta, sia cruda, avrete tutto il tempo di gestire l'acquisto di materie prime crude e il loro trasporto, di seguire varie ricette, di sperimentare.

1.1 IL BIVIO: ALIMENTAZIONE CASALINGA O COMMERCIALE?

Nonostante ciò che avrete letto o vi avranno detto o vi diranno NON esiste un'unica alimentazione GIUSTA per tutti i cani.

Ogni cane è un individuo singolo e ciò che è ottimo per uno, potrebbe non funzionare per un altro. Il miglior modo per alimentare il vostro amico a quattro zampe dipende dal tempo e dall'impegno che potrete dedicare alla

sua alimentazione, come abbiamo valutato in precedenza. Dipende cioè dal vostro amore, consapevole degli impegni della vostra giornata.

Gli alimenti freschi sono più sani di quelli lavorati industrialmente, non vi è dubbio, ma una buona crocchetta è meglio di un pasto casalingo di cattiva qualità (per esempio a base di avanzi della nostra tavola o composto sempre e solo da 1 o 2 ingredienti). Se non potete cucinare per il vostro cane, potrete sempre migliorare le crocchette che avete scelto, aggiungendo alcuni alimenti freschi.

Il segreto è variare l'alimentazione dei nostri amici a quattro zampe. Quale

è il modo migliore per assicurarsi che il nostro cane riceva tutti i principi nutritivi di cui ha bisogno? Offrire un'ampia varietà di alimenti sani, possibilmente freschi, nelle giuste proporzioni. Proprio come facciamo quando cuciniamo per noi e la nostra famiglia.

L'espressione *Variare è il segreto* significa, semplicemente, non essere abitudinari, se avete scelto prodotti commerciali, crocchette o umido, testate 2-3 marche di qualità, che siano gradite al vostro cane. Sceglitele, se possibile, con ingredienti diversi e alternatele ogni 3-4 mesi, infatti anche le diete definite *complete e bilanciate* possono contenere quantità differenti di principi

nutritivi, soprattutto vitamine e minerali.

Se avete optato per l'alimentazione casalinga, cucinata o cruda, utilizzate più alimenti diversi tra loro, ad esempio per la carne potete scegliere manzo, agnello, pollo, tacchino, maiale, pesce e uova. Scegliete tipi e tagli diversi: muscolo, macinato, organi, tipi diversi di carne e di tagli hanno differenti contenuti di principi nutritivi, così potrete offrire al vostro cane tutto ciò di cui ha bisogno. Lo stesso farete con le verdure e i cereali.

CAPITOLO 2. I NUTRIENTI IN UNA DIETA PER CANI

Assicurarsi che l'organismo riceva tutti i nutrienti di cui ha bisogno e nella giusta quantità è vitale per i nostri cani, come per noi, semplicemente siamo due specie diverse e abbiamo bisogno di quantità e rapporti diversi.

Per aiutarvi a capire il concetto di *completo e bilanciato*, di seguito trovate una panoramica dei nutrienti necessari al vostro amico a quattro

zampe per godere di ottima salute, la loro funzione e alcuni esempi di come includerli nella dieta con alimenti freschi.

Le **PROTEINE** sono il nutriente di cui si parla di più, discutendo di alimentazione canina, ma sono gli aminoacidi la struttura veramente importante. Gli aminoacidi sono l'unità di base che forma le proteine, sono l'unità in cui le proteine sono divise nell'intestino, ad opera degli enzimi, e che, una volta assimilata attraverso i villi nel torrente sanguigno, è utilizzata dall'organismo del cane per formare i muscoli, gli ormoni, gli anticorpi, il sangue, ecc.

Gli aminoacidi necessari all'organismo dei nostri amici a quattro zampe sono 22, di questi solo 12 possono essere prodotti dall'organismo del cane, gli altri 10 sono chiamati essenziali e devono essere forniti con l'alimentazione, dall'esterno.

Un concetto importante è il *valore biologico* di un alimento proteico, vale a dire quanto di esso può essere assorbito e utilizzato; l'alimento con il massimo valore biologico è l'uovo, 94%, seguito dal pesce, 76%, e dalla carne bovina, 74%. Più elevata è la qualità della proteina offerta con la dieta, minore sarà la quantità di proteine necessaria per soddisfare i fabbisogni del nostro amico

a quattro zampe.

Nella sottostante tabella trovate i nomi degli aminoacidi essenziali e la loro principale funzione.

AMINOACIDO ESSENZIALE	FUNZIONE IMPORTANTE
Arginina	Agisce nella crescita cellulare e nel replicare le cellule, per questo è particolarmente

importante per gli animali giovani che stanno crescendo.

Istidina

Ha un ruolo nel trasportare l'ossigeno attraverso il sangue

Isoleucina

Partecipa alla creazione delle proteine

Leucina

Assiste nella
sintesi delle
proteine e
previene la
degradazione dei
muscoli

Tanto
maggiore la
quantità di
proteina presente
in una dieta, tanto
maggiore la
quantità di lisina
necessaria per
utilizzare le
proteine ingerite

Lisina

dal cane e sintetizzare quelle necessarie al suo organismo. Per questo la lisina è chiamata “..il primo aminoacido limitante..”, vale a dire che nel suo corpo si formano proteine sino a che c'è lisina, dopo anche in presenza di tutti gli altri aminoacidi, non si sintetizzano

più.

Metionina

Necessario per la replicazione del DNA e del RNA e per la sintesi dell'aminoacido cistina, il componente principale dei peli.

Contribuisce al colore dei peli neri, alle funzioni

Fenilalanina

della tiroide e per
creare
l'aminoacido
tirosina

Treonina

Sostiene il
benessere della
pelle, la
guarigione delle
ferite e il sistema
immunitario.

Triptofano

Si ritiene
abbia un effetto
sui neuro
trasmettitori che

	riducono l'aggressività
Valina	Attiva nel trasporto dei grassi e nella formazione del latte materno.

I **GRASSI** è bene che siano presenti nella dieta per varie ragioni: sono essenziali per l'assorbimento delle vitamine liposolubili (vitamine A, D, E, K), per il benessere della pelle, partecipano alla produzione degli

ormoni e contribuiscono ad una buona immunità. I grassi sono composti da unità singole, gli acidi grassi, e tra gli acidi grassi vi sono due famiglie particolarmente importanti: gli acidi grassi omega 3 e gli acidi grassi omega 6.

Gli omega 6 sono presenti in grande quantità negli oli vegetali e nei grassi animali; insieme allo zinco, mantengono sano il pelo dei nostri amici a quattro zampe. Purtroppo, un eccesso di omega 6 può causare un aumento di quelle reazioni chimiche che portano alle infiammazioni. Per questo devono essere bilanciati con gli acidi grassi omega 3, che troviamo nel pesce azzurro e nel

salmone, in concentrazione elevata, e nel pesce in generale. Questi acidi grassi contrastano fortemente le infiammazioni, riducono il rischio di malattie al cuore, migliorano i processi di recupero delle ferite e aumentano l'immunità. Per questa ragione, nel formulare le diete si tiene conto di un corretto rapporto tra omega 6 e omega 3, da 5:1 a 3:1, e si raccomanda l'utilizzo contemporaneo o alternato di oli vegetali o di pesce.

Gli oli ricchi di omega 3 a nostra disposizione li troviamo: nel **pesce azzurro**, un buon alimento, che non è solamente ricco di omega 3, ma anche di minerali e oligominerali; nell'**olio di pesce**, per esempio olio di salmone o

olio di fegato di merluzzo. Entrambi questi due oli sono ottimi, gli acidi grassi omega 3 polinsaturi EPA e DHA, fondamentali per la vista e il cervello, sono assorbibili e utilizzabili tal quali dall'organismo dei nostri amici a quattro zampe. Li troviamo anche nell'**olio di semi di lino**, si tratta di un olio vegetale ricco di omega 3 (acido alfa linoleico o ALA), ma purtroppo anche di acido fitico, che può rallentare o impedire l'assorbimento di alcuni oligoelementi, quali zinco, ferro e rame. Inoltre, a differenza degli omega 3 presenti nell'olio di pesce, quelli del lino devono essere convertiti a EPA e DHA per essere assorbiti, azione non semplice per l'organismo del cane, che

non riesce ad utilizzarli tutti.

I **CARBOIDRATI** sono l'unico nutriente per il quale non esistono dei fabbisogni da rispettare. Dipende da voi quanti ne volete somministrare al vostro amico a quattro zampe o, meglio, dipende dal tipo di alimentazione che sceglierete e dal professionista che vi seguirà.

I carboidrati rappresentano una buona fonte di energia, poiché sono utilizzati più rapidamente delle proteine, per questo scopo, e contengono meno calorie dei grassi. Una certa percentuale di carboidrati nella dieta determinerà un transito dell'alimento, ingerito dal cane,

più lento nell'intestino, permettendo all'organismo dell'animale di assorbire per più tempo altri nutrienti e determinando un senso di riempito più lungo nel tempo. Infine, possono essere una buona fonte di vitamine, minerali e antiossidanti.

La maggior parte dei cereali ha mediamente un valore biologico pari al 60% e quello delle verdure è anche inferiore, ma inserendoli con alcuni accorgimenti il nostro amico a quattro zampe potrà trarne dei benefici.

In genere, le **FIBRE** provengono dalla fonte di carboidrati che è presente nella dieta del nostro cane, negli ultimi

anni, tuttavia, è divenuta pratica comune aggiungere nuove fonti di fibra agli alimenti prodotti dall'industria, come la cellulosa, per migliorare la consistenza delle feci.

Tutte le fibre sono poco digerite, rallentano il passaggio dell'alimento nell'intestino e contribuiscono a bilanciare il contenuto di acqua in questo organo, partecipando al mantenimento di un colon sano. La quantità di fibra non deve superare il 5% in una dieta per un cane adulto senza alcun problema sanitario, mentre nel caso di formule speciali, per esempio per aiutare il cane a mantenere un peso corretto, può aumentare.

I **MINERALI** sono sostanze inorganiche che si trovano normalmente nel suolo e sono assorbiti dalle piante, attraverso l'apparato radicale. Gli animali erbivori, consumando i vegetali li assumono anche essi, per questo è utile aggiungere sempre una piccola quota di verdure (10% massimo) alla dieta del nostro cane. I minerali sono suddivisi in macro-minerali e micro-minerali od oligoelementi, di entrambe le categorie sono 12 quelli per i quali esiste un numero sufficiente di ricerche scientifiche che ne dimostrano il fabbisogno giornaliero per il cane. Essi sono elencati nella tabella sottostante, mentre le loro funzioni saranno nel [Capitolo 7, paragrafo 7.3.](#)

I 12 minerali fondamentali

Calcio

Ferro

Fosforo

Iodio

Magnesio

Rame

Sodio

Manganese

Cloro

Zinco

Potassio	Selenio
----------	---------

Le **VITAMINE** sono dei composti organici necessari all'organismo del cane e che possono essere suddivise in vitamine liposolubili, cioè che possono essere immagazzinate nelle riserve di grasso delle cellule e degli organi (vitamine A, D, E, K) e vitamine idrosolubili, che devono essere assunte regolarmente per mantenere le funzioni dell'organismo (vitamine del complesso B e la vitamina C). Le trovate elencate e con le loro funzioni spiegate semplicemente nel [Capitolo 7, paragrafo 7.3.](#)

CAPITOLO 3. LEGGERE UN'ETICHETTA

Quanto è importante leggere l'etichetta dell'alimento commerciale che vogliamo comprare per il nostro cane? Moltissimo, perché vi permette di capire cosa state comprando e la sua qualità. Per questo vorrei condividere con voi quelli che io ritengo i sei segreti per leggere un'etichetta:

- Leggere attentamente il nome del prodotto
- Identificare gli ingredienti

- Cosa scegliere e cosa evitare in base agli ingredienti in etichetta
- Calcolare i carboidrati
- Un ingrediente discusso: il glutine di mais
- Cinque ingredienti sgradevoli

3.1 LEGGERE ATTENTAMENTE IL NOME DEL PRODOTTO

Il nome è importante perché principalmente indica una varietà di gusti tra cui potete scegliere, avete fatto caso che il gusto può essere espresso in modi diversi? Per esempio: **con pollo** o **al pollo** o **ricco in pollo**. Queste descrizioni sono regolate per legge ed indicano una quantità minima di quell'ingrediente che deve essere presente nel prodotto.

Per esempio:

con pollo indica che deve essere presente minimo il 4% di pollo, ma se trovate

gusto pollo o aromatizzato con pollo per legge può essere presente un contenuto in pollo inferiore al 4%.

Ricco in pollo indica un contenuto minimo del 14% in pollo e

menù pollo un contenuto non inferiore al 26% in pollo.

Queste percentuali valgono sia per il prodotto fresco, sia per quello disidratato.

Potrete anche trovare le definizioni: *alimento completo per cani* o *alimento complementare per cani*. Completo indica che il prodotto apporta tutti i nutrienti di cui l'animale ha bisogno giornalmente, se si seguono le indicazioni di somministrazione. Complementare indica, invece, sia un alimento da associare ad un altro per completare la razione giornaliera offerta al nostro cane (riso soffiato, pasta), sia uno snack o premio alimentare o per la cura dell'igiene orale. Infine, spesso è possibile trovare anche l'indicazione della fase di vita, ad esempio: *alimento completo per cani adulti*.

3.2

IDENTIFICARE GLI INGREDIENTI

E' il passaggio fondamentale per capire un'etichetta e quindi la formula del pasto, del cibo.

Prima di tutto, individuate la **prima fonte di grasso** o di olio che appare in etichetta nella lista degli ingredienti. Tutto ciò che si trova elencato nella lista **prima**, compreso il grasso/olio stesso, rappresenta gli ingredienti principali. Tutto ciò che viene **dopo** è presente in quantità minima.

Nell'esempio seguente (vedi sotto) gli ingredienti principali sono: pollo, riso, mais e grasso animale. Il pollo è soprattutto disidratato 30%, con 7-8% di acqua, e poi fresco 10%, ma con il 70% di acqua. Che significato possiamo dare a questa presenza mista di disidratato e fresco? La legge stabilisce che l'ingrediente più pesante deve essere citato per primo e il pollo fresco con tanta acqua pesa molto. In questo modo, la voce "pollo" diventa la prima, quindi la carne è il primo ingrediente.

Esempio di lista degli ingredienti di un alimento secco del commercio:

Ingredienti:

pollo (fresco 10%, disidratato 30%), riso, mais, **grasso animale** (olio di pollo), polpa di barbabietola, lievito di birra (fonte di MOS e di vitamina B12), glutine del mais, proteine animali idrolizzate, pesce (salmone disidratato), idrolizzato di cartilagine (fonte di condroitina), idrolizzato di crostacei (fonte di glucosamina), metilsulfonilmetano, XOS (xylo-oligosaccaridi 3 g/kg), idrolizzato di lievito (MOS), Yucca schidigera, spirulina.

Gli ingredienti utilizzati possono essere dichiarati in etichetta: o indicando gli ingredienti specifici (per es. proteine di pollo disidratate, farina di soia, amido di mais, grasso di pollo, ecc.) oppure indicando le categorie di alimenti definite dalla legislazione europea (per es. carni e derivati, proteine di origine vegetale, cereali, ecc.). Come carne si intendono non solo i muscoli scheletrici, ma anche gli organi come trippa, fegato, cuore, polmoni.

Se comprate un alimento commerciale umido (scatolette o bustine), la legge consente di considerare l'acqua come se fosse un ingrediente aggiunto, poiché nel prodotto finale ne è contenuta una quantità sufficiente per ristabilire il grado di umidità originale delle materie prime disidratate.

Lo sapevate che: gli organi hanno un buon valore nutrizionale ed alcuni di essi sono consigliati anche nelle diete casalinghe, sia cucinate che crude.

3.3 COSA SCEGLIERE E COSA EVITARE IN BASE AGLI INGREDIENTI IN ETICHETTA

In etichetta troverete due dei tre ingredienti che dovete sempre controllare: proteine e grassi, il terzo non è mai citato tal quale, si tratta dei carboidrati, di cui vi parlerò al punto 4.

Le Proteine cosa cercare: in una

dieta per cani la carne, il pesce, le uova, ecc., cioè le proteine animali, che dovrebbero essere il principale ingrediente. In quanto discendenti di carnivori, i lupi, il sistema digerente dei cani è formato per utilizzare prevalentemente carne e grasso. Idealmente il **primo ingrediente** di un alimento commerciale dovrebbe essere la carne fresca, ma negli alimenti commerciali secchi, spesso, la troviamo sostituita dalle farine di carne o dalla carne disidratata. Quando trovate carne fresca al primo posto non accontentatevi, essa contiene il 70% di acqua, controllate sempre se la sua percentuale è concretamente superiore a quella del primo ingrediente in farina.

Inoltre, come abbiamo visto al punto 2, per carne si intendono anche gli organi e i sottoprodotti della produzione di carne al macello. Sia per la carne, che per i sottoprodotti, non accontentatevi di un nome generico (per esempio: proteine animali idrolizzate) ma cercate la specie ben evidente (per esempio: proteine di pollo idrolizzate).

Esempio di lista degli ingredienti di un alimento secco del commercio ben indicati, salvo l'ingrediente in grassetto:

Ingredienti:

pollo (fresco 10%, disidratato 30%), riso, mais, grasso animale (olio di pollo), polpa di barbabietola, lievito di birra (fonte di MOS e di vitamina B12), glutine del mais, **proteine animali idrolizzate**, pesce (salmone disidratato), idrolizzato di cartilagine (fonte di condroitina), idrolizzato di crostacei (fonte di glucosamina), metilsulfonilmetano, XOS (xylo-oligosaccaridi 3 g/kg), idrolizzato di lievito (MOS), Yucca schidigera, spirulina.

Le Proteine, cosa evitare:

ricordiamoci di evitare tutti gli alimenti che utilizzino nomi generici per gli ingredienti, per esempio proteine animali, e cerchiamo al contrario i nomi specifici, ben riconoscibili, come per esempio proteine di pollo, uova disidratate, ecc.

Parliamo ora dei grassi, i cani hanno bisogno di una certa quantità di grassi e oli nella loro dieta, principalmente come fonte di energia e per la salute del pelo e della cute, ma anche per un corretto

funzionamento del cervello e dell'organismo. Anche i grassi, come le proteine, devono essere indicati con il loro nome specifico: olio di pollo è meglio di un generico grasso animale. I cani apprezzano molto il grasso di bovino e di maiale, ma questi non contengono gli acidi grassi omega 3, che troviamo invece nell'olio di pesce (salmone per esempio) e nei semi di lino e relativo olio

I Grassi cosa cercare: preferire grasso di pollo, olio di aringa, olio di salmone, olio di girasole, olio di semi di lino. Controllate se sono citati gli acidi grassi omega 3 o il rapporto tra omega 6 e omega 3 (ideale da 3:1 a 5:1), ma non

scartate un prodotto perché basso in acidi grassi essenziali omega 3, potete sempre aggiungerli voi.

I Grassi cosa evitare: anche in questo caso i nomi troppo generici, per esempio olio vegetale o olio animale.

3.4 CALCOLARE I CARBOIDRATI

I carboidrati sono contenuti nei cereali (riso, frumento, avena, orzo, ecc.) o in patate, patate americane o dolci, tapioca e piselli; sono anche uno dei costituenti delle verdure.

Affermare che tutti i carboidrati, presenti nelle diete commerciali, siano dei riempitivi e non possano essere digeriti dai cani non è corretto, se cotti e in quantità moderata, possono essere digeriti e fornire energia, grazie alla presenza, nell'intestino animale, dell'enzima amilasi, che permette la

digestione dell'amido. Non tutti i cani tollerano i carboidrati, specie quei cani che sono intolleranti o allergici al glutine (presente in frumento, avena, orzo), in questo caso sarà quindi necessario cercare alimenti commerciali che contengano fonti con poco o nulla glutine: riso, quinoa, miglio, amaranto, patate.

I Carboidrati cosa cercare: cereali tal quali come riso, avena, miglio, ecc.; fonti alternative tal quali come patate, tapioca, zucca, piselli, ecc.

I Carboidrati cosa evitare: il mais, è preferibile che non sia la prima voce nella lista degli ingredienti, inoltre il

seme intero, anche se trasformato in farina, è ricco di fibra e determina un aumento nella massa delle feci; i distiller (solubili di cereali fermentati) e frazioni di prodotti, come i prodotti della lavorazione della patata, farinaccio, farinetta.

3.4.1 COME CALCOLARE I CARBOIDRATI

Per calcolare i carboidrati basta utilizzare una semplice formula:

$$\text{CARB} = 100 - (\% \text{ proteine} + \% \text{ grassi} + \% \text{ ceneri} + \% \text{ acqua})$$

Le ceneri sono i minerali che rimangono dopo un esame di laboratorio, durante il quale un alimento

viene bruciato totalmente. I minerali non bruciano e sono le ceneri che si pesano. Quando l'acqua non è dichiarata esplicitamente si considera pari al 10%.

Esempio: se nella composizione analitica trovate proteine 25%, grassi 14% e ceneri 11%, ricordando di aggiungere l'acqua al 10%, abbiamo il seguente calcolo della formula:

$$\text{CARB} = 100 - (25 \text{ proteine} + 14 \text{ grassi} + 11 \text{ ceneri} + 10 \text{ acqua}) = 100 - 60 = 40\% \text{ Carboidrati}$$

Personalmente, reputo che una crocchetta di ottima qualità non debba

contenere più del 35-40% di carboidrati, mentre valuto accettabile una crocchetta con massimo il 45% di carboidrati. Infatti, per estrudere gli alimenti occorrono almeno il 30% di carboidrati, in caso contrario la crocchetta si romperà in più pezzi.

Lo sapevate che: nel cercare i cereali in etichetta non limitiamoci alla semplice voce «orzo», ma sommiamo anche le voci «farina di orzo», «sottoprodotto della molitura di orzo». Ci accorgeremo che la percentuale di carboidrati sarà molto alta.

3.5 UN INGREDIENTE DISCUSO: IL GLUTINE DI MAIS

Negli ultimi anni il glutine di mais è stato un ingrediente molto discusso, soprattutto nel web, e spesso presentato come un ingrediente negativo da evitare.

Come primo passo è bene chiarire che il glutine di mais non è uguale al glutine presente nel grano, nell'orzo, nell'avena e in altri cereali. Quindi l'intolleranza alimentare al glutine, che potrebbe causare problemi all'intestino,

può essere causata solo da questo secondo glutine, non dal glutine di mais.

Il glutine di mais si ottiene dopo aver separato dal seme l'amido, il germe e la crusca, la parte rimanente viene macinata e consiste di una farina ricca in proteine, circa il 60%.

Il suo alto contenuto in proteine lo rende un ingrediente ideale per completare la formula di un alimento secco, sia perché permette di aggiungere punti proteici all'etichetta del mangime secco finale, sia perché aiuta a costruire la struttura delle crocchette. La sua consistenza permette di mantenere uniti i vari ingredienti, contribuendo alla formazione di crocchette uniformi

nell'apporto di nutrienti.

Possiamo quindi valutare che se questo ingrediente appare in etichetta al 6°-7° posto le sue funzioni sono probabilmente quelle sopra indicate, mentre se lo trovate elencato nei primi quattro posti, sarà bene considerare che sia usato principalmente per aumentare la percentuale di proteine in etichetta, a scapito delle proteine animali.

A questo proposito vi consiglio di leggere l'appendice 2 "Perché preferire le proteine di origine animale".

Esempio di lista degli ingredienti di

un alimento secco del commercio contenete glutine di mais (in grassetto):

Ingredienti: pollo (fresco 10%, disidratato 30%), riso, mais, grasso animale (olio di pollo), polpa di barbabietola, lievito di birra (fonte di MOS e di vitamina B12), **glutine del mais**, proteine animali idrolizzate, pesce (salmone disidratato), idrolizzato di cartilagine (fonte di condroitina), idrolizzato di crostacei (fonte di glucosamina), metilsulfonilmetano, XOS (xylo-oligosaccaridi 3 g/kg), idrolizzato di lievito (MOS), Yucca schidigera, spirulina.

3.6 CINQUE INGREDIENTI SGRADEVOLI

Quando leggiamo l'etichetta di un alimento commerciale, che pensiamo di acquistare per il nostro amico a quattro zampe, cerchiamo di evitare questi ingredienti:

- **Conservanti artificiali, come BHA, BHT ed etossichina, i conservanti naturali, come i tocoferoli (precursori della vitamina E), vitamina C e estratto**

di rosmarino sono opzioni preferibili.

- **Glicole propilenico**, è un composto chimico, un liquido incolore e inodore dal sapore dolciastro, altamente igroscopico, vale a dire assorbe acqua. E' utilizzato e autorizzato in preparati farmaceutici orali e iniettabili, in cosmesi e come additivo alimentare (E1520), per veicolare fragranze, nei liquidi decongelanti e nei disinfettanti per mani, ecc. Non è cancerogeno per l'uomo ed è tossico a bassissime quantità, sempre nell'uomo. Studi di tossicità nei cani dimostrano la resistenza a dosaggi anche più alti

che nell'uomo. Ma vi domando: perché somministrare questo additivo, inutile dal punto di vista nutrizionale, al vostro cane, in maniera continuativa in una crocchetta? Personalmente non ne vedo la ragione.

- **Coloranti artificiali**, sono composti chimici aggiunti, con nessun valore nutrizionale per i nostri cani. Servono per migliorare l'aspetto dell'alimento alla nostra vista.
- **Dolcificanti** aggiunti, come lo zucchero o lo sciroppo di mais. L'aggiunta di zuccheri è un sistema per indurre i cani a nutrirsi di un alimento confezionato con molti

cereali, anche sottoprodotti di cereali, e pochissime proteine animali.

- **Sottoprodotti della carne o sottoprodotti di pollo.** Sono ingredienti a basso costo, non possiamo conoscerne l'origine quando acquistiamo l'alimento già confezionato. Meglio se si parla di organi, fegato, cuore, milza.

Infine, un cenno agli **additivi**, con questo termine si indicano alcuni ingredienti quali vitamine, minerali, oligoelementi, aminoacidi, ecc. Generalmente sono aggiunti per assicurare un apporto bilanciato di tutti i

nutrienti al cane. Altri additivi possono essere coloranti e conservanti (vedi sopra). In etichetta gli additivi devono essere dichiarati secondo la loro funzione, ad esempio additivi nutrizionali, additivi conservanti, additivi coloranti, additivi antiossidanti, ecc.



Balu, 3 anni

CAPITOLO 4. COME SCEGLIERE IL CIBO SECCO (CROCCHETTE)

Le ragioni per cui scegliamo di alimentare il nostro cane con un alimento secco commerciale o crocchette sono diverse, come abbiamo visto nei primi capitoli del libro. Le crocchette sono il cibo migliore da somministrare al nostro cane? No, purtroppo, non lo sono, se volete offrire la miglior dieta naturale possibile dovrete scegliere una dieta casalinga a base di alimenti freschi, formulata da un

bravo nutrizionista. La seconda scelta migliore, a mio parere, sarebbe scegliere una dieta commerciale congelata o disidratata, seguita dalla terza opzione: un alimento umido commerciale in scatola di ottima qualità (vedi [Capitolo 5](#)), perché anche se di qualità standard conterrà sempre una percentuale di proteine animali più alta e una percentuale molto più bassa di cereali, di una buona crocchetta in commercio.

Di tutte le forme di alimentazione disponibili, il cibo secco è probabilmente la meno naturale per il cane, ma è molto popolare per tre semplici ragioni: è piuttosto stabile nel

tempo, non si deteriora facilmente; è la forma più conveniente di alimento da acquistare valutando il costo di 1 caloria di alimento per 1 caloria fornita al cane e la maggior parte dei cani si trovano bene con il cibo secco, non hanno problemi di salute o allergie.

4.1 UNA SINGOLA MARCA NON E' ADATTA A TUTTI I CANI

Non esiste un alimento o un pasto ideale per tutti i cani, la crocchetta raccomandata dal vostro conoscente, il cui cane è pieno di energia e con il pelo lucido, potrebbe non dare gli stessi risultati con il vostro amico a quattro zampe. Il cibo secco è formato da diversi ingredienti e uno o più di essi potrebbero creare un fastidio all'organismo del vostro cane. Per individuare la marca di crocchetta

ideale per il vostro amico a quattro zampe dovreste provarne diverse, il mio primo consiglio, quindi, è di cominciare acquistando un sacchetto piccolo da 2 o 5 kg, secondo la taglia del cane, e osservare se gradisce il gusto, se defeca bene. Invece, se vi accorgete che ha alito cattivo, le orecchie spesso sporche, prurito continuo (si gratta le zampe o il muso o si lecca le zampe o il corpo insistentemente), gas intestinale, feci molli o diarrea frequente, dovreste cambiare marca e gusto del cibo secco. Per orientarvi in questa scelta, potete consigliarvi con un nutrizionista, che valuti lo stato di salute certificato dal medico veterinario e vi consigli; potete tenere un diario, annotando la marca, il

gusto e la risposta del vostro amico a quattro zampe dopo averlo ingerito. Sarà uno strumento utile per orientarvi nelle scelte, anche negli anni a venire. Potete anche ritagliare e incollare la lista degli ingredienti e la percentuale dell'analisi garantita, così che individuare un eventuale ingrediente fastidioso per il vostro cane sia più semplice per voi e per il professionista che vi affiancherà.

Siamo quindi pronti per entrare in un negozio di alimenti per cani o anche nel reparto dedicato di un grande supermercato e scegliere la crocchetta ideale, dovremo cercare di eliminare dalla nostra scelta gli alimenti secchi molto economici, inevitabilmente ricchi

di cereali e con ingredienti di qualità in quantità minima, allo stesso modo dovremo imparare a riconoscere ed eliminare le crocchette costose, ma, leggendo l'etichetta, composte anche esse da alimenti di qualità minima, e scegliere tra gli alimenti di qualità migliore, probabilmente più cari della media. In alcuni casi, gli alimenti secchi di alcune marche possono rasentare costi proibitivi per chi ha più di 2 cani, magari anche di taglia grande, ma sarà possibile trovare un buon compromesso tra qualità degli ingredienti e costo del prodotto.

Un altro consiglio è di non farsi attrarre dalla confezione, i sacchi sono

studiati dagli uffici marketing con foto di bei cani, di alimenti succulenti, colori di moda, per attrarre il consumatore, che involontariamente e subliminalmente è convinto che il prodotto sia buono. Anche l'indicazione "premium" o "superpremium" come categoria di crocchette non è sempre garanzia di qualità, solo leggendo l'etichetta e le analisi potrete capire se il prodotto lo è veramente.

4.2 COSA CERCARE

Detto tutto questo, la legge protegge la scelta del consumatore, quindi alcune indicazioni sono regolamentate: devono essere sempre presenti e, nel nostro paese, è obbligatoria la composizione e l'etichetta in italiano. Diffidate di un prodotto anche di una marca nota che non riporti la lista degli ingredienti e l'analisi percentuale in italiano, tradurre un'etichetta in molte lingue è un costo, ma se esporto devo sostenerlo, se cerco di evitare questo investimento potrei utilizzare anche altri trucchetti per guadagnare, senza garantire qualità e

servizio. Inoltre, la composizione riporta elencati gli ingredienti partendo dal primo, quello più pesante, sino all'ultimo, il meno pesante.

Lo sapevate che: la legge non obbliga a dichiarare le percentuali di presenza degli ingredienti.

Il primo ingrediente da cercare sono
l e **proteine animali**, che dobbiamo

trovare all'inizio della lista degli ingredienti, esse sono appetibili per i cani e il loro valore biologico, vale a dire la possibilità di essere assimilate e utilizzate dall'organismo del cane, è più alto di qualsiasi proteina di origine vegetale, anche della soia. Gli ingredienti, come abbiamo detto, appaiono in lista secondo il peso, sarebbe quindi ideale che una crocchetta avesse una o due proteine animali tra gli ingredienti prima dell'olio o grasso. Come detto precedentemente, tutti gli ingredienti a base di proteine animali dovrebbero essere nominati secondo la specie animale, pollo, manzo, coniglio, ecc., come garanzia di qualità, mentre il nome generico "carne" o "proteine

animali” indica, generalmente, un prodotto più generico, anche misto.

Prendiamo come esempio un sacco di crocchette che sul fronte abbia scritto: a base di pollo, se giriamo il sacco sull’etichetta potremo trovare Composizione: carne 65% di cui pollo 10%. Significa che la carne presente in quelle crocchette è mista e di pollo è presente solo il 10%. Oppure potremo trovare Composizione: carne di pollo (fresca min. 10%, disidratata min. 26%) significa che le crocchette contengono carne di pollo, come indicato sul fronte, ma non solo, continuando a leggere potremo trovare un altro componente: idrolizzato proteico di fegato di pollo.

Cosa vuol dire? Significa che i fegati dei polli macellati sono stati lavorati per estrarre le proteine, che sono state scomposte in unità più facilmente digeribili (idrolisi).

Quando nella composizione troviamo scritto: carne di pollo (o manzo o suino) e suoi derivati significa che è stata utilizzata sia la carne, in genere una minima percentuale, in aggiunta a zampe, collo, visceri, ecc. questi prodotti sono trattati con temperature elevate in autoclave (una macchina apposita) per evitare siano presenti dei microrganismi. Il trattamento impoverisce la carne e i derivati dei loro nutrienti, che risultano

meno digeribili.

Un altro ingrediente, che spesso si trova nella composizione del cibo secco, è la farina di carne, che può essere di pollo, manzo, ecc., da preferire alla generica farina di carne o alla farina di proteine animali, che qualitativamente non vi indicano nulla e non potrete sapere da cosa sono composte. Le farine sono un ingrediente economico, che viene aggiunto perché con la carne tal quale, il muscolo, non si soddisferebbero le necessità in proteine dell'organismo del cane, a causa del suo elevato contenuto in acqua, circa il 65% - 75%, rispetto al contenuto in proteine, 15% - 20%. Per il suo contenuto in

acqua, quindi, il muscolo è più pesante delle farine di carne e appare per primo o tra i primi ingredienti nella lista degli ingredienti, ma a meno di non metterne una quantità spropositata, difficilmente permetterà di raggiungere la percentuale di proteine necessaria. Continuando, potremo trovare proteine animali derivanti da, per esempio, carne di pollo disidratata o uova disidratate, oppure farina di pollo, in genere questi ingredienti hanno un 10% di acqua e un 65% di proteine. Preferisco un prodotto disidratato per la cura e la possibilità di preservare maggiormente tutti i nutrienti, presenti nella materia prima. Se non si può evitare la presenza delle farine proteiche è meglio una farina di pollo a

una farina di proteine vegetali.

Per i prodotti a base di pesce il discorso è simile, avendo cura di evitare la definizione generica di “pesce”, sotto la quale possono ricadere gli scarti di lavorazione del pesce fresco, le teste e le code o le lische. Per potervi orientare meglio, di seguito vi presento alcuni esempi che possono aiutarvi a scegliere con più sicurezza, gli esempi sono in ordine di qualità.

Esempio 1:

aringhe fresche intere (14%),
sardine fresche intere (12%), passera di
mare fresca intera (8%), aringhe
essiccate (8%), merluzzo essiccato

(7%), pesce bianco essiccato (7%),

Il prodotto presenta una buona varietà di pesce, una descrizione chiara se intero o solo alcune parti e una descrizione chiara se fresco o essiccato.

Esempio 2:

salmone (minimo 45% - salmone deliscato, salmone essiccato), ...

Il prodotto indica chiaramente il tipo di pesce e la percentuale, in modo

abbastanza chiaro la forma se fresca o essiccata/disidratata.

Esempio 3:

salmone (17%), riso (14%), proteine disidratate del salmone, ...

Il prodotto indica chiaramente la specie, in maniera meno chiara la quantità, poiché non si menziona quale sia la percentuale delle proteine disidratate.

Esempio 4:

proteine del tonno disidratate (8%),

...

il prodotto indica chiaramente la specie, se fresco o essiccato e la quantità, ma contiene poco pesce, non fresco, non intero.

Tabella 1 - Ingredienti essiccati, fonte di proteine animali e vegetali, comunemente utilizzate nei cibi secchi per cani e loro contenuto proteico

Ingrediente

*%
proteine*

Farina di sottoprodotti
avicoli (pollo, tacchino, ecc.)

65-
70

Farina di pollo

63-
67

Farina di pesce

60-
65

Farina di glutine di mais

60-
64

Farina di carne e ossa

50-
55

Farina di agnello

48-
55

Farina di soia

46-
50

Prodotti a base uovo,
essiccati

43-
48

(SACN, 2010)

Passiamo ora ad una voce, i **carboidrati**, che non troverete espressa in etichetta (vedi [Capitolo 3](#)). Carboidrati, zuccheri o glucidi sono nomi utilizzati per indicare vari componenti della stessa famiglia, ma esistono carboidrati semplici come il fruttosio, zucchero della frutta, e carboidrati complessi, come l'amido, presente nei cereali, nelle patate, nei piselli, nei tuberi. Tutti forniscono all'organismo l'energia in calorie, ma i semplici sono di uso immediato e i complessi necessitano di essere scomposti.

L'amido contenuto nei cereali (riso, grano, orzo, farro, avena, ecc.), nelle verdure e nei tuberi (patate, piselli, patate dolci americane, zucca, ecc.) è un carboidrato complesso che, per essere reso digeribile, deve essere scomposto in porzioni più semplici grazie all'azione dell'enzima amilasi. E' importante ricordare che anche alcune verdure e le patate contengono l'amido, ne deriva che anche nella dieta casalinga utilizziamo i carboidrati, in forma di riso, patate, piselli, zucca e anche le crocchette *grain free* (senza cereali) in realtà contengono i carboidrati, appunto in forma di patate e piselli. Quando parliamo di cereali tal quali, riso, avena, miglio, farro, ecc., parliamo di

ingredienti che possono entrare nella composizione dell'alimento secco e che possiamo definire di buona qualità, perché contengono il germe, una parte di fibra, le vitamine del gruppo B e alcuni minerali importanti come ferro e magnesio.

Tabella 2 – Cereali utilizzati comunemente e loro

**contenuto in carboidrati o NFE*
(sul tal quale)**

Cereale	% amido
---------	---------

Orzo	76
Mais	81
Farina di mais	85
Amido di mais	88
Sorgo	80
Avena antica	70

Riso	90
Pula di riso	46
Farina di riso	90
Frumento	78
Farina di frumento	86
Farinaccio	di

(SACN, 2010) *Nitrogen free extract

L'amido è un nutriente che il cane, carnivoro opportunisto, può utilizzare perché possiede una produzione di enzima amilasi superiore a quella del suo antenato, il lupo (*Nature*, 2013). Tuttavia, se da un lato è vero che un cane mangia tutto ciò che gli diamo e potrebbe sopravvivere con grandi quantità di carboidrati, dall'altro lato se diamo al nostro amico a quattro zampe l'opportunità di scegliere, sceglierà la

carne, cruda o cotta, piuttosto che il riso bollito.

Per questa ragione, consiglio di calcolare sempre quanti carboidrati sono presenti nelle crocchette che ci accingiamo ad acquistare e cercare di non superare un 45%. Percentuali elevate, vicine al 55% o al 60% possono causare intolleranze e prurito, con il passare del tempo.

Un'altra ragione per la quale consiglio di scegliere prodotti che non contengano quantità eccessive di cereali è che questi alimenti sono, durante il ciclo colturale in campo, soggetti a muffe o funghi che producono delle tossine, alcune pericolose. Queste muffe

si sviluppano con condizioni di clima siccitoso e temperature elevate, per cui si ritiene che i cereali come grano, orzo e avena che si raccolgono in estate siano più a rischio. Anche il mais può essere contaminato da altre tossine, perché è soggetto allo sviluppo di molte muffe in campo. Il cereale più sicuro al momento è il riso.

La legge definisce i livelli massimi di contaminazione accettabili, gli studi relativi ai danni sono stati fatti solo per gli animali da reddito (vacche, suini, polli), perché destinati all'alimentazione umana, mentre non vi sono molti studi sui cani perché non entrano nella catena alimentare umana. Inoltre, pochi sono i

dati disponibili sui limiti sub-pericolosi.

*Lo sapevate che: i cereali nelle
crocchette sono cotti, di conseguenza
l'amido è pre-gelitanizzato e più
digeribile.*

Dedico alcune parole ai **grassi**, nutriente prezioso e presente nella lista degli ingredienti; i grassi e gli oli sono necessari per la loro composizione in

acidi grassi, che partecipa nel mantenere la pelle protetta, il pelo lucido e le attività cerebrali buone. Anche i grassi è importante che siano indicati con il nome della specie da cui derivano, grasso di pollo (il più comune) o olio di salmone, per fare un esempio. Alcuni mangimi, premium e super premium, vantano la presenza di acidi grassi omega 3, ma non è necessario scartare un alimento secco commerciale perché non li ha, basterà comprare un buon olio di fegato di merluzzo od olio di salmone e aggiungerne la dose consigliata, in genere 1 cucchiaino da caffè ogni 5 kg di peso del cane, alle crocchette. Le renderà più appetitose ed eviterà un eccessivo aumento di calorie, quindi di

energia, alla dieta.

Ultimo nutriente, che consiglio di valutare al momento dell'acquisto di un alimento secco commerciale, è la **fibra**, ormai un componente delle razioni per cani. Una piccola quantità, in genere inferiore al 5%, formata sia da fibre fermentabili, sia da fibre poco o per nulla fermentabili, è utile per favorire il benessere dei cani. Una quantità eccessiva, al contrario può determinare effetti indesiderati, quali diminuire l'assorbimento dei minerali. Le fibre rapidamente fermentabili nell'intestino, come le pectine e la gomma guar, possono diminuire la disponibilità di alcuni minerali, mentre fibre non

fermentabili, quale la cellulosa, hanno un effetto minimo sull'assorbimento dei minerali. Inoltre, un eccesso di fibra può diluire la quantità di energia e nutrienti forniti con la dieta e determinare un senso di sazietà, dovuto al riempimento di stomaco e intestino, che può limitare la capacità del cane di mangiare a sufficienza.

4.3 COSA EVITARE

Innanzitutto, ricordo di evitare tutti quei prodotti la cui lista degli ingredienti sia composta da nomi generici, come indicato precedentemente. La genericità indica prodotti misti, provenienti da più origini, dei quali è praticamente impossibile, per il consumatore, prevedere la composizione e valutare la qualità. Inoltre, pur avendo un valore nutritivo, anche se minimo, sicuramente non comprendono le parti migliori, ma neanche quelle immediatamente seguenti. Voglio dire che non si chiede

di produrre un alimento con il filetto di manzo, ma si consiglia di evitare quei prodotti dove esiste la possibilità che le proteine di animali provengano esclusivamente dalle parti scartate della carcassa.

Relativamente alla **fibra**, consiglio di evitare come ingredienti citati in etichetta la pula di riso, perché troppo ricca di silice, i gusci di arachidi perché indigesti e spesso contaminati da tossine e muffe, le buccette di soia perché spesso contaminate da tossine e muffe, la pula di avena non lavorata, perché abrasiva per la mucosa dell'intestino.

Evitate di acquistare alimenti secchi

commerciali che contengano zuccheri o dolcificanti, perché i cani, come gli esseri umani, amano gli alimenti dolci. L'aggiunta di zuccheri ha principalmente lo scopo di mascherare il sapore non appetibile di un cibo, specie se la dieta è composta principalmente da cereali. Da evitare, dunque, l'aggiunta di caramello, zucchero di canna, sciroppo di mais o corn syrup, ecc.

Anche i **conservanti** richiedono una particolare attenzione e controllare non è così complicato. I conservanti sono necessari per proteggere i grassi dall'ossidazione, un processo chimico che avviene in presenza di ossigeno dopo un determinato tempo, ideale e

ormai alquanto diffuso è utilizzare i conservanti naturali, quali i tocoferoli, delle forme di vitamina E, l'estratto di rosmarino e la vitamina C. Tutte queste sostanze agiscono per un tempo limitato ed inferiore a quello garantito dai conservanti artificiali, quali BHA, BHT ed etossichina. Tuttavia, alcuni studi sembrerebbero dimostrare un rischio per la salute se si ingeriscono grandi quantità di una di queste tre sostanze, soprattutto l'etossichina, ne consegue che prima di scegliere sarebbe meglio farsi la domanda: voglio che il mio cane ingerisca conservanti chimici? E' proprio necessario? Suggerisco di comprare crocchette con conservanti naturali, controllando la data di

scadenza, che sia almeno 3 mesi oltre la data in cui state effettuando l'acquisto e di comprare quantità contenute, non fare scorta per un anno.

Infine, i **coloranti**, non servono a nulla, il cane non sceglie con gli occhi, dunque i colori sono per uso esclusivo dell'essere umano o per differenziare il cibo secco e ricordare le verdure, per esempio zucchine (verde) o carote o zucca (arancione). Attualmente sono pochi i produttori che utilizzano i colori, la maggior parte delle crocchette appare di colore marrone, più o meno intenso.

4.4 CAMBIARE ALIMENTO SECCO REGOLARMENTE

Qualsiasi crocchetta si scelga non può essere somministrata per sempre al nostro cane. E' necessario, ogni 2-3 mesi, cambiare il gusto dell'alimento secco (per esempio: pesce e patate, agnello e riso, manzo e verdure, ecc.) per assicurare la variabilità di alimenti che garantisce una buona salute.

Cambiare cibo in alcuni casi è associato a problemi di digestione e comparsa di feci molli o diarrea, ma

questi sintomi non sono dovuti al cibo che cambia, bensì a come si attua il cambiamento. Non è consigliabile una sostituzione brutale da un alimento secco ad un altro nello spazio di un pasto, ma vi invito a seguire lo schema seguente:

	Crocchette in uso	Crocchetti nuove
1 Giorno	100%	0%
Giorno		

2		80%	20%
3	Giorno	60%	40%
4	Giorno	40%	60%
5	Giorno	20%	80%
6	Giorno	0%	100%

Inoltre, offrire sempre lo stesso tipo di cibo, sempre lo stesso gusto, annoierà il cane, che potrebbe non mangiare completamente il pasto o addirittura rifiutarlo. Provate gusti differenti, due o tre, che utilizzerete a rotazione e marche differenti, così da essere pronti in caso un prodotto cessi di essere commercializzato.

Infine, non utilizzate i gusti esotici come canguro, cavallo, bufalo, eccetera, potrebbero essere utili in caso il vostro cane sviluppi un'intolleranza alimentare e il medico veterinario abbia la necessità di consigliarvi una dieta ad eliminazione, generalmente composta da 1 sola proteina e 1 solo carboidrato, mai

assaggiati dal cane.

4.5 COME SCEGLIERE IL CIBO GIUSTO

E' una cane
adulto? E' anziano o
è un cucciolo? Ogni
età richiede diversi
apporti proteici, per
esempio un cane
anziano ha bisogno di
più proteine, meno
grassi, meno

Età del cane

carboidrati. In commercio vi sono prodotti ben differenziati per classi di età e potete chiedere al veterinario o al nutrizionista quali livelli di questi nutrienti sono ideali per l'età del vostro amico a quattro zampe.

Le femmine in gravidanza o che allattano i cuccioli

Sesso del
cane

hanno necessità di energia più alta che in altri stadi della vita.

I cani sterilizzati possono necessitare di alimenti definiti “light”, con un minor quantitativo di energia, per evitare che ingrassino.

E' sovrappeso?
E' molto magro?
Oppure è un cane sportivo, molto

Condizioni
fisiche del cane

attivo? Tutte e 3
queste classi hanno
bisogno di livelli di
energia, quindi grassi
e carboidrati, e di
proteine diversi.
Chiedete consiglio a
un professionista.

Stato

di

E' un cane in
salute? Ha
intolleranze
alimentari o allergie?
In questo caso potete
scegliere delle
crocchette formulate
per essere
ipoallergeniche (1

salute del cane

proteina – 1
carboidrato). Il
medico veterinario
ha prescritto terapie
per problemi ai reni
o malattie gravi?
Fatevi consigliare un
buon prodotto.

Prima di
scegliere, valutate
sempre il vostro
budget. Calcolate
quanto mangerà in
una settimana il
vostro cane e quanto
costa un sacco

Quanto
volete spendere

dell'alimento che
vorreste scegliere.
Avete 1 solo cane o 4
cani? Sono di taglia
piccola o gigante?
Hanno tutti la stessa
età o ci sono dei
cuccioli e/o dei cani
anziani?

Internet è una
vetrina utile e può in
alcuni casi sopperire
alla ricerca di una
determinata marca.
Tuttavia, anche del
tempo impiegato nel

Disponibilità
di prodotti nella
vostra zona

negozio per cani
della vostra città o
quartiere potrebbe
rivelare delle belle
sorprese. Leggete
l'etichetta, valutate la
qualità e se siete
indecisi consultatevi
con il professionista
di vostra fiducia.

(courtesy Whole Dog Journal)

CAPITOLO. 5

COME SCEGLIERE IL CIBO UMIDO IN SCATOLA

La scelta di un alimento commerciale si basa su alcune decisioni dettate dallo stile di vita che seguiamo e dai consigli degli esperti. La maggioranza delle persone si orienta su un cibo commerciale secco, le crocchette, sia per la semplicità d'utilizzo, sia perché consigliato in quanto "completo e bilanciato". Questa ultima espressione vuol dire che alle materie prime, la carne, i cereali, le

verdure, ecc., sono state aggiunte tutte le vitamine e tutti i minerali necessari al cane per mantenere senza scompensi il proprio organismo. Tuttavia, se a chi vi suggerisce un alimento secco chiedete se potete dare la stessa dieta, ma in forma di umido in scatola, la maggior parte vi risponderà positivamente. Solo alcuni obietteranno che l'umido in scatola ha un'integrazione limitata alle principali vitamine e a pochi minerali.

Non esito a dirvi che la mia opinione sul cibo umido in scatola è ottima. Se avrete l'accortezza di aggiungervi un integratore naturale, per esempio l'alga bruna *Ascophillum nodosum*, offrirete al vostro amico a

quattro zampe un pacchetto completo di vitamine, minerali e anche alcuni aminoacidi (i mattoni con cui costruire le proteine) naturali e facilmente assimilabili dall'organismo. Naturalmente, potrete anche optare per uno degli integratori commerciali reperibili in qualsiasi negozio per cani.

5.1 COSA CERCARE

Come primo ingrediente cercate carne o pesce, indicati chiaramente con il nome della specie, per esempio carne di manzo o carne di pollo. Di seguito trovate due esempi di buona qualità:

Esempio 1:

60% carne fresca, di cui oca 15%, anatra 15%, pollo 15%, tacchino 15%, patate biologiche, carote biologiche, zucca biologica, spinaci biologici.

La carne è chiaramente indicata in quantità e qualità, le verdure sono presenti in una discreta varietà e buona qualità.

Esempio 2:

salmone, brodo di pesce, acqua per la lavorazione, tacchino, fegato di tacchino, uova essiccate, amido di patate, farina di piselli, patate, piselli, ecc.

Il prodotto elenca quali tipi di carne e verdure sono stati utilizzati, ma non indica le quantità.

Potete constatare voi stessi che la composizione dei due prodotti è differente, ma entrambi offrono una buona qualità. L'amido presente proviene principalmente da patate e piselli, due vegetali graditi ai nostri cani.

Anche nella scelta di un cibo umido in scatola dovrete fare attenzione alla voce cereali e alla voce oli e grassi.

I cereali non sono nocivi in quanto tali, ma se in quantità abbondante possono avere alcuni lati negativi, come

creare intolleranze alimentari o far ingrassare il vostro amico a quattro zampe. Quando non sono chiaramente elencati, dobbiamo domandarci perché.

Nel caso di un cibo umido, oli e grassi aggiunti possono indicare la presenza di derivati della carne e non di carne tal quale, che di norma li contiene naturalmente. Di seguito trovate l'esempio di un umido di qualità standard, che lascia alcuni dubbi:

Esempio 3:

carne e sottoprodotti animali 51%
(di cui 31% composto da carne di

manzo, maiale e pollo; 20% sottoprodotti di origine animale), cereali, minerali, sottoprodotti vegetali (0,5% polpa di barbabietola da zucchero essiccata), oli e grassi (0,5% olio di girasole), brodo di carne.

La composizione è buona, peccato per tutte le voci generiche! Sottoprodotti di origine animale cosa indica? Da quale specie provengono? Cereali, domandiamoci, quali e quanti? Il 40% o il 48%?

Questi semplici esempi possono aiutarvi nel decidere di agire come dei consumatori informati anche

nell'acquisto del cibo umido in scatola per i nostri cani. Cerchiamo di scegliere un umido che contenga alimenti tal quali, facili da distinguere, poco lavorati e con pochi o per nulla cereali.

Tabella 3 – Ingredienti umidi, fonti di proteine, e loro contenuto percentuale proteico

<i>Ingrediente</i>	<i>% proteine</i>
	20-

Pesce oceanico

27

Manzo, carcassa

18-
22

Fegato (maiale, manzo,
tacchino, pecora)

17-
22

Organi o sottoprodotti
della carne (polmoni, milza,
reni)

15-
20

Pesce d'acqua dolce

12-
15

Pollo (carcassa, schiena, colli)	10-12
----------------------------------	-------

(SACN, 2010)

Tra i benefici che il vostro amico a quattro zampe otterrà dal cibo umido, il principale e forse il più importante, è la quantità di acqua presente in esso. L'acqua o umidità è presente naturalmente nelle materie prime utilizzate e la loro lavorazione non richiede che siano seccate, come durante la produzione degli alimenti secchi. La

presenza di una percentuale di umidità naturale permette una digestione meno complicata per il cane.

Un secondo beneficio è l'assenza o la presenza minima di carboidrati, che aiuta a diminuire la formazione della placca dentale, poiché sono proprio i carboidrati il principale nutriente che contribuisce alla sua formazione. Questo compensa notevolmente la mancanza di effetto abrasivo sui denti, che potrebbe avere un alimento secco come le crocchette, anche se molti professionisti dissentono su questo possibile beneficio, considerando che la maggior parte dei cani non mastica a lungo o per niente il cibo secco.

5.2 UN ULTIMO CONSIGLIO...

Tutti i cani sono individui, dunque ognuno di loro è diverso e può avere necessità diverse, anche all'interno della stessa razza. Pensate al vostro amico a quattro zampe, ai suoi gusti, a cosa è sensibile, quando scegliete. Leggete sempre l'etichetta, non scegliete un prodotto solo perché molto economico, meglio comprare cuore e trippa bovini freschi, cuocerli e unirli a riso bollito e a un integratore vitaminico minerale, se vogliamo risparmiare.

Alcuni suggerimenti:

- se il vostro cane è magro e molto attivo, potreste scegliere una marca con una percentuale di carne elevata e con una buona percentuale di grassi, nella composizione analitica. Avrete energia sempre pronta e disponibile per il vostro amico a quattro zampe atleta;
- se il vostro cane ha un'età avanzata o ama poltrire al sole mentre voi leggete o chiacchierate con amici, scegliete una marca con un'elevata percentuale di carne magra, avicola o pesce, e un poco meno di grassi nella composizione analitica. Eviterete che ingrassi e

potrete sempre premiarlo con dei biscottini, senza temere di farlo mangiare troppo;

- se il vostro cane ha qualche malattia cronica, spiegate al medico veterinario che lo cura di voler passare all'alimentazione umida e fatevi indicare quale cibo e marca scegliere.

CAPITOLO 6. CAMBIARE L'ALIMENTAZIONE DEL NOSTRO CANE IN DIECI SEMPLICI MOSSE

Quale tipo di pasto voglio offrire al mio cane? Rispondere a questa domanda non è facile. Insieme con il movimento e l'equilibrio mentale, la dieta è il più grande contributo che possiamo dare al benessere del nostro cane. Le abitudini alimentari che codifichiamo possono

fare la differenza tra una vita lunga e in salute e la perdita precoce del nostro beneamato amico a quattro zampe. Per questa ragione, vorrei condividere con voi alcuni accorgimenti, da applicare all'alimentazione del vostro cane, per mantenerlo in ottima forma fisica, in buona salute e pieno di energia.

Pensate all'alimento che somministrate al vostro cane: se non siete soddisfatti del tutto troverete degli spunti per cambiare, se invece siete soddisfatti alcune idee vi potrebbero interessare per migliorare ancora di più il benessere del vostro amico a quattro zampe. Ognuno di noi fa del suo meglio, la vita oggi può essere molto

complicata, non è necessario cominciare cambiando tutto, una o due cose possono bastare per iniziare.

CAMBIAMENTO N 1: leggete sempre gli ingredienti

Come mai alcune bellissime confezioni ci lasciano delusi rispetto alla qualità dell'alimento che offrono? Perché chi studia la confezione (scatola, sacco, ecc.) lavora nella pubblicità o marketing, non formula l'alimento. Il loro lavoro è far apparire qualsiasi cibo come il migliore per il nostro amico a quattro zampe, siamo noi che dobbiamo prendere in mano la confezione, girarla e leggere attentamente la composizione di ciò che in essa è contenuto, così da

poter fare un acquisto consapevole.

Le etichette devono sempre elencare gli ingredienti in ordine, dal più grande al più piccolo. Nel [Capitolo 3. Leggere un'etichetta](#), ho cercato di fornirvi una guida e gli strumenti per poter valutare attentamente un alimento in commercio.

CAMBIAMENTO

N.2: evitate un alimento a lunga scadenza come unico ingrediente della dieta

In genere siamo portati a credere che un alimento commerciale, crocchette o umido in lattina con una scadenza di 12-24 mesi, assicuri il meglio per il benessere del nostro cane. Proviamo a pensare cosa portiamo in tavola per la nostra famiglia: verdure e frutta fresca,

carne e pesce cotti in modo da conservare i principi nutritivi, legumi, riso, ecc. Nessuno di noi, se non in grandi difficoltà, si ciba esclusivamente di alimenti inscatolati a lunga conservazione. La mia opinione è che questa confusione nasca dall'attribuire l'aggettivo **bilanciato** agli alimenti industriali, infatti, a seguito di lavorazioni lunghe e, in alcuni casi, invasive, gli alimenti trattati perdono alcune qualità legate alla freschezza. Per esempio, si perdono le vitamine, che vengono quindi aggiunte come vitamine di sintesi o chimiche, oppure si perdono gli enzimi naturalmente presenti negli alimenti freschi, che vengono denaturati, vale a dire inattivati.

Crocchette, umido in scatola, biscotti non sono da demonizzare, specie se di ottima qualità (cereali inferiori al 40%, carni fresche e pochi derivati o idrolizzati), ma a mio avviso devono essere integrati con alcuni alimenti freschi.

CAMBIAMENTO

N.3: introdurre alimenti freschi

Frutta e verdura sono alimenti freschi ricchi di enzimi attivi e antiossidanti, che possono contribuire efficacemente al benessere dei nostri cani. Inoltre, sono ricchi di fibre che aiutano la digestione, contribuiscono a un corretto transito degli alimenti nell'intestino e migliorano la qualità delle feci. Molti nutrienti possono essere inattivati o distrutti da processi di cottura troppo invasivi, per questo agli alimenti industriali vengono aggiunti in

forma sintetica. A mio parere, anche se l'argomento è controverso, un nutriente naturale è sempre meglio di uno sintetico, perché gli alimenti naturali contengono alcuni cofattori nutrizionali che lavorano sinergicamente per aiutare l'organismo del nostro amico a quattro zampe ad assorbire, assimilare e utilizzare tutti i nutrienti. Le verdure e la frutta possono essere somministrate in forma di purea per il massimo assorbimento. Nel [Capitolo 10 Viva la frutta](#) troverete le indicazioni su quale frutta e come somministrarla.

Lo sapevate che: uno dei metodi di cottura degli alimenti più rispettoso è la cottura a vapore? Per cuocere a vapore gli alimenti per il nostro cane possiamo semplicemente sovrapporre ad una pentola di acqua in ebollizione uno scolapasta di metallo e coprirlo con un coperchio.

CAMBIAMENTO

N.4: Offrite alimenti ricchi in antiossidanti

Ogni giorno mentre noi e il nostro cane viviamo, avvengono alcuni processi metabolici ad alta attività ossidativa e con produzione di radicali liberi. Alcuni tipi di verdura e frutta hanno un buon contenuto in antiossidanti, per esempio il cavolo (da evitare in cani con problemi ai reni), le patate dolci, da somministrare cotte, le verdure a foglia verde, specie gli spinaci, e i germogli, ottimi quelli di erba medica (anche

alfalfa). Come frutta ricordiamo tutti i piccoli frutti e in special modo i mirtilli neri e rossi. Potete cuocere le verdure a vapore e farne delle puree e potete frullare i piccoli frutti da crudi, con l'aiuto di un minipiner.

CAMBIAMENTO

N. 5: Introdurre carne cruda nella dieta

In natura i canidi si nutrono della carne cruda delle prede, tuttavia una leggera cottura può rendere più digeribile la carne per i cuccioli (in natura la madre mastica e predigerisce il cibo che poi rigurgita di fronte ai cuccioli) e per i cani anziani. Cosa fare dunque? Possiamo pensare di comprare la carne fresca, di buona qualità, che non vuol dire tagli pregiati, ma che dovrà essere stata sezionata da poco e

trasportata con un frigo refrigeratore (anche da picnic) a casa, rispettando i 7°C di temperatura massima durante il trasporto. Poi dovremo congelarla per inattivare la maggior parte dei batteri e, passate almeno 48 ore, scongelarla per utilizzarla immediatamente dopo. Oppure potete cuocere al vapore per 1-2 minuti, in modo che l'esterno, la parte più facilmente contaminabile, sia trattato con il calore.

Lo sapevate che: le carni di maiale, pollo e tacchino e tutte le carni macinate devono sempre essere cotte

completamente.

CAMBIAMENTO

N. 6: Lavate le verdure con aceto di mele

Normalmente le piante, dunque anche le verdure, producono delle sostanze chiamate allelochimici, che le aiutano a prevenire le sostanze tossiche esterne dal penetrare la loro superficie. Per essere sicuri che i pesticidi utilizzati in agricoltura non entrino nella dieta del nostro cane possiamo o comprare verdure biologiche o spazzolare l'esterno delle verdure e porlo a bagno, per 1-2 minuti, in una soluzione formata

da 1 parte di aceto di mele e 4 parti di acqua.

CAMBIAMENTO

N. 7 Evitate il glutine

Molti alimenti secchi industriali contengono farina di glutine, che deriva dalla lavorazione del mais prevalentemente. E' un sottoprodotto ricco di proteine, ne contiene circa il 60%, ma essendo vegetali la loro disponibilità biologica è inferiore a quella delle proteine animali derivate dalla carne. Inoltre, alcune ricerche sostengono che il glutine di frumento sia una delle cause di sensibilizzazione (pre-allergia) dell'epitelio intestinale.

Dunque, perché rischiare? Leggiamo l'etichetta dell'alimento commerciale che stiamo comprando e lasciamolo sullo scaffale se contiene glutine, glutine di mais o glutine di frumento.

CAMBIAMENTO

N.8 non eccedere nelle quantità di cibo e limitare i premi

I cani amano mangiare, mangerebbero sempre, per questa ragione dobbiamo somministrare il cibo come indicato nelle tabelle degli alimenti commerciali (in base alla classe di peso) o secondo le indicazioni che il veterinario o il nutrizionista ci ha fornito. Non aumentate le quantità perché il vostro amico a quattro zampe è

magro o a voi sembra tale, chiedete al medico veterinario di vostra fiducia di valutare lo stato fisico del vostro amico a quattro zampe (BDS o Body Condition Score) e imparate ad usare le tabelle di valutazione del BDS, che troverete alla fine del libro in [Appendice 1](#). Se eccedete con la quantità di alimento fornito ad ogni pasto, il vostro cane con il tempo, come accade a noi esseri umani, tenderà a prendere peso, ad accumulare più massa grassa, che magra. In caso di un cane in sovrappeso, seguite i consigli del medico veterinario, riducete la razione come vi ha suggerito, non concedete premi, offritegli il primo pasto molto presto al mattino e fategli fare attività fisica (una

lunga passeggiata per esempio), avrà più tempo per consumare l'energia del pasto e quella in eccesso nel suo organismo (il grasso rappresenta una riserva di energia) durante la giornata.

Un argomento scottante sono i premi, si usano per gratificare il cane se obbedisce, oppure si offrono al cane come ricompensa, perché lo abbiamo lasciato solo o non gli abbiamo dedicato attenzione durante la giornata, anche se eravamo con lui. La pubblicità ci ha portato a credere che non vi sia nulla di negativo nell'offrire dei premi tra i pasti, ma occorre calcolare sempre che si tratta di alimenti in più, che superano le necessità energetiche e alimentari del

cane, che possono contenere molti carboidrati, grassi, ingredienti artificiali, che affaticano l'organismo del nostro cane. Provate ad utilizzare dei premi alternativi, come banane o mele essiccate, oppure fresche tagliate a fettine, oppure snack a base di sola carne e diminuite di alcuni grammi la razione dei pasti secondo il numero dei premi offerto.

CAMBIAMENTO

N. 9: Lavate le ciotole con l'aceto di mele

Un buon aceto di mele è un'ottima alternativa, priva di agenti chimici, ai saponi per stoviglie. E' ottimo anche per pulire superfici e pavimenti con i quali i cani vengono spesso a contatto. L'acido acetico è il componente che determina l'attività disinfettante dell'aceto, il quale una volta asciutto è inodore e insapore. I cani sono sensibili ai prodotti commerciali per la pulizia, che soprattutto se non si risciacquano

possono essere assorbiti attraverso i polpastrelli, nel caso di pavimenti, e le mucose della bocca, nel caso della ciotola. Potete cercare anche dei detergenti biologici di comprovata fiducia per le superfici diverse dalle ciotole.

Lo sapevate che: movimento e igiene camminano a braccetto per mantenere in salute il vostro cane. All'inizio è faticoso, ma in poco tempo lavare la ciotola prima di aggiungere il cibo e uscire per una passeggiata serale, dopo pasto e digestiva,

diverranno una felice routine.

CAMBIAMENTO

N. 10: non abbiate paura delle novità

Voi conoscete il vostro cane meglio di chiunque altro, dunque è perfettamente sensato che vi occupiate della sua dieta, anche nel caso sappiate cucinare solo un uovo al tegamino. Questo libro e il sito www.fidoatavola.it sono qui per sostenervi nelle vostre aspirazioni di dare il meglio al vostro amico a quattro zampe, leggete, informatevi, domandate e sarete il miglior amico del vostro cane.



Rudy, 2 anni

CAPITOLO 7. SIETE PRONTI PER L'ALIMENTAZIONE CASALINGA

Dopo aver compreso come leggere un'etichetta di un cibo commerciale, sia secco che umido, e aver imparato i criteri per scegliere uno di questi cibi, di qualità ottima, da offrire al vostro cane, potrebbe formarsi in voi l'idea che sia giunto il momento di un cambio di alimentazione: state decidendo di cucinare per il vostro amico a quattro zampe.

E' una buona idea, potrete fornire alimenti freschi e di qualità e preparare una gustosa ciotola, avendo la soddisfazione di vedere anche il cane più schizzinoso finirla tutta.

Per passare all'alimentazione casalinga potete decidere di scegliere due o tre ricette e prepararle durante il fine settimana, oppure di cucinare i pasti al vostro amico a quattro zampe tutti i giorni, preparando in anticipo gli ingredienti principali. Se opterete per cucinare nel fine settimana, potrete scegliere tranquillamente le ricette che preferite, senza preoccuparvi eccessivamente se vi mancherà un integratore vitaminico minerale, perché

gli altri giorni offrirete un alimento commerciale completo e bilanciato. Ma se opterete per passare totalmente all'alimentazione casalinga, dovrete affidarvi ad uno specialista, un nutrizionista che lavorando con un programma specifico, che permette di selezionare la tipologia del cane, l'età, il grado di attività, se sterilizzato o no, ecc., potrà formulare la migliore dieta per il vostro amico a quattro zampe. Lo specialista vi farà le domande necessarie, imposterà le diete e voi dovrete cucinarle e osservare il vostro cane. Infatti, ogni cane è un individuo unico, che necessariamente si adatterà alla dieta e potrà dimagrire o ingrassare, in funzione di quanta energia consuma il

suo organismo.

7.1 VARIARE E' IL SEGRETO

Agire come quando pensiamo ai pasti della nostra famiglia, variando gli alimenti tra carne, verdura, pasta e pane, è il modo migliore per assicurare ai nostri amici a quattro zampe tutti i nutrienti di cui hanno bisogno (proteine, vitamine, minerali, enzimi, ecc.).

Il problema principale, in cui possiamo incorrere, è replicare sempre una stessa dieta, anche se bilanciata, magari perché abbiamo poco tempo. Anche per un nutrizionista sarebbe molto difficile formulare un'unica dieta che

soddisfi tutti i bisogni. E poi, pensate la noia del vostro cane nel mangiare sempre uguale, molto meglio farsi preparare un certo numero di diete diverse, minimo quattro, e alternarle ogni 3-4 giorni, così da fornire almeno tre tipi diversi di carne, tre o quattro tipi di verdure, almeno due diverse fonti di grasso, integratori vitaminici – minerali, ecc.

Come ho già detto all'inizio del libro, la varietà di ingredienti è sempre importante, l'unico accorgimento da adottare è di non usare tutti i possibili tipi di carne, per questo suggerisco due o tre tipi di gusti; è sempre bene che alcune carni non siano mai state offerte,

magari quelle delle specie più esotiche come bufalo, cervo, struzzo o canguro, per la sfortunata possibilità che il vostro cane sviluppi un'intolleranza o allergia ad una fonte di proteine.

Variare è particolarmente importante per i cuccioli, poiché è l'età in cui si sviluppa il sistema immunitario, che entrerà in contatto con tutti gli alimenti diversi dal latte materno, così da renderli "comuni" per questo sistema e non creare la possibilità di intolleranze future.

Via libera quindi a tacchino, pollo, maiale, cavallo, pecora, pesce, uova, formaggi magri e parmigiano reggiano, a verdure di stagione e frutta, in modica

quantità, a cereali, preferibilmente senza glutine, anche questi in quantità ridotta rispetto la carne.

Lo sapevate che: variare vuol dire anche usare gli organi come il cuore, la trippa, il fegato e le erbe come timo, curcuma, tarassaco.

Variare gli alimenti, inclusi nelle diete che offriamo al nostro cane, ci

permette anche di bilanciare l'apporto di tutti i nutrienti nel tempo, cioè in giorni differenti, proprio come succede a noi. Quando alimentiamo il nostro amico a quattro zampe con una dieta casalinga, non è necessario che sia sempre completa e bilanciata, possiamo aggiungere un integratore naturale, ricco di aminoacidi, vitamine e minerali, come l'alga bruna *Ascophillum nodosum*, che si trova comunemente in commercio, e utilizzare molti ingredienti differenti.

7.2 IL CALCIO NELLA DIETA CASALINGA

Il calcio è uno dei macrominerali più importanti per tutti i mammiferi, i cani adulti hanno bisogno di circa 800–1000 grammi di calcio ogni 500 grammi di alimento, sarà quindi necessario includere una fonte di questo minerale nel caso si scelga la dieta casalinga. Non solo, il calcio presente nella dieta dovrà essere correttamente in equilibrio con un altro minerale importante il fosforo; il rapporto tra questi due minerali deve essere compreso tra 1

parte calcio:1 parte fosforo e 2 parti calcio:1 parte fosforo, vale a dire tra 1:1 e 2:1

La carne contiene moltissimo fosforo, quindi in una dieta composta per il 50%-60% di carne e senza ossa, sarà necessario aggiungere una certa quantità di calcio. Per questa ragione nella formula di una dieta casalinga troverete aggiunto un integratore a base di calcio, che non contenga fosforo, o la polvere di gusci d'uova (a pagina 52 troverete come prepararli). Si può utilizzare la farina di ossa, che contiene sia calcio, sia fosforo e in alcuni casi anche l'alga marina bruna, ma non preoccupatevi, ci penserà il

nutrizionista, con il programma di formulazione, a bilanciare i fabbisogni in calcio e in fosforo (e tutti gli altri nutrienti), inserendo in formula le quantità corrette di questi minerali.

Ricordate che il calcio è assolutamente necessario a tutti i cani e a tutte le età, per rimanere in buona salute, se le integrazioni che il professionista vi ha suggerito non vi soddisfano o non trovate i prodotti suggeriti o non avete il tempo necessario per preparare la polvere di guscio d'uovo, ecc., diteglielo e chiedete di effettuare i cambiamenti necessari, perché voi e il vostro amico a quattro zampe possiate trovarvi al meglio con la

dieta casalinga.

7.3 PREPARIAMO UN PASTO CASALINGO

Prima di parlare degli ingredienti in termini di qualità e quantità, parliamo subito dell'aspetto finale del pasto che comporrete: poiché cuocerete voi tutti i vari ingredienti, dovrete miscelarli tra loro, dopo averli tagliati nelle giuste dimensioni, e aggiungere dell'acqua tiepida così da creare una specie di zuppa densa.

Se nelle ricette che utilizzerete saranno previsti le patate o il riso,

dovrete aggiungere una quantità leggermente superiore di acqua tiepida.

Naturalmente la quantità di acqua nella zuppa deve essere dosata in base al gradimento del vostro cane e dovrà, comunque, essere sempre disponibile una grande ciotola con acqua fresca, specialmente in estate, perché la sola acqua del pasto non è sufficiente per idratare adeguatamente il corpo del vostro amico a quattro zampe.

Raccomando di acquistare una bilancia da cucina, anche economica, in cui pesare gli ingredienti quando si prepara il pasto, perché per bilanciare correttamente le quantità di nutrienti presenti nella dieta (proteine, grassi,

carboidrati, vitamine, ecc.) non è sempre possibile arrotondare le quantità a un numero finito, semplice da pesare. Per esempio: potremo avere 234 grammi di riso e non 250 grammi.

Lo sapevate che: per semplificare l'aggiunta di liquidi, nelle ricette si può parlare di cucchiaino (da minestra) o cucchiaino (da caffè): 1 cucchiaino contiene circa 8 grammi di olio, 1 cucchiaino contiene circa 4 grammi di olio.

LA CARNE

La carne (o le carni) è la principale fonte di proteine, uno dei nutrienti essenziali per la sopravvivenza dei cani. Le proteine sono formate da unità singole, gli aminoacidi, essi sono utilizzati per costruire i diversi tessuti dell'organismo del nostro amico a quattro zampe.

Desidero sottolineare nuovamente come siano 22 gli aminoacidi necessari all'organismo del cane, 12 sintetizzabili dal suo organismo utilizzando altri aminoacidi presenti, e **10 siano essenziali** e debbano essere forniti con la dieta, un caso a parte è l'aminoacido

taurina, che solo alcune razze di cani non sono in grado di sintetizzare nel loro organismo e che è fondamentale per il buon funzionamento del cuore. Ecco perché è importante variare la dieta anche rispetto al tipo di fonte proteica con cui la componiamo. Di seguito vi elenco i nomi dei 10 aminoacidi essenziali, mentre per le loro funzioni vi rimando a pagina 10.

I 10 aminoacidi essenziali per il cane

Arginina	Metionina
----------	-----------

Istidina	Fenilalanina
Isoleucina	Treonina
Leucina	Triptofano
Lisina	Valina

Le carni di maiale, pollo, tacchino, anatra devono essere cotte completamente, mentre la carne di cavallo o manzo può essere solo scottata

esternamente. Il fegato e il cuore devono anche essi essere cotti completamente.

Il metodo di cottura deve essere il più delicato possibile, in modo da perdere una quantità minima di nutrienti, come le vitamine per esempio, e da arrecare il minimo danno possibile alle proteine. Personalmente, consiglio di utilizzare una padella antiaderente, porvi la carne e poca acqua, in quantità tale da non fare attaccare o bruciare la carne, tuttavia non esagerate con l'acqua, come se doveste bollire, perché i nutrienti si disperderebbero e il sapore diminuirebbe. Assolutamente non aggiungete olio o altri grassi, non fanno bene cotti ai cani.

Lo sapevate che: l'acqua di cottura della carne si può conservare e diluire con acqua tiepida per utilizzarla durante la preparazione della zuppa densa finale.

IL PESCE

Il pesce è una fonte molto importante di proteine e di oli ricchi di acidi grassi omega 3, non tutti i cani sono abituati a

mangiarlo, ma è una buona idea inserirlo due volte alla settimana nei pasti, che possono divenire anche tre in estate. Generalmente, come pesce bianco consiglio di utilizzare il pesce surgelato, come il merluzzo, per essere più tranquilli sulla presenza di lische, ma potete comprarne anche di fresco.

Per il pesce azzurro, sgombri, sardine e sarde, alici, potete scegliere quello inscatolato al naturale oppure fresco o in qualche caso surgelato. Il pesce azzurro è importante perché è un'ottima fonte di omega 3.

Il pesce deve essere cotto sino in fondo, senza renderlo stopposo, per farlo consiglio di cuocerlo o come la

carne con poca acqua o al vapore, se non si ha una vaporiera basta uno scolapasta di metallo (non verniciato) da appoggiare sulla pentola con l'acqua in ebollizione e da chiudere con un coperchio.

Quando preparate il pesce fresco, come le sarde per esempio, dopo averlo cotto dovrete accuratamente eliminare ogni traccia della spina centrale, che potrebbe causare dei problemi, se ingerita, al vostro cane.

LE UOVA

Le uova sono un alimento ideale, con

un valore biologico uguale a 94, vale a dire che sono complete e contengono proteine, grassi, vitamine e minerali. Consiglio un uovo a settimana, che potrete dare intero, ma privo del guscio, tuorlo e albume cotti cioè sodo, oppure con albume cotto e tuorlo cotto solo parzialmente, come le uova alla coque oppure offrire solo il tuorlo crudo. L'albume è meglio non somministrarlo crudo, perché contiene una sostanza, chiamata avidina, che inattiva le vitamine del gruppo B.

LE VERDURE

Quando parlo di verdure mi piace

sempre ricordare che sono formate da carboidrati, proprio come i cereali, anche se in modo diverso, e cerco, se possibile, di consigliare quelle di stagione, sia per un discorso generale di sostenibilità del sistema alimentare, sia perché più facili da reperire e con un costo ragionevole.

Tuttavia, possiamo dover accettare che al nostro cane alcune verdure non piacciono, succede anche a noi. In casi estremi, il nostro amico a quattro zampe non vorrà mangiare alcuna verdura, anche per questa ragione vi consiglio di utilizzare sempre un integratore vitaminico minerale, per assicurare al nostro cane quel benessere a cui ha

diritto ad aspirare.

Le verdure dovrebbero essere lavate e cotte al vapore, perché in genere sono più facilmente accettate dai cani, in quanto in questo modo il sapore è più gradito, inoltre così cotte perdono meno nutrienti. Potete tagliare le verdure in pezzi mediamente piccoli, per abbreviare il tempo di cottura.

Una volta cotte le verdure dovranno essere schiacciate o frullate, così da poterle incorporare al meglio nel pasto in forma di zuppa densa e perché è più facile che i nostri amici a quattro zampe le gradiscano. Le patate vanno bollite e schiacciate come una purea.

In alcune ricette, le carote sono consigliate anche crude, grattugiate, potete provare e vedere se il vostro cane le gradisce. La tabella seguente è una semplice guida, le verdure escluse, come pomodori, melanzane e peperoni, possono essere un problema per molti cani; i legumi, come fagioli e fave, possono determinare fermentazioni gassose intestinali, anche dolorose nella maggior parte dei cani.

Infine, un consiglio pratico: tenete sempre una busta di minestrone surgelato in frigorifero, sarà un'ottima e rapida soluzione se vi troverete senza verdure pronte e senza tempo per prepararle.

STAGIONI

VERDURA

Inverno

carote – cardi –
finocchi – lattuga –
indivia belga – zucca –
spinaci (moderate
quantità) – bietole –
piselli

Primavera

Asparagi – carote –
lattuga – piselli –
sedano – fagiolini –
zucchine

Estate

Carote – lattuga –
zucchine – sedano –
insalatine varie –
piselli

Autunno

Carote – finocchi –
lattuga – indivia belga
– piselli – spinaci
(moderate quantità) –
bietole – zucca

LA FRUTTA

La frutta è un alimento gradito a pochi cani, quindi se il vostro amico a quattro zampe la rifiuta non fatevene un cruccio.

La frutta si offre, generalmente, cruda, fanno eccezione i piccoli frutti del bosco che vi consiglio di stufare in poca acqua, frullare e poi aggiungere al pasto. Le quantità di frutta da offrire sono moderate, diciamo un 5% degli ingredienti che compongono la dieta. Vi suggerisco di leggere il [Capitolo 10. Viva la frutta](#), per le quantità e le modalità di offerta al vostro cane.

Lo sapevate che: 3 fette di kiwi, tagliate a piccoli pezzi, sono un'ottima fonte di vitamina C anche per i nostri amici a quattro zampe.

IL RISO, LA PASTA, IL PANE

Il riso, la pasta e il pane sono tutti alimenti che contengono carboidrati, un nutriente per il quale il cane non ha un fabbisogno biologico, vale a dire che non sono un nutriente essenziale per il

nostro amico a quattro zampe. Tuttavia, in modiche quantità, i carboidrati possono essere utili ai nostri cani: sono un'ottima fonte di energia prontamente disponibile più delle proteine e contengono meno calorie dei grassi; sono una buona fonte di vitamine e minerali e di antiossidanti, i quali non sono presenti nelle proteine e nei grassi.

Cosa significa modica quantità? Possiamo considerare che 10 grammi di carboidrati/kg di peso al giorno siano una quantità che il sistema digerente del cane può gestire, quindi un cane di 5 kg avrà in 50 grammi di carboidrati, al giorno, una dose sicura, mentre un cane di 20 kg avrà in 200 grammi, al giorno,

una dose sicura. Tuttavia, se non è strettamente necessario (per esempio in caso di malattia), all'aumentare del peso preferisco, personalmente, diminuire la dose di carboidrati, come esempio consideriamo Rory e Silver, i miei due cani: Rory ha 7 anni e pesa 30 kg, la dose di carboidrati sicura sarebbe 300 grammi al giorno, ma io ne includo solo 200 e bilancio la dieta con altri alimenti, principalmente carne ; Silver 11 anni e 28 kg di peso non riceve carboidrati da pasta e riso, perché afflitta da un infiammazione intestinale cronicizzante, ho formulato per lei una dieta a base di carne con 50-60 grammi di verdure. Così facendo entrambi i cani hanno trovato un loro buon equilibrio. Ogni

cane è un individuo e un bravo professionista sarà in grado di modulare la quantità di carboidrati, inclusa nella sua dieta, in base alle sue esigenze.

Vi consiglio di scegliere i cereali senza glutine, come il riso, il miglio, l'amaranto; il grano, con cui sono prodotti la pasta e il pane, contiene il glutine, che potrebbe generare un'intolleranza o allergia alimentare al vostro cane.

Il riso e la pasta devono essere stracotti, in questo modo l'amido in esso contenuti è reso digeribile, poiché durante la cottura gelatinizza. Potete anche utilizzare il riso soffiato, già cotto è digeribile e pronto all'uso, tuttavia non

tutti i cani lo amano. Il mio consiglio è di provare con una piccola confezione, se risulterà poco gradito, potrete sempre tenerlo come scorta in caso di mancanza di riso bollito o di tempo per prepararlo. Ricordate di leggere le istruzioni d'uso, poiché la quantità di riso soffiato da offrire è inferiore a quella del riso cotto.

Il pane è bene offrirlo secco o tostato, anche se la mia opinione è di somministrarne poco, più come premio o svago, piuttosto che includerlo nella dieta.

*Lo sapevate che: 10 grammi di
carboidrati/kg di peso sono una
quantità che il sistema digerente del
cane può utilizzare senza problemi*

OLI E GRASSI

Gli oli e i grassi devono essere inclusi nella dieta per varie ragioni, tutte illustrate nel [Capitolo 2](#), in questo paragrafo vorrei consigliarvi quattro tipi di oli che hanno particolari benefici se aggiunti alla dieta del cane. Naturalmente potrete utilizzare tutti gli altri oli vegetali, come olio di mais, olio

di girasole, olio di soia, che troverete anche in molte ricette di cucina casalinga per cani.

L'olio di pesce contiene gli acidi grassi omega 3 polinsaturi EPA e DHA, che possono aiutare a diminuire i problemi in caso di infiammazioni e dolori artritici, contribuire al buon funzionamento del cervello, contribuire alla salute del sistema arterioso, contrastare l'azione dei radicali liberi. Questi acidi grassi sembrano avere un effetto antinfiammatorio naturale.

L'olio di semi di lino è ricco dell'acido grasso omega 3 alfa linolenico, che ha un'ottima azione

protettiva del cuore e del sistema arterioso. Pare avere una buona azione anche sull'infoltimento del pelo. Ricordatevi che l'acido grasso omega 3 alfa linolenico richiede molto lavoro all'organismo del cane per essere trasformato negli omega 3 EPA e DHA, quindi vi consiglio di utilizzarlo alternato con l'olio di pesce e con un olio vegetale.

L'olio extra vergine di oliva è utile per migliorare il mantello e diminuire la secchezza della pelle; aiuta ad aumentare la quota di colesterolo "buono" o hdl nei cani sovrappeso ed è una buona fonte di vitamina E.

E' importante che i grassi o oli aggiunti alla dieta forniscano gli acidi grassi omega 6 e omega 3 in un rapporto corretto, l'ideale è che sia compreso tra 3:1 e 5:1.

Gli acidi grassi omega 6 sono presenti nel grasso della carne, maiale, pollo, tacchino, ecc., nell'olio di girasole, di soia e di mais, oltre che nell'olio di oliva, gli acidi grassi omega 3 si trovano in buona quantità negli oli di pesce, come salmone, aringa, olio di fegato di merluzzo, e nell'olio di semi di lino.

Quale fonte di omega 3 utilizzare?

La scelta di quale fonte di omega 3 aggiungere nella dieta del nostro cane non deve essere casuale, occorre considerare l'apporto di questi acidi grassi e di quelli omega 6 nei principali ingredienti dell'alimentazione del nostro amico a quattro zampe. La tabella seguente mostra il contenuto di omega 6 e omega 3 negli alimenti più comuni, carne, cereali e oli.

Tipo di carne	Omega 6, mg/100 grammi	Omega 3, mg/100 grammi
--	---	---

Cervo	510	260
Manzo al pascolo	120	80
Manzo alimentato con cereali	230	50
Pollo	530	40
Anatra		

selvatica	1850	170
Maiale magro	300	10
Aringa atlantica	100	1600
Sgombro atlantico	100	2500
Salmone allevato	100	1700

Trota europea allevata	900	1200
Merluzzo atlantico	Tracce	300
Tipo di cereale	Omega 6, mg/100 grammi	Omega 3, mg/100 grammi
Avena	-	-

Riso bianco, grano medio	41	9
Riso bianco, grano lungo	62	13
Mais, farina (polenta)	715	19
Orzo perlato, cotto	193	21

Tipo di olio	Omega 6, mg/100 grammi	Omega 3, mg/100 grammi
Olio di oliva	9760	761
Olio di cocco	1800	0
Olio di soia	50293	7033

Orientarsi non è facile, ma di seguito trovate due esempi che possono aiutarvi a prendere confidenza con questo tipo di valutazione:

Esempio 1: utilizziamo la carne di manzo con criteri applicabili anche alla carne di pecora, agnello e capra. Queste carni sono: ricche di grassi saturi, che affaticano il cuore e i vasi sanguigni, povere di grassi polinsaturi, benefici, e povere in acidi grassi omega 3. Quindi per bilanciare queste carenze nella dieta dovremo usare un alimento o un olio che

sia ricco in omega 3 e aiuti a raggiungere il rapporto omega 6/omega 3 di 3:1. In corsivo la carne che valutiamo, in caratteri normali gli alimenti di aiuto, con sfondo grigio quelli negativi.

Alimento	Grassi Saturi	Grassi polinsatur
Manzo, pecora,		

agnello, capra	Ricco	Povero
Pesce azzurro	Povero	Moderato
Olio di pesce	Povero	Ricco
Olio di lino	Povero	Moderato

Esempio 2: utilizziamo la carne di pollo e di anatra. Queste carni contengono: pochi grassi saturi, molti grassi insaturi e polinsaturi, sono ricche di omega 6 e sono povere di omega 3. Essendo carni diverse da manzo, agnello o capra, dovremo fare scelte diverse come suggerito nella tabella seguente.

Alimento	Grassi Saturi	Grassi polinsatur

Manzo, pecora, agnello, capra	Ricco	Povero
Pesce azzurro	Povero	Moderato
Olio di pesce	Povero	Ricco
Olio di lino	Povero	Moderato

INTEGRATORI

Gli integratori apportano quella quota di vitamine, facilmente deperibili negli alimenti (a causa della luce e del calore), o che sono presenti in quantità ridotte, e i minerali necessari ai cani. Dando un integratore si assicura al cane giovane una buona vecchiaia. In passato non si consigliava e alcuni puristi della dieta cruda lo ritengono un'aggiunta commerciale, ma i benefici sono molti se si cucina in casa.

Tabella 4 - Funzioni dei principali minerali necessari all'organismo del cane

MINERALE

FUNZIONE

Calcio

E' il minerale maggiormente presente nell'organismo del cane, importantissimo per la resistenza delle ossa e dei denti, perché non siano fragili e si spezzino. Partecipa anche alle contrazioni muscolari e al passaggio degli impulsi nei nervi.

Fosforo

E' il partner del calcio, essenziale come lui e che deve essere con il calcio in un rapporto equilibrato all'interno del flusso sanguigno. La maggior parte del fosforo si trova nello scheletro, ma partecipa anche al metabolismo di grassi, proteine e carboidrati e ad altre funzioni.

Magnesio

Si trova in grande concentrazione nello scheletro, ma anche negli organi e nei fluidi corporei, dove contribuisce ad eliminare le tossine dal corpo, alle funzioni del cuore e degli ormoni.

Sodio

Mantiene l'equilibrio dei fluidi cellulari, vale a dire che assiste il trasporto dei nutrienti e l'eliminazione dei

rifiuti.

Cloro

Mantiene l'equilibrio del pH nell'organismo ed è utilizzato nella digestione delle proteine.

Potassio

Si trova principalmente nei fluidi cellulari ed è essenziale per la trasmissione degli impulsi nei nervi e per la contrazione dei

muscoli.

Ferro

Si trova soprattutto nel sangue, dove partecipa al trasporto dell'ossigeno alle altre cellule dell'organismo.

Iodio

È necessario per gli ormoni tiroidei.

E' necessario per

Rame

la salute delle ossa,
del tessuto connettivo
e per la formazione
del sangue e dei
pigmenti che colorano
i peli.

Manganese

Partecipa al
metabolismo dei
grassi e dei
carboidrati, alle
funzioni della crescita
e della riproduzione e
alla formazione delle
ossa.

È un minerale

Zinco

utilizzato da più di 200 enzimi prodotti dall'organismo del cane, che partecipano alle funzioni della crescita, della riproduzione e al metabolismo di carboidrati e proteine.

Selenio

Essenziale per l'attività antiossidante all'interno delle cellule, partecipa alla formazione degli ormoni tiroidei e alle funzioni del sistema immunitario e

riproduttivo.

Alga bruna o *Ascophyllum nodosum*, un ottimo integratore naturale: questa alga appartiene alla famiglia delle Fucaceae, prolifera sulle coste dell'oceano Atlantico ed è conosciuta anche come *alga norvegese* per la sua enorme diffusione in quest'area. È inoltre presente sulle coste dell'Europa nordoccidentale, nell'Est della Groenlandia e sulle coste orientali del Nord America.

L'Ascophyllum nodosum si muove e

si propaga nell'acqua dell'oceano, i suoi nodi, che possiamo paragonare a dei salvagenti naturali, le permettono di restare a galla. I nodi sono anche importanti perché racchiudono molti oligoelementi, filtrati dall'oceano. L'alga contiene anche dei polifenoli legati a proteine, chiamati *fucooidani*, a cui è riconosciuta una forte attività anti-trombotica e anti-infiammatoria, inoltre è una miniera di sostanze antistress come le citochinine e le giberelline, promotrici della crescita e contiene mannitolo e alginati dall'effetto detossinante. E' ricca di iodio, aminoacidi, antiossidanti (vitamina C 375 mg/kg, betacarotene, vitamina E, polifenoli, vitamine del gruppo B, tra

cui la B3 o acido pantotenico 182,6 mg/kg) e minerali (calcio 4,2%, potassio 2,3%, magnesio 0,6%, iodio 1045 mg/kg).

L'attenzione nella raccolta e la lavorazione a basse temperature consentono di preservarne le qualità: è ridotta in polvere e utilizzata come integratore per consumo animale.

Se non trovate o non volete usare un prodotto a base di alga bruna *Ascophyllum nodosum*, potete cercare tra i vari integratori commerciali, sia naturali, sia chimici. Quelli in compresse potranno essere aggiunti dividendo la compressa in due parti o sminuzzandola, per mescolarli alla

zuppa. Attenetevi sempre alle dosi indicate.

Il sale dietetico aiuta l'equilibrio interno dell'organismo, non tutti i nutrizionisti lo utilizzano nelle diete, a mio parere è meglio un prodotto nel quale una parte di cloruro di sodio è sostituito con cloruro di potassio.

Tabella 5 - Funzioni delle principali vitamine necessarie all'organismo del cane

VITAMINA	FUNZIONE
----------	----------

Vitamina A

Sostiene il sistema immunitario, il benessere delle ossa e la crescita dei muscoli, il benessere della vista e della pelle.

Vitamina D

Assiste l'assorbimento del calcio e del fosforo per formare ossa sane, aiuta la coagulazione del sangue e il passaggio degli impulsi nei nervi.

Vitamina E

È uno dei più potenti antiossidanti al mondo, spesso viene utilizzata come conservante naturale per gli alimenti destinati ai cani. Partecipa anche alla formazione degli ormoni e al metabolismo dei grassi

È sintetizzata nella parte terminale

Vitamina K

dell'intestino dei cani,
assiste nella
coagulazione del
sangue e nella
formazione delle ossa.

Vitamina C

Chiamata anche
acido ascorbico
agisce come
antiossidante,
partecipa alla
formazione del
collagene e degli
ormoni e alla crescita
e mantenimento delle
cellule.

*Vitamine
del gruppo B*

Tiamina o
B1

Contribuisce alla crescita e alle funzioni neurologiche.

Riboflavina o
B2

Sostiene l'azione delle altre vitamine e partecipa al benessere di occhi e pelle.

Niacina o
B3

Importante per il metabolismo energetico e per

mantenere dei muscoli forti.

Acido
pantotenico o
B5

Sostiene la
produzione degli
ormoni e aiuta la
digestione e la
riproduzione.

Pirossidina
o B6

Aiuta la
produzione dei globuli
rossi e le funzioni
degli enzimi

Necessaria alla

Cobalamina
o B12

produzione dei globuli
rossi, alla
trasmissione degli
impulsi nei nervi e
alla salute del cuore.

Biotina

Aiuta a
trasformare gli
aminoacidi in muscoli
e migliora la salute di
peli e pelle.

Acido
folico

È importante per
la crescita e
moltiplicazione
cellulare, la
produzione dei globuli

rossi e la prevenzione delle anomalie durante la gravidanza

Colina

Non è una vera vitamina, ma agisce come una vitamina del gruppo B, nel metabolismo dei grassi ed è utilizzata in sostanze chimiche per le funzioni cerebrali.

GUSCI D'UOVO

Sono una ottima fonte di calcio.

Si preparano come segue: si aprono le uova (per esempio quando cucinate una frittata) e si seccano i gusci in forno a 180-200 °C. Le alte temperature eliminano i germi, fate attenzione la prima volta a non carbonizzarli, valutate bene le prestazioni del vostro forno. Una volta secchi i gusci si pestano e frantumano in un mortaio, sino a ridurli a polvere che può essere conservata in un barattolo chiuso, al riparo dall'umidità.

Siamo pronti per preparare un pasto casalingo per il nostro cane, sorge spontanea una domanda: quale è la

quantità corretta per il mio amico a quattro zampe? Non esiste una risposta unica, poiché ogni cane è un individuo singolo, anche all'interno di una stessa razza. Dunque, come si calcola la quantità giornaliera di alimento da offrire al vostro cane? Una volta scelta la dieta (ricetta) sarà necessario calcolare quanta energia fornisce e conoscere il fabbisogno giornaliero di energia del nostro cane.

Una volta che avrete i due dati (energia fornita dalla dieta e fabbisogno energetico giornaliero del vostro cane) dovrete utilizzare la formula:



Fabbisogno energetico giornaliero
del cane (Kcal/giorno)

Razione giornaliera = -----

----- x 1000

(g di alimento/giorno) // Energia
fornita dalla dieta (Kcal/kg)

Un esempio chiarificatore può essere il seguente: se un cane di **10 kg** di peso ha un fabbisogno di energia di **742 kcal/giorno** e lo alimentiamo con una dieta casalinga che fornisce **1500**

kcal/kg, la formula sarà: $(742/1500) \times 1000 = 495$ g di alimento al giorno (Biagi, 2013). Poiché la formula fornisce la quantità giornaliera, questa dovrà essere divisa in due pasti: nell'esempio, prima citato, avremmo 247,5 grammi/pasto. Potrete semplificare offrendo un pasto di 247 grammi e un pasto di 248 grammi.

Per facilitarvi il compito nel [Capitolo 13. Ricette](#) di questo libro trovate una tabella che indica il fabbisogno energetico per alcune classi di peso dei cani, tra le quali troverete quella del vostro cane. Per ogni peso di riferimento, la tabella riporta il fabbisogno energetico in rapporto a 3

livelli di attività: cani inattivi, cani attivi e cani super attivi.

- Inattivo/scarsa attività fisica meno di 20 minuti di passeggiata o meno di 2 passeggiate da 20 minuti al giorno oppure cani anziani o di età adulta ma con attività ridotta per varie ragioni;
- normale attività fisica almeno 2 passeggiate al giorno da 20 minuti e almeno 2 volte a settimana una visita al parco o in esterno con attività di gioco oppure fare jogging 2 volte a settimana con un

membro della famiglia o una passeggiata in campagna di almeno 2 ore;

- extra attività fisica almeno 2 lunghe passeggiate al giorno, di 30 minuti ognuna, e almeno 1 corsa con un membro della famiglia 3 o più volte a settimana oppure 3-4 ore alla settimana di gioco con la palla in un prato oppure giocare intensamente al parco per 30 minuti tre o più volte a settimana.

Nonostante l'utilizzo della formula che vi ho suggerito, non dimenticate mai che ogni cane è un individuo, sarà quindi necessario osservarlo attentamente per

verificare se la nuova dieta/le nuove diete mantengono il suo stato fisico o lo fanno dimagrire o ingrassare. Se vedrete dimagrire il vostro amico a quattro zampe dovrete aumentare la razione giornaliera, interpellate il professionista che vi segue, che vi indicherà di quanto e come. Osservate in 15 giorni se torna in forma. Lo stesso farete, diminuendo la razione giornaliera dopo consulto con il professionista, nel caso stia ingrassando. Potete aiutarvi con le tavole del BDS o Body Condition Score, che trovate in [Appendice 1](#).

Esiste anche un metodo empirico generale, che indica come quantità di cibo da somministrare una percentuale

del peso del cane: il 2,5% - 3% del peso del cane sarebbe la quantità giornaliera di cibo ideale. Questa potrebbe poi dover essere leggermente modificata, osservando se il cane se ingrassa o se dimagrisce, in base anche al tipo di attività fisica. Un altro fattore di cui bisognerebbe tenere conto, se si vuole utilizzare questo metodo empirico, è la taglia del cane: se la taglia del cane è piccola il metabolismo sarà alto, per cui la percentuale di cibo dovrà essere più alta (4-5%), mentre i cani giganti hanno un metabolismo basso e la percentuale di alimento dovrà essere più bassa (2% o al massimo 2,5%).

Personalmente trovo questo metodo

empirico molto approssimativo, tuttavia diversi libri o siti lo consigliano o suggeriscono, quindi desidero sottolineare che stiamo ragionando su cani adulti, in buono stato di salute, per cani adulti con malattie croniche o femmine gravide o in lattazione o per i cuccioli, sarà sempre sensato rivolgersi a un professionista, medico veterinario o nutrizionista o entrambi, per non incorrere in errori di composizione della dieta o di sottovalutazione dei fabbisogni, che potrebbero causare danni alla salute.

Infine, la composizione della ciotola dovrà privilegiare le proteine animali, possibilmente il 60-70%, comprendere

sino a un massimo di 20% di carboidrati, 10% di verdura e 5% di frutta se il cane l'apprezza.

CAPITOLO 8. PRIMI PASSI NELL'ALIMENTAZIONE CRUDA

Le novità creano sempre dubbi all'inizio, gli alimenti secchi del commercio sono offerti *completi e bilanciati*, ma la carne cruda? Come farò a rendere completo e bilanciato il pasto del mio cane?

Non tutti i medici veterinari sono concordi sulla sicurezza nell'adottare questo tipo di alimentazione per il vostro cane, io stessa al momento non la

utilizzo per i miei, ma è importante sfatare alcune false credenze e capire le regole fondamentali dell'alimentazione a base di carne cruda, prima di decidere cosa fare. Una volta presa la decisione, rivolgetevi sempre ad un professionista esperto, che vi guidi nel percorso di adattamento e di apprendistato a come formulare dei pasti corretti.

Poiché dobbiamo capire un concetto completamente nuovo, lo introduciamo con una tabella che sintetizza 9 passi fondamentali per iniziare:



1. La dieta cruda deve fornire calcio

2. Gli organi sono multi vitaminici

3. Il muscolo carnoso è la base della dieta

4. Fare attenzione ai grassi

5. Non abbandonare frutta e
verdura

6. NO all'amido

7. Variare è il segreto

8. Bilanciare nel corso della settimana

9. Dare il pesce 1 -2 volte a settimana

Primo passo: *la dieta cruda deve fornire calcio*, infatti il calcio e il fosforo sono due macrominerali fondamentali per tutti i cani, soprattutto i cuccioli. Il muscolo carnoso è molto ricco di fosforo e povero di calcio,

mentre le ossa sono ricche di calcio e magnesio. Calcio e fosforo devono essere presenti nella dieta in rapporto equilibrato tra loro, 1:1, per cui se nel pasto crudo fosse compresa solo la carne, potremmo causare scompensi al sistema nervoso e alle ossa dello scheletro. Dovremo scegliere, quindi, le ossa e si tratta delle cosiddette ossa polpose, di buona qualità, a seconda della taglia del nostro cane, per esempio ali di pollo, colli di tacchino, coda di bovino, colli e costole di ovino.

Nel comporre il pasto del nostro cane pensiamo a come è composta una preda, per esempio un coniglio, e proviamo a mettere la maggior parte del

suo corpo nella ciotola, mantenendo le proporzioni tra muscolo carnoso, ossa polpose, ossa e organi.

Lo sapevate che: anche le uova intere, con tutto il guscio, possono fornire il giusto rapporto di calcio e fosforo

Fatta questa debita premessa,

passiamo a parlare di un argomento principale le ossa, che sono spesso fonte di dubbi.

8.1 LE OSSA POLPOSE

Le ossa crude sono un'ottima fonte di calcio e magnesio, sono perfette insieme alla carne, ricca di fosforo, per bilanciare naturalmente nella dieta il rapporto tra calcio e fosforo. Si definiscono ossa polpose perché sono composte per almeno metà da carne e all'interno da ossa che possono essere totalmente o in parte mangiate dal cane.

Non date mai ossa cotte, sono pericolose perché possono scheggiarsi e ferire lo stomaco del cane. Date solo ossa crude e scegliete il tipo in base alla

taglia del cane e all'ampiezza delle sue fauci. Fate molta attenzione se è un cane che inghiotte senza masticare, scegliete ossa più grandi di quelle ideali, così che debba masticarle per forza e supervisionate per tutto il periodo che le mangerà. Se siete alla vostra prima esperienza con la dieta cruda o Barf, fatevi consigliare da un esperto.

Le ossa polpose più in uso sono: colli di pollo e di tacchino, schiena e quarto posteriore del pollo, collo e costato di agnello/ovino, le costine di maiale, la coda di bue. Nel caso del pesce possiamo pensare agli sgombri e alle sardine o alici freschi.

Lo sapevate che: se avete paura delle spine nel pesce fresco potete cuocerlo ed eliminare la spina centrale. Non sarà crudo, ma fornirà gli acidi grassi omega 3 necessari al cane e voi sarete tranquilli.

Le ossa polpose dovranno essere inserite secondo i consigli dell'esperto che vi segue, in genere il 10%-15% è sufficiente, una quantità ragionevole di ossa polpose non è pericolosa, generalmente, per il cane e il 15% di

inclusione lascia spazio nella razione ad altri alimenti, oltre al muscolo carnoso anche agli organi, alla frutta e alla verdura. Tuttavia, le ossa polpose possono rappresentare sino al 30% della razione totale, secondo alcune scuole di pensiero, ma un'eccessiva quantità di ossa può causare costipazione, feci dure e di colore biancastro e un eccesso di calcio, che potrebbe bloccare l'assorbimento di altri minerali.

A mio parere è importante non insistere a priori con le ossa nella razione del vostro amico a quattro zampe, la maggior parte dei cani non ha problemi, ma se il vostro li ha (tossisce mentre le ingoia, ha un poco di sangue

nelle feci, non le mastica, ecc.) potete pensare ad acquistare ossa e carne macinate insieme, ci sono siti specializzati, ma fate attenzione ad assicurarvi che siano ben bilanciate tra loro (50% carne e 50% ossa), oppure macinatele voi comprando l'apposito apparecchio. Potrete gestire le varie parti della carcassa del pollo anche con uno strumento "casalingo". Oppure, semplicemente, aggiungere farina di ossa grau alla razione.

8.2 GLI ORGANI

Nell'alimentazione cruda, come in quella casalinga, gli organi sono un insieme di alimenti importanti da aggiungere alla razione. Fegato, reni, milza, cuore e polmoni contengono molte vitamine e sono densi anche di altri nutrienti. La percentuale di inclusione degli organi nella razione totale è circa del 5%. Se vi aggiungiamo anche il ruminante, la trippa, e l'omaso possiamo arrivare sino al 10% di inclusione. Il cuore, che è anch'esso considerato un muscolo carnoso, deve essere dato in quantità ben dosate nelle diete crude. Cominciate aggiungendo piccole quantità a tutti i pasti, senza

concentrare tutto il fabbisogno di organi in un singolo pasto, per evitare feci troppo molli.

Secondo una linea di pensiero americana, gli organi potrebbero rappresentare anche il 30% della razione totale, come nella preda in natura più o meno, ma vi consiglio di essere prudenti (per esempio il fegato, molto ricco di vitamina A, lo offrirei non più di 2 volte a settimana) e di consultare il professionista che segue la formulazione dei pasti crudi per il vostro cane.

Lo sapevate che: il cuore è un organo, ma anche un muscolo carnoso. Pur essendo molto ricco in taurina, un aminoacido, può rappresentare da solo sino al 10% della razione alimentare totale.

8.3 LA CARNE E I GRASSI, LE UOVA, LA TRIPPA VERDE

La carne, il muscolo carnoso, rappresenta la percentuale maggiore di alimento che compone la razione totale. Il muscolo carnoso può essere preparato in bocconi, di grandezza adeguata alle fauci del cane, così che li debba masticare, o macinato. Rifornitevi di carne di animali differenti: manzo, ovino, maiale, pollo, tacchino. Potreste anche considerare coniglio e anatra, ma sono molto costosi. Questa varietà di

carni, oltre ad essere salutare per il cane, perché apporterà differenti quantità degli stessi macronutrienti (proteine, grassi, macrominerali, ecc.) e micronutrienti (vitamine, oligominerali, enzimi, ecc.), vi aiuterà con la gestione della varietà nelle ossa polpose. Per esempio, se le ossa polpose che riuscite a offrire sono principalmente di pollo, la carne potrà essere di manzo, maiale od ovino.

Lo sapevate che: sarebbe opportuno avere almeno 2 fonti proteiche, vale a dire due tipi di carne

*diversa (per es. pollo e maiale; manzo
e tacchino; cavallo e pecora; ecc.)
all'interno della nella razione
alimentare.*

I grassi sono necessari per il benessere del sistema immunitario, del sistema nervoso e della pelle. Però contengono il doppio delle calorie della carne e poche vitamine e minerali. La maggior parte dei grassi la forniamo con la carne stessa e poi dobbiamo aggiungere del pesce azzurro o dell'olio per apportare gli acidi grassi omega 3. Sarà quindi utile analizzare quali carni

contengono una percentuale consistente di grassi:

Carne ad alto contenuto in grassi	Carne a basso contenuto in grassi
Tutti i tagli di pollo con la pelle	Tutti i tagli di pollo senza pelle
Macinato bovino con +13% di grasso	Macinato bovino con 6%-10% di grasso

Pancetta cruda

Filetto di
maiale

Tutti i tagli di
anatra, con e senza
pelle

Coniglio

Agnello

Cavallo

Salmone
(sempre cotto)

Pesci bianchi

Le uova sono un alimento completo, ricco di nutrienti, e si possono includere con tutto il guscio. Per aumentare la digeribilità dell'albume potete cuocerle per circa 5 minuti in acqua, così che il tuorlo resti crudo. Non crediate che le uova biologiche, dal punto di vista nutritivo, siano migliori di quelle da allevamento comune, anche ammesso che la differenza esista, sarebbe così minima, da non avere alcun impatto.

La trippa verde è il ruminato di bovini, ovini e caprini, il suo valore è legato ad alcuni enzimi che stimolano la digestione e al fatto che l'odore, disgustoso per noi, è molto amato dai cani. Si può comprare solo nei negozi di

alimenti per animali, perché non è ammessa al consumo umano.

8.4 LA VERDURA E LA FRUTTA

La verdura è fondamentale anche nella dieta cruda, perché prende il posto di quel contenuto di erba o altri vegetali presente nello stomaco delle prede, perché sostituisce l'erba che i cani mangiano e perché fornisce vitamine, minerali, fito-nutrienti. Tuttavia, a parte l'erba, il cane non mangia le verdure crude, non possiede gli enzimi per rompere la parete cellulare e non gli piacciono. Dovremo quindi mimare la predigestione che avviene nei ruminanti, o cuocendo brevemente al vapore o tritandole o centrifugandole. Le

aggiungeremo in percentuale del 10% massimo alla razione alimentare totale. Il consiglio generale è di variare il tipo di verdura offerta e di scegliere quella di stagione.

Le carote crude sono difficili da digerire, anche se tritate, meglio cuocerle al vapore. Le crucifere, broccoli, cavoli, verze, sono sospettate di indurre ipotiroidismo se consumate eccessivamente. Potete dare liberamente le verdure a foglia verde, come lattuga e indivia, zucchine, fagiolini, sedano, zucca cotta, finocchi, carote cotte.

Lo sapevate che: è meglio evitare i pomodori, sono acidi, le patate crude, i peperoni e le melanzane, perché difficili da digerire per il cane.

La frutta deve essere data in piccola quantità, massimo 5% della razione alimentare totale, perché in natura i cani mangiano la frutta occasionalmente. Poiché cercheremo di non cuocerla e la razione è composta principalmente di carne, adottiamo l'accorgimento di offrirla o 1 ora prima del pasto o 3 ore dopo. Le proteine della carne, infatti, richiedono un tempo discretamente lungo

per essere digerite e assimilate, se insieme alla carne offriamo la frutta, questa rimarrà a lungo nell'intestino, potrà fermentare e produrre alcol, che è dannoso per il cane.

Sia la verdura che la frutta, se potete, sceglietela biologica. Vi assicurerete di evitare quasi totalmente i pesticidi.

In conclusione, la regola d'oro di ogni tipo di alimentazione è variare. Proprio come noi, più alimenti il nostro cane troverà nella ciotola, più si manterrà in salute facilmente. Utilizzate tipi diversi di carne e tagli diversi di carne, senza disdegnare la trachea bovina, i piedi di maiale e pollo, la

coda bovina od organi come il polmone. Pensate che i piedi di maiale e pollo e la trachea bovina sono ricchi di due sostanze, la condroitina e la glucosamina, che aiutano a mantenere in ottimo stato le cartilagini delle articolazioni.

Affidatevi ad un professionista per iniziare, potrà consigliarvi come comporre la ciotola e quanto alimento somministrare in base al peso del vostro cane.

Da parte mia voglio condividere con voi la mia esperienza, vi suggerisco di comporre la ciotola così: 50% carne – 15% ossa polpose – 10% organi – 10%

cuore – 10% verdure – 5% frutta.

Per la quantità da somministrare: i suggerimenti più popolari sono 2%-3% o 3%-4% del peso corporeo. Quindi un cane di 25 kg mangerebbe 500 grammi – 1 kg al giorno. Vi sembra un intervallo ampio? Avete ragione, infatti ogni cane è un individuo singolo e dovrete osservarlo bene e adattare queste indicazioni a come reagisce il vostro amico a quattro zampe. Valutare se è troppo magro o se è troppo grasso aiutandovi con la tabella del BDS o Body Condition Score che troverete in [Appendice 1](#). Fate scorrere la mano lungo il torace, se potete sentire le costole, ma vedete solo le ultime 2 o 3,

state somministrando la giusta quantità di cibo.

CAPITOLO 9. ALIMENTI SPECIALI PER AMICI SPECIALI

Qualunque tipo di alimentazione abbiamo scelto, secco o umido commerciali, cucina casalinga o crudo, è utile conoscere alcuni alimenti che possono migliorare il benessere fisico del nostro cane. Per cominciare vi propongo i miei cinque alimenti preferiti: miele, zucca, pesce azzurro, yogurt e mirtilli.

9.1 IL MIELE UN TOCCASANA PER I NOSTRI CANI

Il miele è un super-alimento, ricco di vitamine, minerali e antiossidanti, l'uomo lo utilizza da migliaia di anni per il suo gusto dolce e perché aiuta la ripresa dell'organismo, soprattutto in caso di raffreddore, tosse, febbre.

Vi suggerisco di comprare il miele grezzo, perché non essendo trattato industrialmente, contiene molte vitamine (le vitamine liposolubili A, D, E, K e il complesso delle vitamine B), alcuni tra i

minerali più importanti (calcio, fosforo, magnesio, zolfo, potassio, manganese, rame e iodio) e anche un discreto livello di vitamina C, che può variare da 300 milligrammi a 100 grammi. La lavorazione industriale del miele, invece, utilizzando temperature elevate, distrugge parte delle vitamine e degli antiossidanti.

Il colore naturale del miele varia da dorato chiaro ad ambra dorata, in base ai tipi di fiori utilizzati dalle api per produrlo.

Il miele grezzo può essere acquistato dai produttori di miele, gli apicoltori, di dimensioni medie o piccole, che lo vendono localmente, nei mercati agricoli

o in azienda.

Perché i nostri amici a quattro zampe abbiano un concreto beneficio dal miele non è necessario offrirne grandi quantità, metà cucchiaino da tea ogni 15 kg di peso è sufficiente per mantenere lo stato di salute dei nostri amici a quattro zampe. Poiché i cani lo apprezzano molto, potete offrirlo con un cucchiaino di plastica che leccheranno o miscelarlo con uno o due cucchiaini di yogurt per una merenda salutare.

**ESISTONO
CONTROINDICAZIONI
MIELE? AL**

Il miele è un super alimento, eppure dobbiamo evitare di offrirlo al nostro cane se è diabetico o malato, consultatevi prima con il medico veterinario di vostra fiducia. Ricordate che il miele è uno zucchero semplice, contiene 64 calorie in un cucchiaino da minestra. Può sembrarvi poco, ma in realtà è relativo, dipende molto dal peso normale del vostro amico a quattro zampe e da quanta attività fa in una giornata. Un aumento del peso si raggiunge facilmente se, somministrando il miele, una o due volte a settimana, non eliminiamo qualcosa di altro. Diminuiamo gli spuntini e i premi o la quantità di cibo che offriamo ai pasti nei giorni in cui somministriamo il miele

come spuntino salutare.

QUANDO UTILIZZARE IL MIELE

Oltre a somministrarlo una o due volte a settimana, per mantenere in salute il nostro amico a quattro zampe, possiamo utilizzarlo anche in casi particolari, per esempio a quei cani che soffrono di allergie ambientali, soprattutto in primavera e autunno (*Poutinen, 2016*). Se osservate che il vostro amico a quattro zampe si gratta frequentemente o si lecca le zampe o strofina spesso il muso sulla cuccia, potrebbe trattarsi di allergie ambientali,

soprattutto se il medico veterinario ha escluso un'allergia alimentare. In questo caso, cercate un produttore della vostra zona o di una zona il più vicino possibile, infatti, le api avranno raccolto il polline dei fiori di campo o delle piante presenti in questa area. Somministrate 1 cucchiaino di miele una o due volte al giorno a cani di taglia grande, 2 cucchiaini da tè al giorno per i cani di taglia media e 1 cucchiaino da tè al giorno per i cani di taglia piccola, sino alla scomparsa dei sintomi o non appena appaiono.

Eliminate ogni extra pasto in questo periodo e osservate attentamente il vostro amico a quattro zampe. Se vi

sembra ingrassati, diminuite anche la quantità di alimento ai pasti. Se i sintomi non scompaiono in due-tre giorni consultate il medico veterinario di vostra fiducia.

Il miele è può essere utile anche in caso di disagi gastro-intestinali, se si tratta di attacchi lievi di feci molli o stomaco in disordine o se il vostro amico a quattro zampe vuole mangiare dell'erba, due dosi di miele possono aiutare a calmare e dare sollievo all'apparato gastro-intestinale. È anche un'ottima fonte di energia, ideale per i cani in età avanzata: il miele è uno zucchero semplice e gli zuccheri danno una sferzata di energia all'organismo.

Molti proprietari di cani atleti utilizzano il miele per promuovere l'energia necessaria ad aumentare la resistenza alla fatica e la vitalità. Possiamo applicare questo principio anche ai cani adulti o che si avvicinano all'età senior, sceglieremo un miele grezzo di produzione locale, anche in questo caso, e offriremo 1 cucchiaino da minestra al giorno per i cani di taglia grande, 2 cucchiaini da tea per i cani di taglia media e 1 cucchiaino da tea per i cani di taglia piccola.

Lo sapevate che: è sbagliato offrire

il miele grezzo ai cuccioli, potrebbero essere presenti alcuni microrganismi che, non pericolosi per il sistema digerente di un cane adulto, potrebbero invece far ammalare il vostro cucciolo.

9.2 ZUCCA, UN PIENO DI FIBRA

La zucca è un alimento molto utile per i nostri amici a quattro zampe, è un'ottima fonte di fibra e aiuta la regolarità delle funzioni intestinali. Se il vostro cane ha problemi di diarrea o di costipazione, in entrambi i casi la zucca aiuta a risolvere la situazione.

Vi consiglio di avere nella vostra dispensa la zucca tutto l'anno, questo vegetale è un rimedio efficace e naturale in caso di diarrea non specifica improvvisa. La maggior parte dei cani ne apprezza il sapore e potete tagliarla

in cubetti e cuocerla al vapore, quindi aggiungerla al pasto in ragione del 10-12%. Può essere d'aiuto anche in caso di costipazione o se notate che il vostro amico a quattro zampe mangia molta erba, perché aiuta a ripulire l'intestino.

QUALI SONO I BENEFICI PER IL NOSTRO AMICO A QUATTRO ZAMPE?

Le fibre che la zucca contiene nella sua polpa, 7 grammi di fibra in circa 120 grammi di polpa, sono un nutriente che non può essere completamente digerito dall'organismo del cane, per questo determinano un senso di sazietà,

che aiuta il nostro amico a quattro zampe a sentirsi soddisfatto, a non cercare altro cibo. Possiamo, quindi, utilizzarla per aiutare il nostro cane a controllare il peso, soprattutto in inverno, quando il movimento giornaliero diminuisce. Se volete utilizzare la zucca a questo scopo potete aggiungere un 10% alla dieta, come per tutte le verdure o un 5% per unirla con un'altra verdura, se non siete sicuri chiedete consiglio al medico veterinario di fiducia o al nutrizionista che vi segue, potranno indicarvi quanta aggiungerne ai pasti del vostro cane.

In caso di diarrea blanda o feci molli, potete aggiungere da 1 a 4

cucchiaini di zucca, in purea, al pasto del vostro cane. Le fibre solubili in essa contenute assorbiranno parte dell'acqua presente nelle feci, rendendole più compatte. Iniziate con un cucchiaino e aumentate gradatamente. Se il vostro amico a quattro zampe fosse colpito da diarrea pesante, feci liquide o consistenti come semolino, consultate il vostro veterinario di fiducia, in questo caso non solo il cane potrà facilmente disidratarsi, ma le cause possono essere molteplici, non solo alimentari, e avrete necessità di seguire un'ottima cura.

Proprio per la capacità ad assorbire acqua, di una parte delle fibre in essa contenute, la zucca può aiutare e

risolvere i problemi di lieve costipazione. Agirà da emoliente delle feci, rendendole più molli e facili da evacuare per il vostro amico a quattro zampe.

COME AGGIUNGERE LA ZUCCA AI PASTI

Lavate la zucca e togliete picciolo e buccia, oppure comprate la zucca già tagliata in parti ed eliminate la buccia. Togliete i semi e tagliate la polpa in fette o dadini, nel primo caso potrete cuocerla al forno, senza sale ed olio, nel secondo caso potrete cuocerla al vapore. Consiglio sempre di ridurla in

purea per una più facile digestione. Non offrite la polpa cruda, non è digeribile per il cane.

Lo sapevate che: i semi, dopo averli lavati, potete arrostarli in forno, preriscaldato a 180 °C, per circa 1 ora.

Se volete aggiungerli alla dieta del vostro amico a quattro zampe, dovrete pestarli o macinarli accuratamente. Gli

oli contenuti nei semi di zucca si ritiene possano proteggere il benessere delle vie urinarie. Una volta arrostiti i semi potranno essere conservati per massimo 2 settimane.

9.3 IL PESCE AZZURRO E GLI OMEGA 3

Il pesce azzurro è ricco di acidi grassi omega 3, conosciuti a tutti noi perché aiutano a proteggere il cuore e il sistema arterioso-venoso.

Cosa sono gli acidi grassi? Sono i mattoni con cui si costruiscono i trigliceridi, componenti dei grassi.

I grassi sono secondi solo alle proteine, per importanza, nella dieta del nostro cane. Quando prepariamo il pasto del nostro amico a quattro zampe, sia

che usiamo un alimento pronto, sia che lo cuciniamo, conosciamo il tipo di carne (pollo, manzo, cervo, anatra, pesce) e il tipo di grassi (pollo, bovino, pesce), ma vi siete mai domandati quale sia la fonte di acidi grassi omega 3 migliore da aggiungere?

A mio parere si tratta del pesce azzurro, sgombri, sardine, alici. Il pesce azzurro è un buon alimento, non è solamente ricco di omega 3, ma anche di minerali e oligominerali. Possiamo trovarlo nella formula di alcuni mangimi secchi o umidi del commercio. Per chi cucina i pasti al proprio amico a quattro zampe (ma anche per chi sceglie le crocchette o le scatole di umido) si tratta

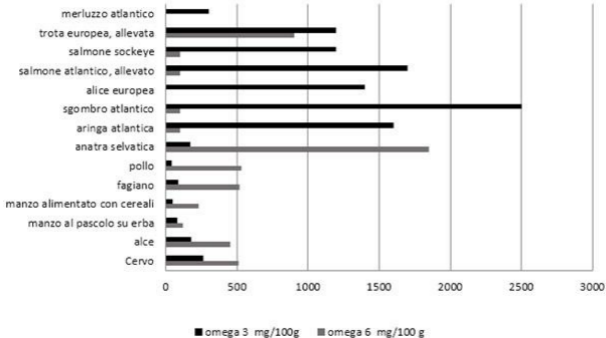
di aggiungere degli sgombri, delle sardine o alici, sia fresche, sia in scatola al naturale e senza sale. Le alici meglio al naturale.

Non solo gli acidi grassi omega 3 sono importanti, ma devono essere bilanciati con gli acidi grassi omega 6 all'interno di una dieta. Entrambi sono importanti, ma semplificando, gli omega 6 se presenti in quantità troppo elevata e non bilanciata con gli omega 3 possono determinare stati di infiammazione nell'organismo dei nostri cani.

Leggendo il grafico, che segue, possiamo verificare come le carni degli animali allevati e comunemente presenti nelle diete dei nostri cani (manzo, pollo,

anatra, ecc.) siano abbondanti in omega 6. È chiaro dunque come il pesce azzurro, ricco in omega 3, aggiunto alla dieta possa bilanciare il rapporto in questi acidi grassi a favore del benessere dei nostri cani. Un buon rapporto omega 6:omega 3, come spiegato più volte precedentemente, va da 3:1 a 5:1.

Omega3 - Omega 6 in carni e pesci



9.4 YOGURT UN CIBO SANO

Contrariamente a quello che potremmo pensare, lo yogurt è un cibo sano per i nostri cani. Per ovvie ragioni, legate ai metodi produttivi e alle temperature utilizzate durante questi, lo yogurt non è un ingrediente presente negli alimenti commerciali secchi o umidi. Possiamo però offrirlo noi ai nostri amici a quattro zampe, subito dopo il pasto della mattina, per esempio.

Lo yogurt al naturale, magro preferibilmente, è una fonte eccellente di calcio e può fornire alcuni batteri

benefici probiotici ai nostri cani, provate ad aggiungerlo alle crocchette o all'umido che offrite al vostro amico a quattro zampe oppure a porlo nella ciotola subito dopo un pasto casalingo, ne saranno ghiotti e lo aspetteranno tutte le mattine. Ecco come dosarlo: per cani di taglia piccola da 1/3 a 1/2 cucchiaino da minestra, per cani di taglia media 1 cucchiaino da minestra, per cani di taglia grande 2 cucchiaini da minestra.

Nello scegliere lo yogurt, oltre a privilegiare quello naturale e magro, leggete l'etichetta e assicuratevi che non contenga zuccheri aggiunti, anche il succo di uva, per dolcificarlo.

Non dimenticate che alcuni cani

faticano molto a digerire i prodotti derivati dal latte, per questo se il vostro amico a quattro zampe ha dei problemi intestinali cronici, consultate in medico veterinario per sapere se e quanto yogurt offrirgli. Inoltre, alcuni cani sono intolleranti al lattosio, lo zucchero del latte, e potrebbero soffrire di flatulenza o diarrea o vomito. Cominciate con piccole quantità di yogurt, inferiori alla dose ideale, e se vedete apparire uno di questi sintomi smettete immediatamente, il vostro cane starà molto meglio senza!

9.5 I MIRTILLI, UNO SCRIGNO DI ANTIOSSIDANTI

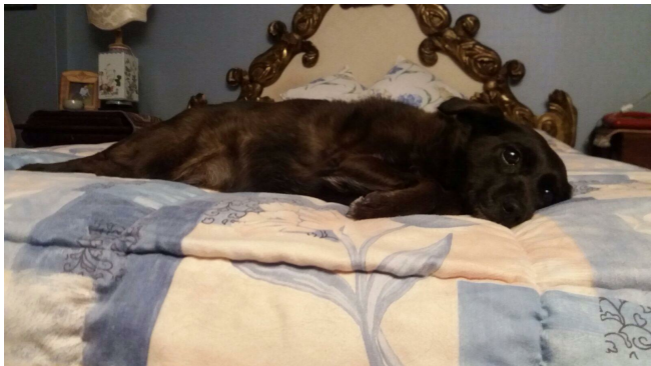
Sono una fonte valida di zinco, antiossidanti, selenio, vitamina E, vitamina C e vitamine del gruppo B. Sono molto utili nei cani adulti e che si avviano a divenire *senior*, per contrastare i radicali liberi prodotti nei processi ossidativi del cervello. I mirtilli possono essere un valido aiuto a mantenere viva l'attenzione dei nostri amici a quattro zampe non più giovani.

I **mirtilli rossi** sono ricchi di

vitamina C, manganese e fibra e possono essere d'aiuto nell'evitare l'insorgere di problemi al tratto urinario e a mantenere l'equilibrio acido basico dell'organismo. Vi consiglio 1 cucchiaino da tavola di mirtilli rossi stufati, aggiunti al pasto del cane.

I **mirtilli neri** sono una fonte eccellente di zinco, antiossidanti, selenio, vitamine C, E, A e gruppo B. La vitamina C e le fibre sono componenti importanti per una corretta nutrizione dei nostri cani. Stufate anche i mirtilli neri e aggiungetene sempre 1 cucchiaino da tavola al pasto.

Lo sapevate che: per cuocere i mirtilli potete stufarli: prendete 2 cucchiaini di mirtilli e aggiungete dell'acqua sino a coprirli in una pentola antiaderente. Una volta cotti passateli al setaccio e offritene 1 o 2 cucchiaini da tavola in un pasto.



Brigitte, 12 anni

CAPITOLO 10.

VIVA LA FRUTTA!

La frutta è un alimento prezioso, per noi esseri umani e anche per molti animali che se ne cibano, ma per i cani? Alcuni puristi dell'alimentazione cruda escludono l'utilizzo di frutta e verdura, nel comporre la dieta del cane, perché ritengono il cane un carnivoro stretto. Altre idee di pensiero fanno riferimento ai lupi e a diete il più possibile simili a quelle di questi animali liberi in natura.

A mio parere, inserire una certa quota di frutta e verdura nella dieta del nostro cane può avere molti effetti

benefici perché frutta e verdure sono ricche di vitamine, minerali, antiossidanti e fito-nutrienti. Dunque, perché privarne i nostri amici? Dovremo solo fare attenzione alle quantità, da mantenere moderate anche in caso il vostro amico a quattro zampe mostri di esserne ghiotto.

10.1 QUALE FRUTTA?

Come tutti gli alimenti anche la frutta deve essere aggiunta alla dieta in piccole dosi, poi via via si potrà aumentare la quantità, pur mantenendola moderata. Se alimentate il cane con la dieta cruda, ricordatevi di offrire la frutta o 1 ora prima del pasto o 3 ore dopo questo, eviterete che fermenti, se data contemporaneamente alla carne cruda, che ha tempi di digestione più lunghi. Se avete dei dubbi chiedete consiglio ad un professionista.

Il **melone** è molto salutare perché

ricco di nutrienti, è una buona fonte di vitamina A, vitamine del gruppo B, beta-carotene, potassio, magnesio e acido folico. Il beta-carotene può essere convertito a vitamina A nell'organismo del cane, questa vitamina è utile per mantenere le capacità visive. La vitamina C agisce come antiossidante, rinforzando il sistema immunitario. Molti cani lo amano ed è quindi semplice somministrarne una piccola quantità nel pasto (1 fetta, ma cominciate con 2 o 3 bocconcini) tagliato a pezzetti, ricordandovi di eliminare buccia e semi.

I **cocomero** non ha controindicazioni ed è molto amato dal cane, ma dovete eliminare tutti i semi,

oltre alla buccia. Un lavoro di concentrazione, ma molti cani amano il sapore dolce e acquoso di questo frutto.

Lo sapevate che la frutta ricca di acqua, come il melone e il cocomero, in estate può essere un toccasana per rinfrescare il vostro cane

Le **banane** sono un alimento ottimo per i cani atletici e dinamici e per i cani

anziani. Sono ricche di zuccheri naturali, immediatamente utilizzabili dall'organismo come energia, e di vitamina B6, vitamina C e potassio. Essendo dolci possono essere facilmente gradite al palato del cane e come premio sono decisamente meglio dei biscotti industriali. Tuttavia, usatele con moderazione, se offerte in dosi eccessive possono determinare costipazione (difficoltà ad evacuare le feci), e tagliatele in fettine. Alcuni cani le amano, altri le odiano, così provate ma se il vostro cane le rifiuta non insistete.

Il **kiwi** è una buona fonte di fibra e vitamina C, è un frutto da utilizzare

come snack o premio, in ragione di 1 o 2 fette al giorno. Fate attenzione, alcuni cani possono risentire di una dose per loro eccessiva di kiwi e avere diarrea o mal di stomaco. Vi consiglio di cominciare con 1/2 fetta e piano piano aumentare, se il cane tollera questo frutto.

Lo sapevate che banane e kiwi è meglio sceglierli ben maturi, non solo il sapore sarà più dolce e, quindi, più facilmente gradito ai nostri amici a quattro zampe, ma saranno anche più facili da digerire

10.2 I PICCOLI FRUTTI

I piccoli frutti, mirtilli rossi e neri, more e per un certo verso anche le fragole, possono sembrare non adatti da offrire al vostro amico a quattro zampe, ma non è così perché sono ricchi di antiossidanti.

In particolare, i **mirtilli rossi** sono ricchi di vitamina C, manganese e fibra e possono essere d'aiuto nell'evitare l'insorgere di problemi al tratto urinario e a mantenere l'equilibrio acido basico dell'organismo. Vi consiglio 2 cucchiaini da tavola di mirtilli rossi, stufati,

aggiunti al pasto del cane. Per stufarli, poneteli in una pentola, ricopriteli di acqua e cuoceteli sino a che saranno teneri. Passateli al setaccio e fateli godere al vostro cane.

Le **more** sono ricche di antiossidanti (antocianine) polifenoli, tannini, fibra, manganese, folati e omega 3. Un frutto interessante dunque! Potete utilizzarle come premio durante la giornata, 2 o 3 al giorno, se il vostro cane le gradisce, oppure metterle nella ciotola del pasto serale.

I **mirtilli neri** sono una fonte eccellente di zinco, antiossidanti, selenio, vitamine C, E, A e gruppo B.

Alcuni studi indicano che sarebbero utili al cane anziano perché gli antiossidanti in essi contenuti aiuterebbero il mantenimento delle funzioni cognitive. Potete prepararli stufati, come i mirtilli rossi e somministrarne 1 o 2 cucchiaini da tavola.

I **lamponi** sono ricchi di fibra, antiossidanti, potassio, manganese, rame, ferro. Inoltre, contengono le vitamine C, K e il complesso B. Anche i lamponi, come le more, possono essere offerti come premio durante la giornata o aggiunti al pasto del vostro amico a quattro zampe.

Lo sapevate che potete fare un fine settimana dedicato agli antiossidanti, preparando mirtilli rossi e neri stufati, da aggiungere ai pasti, e more e lamponi come premi durante la giornata

Infine, le **fragole**, che molti cani adorano, sono ricche di potassio, magnesio, acido folico, vitamina C, B1 e B6. Le fragole possiamo tagliarle in due e offrirle fresche oppure schiacciarle con un cucchiaino e

aggiungerle al pasto. Una dose corretta può essere 1 o 2 fragole al giorno. Se il vostro cane soffre di allergie, prima di introdurre nella sua dieta le fragole, parlatene con il medico veterinario di vostra fiducia.

10.3 LA FRUTTA CHE RICHIEDE PIU' ATTENZIONE

Alcuni tipi di frutta, pesche, mele, pere, sono deliziosi per i cani, perché dolci al gusto, ma richiedono una certa attenzione. Infatti, tutti e tre questi frutti contengono dei semi estremamente tossici per il cane (e per gli esseri umani).

Il nocciolo delle **pesche** contiene al suo interno piccole quantità di una sostanza velenosa, il cianuro. Se il nocciolo è aperto o presenta una fessura,

il cianuro potrebbe aver contaminato una piccola porzione della polpa, quella immediatamente a contatto. Tuttavia, basta porre la stessa attenzione che poniamo per noi ed evitare di offrire quel tipo di pesca. Attenzione a non dare mai una pesca intera, il nocciolo potrebbe essere ingerito intero e potrebbe ostruire il canale intestinale. Vi suggerisco di offrirne 1/2 al giorno, pelata e tagliata a fettine da aggiungere al pasto, sempre cominciando con una dose più piccola.

L e mele sono un'ottima fonte di fibra, potassio, flavonoidi e vitamina C. Puliscono i denti e rinfrescano l'alito del nostro cane. Fate attenzione ad eliminare

accuratamente la parte centrale del frutto, i semi sono infatti nocivi per il nostro amico a quattro zampe. Potete tagliare a pezzi non troppo grossi mezza mela e aggiungerla al pasto del vostro cane a giorni alterni, oppure eliminare l'intero torsolo e offrirla intera come gioco, sano e saporito.

L e pere sono una fonte di fibra, acido folico, niacina, fosforo, potassio, rame, vitamine A, C, E, B1 e B2. Ponete la stessa attenzione ad eliminare la parte centrale contenente i semi, come con le mele, e offritene mezza, tagliata a fettine o cubetti, a giorni alterni. Anche le pere potrebbero essere fornite intere, ma eliminare l'intero torsolo non è così

semplice.

Lo sapevate che se eliminate da una mela, senza aprirla il torsolo con tutti i semini, utilizzando l'apposito strumento, potete dare la mela intera per migliorare la salute di denti e gengive del vostro cane

**CAPITOLO 11. IL
MIO CANE E'
ANZIANO? SOLO
ALL'ANAGRAFE**

Questo capitolo è dedicato a quella fase della vita dei nostri amici a quattro zampe in cui hanno bisogno di più attenzioni. Il suo titolo richiama quello di un articolo sul sito di Fido a tavola, a cui tengo molto perché consiglia quali attenzioni dedicare al nostro cane per

mantenerlo in forma,
come quando era
giovane, e godersi
ancora molti anni
insieme.

L'alimentazione, in
questo caso, gioca un
ruolo importante,
modificare la sua dieta,
offrendo più proteine e
di maggior qualità,
meno grassi e
carboidrati, così da non

farlo ingrassare, una maggior attenzione alle vitamine e agli antiossidanti, sarà di grande aiuto. Ma procediamo per gradi e poiché nessuno vuole pensare anziano il suo cane ecco alcuni dati che vi aiuteranno a non temere questa parola.

11.1 QUANDO SARA' ANZIANO IL MIO CANE?

Quando è anziano un cane? Difficile a dirsi poiché ogni cane è un individuo che invecchia suo modo. I cani mostrano cambiamenti visibili dai 7 ai 12 anni e oltre; la taglia del nostro cane può aiutarci a capire se dobbiamo considerarlo solo adulto o entrato nell'età anziana.

Tabella 6 - Età suggerita per considerare un cane anziano in base

alla taglia

TAGLIA	ETA'
Cani di taglia piccola, meno di 9 kg	11 anni
Cani di taglia media, tra i 9 kg e i 21 kg	10 anni
Cani di taglia medio/grande, tra 22 kg e 39 kg	8-9 anni

**Cani di taglia grande,
oltre 40 kg**

**7-8
anni**

(Case et al., 2011)

Prepariamoci dunque ad offrire ai nostri amici a quattro zampe una dieta che renda nuovamente lucido il mantello, che lo aiuti a non ingrassare, mantenere il tono muscolare e ad evitare problemi intestinali.

Lo sapevate che: bisogna porre molta attenzione ai problemi alle articolazioni, alla dentatura e ai segnali di artrite. E' sempre necessario un consulto medico veterinario

11.2 QUALI CAMBIAMENTI SONO ASSOCIATI ALL'ETA'?

Il normale processo di invecchiamento è associato ad una diminuzione della massa muscolare, vale a dire del tessuto magro e ad un aumento della massa grassa o tessuto adiposo; anche l'acqua presente nel corpo diminuisce, perché il tessuto magro ne contiene il 73%, mentre il tessuto adiposo il 15%.

Un cane anziano può avere anche il

10-15% in più di grasso di un cane giovane e il suo fabbisogno energetico può diminuire del 30-40%, specie se poco attivo. Ciò significa che anche la quantità di energia che offriamo con la dieta al nostro amico a quattro zampe deve cambiare (grassi, cereali, carboidrati vari). Ricordate che è molto difficile far dimagrire un cane troppo grasso o, peggio, obeso.

In passato, si riteneva che la capacità di digerire gli alimenti e assimilare i nutrienti diminuisse in un cane anziano, rispetto ad un cane giovane, ma oggi sappiamo che le differenze sono minime. Tuttavia, la riduzione della lunghezza dei villi

intestinali (l'area dove sono assimilati i nutrienti) e una minor capacità delle cellule a rinnovarsi, consigliano di porre attenzione alla qualità degli alimenti con cui si compone il pasto del nostro cane senior.

Le ossa dello scheletro subiscono un processo di invecchiamento, che determina la diminuzione della loro massa, e la parte *corticale* di queste (la parte esterna) diviene più sottile, densa e friabile. La composizione della cartilagine articolare cambia anche lei, si riduce il numero di *condrociti*, le cellule destinate alla costruzione della cartilagine, e conseguentemente diminuisce la capacità di sintesi

d e 1 glicosaminoglicano tipo 1 collagene, un composto legato alla sintesi del collagene, e della condroitina solfato. Le cartilagini dei cani anziani diventano meno resilienti, riescono a rigenerarsi molto meno in risposta all'attività intensa o ai traumi, e in alcuni casi, il cumulo di questi cambiamenti e patologie determina l'insorgere dell'osteoartrite.

Lo sapevate che: il rischio di sviluppare problemi alle articolazioni aumenta nei cani ad un'età compresa tra 5-7 anni e più vecchi.

Come per gli esseri umani, così per i cani, le competenze del sistema immunitario diminuiscono con l'età. L'immunità cellulo-mediata (una risposta da parte del sistema immunitario che non coinvolge gli anticorpi, ma altri tipi di cellule appunto) è la componente del sistema immunitario più colpita, la riduzione di questa risposta è uno dei meccanismi che si ritiene giochi un ruolo in alcune malattie degenerative, come l'osteoartrite, il cancro e la maggior suscettibilità alle infezioni (*Case et al., 2011*).

Infine, vi vorrei parlare dei cambiamenti delle funzioni cognitive nei cani senior, dovute a cambiamenti funzionali del sistema nervoso centrale. La sindrome di disfunzione cognitiva o CDS, in veterinaria, si riferisce ad un insieme di cambiamenti comportamentali nel cane anziano (geriatrico), che non hanno una causa organica e che possono comprendere disorientamento, ansietà, perdita della memoria, ridotta capacità ad apprendere o a reagire a cambiamenti ambientali. Vi sono varie categorie di CDS identificate nei cani, tuttavia generalmente si ritiene che le cause comprendano cambiamenti neuropatologici e neurochimici (perdita di neuroni, ispessimento delle meningi,

formazione di placche e depositi di composti beta-amiloidi, alterazioni della neurotrasmissione). Da alcuni studi sembra che sia possibile collegare questa sindrome all'accumularsi di danni ossidativi a livello delle cellule del cervello. Il cervello sembra particolarmente suscettibile ai danni ossidativi provocati dai radicali liberi a causa del suo alto contenuto di lipidi, dell'elevato grado di attività metabolica ossidativa e alla limitata capacità a rigenerarsi.

11.3 COME MODIFICO LA SUA ALIMENTAZIONE?

Teniamo presenti due punti cardine: primo, i muscoli, vale a dire i tessuti magri, diminuiscono di massa e, secondo, con l'età diminuisce la quantità di energia necessaria al nostro cane per vivere in salute. Cosa possiamo fare? Come detto in apertura del capitolo rivalutare la dieta che stiamo offrendo al nostro amico a quattro zampe.

Prima di suggerirvi alcuni accorgimenti, vorrei sottolineare

l'importanza delle proteine, esse sono un nutriente fondamentale per i nostri amici a quattro zampe che invecchiano. In passato, si riteneva che fosse necessario diminuire le proteine per proteggere la funzione renale. Questo è vero in un cane malato, ma in un cane sano, anche se senior, le proteine della dieta servono sempre per la sintesi delle proteine dell'organismo, compresi gli ormoni, gli enzimi, le immuno-proteine, ecc. Se diminuiamo eccessivamente questo nutriente all'interno della dieta, l'organismo del nostro amico a quattro zampe le prenderà dal tessuto muscolare, vale a dire consumerà la massa muscolare. Con il passare del tempo questo meccanismo indebolirà

l'organismo, rendendo il cane più sensibile alle infezioni o ai danni da sostanze tossiche.

Per il nostro amico senior a quattro zampe è dunque necessario somministrare un alimento secco industriale o una razione casalinga con una percentuale di proteine leggermente più alta di quella standard utilizzata nell'età adulta. Potete considerare un minimo di 24-25% di proteine per i cani senior quando le fonti proteiche, carne, pesce, siano di ottima qualità.

*Lo sapevate che: aumentando le
proteine della dieta sino al 32%
potremo ottenere un aumento del
tessuto magro muscolare*

Anche la scelta del tipo di grasso od olio che si utilizza è importante, infatti, sembra che con l'età diminuisca la capacità dei cani a desaturare gli acidi grassi essenziali, vale a dire a creare gli acidi grassi insaturi, a causa di una diminuita produzione dell'enzima desaturasi. Inoltre, è sempre necessaria una quota di oli o grassi ricchi di acidi omega 3, molto utili ai cani che

invecchiano.

Come comportarsi dunque? Se offrite un **cibo secco commerciale**, cambierete tipo, oggi sul mercato si trovano prodotti dedicati ai cani 8+ o a cani senior, questi alimenti possono offrire sia una ridotta quantità di calorie e grassi aggiunti, sia una certa percentuale di fibra, che riduce lo spazio per le calorie e contribuisce ad evitare un aumento di peso. Valutate attentamente l'etichetta e gli ingredienti che la compongono, scegliete prodotti con una decisa percentuale di carne, con pochi cereali, magari con aggiunti prodotti naturali che stimolino il benessere intestinale, quali MOS o

mannanligosaccaridi,
fruttoligosaccaridi, ecc.

Se avete optato per un **alimento umido commerciale**, è giunto il momento di considerare l'aggiunta di alcuni supplementi nutrizionali. Infatti, questi alimenti sono integrati con meno vitamine e minerali degli alimenti secchi commerciali. Raggiunta una certa età sarà bene tutelare le nuove necessità del nostro cane.

Se avete scelto la **dieta casalinga** sarete sicuramente in contatto con un professionista nutrizionista, vi farete consigliare su come adattare le diete alle nuove esigenze del vostro amico a

quattro zampe. Insieme valuterete se e come diminuire o cambiare le fonti di grasso e di carboidrati, i cereali come il riso ad esempio, per soddisfare i nuovi bisogni del vostro cane.

Se avete scelto la **dieta cruda** assicuratevi che i denti e le gengive del vostro cane siano in buono/ottimo stato, così che sia in grado di mangiare ciò che gli offrite senza provare dolore o rinunciare a parte del cibo, per esempio alle ossa, disequilibrando gli apporti di nutrienti per il suo organismo.

11.4 ALIMENTI FUNZIONALI FRESCHI

Come per gli esseri umani, anche per i nostri amici a quattro zampe gli alimenti freschi sono importanti, se poi sono “funzionali” cioè sostengono alcune funzioni dell’organismo o hanno dei benefici particolari, sono perfetti. In questo paragrafo vi suggerisco alcuni alimenti funzionali freschi, che possiamo introdurre nella dieta del nostro amico a quattro zampe già dalla semplice età adulta e proseguire con il passare degli anni.

Mela, è un frutto ricco di fibra, pulisce i denti e rinfresca l'alito. Potete somministrare una porzione di mela, non superiore a metà, secondo la taglia del vostro cane al pasto serale, cruda preferibilmente. Abbiate cura di eliminare torsolo e semi, poiché questi ultimi sono velenosi.

Uova, sono ricche di proteine dall'alto valore biologico (insieme al latte sono l'alimento perfetto) e di vitamine, che sostengono le funzioni di cuore, cervello, occhi. Potete offrirne uno alla settimana, cotto o crudo, ma in questo caso darete solo il tuorlo o lo cuocerete per pochi minuti in acqua bollente, così da rassodare l'albume.

L'albumine contiene una sostanza, l'avidina, che inibisce le vitamine del gruppo B.

Banane, un alimento ottimo per i cani anziani. Sono ricche di zuccheri naturali facilmente utilizzabili come energia per il cervello, di potassio e vitamina C. Cominciate con moderazione (3-4 fette), possono avere un effetto lassativo. Non tutti i cani le gradiscono tal quali, potete usare anche quelle essiccate.

Kefir, contiene organismi pre e probiotici che regolarizzano la microflora intestinale. Le dosi sono: cani taglia grande 2-3 cucchiaini, taglia

media 1-2 cucchiaini, taglia piccola 1 cucchiaino o 1 cucchiaino da caffè, ma iniziate con dosi pari a 1/3 di quelle consigliate.

Melagrana, questo frutto è ricco di antiossidanti e per questo aiuta le cellule del corpo a rinnovarsi. Provate una manciata di semi mescolati al pasto, aiutandovi con un poco di acqua.

Miele grezzo mescolato a yogurt (rapporto 1 a 2), il primo aiuta la digestione e contiene zuccheri naturali, il secondo rinforza le ossa per il calcio, sostiene il sistema immunitario e fornisce prebiotici. Preferite lo yogurt bianco magro.

Carote, ricche di vitamina A e di β -carotene, 100 g coprono il 557% del fabbisogno di un essere umano. Potete darle lesse o cotte al vapore, iniziate con mezza al pasto serale.

Germogli di alfalfa: i germogli di alfalfa o erba medica si trovano freschi al supermercato, sono ricchi di minerali, quali calcio, magnesio e fosforo, e di vitamine, quali B6, C, D e K. Possono essere un valido aiuto come alimento che contribuisca al buon mantenimento del benessere generale dell'organismo.

11.5 NUTRIENTI PER IL CERVELLO

Il cervello è ricco di lipidi o grassi e funziona anche attraverso meccanismi ossidativi, per questo possiamo intervenire con la nutrizione per rallentare alcuni dei segni fisiologici dell'invecchiamento, focalizzandoci sugli antiossidanti. La somministrazione di sostanze con funzione antiossidante può migliorare l'attenzione e la comprensione del nostro cane, se associata con giochi di stimolazione mentale e passeggiate interessanti (incontri, cercare premi nell'erba, ecc.).

Cosa sono le sostanze antiossidanti? Semplicemente dei nutrienti quali gli acidi grassi omega 3 DHA ed EPA, la vitamina E e i suoi precursori i tocoferoli, la vitamina C, in parte alcuni β caroteni, la L-carnitina e l'acido dl- α -lipoico.

Gli acidi grassi omega 3 oltre che ottimi antiossidanti sono un aiuto naturale al benessere dei cani, questi acidi grassi non possono essere sintetizzati dall'organismo del nostro amico a quattro zampe, ma possiamo aggiungerli alla sua dieta. Oltre agli omega 3, in natura, sono presenti anche gli omega 6 ed è importante che il rapporto tra questi due gruppi, omega

6/omega 3, si mantenga tra 3:1 e 5:1, per garantire il benessere dell'organismo.

L'acido grasso polinsaturo omega 3 DHA ricopre un ruolo importante nelle funzioni neurali, il cervello che invecchia diminuisce il suo contenuto in DHA. La somministrazione di questo acido grasso polinsaturo, insieme con l'EPA, attraverso l'olio di pesce o il pesce azzurro fresco (alici, sardine, sgombri) può agire in difesa del decadimento cerebrale del nostro amico a quattro zampe. Vi consiglio di utilizzare dell'olio di pesce di qualità, olio di salmone per esempio, seguendo le istruzioni di somministrazione. Nel caso del pesce fresco potrete aggiungere

50-100 grammi al pasto, sia secco o umido commerciale (in questo caso meglio 50 grammi), sia cucinato in casa, facendovi aiutare da nutrizionista di vostra fiducia per bilanciare la razione.

Lo sapevate che: l'olio di fegato di merluzzo è un superfood, ricco di EPA, DHA, vitamina D e vitamina A. Aggiungetene un cucchiaino da caffè nella dieta, 2-3 giorni a settimana

La **vitamina E** e la **vitamina C** possono essere acquistate in integratori già pronti, ne esistono diversi tipi, oppure singolarmente, chiedete al professionista che vi segue come aggiungere i 50-100 mg/giorno raccomandati nella dieta del vostro cane. Le vitamine e i loro precursori sono presenti in alcuni alimenti, come frutta e verdura, insieme ad altre sostanze antiossidanti, vi consiglio i **mirtilli neri**, perché ricchi di antiossidanti e delle vitamine E e C. I mirtilli contengono antiocianina, una sostanza che è un potente antiossidante e aiuta ad eliminare i radicali liberi, contribuisce al mantenimento di una buona vista e sostiene il benessere di

vene e capillari. Potete anche utilizzare l'estratto, acquistandolo in erboristeria. Anche i **lamponi**, che contengono antiossidanti e vitamina C. Come verdura gli **spinaci**, perché ricchi di vitamina C, 100 g coprono il 47% del fabbisogno giornaliero di un essere umano, e di vitamina E.

10.6

SUPPLEMENTI ERBORISTICI

Un aiuto nel risolvere alcuni dei problemi, che possiamo dover affrontare con cani non più giovani, può venire dai prodotti erboristici. La maggior parte di quelli che vi consiglio sono facilmente acquistabili in erboristeria e se ne può fare uso unendoli al pasto del nostro amico a quattro zampe o in forma di tea che poi sarà utilizzato, tiepido, come condimento del pasto. In altri casi, alcuni prodotti sono in forma di opercolo o di pastiglia da far ingerire al

cane, magari nascosto in un poco di macinato di carne. L'opercolo può essere necessario perché il gusto è particolarmente amaro o perché il principio attivo è sensibile ad alcune condizioni ambientali (luce, temperatura, aria, ecc.). Chiedete sempre consiglio a un professionista o a un medico veterinario specializzato.

Per iniziare, vi consiglio di scegliere due o tre prodotti, quelli che possono essere maggiormente d'aiuto al vostro cane; oppure di utilizzarne due per un mese e poi passare ad altri due il mese seguente ed effettuare questa rotazione in continuo.

Di seguito alcune delle essenze

botaniche interessanti per i cani senior:

Astragalo: è una pianta tipica della famiglia dei piselli, si tratta di un'antica erba usata in medicina cinese, che si è affermata nell'erboristeria occidentale per le sue qualità, molteplici e versatili di sostegno al sistema immunitario. E' molto utile nel rinforzare l'organismo contro le infezioni del tratto respiratorio, ottima per reagire ai primi stadi di tosse nel cane o a sintomi da raffreddamento. Nel cane adulto e senior è ideale per aumentare l'energia, come tonico generale e per aumentare la resistenza del vostro amico a quattro zampe allo stress.

Boswellia serrata: la resina dell'albero di *Boswellia serrata* è utilizzata in medicina tradizionale ed erboristeria per dare sollievo ai dolori muscolo-scheletrici, impedisce la produzione di un composto specifico, un leucotrene, che modula la risposta immunitaria durante le infiammazioni. Esistono pubblicazioni scientifiche che dimostrano l'efficacia dell'estratto di questa resina, in particolare nel 2004 una ricerca ha sottolineato gli effetti benefici di *Boswellia serrata* nei cani, sulla diminuzione o scomparsa dei sintomi in caso di dolori articolari: zoppia, dolore locale, andatura rigida. La somministrazione di questa resina non ha effetti collaterali negativi ed

esistono in commercio prodotti a base di sola Boswellia o in miscela con l'artiglio del diavolo, dedicati espressamente ai nostri cani. La dose varia in ragione della taglia e dell'età del vostro amico a quattro zampe, scegliete un prodotto veterinario e seguite attentamente le indicazioni di somministrazione che vi suggerirà il medico veterinario di vostra fiducia o specialista in erboristica veterinaria.

Curcuma: è un ottimo antiossidante e un potente antinfiammatorio, che inoltre contribuisce alla prevenzione dell'aumento dei livelli di colesterolo e al benessere del cuore. Se il gusto di questa radice piace al vostro cane

spargetene un pizzico o una presa, se è di taglia grande, nel pasto della sera. Potete anche preparare la rinomata Golden paste, la ricetta la troverete nel [capitolo 13 Ricette](#). Inoltre, la curcuma è una pianta ampiamente utilizzata in erboristeria per curare il dolore articolare e le infiammazioni, grazie alla presenza della curcumina, che ha una potente azione antiossidante. Questa sua azione neutralizza i radicali liberi, che causano l'infiammazione dolorosa e i danni alle articolazioni. Uno studio pubblicato nel 2014 ha confrontato gli effetti della curcumina con quelli dell'ibuprofene, in pazienti umani con dolori artrici alle ginocchia. Entrambi i prodotti hanno determinato una sensibile

diminuzione del dolore, senza differenze significative tra i due e con minori problemi allo stomaco, nel caso della curcuma. Minori non vuole dire assenti, quindi è importante farsi guidare da un medico veterinario. Il dosaggio suggerito è da 31 a 42 milligrammi per kg di peso. In commercio si trovano pastiglie con solo curcumina o con miscele di attivi botanici, come curcuma, salice e artiglio del diavolo.

Ginkgo biloba: il ginkgo biloba, un albero che cresce lentamente e può vivere un migliaio di anni, non è solo una delle piante di più lunga tradizione in erboristeria, ma anche una delle specie più antiche presenti sulla terra.

In Germania, specialmente, e in Europa l'estratto di Ginkgo è tra i trattamenti erboristici più comunemente prescritti. Si ritiene che due gruppi dei suoi componenti principali, i flavonoidi e i terpeni, determinino la maggior parte dei benefici, tra i quali migliorare la circolazione del sangue nei capillari. Questo aspetto lo rende interessante per gli esseri umani e i cani in età avanzata, infatti impedisce che il sangue rallentato crei degli aggregati che blocchino la circolazione a livello di aree del corpo (cervello, orecchie ed estremità) non servite dai grandi vasi arteriosi e venosi. Questa proprietà lo rende l'erba di prima scelta come tonico cerebrovascolare nei cani senior, aumentare il

circolo sanguigno nei capillari del cervello vuol dire portare più ossigeno e nutrienti a questo organo. Sarà dunque un valido aiuto per il mantenimento della memoria a breve e a lungo termine nei cani anziani e sembrerebbe essere efficace nel migliorare anche le funzioni cognitive dei cani che mostrano problemi di disattenzione alla vita familiare e comportamenti inusuali, quali non dormire la notte, abbaiare senza motivo, ecc.

Radice di bardana: la radice di bardana è un eccellente tonico per le funzioni del fegato, a lungo termine, e ha un'azione delicata, per cui il suo uso può essere indicato anche in animali che

possono avere in corso malattie del fegato o dei reni, sempre sotto controllo medico veterinario. In particolare, l'estratto di bardana sembra agire come catalizzatore dei radicali liberi nel fegato.

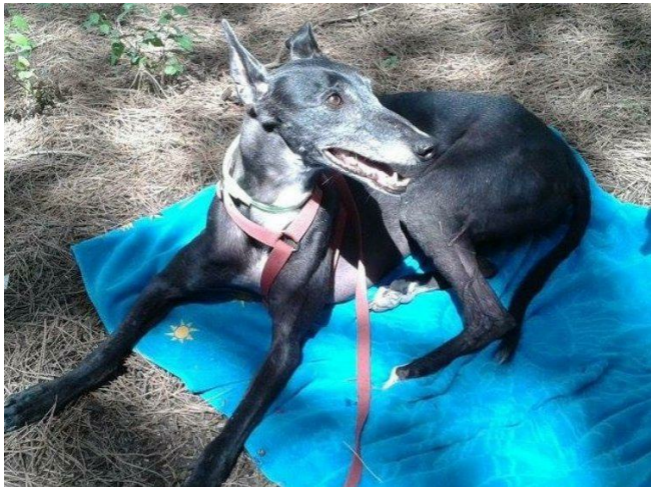
Ideale nel cane senior perché aiuta enormemente l'organismo ad assimilare i nutrienti di una buona dieta.

Tarassaco o dente di leone

Il Tarassaco è originario dell'Europa e lo troviamo comunemente nei nostri prati. E' una delle piante più complete come alimento, contiene il 20% di proteine ed è il vegetale verde più ricco in natura di beta-carotene,

precursore della vitamina A. Infatti, è anche il terzo alimento più ricco di vitamina A dopo l'olio di fegato di merluzzo e il fegato bovino. Contiene anche le vitamine C, K, D e del complesso vitamina B, oltre che di molti minerali, quali potassio, ferro, magnesio, fosforo. Se volete utilizzare il tarassaco come integratore alimentare potete seccare le sue foglie, sminuzzarle e spolverarle sul pasto del vostro cane. Una delle funzioni riconosciute al tarassaco è quella antinfiammatoria, soprattutto utilizzando la parte fiorita. Potete raccogliere e seccare i fiori, sminuzzarli e spolverarli sul pasto del vostro cane, naturalmente dovrete assicurarvi che i fiori raccolti non siano

stati trattati con erbicidi o altri agenti chimici. Potete comprare delle bustine di semi e coltivarli in vaso, ma non aspettatevi risultati evidenti contro dolori pesanti, se non somministrato insieme ad altre erbe.



Rory, 7 anni

CAPITOLO 12. SNACK E PREMI PER CANI

I premi o snack sono molto popolari, ma è necessario pensarli come dei fuori pasto, vale a dire sono un alimento che gratifica noi, mentre lo offriamo, e i nostri cani, mentre lo ricevono, ma deve essere considerato all'interno del calcolo globale della dieta settimanale dei nostri amici a quattro zampe. I premi sono utili nelle sedute di educazione, gioco o mobility, per gratificare i cani e quando vogliamo fare loro una coccola. Proprio per questa ragione è importante

scegliere attentamente il tipo di snack che offriremo al nostro amico a quattro zampe.

12.1 COME SCEGLIERE UNO SNACK/PREMIO

La scelta dell'alimento che costituirà il premio o snack che somministreremo, inizialmente, si basa su due semplici domande, la prima è: quanto tempo ho per occuparmi anche di questo alimento? Se la nostra vita è impegnata, suggerisco di rivolgersi ai prodotti già confezionati, a base di un singolo ingrediente, preferibilmente carne o pesce.

Se abbiamo più tempo a disposizione possiamo prepararli noi

stessi o recarci in negozi per alimentazione umana al dettaglio e comprarne alcuni che descriverò successivamente.

La seconda domanda è: conosco gli ingredienti del premio che mi accingo ad acquistare? Vale a dire, non fatevi ingannare dalle promesse di naturalità e freschezza reclamizzate da una confezione attraente, ma leggete la lista degli ingredienti, la maggioranza degli snack e dei premi, presenti sul mercato, contiene circa il 40% di proteine e il 40% di grassi, sono quindi prodotti molto nutrienti che possono far ingrassare i cani. Se avete deciso di cuocere dei biscotti casalinghi, questa

seconda domanda si tramuta in: sto utilizzando una ricetta sicura, formulata con alimenti sicuri per il mio cane?

Nel primo caso è necessario leggere attentamente l'etichetta per identificare la presenza di eventuali ingredienti potenzialmente nocivi alla salute del nostro amico a quattro zampe. Nel secondo caso è importante non utilizzare una ricetta presa da un sito del quale non abbiate verificato le credenziali di chi scrive o suggerita da una conoscente esperta di cucina casalinga. In buona fede possono sfuggire piccoli errori, disastrosi per il benessere intestinale del cane.

Un argomento da non sottovalutare è

la quantità di premi che posso offrire giornalmente al mio cane. A mio parere sarebbe meglio non seguire esattamente le indicazioni sul numero di premi o snack da somministrare. Sette o nove premi al giorno per un cane di 25-30 kg che abbia un'attività moderata (2 passeggiate di 30-40 minuti ognuna) sono molti e vi costringerebbero a diminuire di almeno 40-50 grammi la razione, sottraendo un alimento equilibrato nei nutrienti (proteine, grassi, vitamine e minerali) in favore di un prodotto con un'alta concentrazione di solo alcuni nutrienti (proteine e grassi).

Un ultimo consiglio generale: come

con qualsiasi nuovo alimento, cominciate a somministrare il nuovo snack o premio in piccole quantità, 2-3 pezzi al giorno, se notate problemi di digestione (feci improvvisamente molli, senza forma, produzione di gas intestinale) interrompete subito e provate a cambiare tipo di ingredienti che compongono il premio, se la situazione non si risolve consultate il medico veterinario di vostra fiducia, possibilmente con una confezione (anche vuota) dei premi somministrati. Potrà aiutarvi a capire se vi è un qualche ingrediente al cui il vostro amico a quattro zampe potrebbe essere intollerante.

12.2

INGREDIENTI DA EVITARE

Alcuni prodotti possono essere costituiti da ingredienti poco appetibili o di scarsa qualità, oppure ingredienti che li rendano graditi all'olfatto del cane o al gusto, come gli zuccheri. Tutti noi abbiamo sperimentato come i cani amino il gusto dolce, per cui se nella lista degli ingredienti leggete: melasso, sciroppo di mais o acero, destrosio, glucosio o fruttosio nei primi 3 posti della lista, il mio consiglio è di lasciare il prodotto sullo scaffale. Un eccesso di

zuccheri, in un animale predisposto, può generare un aumento di zuccheri nel sangue, con conseguenze estreme come il diabete; più semplicemente, ma altrettanto indesiderabile, il vostro cane ingrasserà.

Un buon numero di snack contiene **cereali**, sia perché si riduce l'apporto di proteine, sia perché molti consumatori li richiedono "solo vegetali", in questo caso è importante verificare quali ingredienti li compongono, ideale sarebbe una parte di cereali tal quali, per esempio riso, avena, mais, e una parte in forma di sottoprodotti, per esempio, amido di mais. Se parliamo di **biscotti**, dovremo fare attenzione non solo a quali

cereali e sottoprodotti dei cereali li compongono, ma anche a comprendere la dicitura “senza cereali”, vale a dire che nella miscela saranno compresi altri ingredienti, come le patate, fonti di amido. Tuttavia, un biscotto senza cereali, con farina di patate, patate in fiocchi, zucca, può aiutarci a contenere il carico di amido che somministriamo al nostro cane.

Se parliamo di premi o snack a base di **carne**, la mia preferenza sono quei prodotti di sola carne, parliamo delle strisce semi umide o dei bocconcini di carne essiccati. Chiaramente non sono prodotti con i tagli migliori, ma sono a base di sola carne. Lo stesso discorso

vale per il **pesce**, oggi è facile trovare alici o sardine o altri pesci seccati e confezionati, in molti negozi per animali. Questi sono un ottimo snack, dal punto di vista della salute, attenzione a non esagerare, perché i cani li adorano.

Un altro buon prodotto sono i **nerbi di bue** da sgranocchiare, impegnano il cane per un certo tempo e aiutano anche a pulire la sua dentatura. Se volete risparmiare potete acquistare le confezioni di wurstel piccoli al supermercato e bollirli, una volta tagliati in pezzi si conserveranno in frigorifero per 2-3 giorni e saranno un ottimo sostituto agli snack confezionati. Tuttavia, se vi accorgete di darne 5-6

pezzi al giorno, dovrete porre grande attenzione ad evitare che il vostro amico a quattro zampe ingrassi.

Anche per premi e snack sarà necessario verificare i conservanti, quelli naturali, come i tocoferoli (precursori della vitamina E), l'acido ascorbico (vitamina C), gli estratti di rosmarino, chiodi di garofano, salvia, curcuma e agrumi, sono preferibili anche se la durata di conservazione del prodotto diminuisce. I conservanti chimici, BHA, BHT, etossichina, ecc., sono più comuni, ma il dibattito sulla loro pericolosità è molto vivace e alcuni li ritengono particolarmente pericolosi per la salute

12.3 GLI SNACK NATURALI

L'aggettivo naturale oggi è molto usato, ma raramente in modo appropriato. A mio parere uno snack naturale è un alimento tal quale, generalmente fresco o che ha subito un processo di essiccazione per eliminare l'umidità (l'acqua) e aumentare la sua capacità di conservarsi nel tempo.

Possiamo quindi comprendere in questa classe di prodotti la carne e i pesci secchi e gli snack vegetali, questi ultimi hanno l'indubbio vantaggio di essere bassi in calorie, bassi in grassi,

ma ricchi di vitamine e minerali. A molti cani sono graditi per il loro sapore dolce.

Uno snack naturale, che in realtà è più una merenda, può essere un uovo, un alimento bilanciato nei nutrienti e che potete cuocere sodo, privare del guscio e tagliare in pezzi. Non offrite più di un uovo a settimana per i cani di taglia piccola e due uova a settimana per i cani di taglia grande, comprese quelle eventualmente inserite nella dieta.

Lo sapevate che: è meglio tagliare le uova sode in pezzi, prima di offrirle ai cani, per evitare che quelli troppo voraci lo ingeriscano intero.

Se parliamo di snack a base di frutta fresca potrete seguire i consigli del [Capitolo 10. Viva la frutta](#), se, invece, parliamo di snack vegetali essiccati posso suggerirvi di comprare le confezioni di fette di mela disidratata oppure eliminato il torsolo e i semi, tagliarle a fette e seccarle nel forno.

Anche le banane possono essere

comprate in confezione di fette disidratate. essendo dolci sono molto apprezzate da quasi tutti cani. Sconsiglio di farsele da soli a casa a meno di essere cuochi provetti.

Il popcorn, anche se parliamo di mais, può essere un'alternativa per non essere montoni, comprate una confezione per bambini, cuocetelo nel pentolino, seguendo le istruzioni, senza aggiungere né sale, né altro condimento. Il popcorn essendo mais cotto, conterrà l'amido pre-gelatinizzato, quindi più digeribile, ma vi consiglio di non esagerare nelle quantità offerte.

Infine, ricordate che tutti i cani, come noi esseri umani, amano la varietà

negli alimenti, vi suggerisco di scegliere 3-4 tipi di premi e di alternarli durante la settimana, per esempio di 3 giorni in 3 giorni. Naturalmente vi sono anche cani che non accettano alcuni alimenti, provate e sperimentate sino a trovare le soluzioni gradite al vostro amico a quattro zampe.

12.4 LE OSSA DI PELLE DI BUE O MAIALE

Le ossa in pelle di manzo (o bue o bufalo) sono costituite da pelle pressata.

La pelle è composta in media da 64% acqua, 33% proteine, 2% grassi e lo 0,5% altre sostanze. La pelle è formata da più strati sovrapposti, tra questi lo strato corneo, il più esterno, formato da cellule appiattite e sovrapposte composte da cheratina, la stessa sostanza delle unghie. Questa proteina per la sua struttura chimica è

molto resistente all'attacco degli enzimi proteolitici, cioè che dividono le proteine in composti più semplici, digeribili e assimilabili. Dunque, il suo potere nutritivo è quasi nullo.

Di questi prodotti bisognerebbe conoscere bene il metodo di produzione, poiché non essendo un alimento non è obbligatoria l'etichetta.

Nel morderle i cani producono molta saliva, se ingeriscono grosse quantità di pelle possono appesantire lo stomaco e se non finiscono di morderla tutta sarebbe bene gettarla, perché la zona morsa e inumidita è facile all'attacco dei germi. Consiglio, se il vostro cane ama questo tipo di premio, o di

utilizzare le sigarette di pelle di bufalo perché piccole, semplicemente avvolte ad elica, oppure le ossa solo vegetali. Scegliamo sempre un osso adeguato alle fauci del nostro cane e se lo abbandona senza finirlo, buttiamolo: lo stesso faremo con le sigarette di pelle di bovino o maiale. In genere, le ossa vegetali sono rapidamente finite e mai avanzate a meno che non siano sgradite dal vostro cane.

12.5 PREPARARE DEI PREMI O SNACK A CASA

La precauzione principale da seguire se volete preparare degli snack sani e casalinghi, per il vostro amico a quattro zampe, è di cuocere sempre qualsiasi impasto contenga uova, carne o pesce, per essere sicuri di non offrire cibo avariato dal caldo o dalla contaminazione con batteri patogeni.

Una seconda precauzione è conservarli in frigorifero o in congelatore, se ne preparate molti,

perché non userete conservanti artificiali o naturali.

La terza precauzione è cominciare con uno o due premi, osservando se il cane li gradisce e non mostra segni di disturbi intestinali (feci molli, diarrea, gas intestinale), anche se la ricetta che avete utilizzato è super sicura. Infatti, ogni nuovo alimento deve essere introdotto in piccole quantità e con una transizione, anche di pochi giorni. Gli snack non possono sostituire il pasto e quindi non offritene una quantità spropositata, perché poi dovrete comunque somministrare i pasti giornalieri e il vostro amico a quattro zampe alla fine rischierà di ingrassare.

Se volete preparare dei premi casalinghi per le sedute con l'educatore cinofilo o di mobility, fateli di dimensioni piccole, per i cani conta il gusto e la ricompensa (come gesto) non la quantità, quando parliamo di snack. Il [capitolo 13. Ricette](#), potrà fornirvi alcune ricette semplici per cominciare a cimentarvi con la preparazione di premi e snack casalinghi. Per facilitare la vostra fantasia, nella tabella seguente sono elencati gli ingredienti utilizzabili e quelli da evitare.

Ingredienti	Ingredienti
--------------------	--------------------

utilizzabili

da evitare

Mandorle,
anacardi al naturale
e sminuzzati

Noci, noci
macadamia e
pecan

Farina di ceci e
farina o fiocchi di
cocco

Cioccolato,
caffè o tea

Miele, ma solo
1 o 2 cucchiaini da
caffè

Latte e gelato,
per il lattosio, che
i cani non
possono digerire

Parmigiano
reggiano o grana,
grattugiato, ricotta,
fiocchi di latte

Sale

Uova, nella
miscela da cuocere

Tutti gli
zuccheri eccetto il
miele

Pesce azzurro

Avocado,
agrumi, uva e uva
passa

Frutta
disidratata come

Aglio, cipolla

mirtilli neri e rossi
o fresca come le
banane

e relativa famiglia

Oli vegetali e
olio di cocco

Fegato e cuore,
nell'impasto da
cuocere

Zucca

Yogurt o kefir

CAPITOLO 13.

RICETTE

In questo capitolo vi propongo alcune ricette di cucina casalinga per cominciare a cambiare tipo di alimentazione al vostro cane, avvicinandovi un passo alla volta a offrire pasti casalinghi tutti i giorni.

Come si calcola la quantità giornaliera di alimento da offrire al vostro cane? Una volta scelta la dieta sarà necessario calcolare quanta energia fornisce e conoscere il fabbisogno

giornaliero di energia del nostro cane.

Per facilitarvi il compito, le ricette in questo libro e nella sezione Ricette del sito www.fidoatavola.it riportano tutte la quantità di energia fornita e la quantità da somministrare in un giorno (andrà divisa per i 2 pasti) per alcune classi di peso. Poiché non è possibile elencare ogni singolo peso, vi invito a calcolare il reale fabbisogno del vostro amico a quattro zampe utilizzando la tabella seguente, dove trovate il peso di riferimento e 3 livelli energetici, per cani inattivi o attivi o super attivi, e l'energia indicata per la dieta.

Una volta che avrete i due dati (energia fornita dalla dieta e fabbisogno

energetico giornaliero del vostro cane)
dovrete utilizzare la formula:

Fabbisogno energetico giornaliero
del cane (Kcal/giorno)

Razione giornaliera =

----- x 1000

(g di alimento/giorno) Energia
fornita dalla dieta (Kcal/kg)

Un esempio chiarificatore può essere il seguente: se un cane di **10 kg** di peso ha un fabbisogno di energia di **742 kcal/giorno** e lo alimentiamo con una dieta casalinga che fornisce **1500 kcal/kg**, la formula sarà: $(742/1500) \times 1000 = 495$ g di alimento al giorno (Biagi, 2013).

Nonostante l'utilizzo della formula che vi ho suggerito, non dimenticate mai che ogni cane è un individuo, sarà quindi necessario osservarlo attentamente per verificare se la nuova dieta/le nuove diete mantengono il suo stato fisico o lo fanno dimagrire o ingrassare. Se vedrete dimagrire il vostro amico a quattro zampe dovrete aumentare la razione

giornaliera e osservare se torna in forma, chiedete consiglio al professionista che vi segue. Lo stesso farete, diminuendo la razione giornaliera, nel caso stia ingrassando, sempre consultando il nutrizionista o il medico veterinario che vi segue. Per capire se il vostro cane è normale, magro o grasso, potete aiutarvi con le tavole del BDS o Body Condition Score, che trovate in [Appendice 1](#).

Alle ricette dei pasti sarebbe bene aggiungere sempre una dose di integratore vitaminico minerale, corrispettiva al peso del vostro cane. Ve ne sono molti in commercio tra cui scegliere.

Tabella – Fabbisogno in calorie medio giornaliero secondo il livello di attività

Peso in kg	1,8	2,7	3,6
Inattivo	130	160	230
Attivo	180	210	300
Super	210	250	350

attivo			
Peso in kg	7,3	8,2	9,1
Inattivo	380	410	450
Attivo	500	540	590
Super attivo	590	640	700
Peso in	20,4	22,7	25

kg			
Inattivo	820	890	960
Attivo	1080	1170	1260
Super attivo	1280	1380	1490
Peso in kg	36,3	38,6	40,8
Inattivo	1270	1320	1380

Attivo	1670	1740	1820
Super attivo	1970	2060	2150
Peso in kg	52,2	54,5	56,7
Inattivo	1660	1720	1770
Attivo	2190	2260	2330

Super attivo	2590	2670	2750
Peso in kg	68	70,4	72,6
Inattivo	2030	2080	2130
Attivo	2670	2740	2800
Super attivo	3160	3230	3310

(modificato da Woodford, 2012)

Come interpretare il significato di inattivo o attivo o super attivo? Le tre categorie contengono vari tipi di attività, eccoli elencati:

✓ **Inattivo:** un cane che per varie ragioni (età, indole, temperatura esterna) ama passare la maggior parte del tempo sdraiato nella sua cuccia o sul divano accanto a voi o su un tappeto. In genere le passeggiate giornaliere non superano i 40 minuti.

✓ **Attivo:** un cane che si diverte nell'eseguire alcune attività, diverse tra

loro, insieme a voi o con un altro cane. In genere le passeggiate giornaliere sono almeno due e durano 30 minuti ognuna. Durante la settimana si reca al parco almeno due volte oppure vivono con dei bambini e giocano con loro oppure escono per una o due attività di ricerca olfattiva e passeggiata veloce almeno due volte a settimana e per non meno di 30 minuti.

✓ **Super attivo:** un cane giovane, che non sta mai fermo, gioca con la palla, corre in giardino, corre con altri cani. Almeno due passeggiate al giorno lunghe 40-45 minuti ognuna oppure cani che al parco ingaggiano attività di gioco o corsa con altri cani per almeno 30

minuti e per circa 3 volte a settimana oppure cani che escono a correre insieme a voi almeno 3 volte a settimana.

13.1 PASTI E CENE

Queste ricette si intendono come pasti completi e bilanciati da offrire a cani adulti in buona salute. La quantità di 1 kg permette di calcolare l'apporto energetico della dieta e utilizzando la tabella e la formula prima spiegate, di calcolare il fabbisogno giornaliero per il vostro cane in base al peso.

Per semplificare dopo ogni ricetta troverete una tabella che calcola la razione giornaliera per 22 classi di peso. Si consiglia di dividere la quantità giornaliera in due pasti, preferibilmente

offerti al mattino e alla sera.

PASTICCIO DI MAIALE, UOVA, RISO E MELA

Ingredienti del pasticcio:

160 grammi macinato magro di suino

70 grammi misto fegato e cuore di
pollo

100 grammi uova bollite e sgusciate
(circa 1 uovo e mezzo)

220 grammi riso bianco

160 grammi zucca gialla

100 grammi carote lesse

180 grammi mela grattugiata

5 grammi (circa $\frac{1}{2}$ cucchiaino) di olio extra vergine di oliva

1 dose di integratore vitaminico minerale per cani (Qdiet completa 7 grammi)

Preparazione:

Lessate il riso sino a che sia stracotto, scolarlo, sciacquare con acqua

abbondante, sino a che i grani siano ben visibili. Metterlo in una ciotola a riposare.

Cuocete il macinato di suino, sbriciolato, in una padella antiaderente con poca acqua, insieme al fegato tagliato a dadini. A cottura completa riponeteli in un piatto e cuocete al vapore la zucca gialla, riducendola poi in un passato.

Bollite le uova, lasciatele raffreddare e sgusciatele.

Esecuzione:

Amalgamate il riso con il macinato di suino, aiutandovi aggiungendo il passato di zucca a piccole dosi. Aggiungete i dadini di fegato e le uova tagliate a fettine, sbriciolando il tuorlo. Prelevate la dose per il pasto e riponete il resto in frigorifero.

Prima di servire il pasto aggiungete $\frac{1}{2}$ cucchiaino di olio vegetale, 1 cucchiaino di olio di fegato di merluzzo e la dose di integratore. Ponete il pasto nella ciotola, grattugiatevi sopra $\frac{1}{2}$ dose di mela e aggiungete un poco di acqua tiepida.

Analisi Chimica

Energia 1414 kcal/kg

Proteine 22% s.s.

Grassi 10,9% s.s.

Fibra alimentare 3.3% s.s.

Calcio 0,429%

Fosforo (P) 0,413%

Quantità giornaliera in base al peso per soggetti adulti e attivi (da dividere in 2 pasti):

Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno	Peso del cane in kg	Gra di cibo : giorno
2,7	149	43	134
4,5	247	48	144
6,8	332	52,2	155
8,2	382	54,5	159

11,4	495	59	169
16	566	63,6	178
20,4	764	68	188
25	891	72,6	198
29,5	1011	81,7	216
34	1124	82,3	225

38,6	1230	91	234
------	------	----	-----

POLPETTINE DI MANZO E DI RISO CON CONTORNO DI ZUCCHINE AL VAPORE

Ingredienti per le polpette di manzo:

150 grammi macinato magro di bovino

180 grammi carne di tacchino senza pelle

4 grammi olio di fegato di

merluzzo/olio di salmone

4 grammi olio di mais

1 dose di integratore vitaminico minerale per cani (Qdiet completa 8 grammi)

Ingredienti per le polpette di riso:

240 grammi di riso bianco

100 g di mela (circa una mela) cotta

12 grammi olio di mais

2 grammi di calcio gluconato

Ingredienti per il contorno:

100 grammi zucchine

155 grammi zucchine al vapore

145 grammi di carote al vapore

Preparazione:

- le polpette di carne: tagliare la carne di tacchino a piccoli pezzi e macinarla o sminuzzarla, poi amalgamarlo al macinato insieme alla dose di integratore. Aggiungere

i due oli, vegetale e di fegato di merluzzo, se necessario aggiungere una o due prese di pangrattato per aumentare la consistenza e formare delle piccole polpette, adatte alla taglia del vostro cane, non deve essere possibile ingoiarle intere. Fatele cuocere, ben cotte, al vapore.

- le polpette di riso: lessare il riso sino a che sia stracotto, scolarlo e sciacquarlo con acqua sino a vedere bene i grani. Togliere il torsolo con tutti i semini, cuocere la mela in un padellino con poca acqua, stando attenti ad aggiungere

altra acqua se necessario, sino a che sia tenera. Passarla e miscelarla con il riso e l'olio di mais rimanente (12 grammi). Preparare delle piccole polpette, adatte alla taglia del vostro cane, non deve essere possibile ingoiarle intere.

- il contorno di verdure: tagliare le zucchine e le carote a rondelle e cuocerle al vapore sino a che saranno morbide, quindi trasformarle in purè.

Esecuzione:

mettere sul fondo della ciotola il

purè di zucchine e carote, adagiatevi sopra una uguale quantità di polpette di carne e di riso, seguendo il peso in grammi adatto alla dose per il peso del vostro cane. Con cucchiaio fatele girare nel passato così che le ricopra, almeno in parte. Aggiungete un poco di acqua tiepida e servite.

Analisi Chimica

Energia 1452 kcal/kg

Proteine 25.6% s.s.

Grassi 8,3% s.s.

Fibra alimentare 11.7 % s.s.

Calcio 0,503%

Fosforo (P) 0,409%

Quantità giornaliera in base al peso per soggetti adulti e attivi (da dividere in 2 pasti):

Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno	Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno
2,7	145	43	130

4,5

241

48

1400

6,8

324

52,2

1510

8,2

372

54,5

1560

11,4

482

59

1650

16

620

63,6

1740

20,4

744

68

1840

25	868	72,6	1930
29,5	985	81,7	2100
34	1095	82,3	2200
38,6	1198	91	2280

TACCHINO, RISO E CAROTE,

CON MIRTILLI

Ingredienti:

400 grammi carne di tacchino

400 grammi riso bianco

160 grammi carote

6-7 mirtilli

35 grammi di olio di soia (4 cucchiaini e mezzo, questo scarso, circa)

10 grammi di calcio gluconato

Ascophillum nodosum, la dose indicata per il peso del vostro cane

(come integratore)

Acqua tiepida per mescolare il tutto e ottenere una zuppa densa.

Preparazione:

Lessare il riso sino a che sia stracotto, non al dente. Scolarlo e sciacquare con acqua.

Cuocere il tacchino al vapore, ben cotto, oppure in una padella antiaderente con poca acqua; potete tagliarlo a strisce o a dadini.

Cuocere le carote al vapore e ridurle

in purea o in poltiglia.

Stufare i mirtilli in poca acqua e frullarli (al momento di offrire il pasto).

Esecuzione:

miscelare gli ingredienti. Al momento di preparare il singolo pasto, miscelare il tutto con l'acqua, aggiungere l'olio, i mirtilli stufati e l'integratore a base di alghe, porre nella ciotola.

Analisi Chimica

Energia 2135 kcal/kg

Proteine 22.9% s.s.

Grassi 9.3% s.s.

Fibra alimentare 9.9 % s.s.

Calcio 0,232%

Fosforo (P) 0,202%

Quantità giornaliera in base al peso per soggetti adulti e attivi (da dividere in 2 pasti):

Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno	Peso del cane in kg	Gra di cibo : giorno
2,7	98	43	890
4,5	164	48	956
6,8	220	52,2	1020
8,2	253	54,5	1050

11,4

328

59

112,5

16

421

63,6

118,5

20,4

506

68

125,5

25

590

72,6

131,5

29,5

670

81,7

143,5

34

745

82,3

149,5

38,6	815	91	1550
-------------	-----	-----------	------

PESCE, RISO, ZUCCHINE E MELONE

Ingredienti:

300 grammi di merluzzo

100 grammi di sarde

300 grammi di riso

200 grammi di zucchine

60 grammi di fagiolini

30 grammi di olio extra vergine di
oliva

1 dose di integratore vitaminico
minerale, in base al peso del cane
(Qdiet completa 9 grammi)

2 grammi di calcio gluconato

1 fetta di melone (facoltativa)

Acqua tiepida per mescolare il tutto
in una zuppa densa.

Preparazione:

lessare il riso sino a che sia stracotto, non al dente. scolarlo e sciacquare con acqua.

Cuocere il merluzzo e le sarde al vapore, ben cotti.

Cuocere le zucchine e i fagiolini, al vapore o lessati, e ridurli in poltiglia.

Esecuzione:

Amalgamare il riso con il pesce e le verdure. Aggiungere una modica quantità

di acqua tiepida, quindi l'integratore e il calcio, mescolare. Tagliare la fetta di melone a dadini o schiacciarla e mescolarla alla zuppa (facoltativo). Aggiungere l'olio extra vergine di oliva e miscelare, se necessario aggiungere ancora acqua tiepida per ottenere la consistenza di una zuppa densa.

Analisi Chimica

Energia 1647 kcal/kg

Proteine 23% s.s.

Grassi 9% s.s.

Fibra alimentare 8.3 % s.s.

Calcio 0,487%

Fosforo (P) 0,387%

Quantità giornaliera in base al peso per soggetti adulti e attivi (da dividere in 2 pasti):

Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno	Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno

2,7	127	43	115
4,5	212	48	124
6,8	285	52,2	133
8,2	328	54,5	137
11,4	425	59	145
16	546	63,6	154

20,4	656	68	1620
25	765	72,6	1700
29,5	868	81,7	1860
34	965	82,3	1940
38,6	1056	91	2010

La ricetta che trovate di seguito è un

ottimo contorno vegetale che consiglio di utilizzare come supplemento anche a chi utilizza l'alimentazione industriale secca o umida. Fornisce molte vitamine e molti minerali ed è ideale in primavera e autunno, stagioni di cambiamento e adattamento dell'organismo, per un pieno di salute. La quantità da aggiungere è circa il 5% della quantità offerta al pasto. Per esempio, se il vostro cane mangia 110 grammi di crocchette a pasto, aggiungerete 5,5 grammi di passato dell'orto.

PASSATO DELL'ORTO

Ingredienti:

2 carote viola

2 carote arancio

1 testa di broccolo

3 gambi di sedano

1 finocchio

Preparazione:

pelare le carote e tagliarle a rondelle, tagliare la testa di broccolo in capolini e il gambo a rondelle, tagliare a

pezzetti i gambi di sedano e a fette il finocchio. Cuocerli tutti insieme al vapore sino a che saranno teneri.

Esecuzione:

passate tutte le verdure sino a farne un purè e conservatelo in frigorifero. Potete aggiungere 2 cucchiaini di passato alle altre ricette per dare un guizzo di sapore in più al pasto.

13.2 SPUNTINI E GOLOSITA'

Questo capitolo
presenta prima due
ricette pensate per i
cani anziani o
convalescenti, la
merenda energetica e la
colazione dei campioni.

Vi sono poi due ricette di biscotti,
una per un frappe ai lamponi, un dolce
natalizio, la ricetta della Golden paste a
base di curcuma e del miele alla
melissa.

UNA MERENDA ENERGETICA

Gli ingredienti sono dosati per un cane di taglia media, se il cane è di taglia piccola dividete a metà, se di taglia grande aggiungete 1/3.

Ingredienti:

2 cucchiaini da minestra di yogurt

½ cucchiaino da minestra di miele

½ banana

Preparazione:

tagliare a fettine la banana, meglio se dividendo le fette in due parti.

Esecuzione:

miscelate i due cucchiaini di yogurt con il mezzo cucchiaino di miele. Aggiungete le fette di banana e mischiate schiacciando. Versate nella ciotola.

COLAZIONE DA CAMPIONI

Questa ricetta può essere utilizzata come pasto del mattino, una o due volte a settimana. Consiglio la sera di offrire

una dieta più leggera, per esempio a base di pesce. Le quantità sono per preparare 1 kg di dieta, ma ricordate di offrirla per 1 solo pasto e in giorni separati.

Ingredienti:

180 grammi di vitellone, carne magra macinata

200 grammi di fiocchi di formaggio magro

240 grammi di fiocchi di avena

220 grammi di carote lesse

150 grammi di piselli surgelati

1 dose di integratore vitaminico minerale secondo il peso del cane (Qdiet completa 10 grammi)

Una dose di integratore vitaminico minerale per cani

Preparazione:

cuocere il macinato magro di vitellone al vapore o in una pentola antiaderente con poca acqua. Lessare le carote.

Esecuzione:

Versare l'acqua calda sui fiocchi di avena e lasciare che assorbano l'acqua. Passate le carote sino a farne un purè. Aggiungete il macinato di vitellone, aggiungete i fiocchi di formaggio magro e mescolate bene. Aggiungete la dose di integratore e l'olio vegetale. Se c'è bisogno aggiungete ancora dell'acqua.

Analisi Chimica

Energia 1480 kcal/kg

Proteine 24.3% s.s.

Grassi 10.3% s.s.

Calcio 0,606%

Fosforo (P) 0,616%

Quantità giornaliera in base al peso per soggetti adulti e attivi (da dividere in 2 pasti):

Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno	Peso del cane in kg	Grammi di cibo al giorno
2,7	142	43	1330

4,5

236

48

137

6,8

317

52,2

148

8,2

365

54,5

152

11,4

473

59

162

16

608

63,6

171

20,4

730

68

180

25	850	72,6	1890
29,5	965	81,7	2070
34	1075	82,3	2150
38,6	1176	91	2240

Le prossime sono due ricette per

biscotti, la prima con zucca e banana è molto gradita in autunno inverno, la seconda, con la menta e il prezzemolo, aiuta a rinfrescare l'alito.

BISCOTTI ZUCCA E BANANA

Ingredienti:

1 banana, privata della buccia

100 grammi di polpa di zucca

1 cucchiaino da minestra di miele

380 grammi di farina di frumento o di riso se il vostro cane è intollerante al

glutine

½ cucchiaino da caffè di lievito per pane in polvere

Preparazione:

Preriscaldate il forno a 180 °C.

Mescolate insieme la banana tagliata a fette, la zucca, cotta al vapore o in forno senza condimenti e ridotta in purea, e il miele in una terrina ampia. Aggiungete la farina e il lievito sempre mescolando e impastando con le mani. Dovrete ottenere un impasto asciutto ed elastico, se risultasse troppo umido

aggiungete un poco di farina e tornate ad impastare. Se dovesse essere troppo duro aggiungete poca acqua, sino ad ottenere la giusta morbidezza.

Esecuzione:

Stendete l'impasto e tagliate i biscotti della forma desiderata. Prendete un foglio di carta da forno e ponetelo su di una teglia, senza ungerlo, disponetevi i biscotti ad una certa distanza l'uno dall'altro e cuocete in forno per circa 15 minuti o sino a che non assumono un bel colore dorato. Estraete la teglia dal forno e fate raffreddare, se volete spostando i biscotti su di una gratella.

Potete conservare i biscotti in una grande vaso a chiusura ermetica per circa 7 giorni.

BISCOTTI ALLA MENTA E PREZZEMOLO

Ingredienti:

1 tazza e $\frac{1}{2}$ di farina di farro o di riso (la trovate nei comuni supermercati)

4 cucchiaini da minestra di prezzemolo, tritato finemente

2 cucchiaini da minestra di menta, tagliata in strisce sottili

1 cucchiaino da minestra di miele

2 cucchiaini da minestra di olio di
oliva

1 uovo sbattuto

3 cucchiaini da minestra di acqua,
circa

Preparazione:

preriscaldare il forno a 200 gradi o
180 se farete dei biscotti piccoli.

In una ciotola ampia miscelare la
farina di farro, il prezzemolo e la menta,

mentre in una ciotola piccola miscelare l'olio di oliva con il miele. Sbattete l'uovo. Aggiungete agli ingredienti della ciotola ampia il miele e l'olio di oliva, già premiscelati tra loro. mescolate bene con un cucchiaio, quindi aggiungete l'uovo sbattuto e mescolate attentamente. Cominciate ad impastare con le mani e aggiungete, al bisogno, l'acqua, mezzo cucchiaio alla volta. Ottenuta una bella palla lucida, come nella foto, preparate un'asse di legno ampia e leggermente infarinata.

Esecuzione:

poggiate la palla di impasto

sull'asse di legno infarinata, schiacciatela e con un mattarello o bottiglia piena stendete l'impasto sino allo spessore di $\frac{1}{2}$ cm. Potete anche dividere l'impasto in due parti e lavorare prima con una e poi con la seconda. Questo vi permetterà di recuperare i ritagli, impastarli e lasciarli riprendere, mentre lavorate la seconda palla. Prendete uno stampo per biscotti non troppo grosso e tagliate i biscotti con la forma. Una volta ottenuti i biscotti voluti adagiateli su una teglia rivestita di carta da forno. Inserite la teglia in forno e lasciate cuocere per 10-15 minuti. Il tempo più breve in genere è ideale per i forni ventilati. Estraiete la teglia dal forno, alla fine della cottura, e

lasciate raffreddare i biscotti.

I biscotti si conservano in frigo, in un contenitore ermetico, per circa 1 settimana, essendo privi di conservanti.

Questa fresca ricetta estiva mi è venuta in mente per deliziare il palato di Silver e Rory e viziarli un poco. E' molto semplice: solo 3 ingredienti e 5 minuti del vostro tempo.

FRAPPE AI LAMPONI

Nella ricetta si utilizza il latte di capra perché è più digeribile di quello di vacca e i lamponi danno una nota acidula che non guasta.

Le dosi sono per 4 cani, potete assaggiarlo anche voi.

Ingredienti

250 ml di latte di capra

60 grammi di lamponi

1 cucchiaino da minestra di miele grezzo

Esecuzione

Ponete in un frullatore i lamponi, il miele e aggiungete il latte di capra. Miscelate il tutto. Fermate il frullatore e se volete aggiungete 1 cubetto di ghiaccio già frantumato (usate un martello su una superficie dura, dopo aver avvolto il cubetto di ghiaccio in un panno pulito. Aggiungetelo al frullatore e miscelate).

Offritelo al vostro cane.

Se non consumato tutto, non esagerate o il vostro amico a quattro zampe potrebbe avere un attacco di diarrea, potete conservarlo per 3 giorni in frigorifero.

La ricetta del dolce di Natale per i cani deve essere intesa come una coccola, se il vostro cane è piccolo, da 5 a 15 kg dimezzate le dosi, così da ottenere un dolce più piccolo che potrete conservare in frigo o congelare. Datene una piccola porzione, consideratelo come per noi il panettone o il pandoro, e magari diminuite, in previsione, la razione della sera del vostro amico a quattro zampe.

TORTA DI NATALE PER FIDO

Ingredienti:

240 grammi farina di riso (non ha il

glutine)

2 cucchiaini da caffè di lievito per dolci (senza zucchero)

1 cucchiaino da caffè di cannella in polvere

3 cucchiai da minestra di miele

200 ml di olio

2 uova

1 mela, privata del torsolo e di tutti i semi

Preparazione:

riscaldare il forno a 180 gradi e prendete uno stampo della forma che desiderate, ungetelo di olio e cospargetelo poi di farina, così da impedire che la torta si attacchi e bruci. In una ciotola miscelate la farina, il lievito e la cannella e ponete la miscela da parte. In un'altra ciotola capiente miscelate l'olio, il miele, aggiungete le uova, una alla volta, e sbattete il tutto con una frusta sino a che siano ben miscelati. Aggiungete 120 ml di acqua, poi la miscela di farina di riso, lievito e cannella. Mescolate delicatamente tutto sino a che abbia un aspetto uniforme e liscio. Aggiungete adesso la mela

tagliata a pezzetti.

Esecuzione:

versate l'impasto nello stampo e ponetelo in forno per circa 30-40 minuti o sino a che inserendo un bastoncino nell'impasto ne esca pulito. Togliete lo stampo dal forno e lasciate raffreddare completamente la torta prima di offrirne una parte al vostro cane.

La torta non consumata può essere consumata nei 3 giorni successivi, se posta in un contenitore in frigorifero o conservata per 30 giorni se congelata.

La pasta dorata a base di curcuma è una ricetta che vi consiglio di provare per il vostro cane nel periodo invernale, è stata ideata e testata dal Dottor Doug English, veterinario australiano.

GOLDEN PASTE A BASE DI CURCUMA

Ingredienti:

1/2 tazza di polvere di curcuma, possibilmente biologica

1-1,5 tazze di acqua naturale in bottiglia

1 cucchiaino di pepe nero macinato fresco, possibilmente biologico

1/4 di tazza di olio di oliva extravergine (volendo si può sostituire con olio di cocco)

Preparazione:

miscelare la curcuma con l'acqua in un pentolino, cominciando con 1 tazza di acqua e se necessario aggiungerne sino a 1/2 tazza in più. Mescolare a fuoco dolce per 7-10 minuti, si dovrebbe

formare una pasta viscosa. Se la vostra pasta ha un aspetto acquoso, semplicemente aggiungete ancora della curcuma, 1 cucchiaino da caffè alla volta, scaldando sul fuoco per altri 2 minuti. Una volta ottenuta la pasta della giusta consistenza, aggiungere il pepe e l'olio e mescolare molto bene. Lasciate raffreddare il tutto, ponete la pasta in un barattolo con un coperchio a tenuta ermetica e conservatelo in frigorifero. La pasta può essere utilizzata nelle successive 2 settimane, dopo questo tempo dovrete gettare la quantità eventualmente residua e prepararne di fresca.

Somministrazione:

la potete aggiungere direttamente al pasto del vostro cane, miscelandola con un poco di yogurt o kefir o acqua. Cominciate con piccole dosi, da ½ cucchiaino da caffè per i cani piccoli a ½ cucchiaio da minestra per i cani di taglia media e grande. Si può in seguito aumentare la dose sino a somministrare 1 cucchiaino da caffè ai cani piccoli e 1 cucchiaio da minestra ai cani di taglia media/grande.

MIELE ALLA MELISSA

Ingredienti:

1 mazzetto di melissa fresca

1 vaso di miele grezzo naturale

Preparazione:

tagliate grossolanamente le foglie di melissa sino a riempire un vaso di vetro, di quelli da conserva. Riempite il vaso con miele grezzo naturale, sino a coprire completamente la melissa. Maggiore sarà la quantità di foglie di melissa che inserirete nel vaso, maggiori i benefici che il vostro amico a quattro zampe avrà da questo miele.

Esecuzione:

Chiudete bene il barattolo con miele e melissa e ponetelo in un luogo caldo, per esempio una finestra in pieno sole, per almeno 2 settimane. Un'altra possibilità è riscaldare il miele in una pentola e poi versarlo sulla melissa nel vaso di vetro. Attenzione a non scaldarlo troppo o farlo bollire. In entrambi i casi il calore libererà gli oli essenziali presenti nelle foglie di melissa.

Prima di utilizzare il *miele alla melissa* dovete filtrarlo, potete usare un colino da tè.

SCHEDE PER ALIMENTAZIONE CASALINGA E CRUDA

**SCHEDA 1 – Carne,
possibilità di sostituzione di
un tipo di carne con un
altro tipo di carne o di
alimento**

--	--	--

Alimento**Quantità
(g)****Energi
(kcal)**Manzo,
sostituibile
con:

100

200

Agnello

100

200

Maiale

90

200

Coniglio	100	200
Pollo, carne	100	200
Uova n. 3	150	200
Formaggio magro, fresco	208	200
Yogurt intero*	350	200

Pollo, carne, sostituibile con:	100	177
Tacchino, carne	112	176
Pesce bianco	227	177
Formaggio		

magro, fresco	226	164
Yogurt intero*	280	178

*sconsigliata la sostituzione per più di 1 pasto e per più di 1 giorno a settimana

**SCHEDA 2 -
Carboidrati,
possibilità di
sostituzione di un
tipo di carboidrato
con un altro tipo di
carboidrato o di
alimento**

Alimento	Quantità (g)	Energia (kcal)
-----------------	-------------------------------	---------------------------------

Riso bianco, chicco lungo, sostituibile con:	100	110
Riso scuro, chicco corto	93	110
Patate	145	110
Pane	45	110

Pasta	94	110
-------	----	-----

SCHEDA 3 - Oli, possibilità di sostituzione di un tipo di olio con un altro tipo di olio

Alimento	Peso (g)	Energia (Kcal)	ac gra polir
Olio di mais, sostituibile	14	120	

con:			
Olio di soia	14	120	
Olio germe di grano	14	120	

SCHEDA 4 - Integrazione vitaminico- minerale naturale

Di seguito una breve e personale lista di ingredienti alimentari che potete aggiungere alla dieta del vostro cane per fornire fonti naturali di vitamine, minerali e altri nutrienti.

Vitamine

- Vitamina C: verdure a foglia verde, carote, mirtilli, pomodori, ecc.,
- Vitamine del gruppo B: fegato, lievito,
- Biotina: fegato bovino, lievito, formaggio, uova, petto di pollo, salmone,
- Colina: tuorlo d'uovo, manzo, germe di grano, avena,
- Inositolo: germe di grano, lievito, fegato, tuorlo d'uovo, carote, verdure a foglia verde scuro, frutta arancio e gialla,
- Vitamina A/betacarotene: olio di fegato di merluzzo, fegato, tuorlo d'uovo, carote, verdure a foglia verde scuro, frutta arancio e gialla,

- Vitamina D: ■ olio di fegato di merluzzo, olio di pesce, fegato, tuorlo d'uovo, verdure a foglia verde e, naturalmente, esposizione al sole,
- Vitamina E: ■ cereali, germe di frumento e olio di germe di frumento, avocado, manzo, pesce di mare, mele, carote, sedano,
- Vitamina K: ■ verdure in foglia, formaggio, fegato e, naturalmente, produzione da batteri benefici intestinali.

Minerali

- Calcio: prodotti lattiero-caseari, pesce, gusci d'uova macinati,
- Cloro: alga kelp, pomodori, sedano,
- Magnesio: prodotti lattiero-caseari, pesce d'acqua dolce e di mare, carne, avocado, banane, vegetali a foglia verde scuro, cereali,
- Fosforo: carne, pollame, pesce, uova, ossa. In genere i cani con alimentazione casalinga sono a rischio eccesso e non carenza,
- Potassio: frutta, verdure, cereali, pesce,
- Sodio: è presente in molti alimenti, meglio evitare eccessi,

- Solfuro: uova, aglio, lattuga, cavoli.

Oligoelementi

- Boro: miele, frutta fresca, verdure a foglia verde
- Cromo: uova, manzo, cereali, lievito,
- Cobalto: verdure
- Rame: cereali, fegato,
- Iodio: uova, pesce di mare, alga kelp e altre alghe,
- Ferro: carne, pollame, pesce, cereali, frutta, verdure,
- Manganese: avocado, uova, riso integrale, verdure a foglia verde,

- Molibdeno: spinaci, fegato, cereali, vegetali a foglia verde scuro,
- Selenio: cereali
- Silicio: avena, erba medica, verdure a foglia verde, cereali,
- Zinco: carne, pollame, pesce di mare, cereali in grani, uova, semi, lievito.

SCHEDA 5 - Contenuto in Calcio e fosforo dei supplementi comunemente usati in alimentazione casalinga

Una percentuale di calcio troppo bassa è un errore comune nell'alimentazione casalinga, infatti, il fosforo si trova in molti alimenti, per

esempio la carne, in quantità superiore al calcio. Comunque entrambi difficilmente sono presenti in una percentuale tale da soddisfare i fabbisogni dei cani.

Supplemento	Unità di misura	Calcio (mg)
Farina di ossa	1 cucchiaino (4 g)	1200

Guscio d'uovo in polvere	1 cucchiaino (5 g)	1950
Fosfato bicalcico	1 cucchiaino (4 g)	1050
Carbonato di calcio	1 cucchiaino (4 g)	2000

APPENDICE 1 – Valutazione dello stato fisico del cane

Come possiamo comprendere se il nostro cane è “in forma” o sta ingrassando?

In nostro aiuto ecco il **Body Condition Score** (BCS) o punteggio della Condizione Corporea. E' un punteggio inizialmente studiato per gli animali da reddito e oggi utilizzato anche per cani e gatti, per capire se sono troppo magri o in sovrappeso. La

bilancia, infatti, può aiutarci a controllare che il peso resti invariato, ma il cane deve essere pesato regolarmente (per es. ogni 15 giorni). Inoltre, nei cani come negli esseri umani esiste la differenza individuale, per cui all'interno di una stessa razza il peso dei soggetti può variare. E cosa dire dei meticci, a quale peso standard potremmo fare riferimento?

Il sistema si basa su una scala di punti da 1 a 9 (in alcuni casi, per semplicità, viene abbreviata a 5), dove 1 è il punteggio per un animale emaciato e 9 il punteggio per un animale fortemente obeso. Quattro sono i criteri per stabilire il punteggio del BCS:

- Quanto facilmente sentite/vedete le costole
- Quanto evidenti sono il giro vita e l'incavo addominale
- Quanto grasso di deposito vi è sotto la pelle
- Quanta massa muscolare è presente

Troppo magro

1. Coste, vertebre lombari, ossa

pelviche e tutte le altre ossa sono prominenti e visibili anche da lontano. Non si riconosce grasso corporeo, si osserva perdita di grasso muscolare

2. Coste, vertebre lombari, ossa pelviche facilmente visibili. Sono visibili anche alcune altre ossa. Non c'è grasso palpabile. Piccola perdita di massa muscolare.
3. Coste facilmente palpabili, e visibili senza grasso di copertura. La parte alta delle vertebre lombari è visibile, le ossa pelviche cominciano ad evidenziarsi. Punto vita evidente.



Ideale

Coste facilmente palpabili, con un minimo di grasso di copertura, punto vita facilmente riconoscibile, visibile dall'alto. Cavità addominale evidente.

Coste palpabili senza eccesso di grasso di copertura, punto vita osservabile dall'alto e addome incavato quando visibile.



Troppo grasso

1. Coste palpabili con un leggero eccesso di grasso di copertura, punto vita riconoscibile dall'alto, ma non prominente. La cavità addominale si riconosce ancora.
2. Coste palpabili con grasso di copertura in eccesso. Evidenti depositi di grasso nella zona

lombare e alla base della coda, punto vita assente e scarsamente visibile. La cavità addominale può essere visibile.

3. Coste non palpabili con grasso di copertura molto in eccesso, o palpabili con forte pressione. Depositi di grasso molto evidenti nella zona lombare e alla base della coda, punto vita assente. La cavità addominale non è visibile e può essere presente distensione

4. Deposito di grasso massivo sul torace, colonna vertebrale e alla base della coda. Punto vita e cavità addominale assenti. Depositi di grasso nella regione del collo e degli arti. Evidente distensione

addominale.



*(Si ringrazia Swayne & Partners,
studio veterinario, UK)*

APPENDICE 2 – Perché preferire le proteine di origine animale

Prima di approfondire le ragioni che consigliano di preferire le proteine animali è necessaria una premessa: è stato ipotizzato che una confezione di alimento secco o crocchette contenete un livello elevato di proteine e pochi o niente cereali sia il miglior alimento che possiamo somministrare al nostro cane.

Non è così, infatti esistono dei livelli guida di sicurezza per ogni

nutriente, anche per le proteine. Somministrare carne cruda o cotta o una scatola di umido non è la stessa cosa di somministrare una crocchetta con un livello di proteine molto alto. Nella carne e nell'umido il contenuto di acqua è molto elevato (60% - 70%), mentre in un alimento secco può essere compreso tra il 7% e il 10%, questo significa che la concentrazione di nutrienti e di proteine in particolare è diluita in un alimento fresco o umido dell'industria (nell'umido in genere è intorno al 10%).

Benefici delle proteine animali: i cani sono definiti onnivori o carnivori opportunisti, vale a dire che il loro

organismo utilizza perfettamente i nutrienti che sono contenuti nella carne ed è in grado di utilizzare anche nutrienti provenienti da altri alimenti diversi dalla carne, se necessario e se in dosi adeguate.

Il valore biologico delle proteine ci permette di stabilire la qualità di una proteina in base alla presenza o meno degli aminoacidi essenziali. Le proteine ad alto valore biologico contengono in grandi quantità tutti e dieci gli aminoacidi essenziali per i cani. Per esempio, le uova, il manzo, il maiale, il pollo, l'agnello e anche il pesce contengono tutti i 10 aminoacidi essenziali a livelli rilevanti.

Le proteine di medio valore biologico, contengono tutti gli aminoacidi essenziali, ma qualcuno in quantità ridotte e quelle a basso valore biologico mancano anche di uno o più aminoacidi essenziali. Gli alimenti di origine vegetale invece contengono una minor varietà e quantità di aminoacidi essenziali e solo pochi di loro li contengono tutti e 10 insieme, per esempio i legumi contengono tutti gli aminoacidi essenziali, ma in quantità ridotte e i cereali mancano di alcuni aminoacidi essenziali.

Sarà quindi possibile integrare una piccola quantità di proteine di origine vegetale con le proteine di origine

animale, per rendere la dieta più varia e contenere i costi dei prodotti commerciali.

Il mio consiglio di accettare una piccola integrazione di proteine vegetali si basa sui risultati due ricerche: la prima del 2001 ha evidenziato, nei cani anziani, come la somministrazione di una dieta con il 32% di proteine animali abbia permesso il mantenimento di una maggiore massa muscolare, evitando il deposito di grasso, rispetto ad una con lo stesso livello proteico (32%), rappresentato per metà (16%) da proteine di origine vegetale (*Davenport et al., 2001*).

La seconda del 2014, è stata svolta

da una multinazionale, nel suo centro sperimentale, per valutare se le proteine vegetali potessero sostituire le proteine animali e ottenendo il risultato opposto. La ricerca ha esaminato in quale modo il tipo di proteine della dieta possa influenzare la composizione dei tessuti corporei dei cani. Le diete con diversi rapporti tra carne di pollo e glutine di frumento, somministrate a cani adulti e senior, hanno evidenziato che, rispetto alla dieta 100% carne di pollo, tutte le altre determinavano una diminuzione della massa magra o muscolare, un aumento del grasso corporeo e una diminuzione di alcune proteine nel sangue, importanti marker del benessere dei cani. Questi cambiamenti negativi

dipendono solo dalla totale presenza di proteine animali o vegetali, sono completamente indipendenti dalla percentuale di proteine presente nella dieta (sono stati testati due livelli 18% e 28%).

Variazione nella composizione corporea dei cani, al variare della composizione della dieta

	Dieta 1	Dieta 2	1 :

	pollo 67%	pollo 33%	p 0%
	glutine mais 33%	glutine di mais 67%	g di ma 100%
Grasso del corpo (%)	45	45	6
proteine del corpo (%)	- 70	- 120	-

BIBLIOGRAFIA

1. Axelsson, Abhirami, Ratnakumar, Lindblad-Toh, 2013 – The genomic signature of dog domestication reveals adaptation to a starch-rich diete. *Nature* **495**, 360-364.
2. Basko I.J., 2013 – Fresh Food and Ancient Wisdom. Makana Kai Publishing, 2° Ed.
3. Biagi G., 2013 – Un menù da cani. Manuale di alimentazione casalinga. Edagricole.
4. B.S.A.V.A., 1996 – Manual of Companion Animal Nutrition and Feeding. Edited by Kelly N. and

Wills J., 1° Ed.

5. Case L.P., Daristotle L., Hayek M.G., Raasch M.F., 2011 – Canine and Feline Nutrition. Mosby Elsevier, 3° Ed.
6. Davenport, G., Gaasch, S., Hayek, M., & Cummins, K. (2001). Effect of dietary protein on body composition and metabolic responses of geriatric and young-adult dogs. J Vet Intern Med, 15, 306.
7. Dodds W.J., 2015 – Canine Nutrigenomics. Dogwise Publishing.
8. Funaba et al., 2005 - Evaluation of meat meal, chicken meal, and corn gluten meal as dietary sources of

protein in dry cat food. The Canadian Journal of Veterinary Science, 69:299-304.

9. Huges V.J.A., 2008 – An Investigation into the Possibility of Self-medication Using Common Herbs in Captive Wolves. The Royal Agricultural College
10. Mandal M.D. and Mandal S., 2011 – Honey: its medicinal property and antibacterial activity. Asian Pac. J. Trop. Biomed., Apr. 1(2):154-160.
11. Patton R.S., 2017 – Ruined by Excess Perfected by Lack. Dogsnaturally Publisher, 2^o Ed.
12. Pitcairn R.H., 2005 – Natural Health for Dogs and Cats. Rodale,

3°Ed.

13. Poutinen C.J., 2016 – Honey, bee pollen, beeswax, propolis...all be products have special gifts for dogs, especially dogs with allergy. Whole Dog Journal
14. Rus P., Marelli E., 2016 – Barf la dieta naturale per il tuo cane. Sperling & Kupfer.
15. Simon S., 2015 – La Dieta BARF per cani. Macro Edizioni.
16. SNAC, 2010 – Chapter 8 – Commercial pet foods. Pub. By Mark Morris Institute.
17. Souliere K.M., 2014 – A Study of the Nutritional Effect of Grains in the Diet of Dogs. Honors College, 182. The University of Maine.

18. Tilford G.L., Wulff M.L., 2009 – Herbs for Pets. BowTie Press, 2^o Ed.
19. Woodford R., 2012 – Feed Your Best friend Better. Andrews McMeel Publishing, USA.

