

# Gordura boa para o coração

**A gordura tem uma má reputação na nossa sociedade, associada a colesterol, gorduras saturadas e obesidade.**

**Na realidade, em pequenas quantidades são essenciais a uma vida saudável, como fonte de calorías e como meio de transporte para o organismo de vitaminas solúveis na gordura e ácidos gordos essenciais.**

Os ácidos gordos são importantes na resposta imunitária, na inflamação e até na função do sangue (hemática). São também muito importantes no sistema cardiovascular. Nos humanos os ácidos gordos Omega-3 estão bem estudados no apoio à doença coronária e hipertensão. Como estas doenças não são comuns nos cães e gatos, o papel dos ácidos gordos nos nossos animais foi negligenciado.

## Gordos são os ácidos

Os ácidos gordos Omega-3 e Omega-6 são considerados ácidos gordos essenciais porque não podem ser sintetizados pelos mamíferos, têm que ser ingeridos na alimentação e, ao contrário de outros ácidos gordos, o organismo não consegue transformar um a partir do outro. São essenciais na integridade das membranas celulares, têm acção anti-inflamatória (reduzem a produção de mediadores da inflamação). Sendo a doença cardíaca uma doença inflamatória, os ácidos gordos essenciais têm acção cardioprotectora.

A doença cardíaca pode afectar 11% nos cães e cerca de 20% nos gatos. Apesar de todo o avanço médico e veterinário, a

terapêutica apenas permite controlar os sintomas e atrasar a evolução da doença, melhorando a qualidade de vida. Nestes animais cardíacos procura-se qualidade de vida, e não quantidade.

## Nutrição

A nutrição é muito importante na tentativa de contrariar a perda de massa típica da doença cardíaca. Como a caquexia associada à doença cardíaca produz grande quantidade de mediadores da inflamação, a acção anti-inflamatória dos ácidos gordos Omega-3 é muito benéfica. Fica inibida a degradação proteica responsável pela perda muscular e a acção de diminuição do apetite promovida pela caquexia. Os ácidos gordos funcionam também como "cardioprotector", aumentando a esperança de vida do animal e diminuindo o risco de arritmias, fatais. Nos gatos com doença cardíaca, situação em que o risco de trombose é elevado, os ácidos gordos diminuem a agregação plaquetária, prevenindo a formação de trombos.

## Rações

Apenas algumas rações médicas contêm quantidades de ácidos gordos que conseguem considerar-se terapêuticas. As

**"A doença cardíaca pode afectar 11% nos cães e 20% nos gatos."**

Subscriba a nossa newsletter em <http://veterinario.com.pt/>

26-02-2011

[miau@veterinario.com.pt](mailto:miau@veterinario.com.pt) [auf.auf@veterinario.com.pt](mailto:auf.auf@veterinario.com.pt)

21

287 01 61

91

991 22 24

Informações e Marcações  
(apenas durante o horário de atendimento)

Linha de Urgências (Rede TMN)

outras rações têm quantidades inferiores. A forma mais fácil de suplementação é a administração em cápsulas ou líquido. Como qualquer suplemento, as doses e período de administração devem ser cuidadosamente avaliados, para cada animal, para evitar

excesso e efeitos secundários. Uma descrição exaustiva da dieta do animal ajuda o veterinário a avaliar a situação em causa e decidir da melhor forma.

Para quaisquer esclarecimentos adicionais, contacte a sua Clínica Veterinária.

Este artigo destina-se a uma audiência não especializada em Veterinária, não devendo ser considerado com cariz científico.



---

Subscriba a nossa newsletter em <http://veterinario.com.pt/>

26-02-2011

[miau@veterinario.com.pt](mailto:miau@veterinario.com.pt) [auf.auf@veterinario.com.pt](mailto:auf.auf@veterinario.com.pt)

**21 287 01 61**

Informações e Marcações  
(apenas durante o horário de atendimento)

**91 991 22 24**

Linha de Urgências (Rede TMN)

---