

Cuidado integral: mejorando la vida de gatos con dolor y problemas de movilidad

LA ISFM PRESENTA UNA GUÍA EN LA QUE REALIZA UNA SERIE DE RECOMENDACIONES PARA ADAPTAR EL HOGAR Y HACERLO MÁS ACCESIBLE, Y MÁS CÓMODO, PARA AQUELLOS GATOS QUE SUFREN DOLOR Y/O ALGÚN PROBLEMA DE MOVILIDAD.

Cuando un gato es diagnosticado con dolor muscular o articular, como la osteoartritis, o con problemas de movilidad, pequeñas adaptaciones en su entorno doméstico, en combinación con el uso de medicamentos analgésicos, pueden desempeñar un papel clave en mejorar su bienestar y calidad de vida.

Por ello, desde la *International Society of Feline Medicine* (ISFM, por sus siglas en inglés) han realizado una guía detallada sobre los ajustes en el entorno del hogar que pueden ayudar a los gatos afectado.

¿Por qué los gatos pueden tener dificultades?

El dolor muscular y articular es común en gatos mayores, al igual que en humanos, y la osteoartritis es una de las causas más frecuentes. La osteoartritis, también conocida como enfermedad articular degenerativa, afecta a un porcentaje significativo de gatos mayores, y su prevalencia aumenta con la edad. Esta condición crónica implica el deterioro progresivo de las articulaciones, lo que provoca dolor y una disminución de la movilidad.

Estudios sugieren que la osteoartritis afecta a alrededor del 60 % de los gatos mayores de seis años, y a casi el 90 % de los gatos mayores de doce años. Aunque en muchos casos no hay una causa subyacente clara, se cree que el desgaste relacionado con la edad es un factor importante. Las arti-





culaciones más comúnmente afectadas incluyen los codos, las rodillas, las caderas y la columna. La naturaleza degenerativa de esta enfermedad hace que las articulaciones se deterioren progresivamente, lo que resulta en una pérdida de funcionalidad y un aumento del dolor.

Algunas razas de gatos, como los Scottish Fold, Maine Coon, Abisinio y Birmano, son más propensas a desarrollar osteoartritis a una edad temprana debido a problemas genéticos relacionados con las articulaciones. Además, los gatos que han sufrido traumatismos, como accidentes o cirugías, también pueden desarrollar osteoartritis más adelante en la vida.

Otras causas de dolor en los músculos, huesos y articulaciones incluyen el dolor neuropático, que surge del daño a los nervios, y algunos tipos de cáncer que afectan el sistema musculoesquelético. Estos problemas pueden exacerbarse con el tiempo y llevar a una disminución significativa de la calidad de vida si no se manejan adecuadamente.

Otros problemas de movilidad

Además del dolor articular, otros problemas pueden afectar la movilidad de los gatos. Por ejemplo, algunos gatos pueden perder una extremidad debido a un trauma, lo que dificulta su capacidad para moverse de manera normal. Los problemas neurológicos, como enfermedades que afectan el cerebro y los nervios, también pueden alterar el equilibrio y la coordinación del gato.

En los gatos mayores, el síndrome de disfunción cognitiva, que es similar a la demencia en los humanos, puede llevar a una disminución en su capacidad para navegar por su entorno. Esto puede hacer que se sientan desorientados, confusos o incapaces de moverse con la misma agilidad que antes. Incluso los gatos jóvenes pueden experimentar problemas de coordinación y temblores, a menudo debido a infecciones virales que afectan el cerebro del gatito desde el nacimiento.

Reconocimiento del dolor o problemas de movilidad

Reconocer el dolor o los problemas de movilidad en los gatos es crucial para implementar los ajustes necesarios en el hogar y mejorar su calidad de vida. Los gatos son maestros en ocultar signos de dolor, lo que dificulta a los cuidadores identificar cuándo un gato está sufriendo. Es esencial que los veterinarios eduquen a los cuidadores sobre la importancia de observar cualquier cambio en los hábitos o comportamientos normales de su gato.

Algunos de los signos más comunes de dolor o problemas de movilidad incluyen una menor disposición para saltar, dificultad para subir o bajar escaleras, rigidez después de dormir, cojera o dificultad para usar la bandeja sanitaria. También es posible que el gato pase más tiempo descansando o durmiendo en lugares de fácil acceso, evite actividades como la caza o el juego, y muestre menos interés en interactuar con sus cuidadores o con otros animales en el hogar.

Los veterinarios pueden recomendar a los cuidadores el uso de una lista de verificación de movilidad, disponible gratuitamente en algunos sitios especializados, para ayudar a identificar los primeros signos de osteoartritis y para monitorear cualquier mejora o deterioro en el estado del gato.

Diagnóstico de dolor muscular y articular, y problemas de movilidad en los gatos

El diagnóstico de osteoartritis o de otras causas de dolor en los gatos suele basarse en un examen clínico realizado por un veterinario. Durante el examen, el veterinario puede observar cambios en las articulaciones, como hinchazón, engrosamiento o sensibilidad al tacto. Además, la historia pro-

porcionada por el cuidador sobre los cambios en el comportamiento o en la movilidad del gato en casa es fundamental para un diagnóstico adecuado.

Es importante señalar que los gatos pueden moverse de manera diferente o ser reacios a moverse durante la consulta veterinaria, por lo que puede ser extremadamente útil que los cuidadores lleven o envíen videos del gato en casa, mostrando cómo se mueve, sube escaleras o realiza otras actividades cotidianas.

En algunos casos, el veterinario puede necesitar realizar pruebas adicionales para evaluar la gravedad del problema, que incluyen:

- **Radiografías.** Ayudan a evaluar las articulaciones afectadas y determinar el grado de daño.
- **Análisis de sangre y orina.** Para evaluar la salud general del gato y guiar la elección del tratamiento, especialmente en cuanto al uso de medicamentos.

Señales de dolor muscular y articular, y problemas de movilidad

Los veterinarios deben guiar a los cuidadores para que estén atentos a las siguientes señales comunes que indican problemas de dolor muscular/articular y movilidad en los gatos:

- **Movilidad reducida.** Los gatos pueden mostrar dificultades para saltar a superficies altas o bajar de ellas, subir o bajar escaleras, o moverse con normalidad. También pueden mostrar rigidez después de largos períodos de descanso, cojera o dificultad para usar la gatera.
- **Actividad reducida.** Los gatos con dolor o problemas de movilidad tienden a pasar más tiempo descansando o durmiendo, especialmente en lugares más bajos o de fácil acceso. Además, pueden perder interés en cazar, jugar o explorar su entorno.
- **Alteración del acicalado.** Los gatos con dolor articular a menudo reducen la frecuencia de su acicalado, lo que resulta en un pelaje enmarañado, sucio o descuidado. Algunos gatos también pueden sobreacicalar las áreas doloridas, causando parches calvos en la piel.
- **Cambios en el temperamento.** Es posible que los gatos que antes disfrutaban ser acariciados ahora eviten el contacto físico. También pueden volverse menos tolerantes con las interacciones con otros animales o miembros de la familia.
- **Alteración en los hábitos de eliminación.** Los gatos pueden comenzar a defecar o orinar fuera de la bandeja sanitaria debido al dolor o la dificultad para acceder a la misma.

- *Otros cambios.* Puede observarse una disminución en el apetito, dificultad para bajar la cabeza hacia el comedero o bebedero, y posturas inusuales o incómodas al dormir, como estar encorvado en lugar de acurrucado.

Un hogar 'catfriendly'

El tratamiento más efectivo para gatos con dolor muscular y articular o problemas de movilidad a menudo incluye un enfoque multifacético, que combina medicación, cambios en el entorno del hogar y, en algunos casos, terapias adicionales. Es fundamental que los veterinarios trabajen en estrecha colaboración con los cuidadores para desarrollar un plan de manejo integral que aborde tanto el dolor como las dificultades de movilidad del gato.

Medicamentos para el dolor

Los antiinflamatorios no esteroides (AINEs) son una opción común para el tratamiento del dolor en gatos con osteoartritis. Estos medicamentos ayu-

EL TRATAMIENTO MÁS EFECTIVO PARA GATOS CON DOLOR MUSCULAR Y ARTICULAR O PROBLEMAS DE MOVILIDAD A MENUDO INCLUYE UN ENFOQUE MULTIFACÉTICO

MODIFICACIONES PARA GATOS CON DOLOR Y PROBLEMAS DE MOVILIDAD

PUERTAS PARA GATOS

- Deben abrirse fácilmente
- Grandes para que el gato quepa fácilmente
- Poner un escalón si está alta



POSTES RASCADORES

- Mejor superficies horizontales



ASEO

- Cepillar regularmente para ayudar a evitar enredos
- Recortar las uñas si son largas



COMIDA Y AGUA

- Situada en las zonas bajas
- Elevar los boles para reducir dolor
- Diferentes lugares para que pueda elegir
- Comedores tipo rompecabezas para fomentar ejercicio suave



JUEGO Y EJERCICIOS

- Consultar con el veterinario
- Sesiones regulares cortas
- De bajo impacto, reduciendo saltos
- Evitar superficies resbaladizas



BANDEJA DE ARENA

- Una por gato y una de repuesto
- Por lo menos, debe tener un lado bajo
- Una en todos los niveles de la casa
- Mínimo 1,5 el tamaño del gato
- En un lugar cómodo y tranquilo
- Evitar revestimientos



LUGARES SEGUROS Y CAMAS SUAVES

- Alfombras y colchonetas antideslizantes pueden ayudar en sitios resbaladizos
- Poner camas suaves y calientes en zonas tranquilas
- Poner escaleras o rampas en sus zonas favoritas donde posarse



Fuente: ISFM

dan a reducir la inflamación en las articulaciones y a aliviar el dolor. Sin embargo, los veterinarios deben tener en cuenta que algunos gatos pueden requerir otros tipos de analgésicos en función de la gravedad de su dolor o de otros problemas de salud concomitantes.

Suplementos dietéticos

Los suplementos dietéticos que contienen ácidos grasos esenciales o glucosamina pueden ser útiles para apoyar la salud articular. Estos suplementos ayudan a reducir la inflamación y a mejorar la función articular. Los veterinarios deben discutir con los cuidadores las diferentes opciones de suplementos disponibles y recomendar los productos más adecuados para cada caso.

Pérdida de peso

En los gatos con sobrepeso, la pérdida de peso es crucial para reducir la carga sobre las articulaciones y minimizar el dolor. Los veterinarios deben trabajar con los cuidadores para establecer un plan de pérdida de peso que incluya cambios en la dieta y la promoción de actividad física suave, como sesiones de juego adaptadas a la capacidad del gato.

Fisioterapia y otras terapias de rehabilitación

La fisioterapia, si es bien tolerada por el gato y realizada por un especialista capacitado, puede ser una herramienta valiosa en el manejo del dolor articular y los problemas de movilidad. Otras terapias como la acupuntura también pueden tener un papel beneficioso. Es esencial que los veterinarios guíen a los cuidadores sobre cómo buscar profesionales calificados y cómo implementar estas terapias de manera segura para sus gatos.

Adaptaciones en el entorno del hogar

Los cambios en el entorno doméstico son clave para mejorar la calidad de vida de los gatos con dolor o problemas de movilidad. Al facilitar el acceso a los recursos esenciales, como la comida, el agua y las áreas de descanso, se reduce el estrés físico y se promueve el bienestar general.

Acceso a recursos esenciales

- **Bandejas sanitarias.** Las bandejas sanitarias deben tener lados bajos para facilitar el acceso del gato. Es recomendable que los cuidadores coloquen bandejas adicionales en múltiples pisos de la casa para evitar que el gato tenga que subir o bajar escaleras. Además, el sustrato de la bandeja debe ser suave para minimizar la incomodidad en las patas doloridas.
- **Suplementos dietéticos.** Los comederos y bebederos deben colocarse en áreas de fácil acceso para el gato, idealmente en el mismo nivel donde pasa la mayor parte de su tiempo. En algunos casos, puede ser útil elevar los comederos y bebederos para que el gato no tenga que bajar la cabeza para comer o beber, lo que podría ser doloroso para aquellos con problemas de cuello o espalda.

Rascadores y lugares de descanso

- **Rascadores.** Los gatos con dolor articular pueden encontrar difícil o doloroso usar rascadores verticales. Los veterinarios deben recomendar a los cuidadores que proporcionen superficies de rascado horizontales, que sean más fáciles de usar para los gatos con movilidad reducida.
- **Camas y áreas de descanso.** Las camas blandas y cómodas, colocadas en áreas tranquilas de la casa, son ideales para gatos con dolor muscular o articular. Si es posible, las camas deben colocarse en lugares que

el gato prefiera y que estén cerca de fuentes de calor seguras, como radiadores o almohadillas térmicas especialmente diseñadas para mascotas.

Modificación de actividades físicas y mentales

Es fundamental mantener un nivel adecuado de actividad física en los gatos con dolor articular o problemas de movilidad. Los veterinarios deben asesorar a los cuidadores sobre la importancia de adaptar las sesiones de juego para que sean más cortas y suaves. Los juguetes interactivos que promueven el ejercicio ligero y la estimulación mental pueden ayudar a mantener la flexibilidad del gato y prevenir el aumento de peso.

Los cuidadores deben asegurarse de que las superficies de juego sean antideslizantes para evitar caídas o lesiones adicionales. Además, la estimulación mental, como los rompecabezas alimenticios, puede ser una excelente forma de mantener al gato comprometido y activo, incluso si no es tan físicamente ágil como solía ser.

En definitiva, los gatos con dolor muscular, articular o problemas de movilidad pueden experimentar una notable mejora en su calidad de vida si se implementan pequeños cambios en su entorno. Los veterinarios juegan un papel crucial al guiar a los cuidadores sobre cómo manejar adecuadamente el dolor de sus gatos y hacer las adaptaciones necesarias en el hogar. A través de un enfoque multidisciplinario que combine medicamentos, suplementos, cambios ambientales y, en algunos casos, terapias de rehabilitación, es posible mejorar el bienestar general de estos gatos y proporcionarles una vida más cómoda y feliz. 🐾

LOS GATOS CON DOLOR MUSCULAR, ARTICULAR O PROBLEMAS DE MOVILIDAD PUEDEN EXPERIMENTAR UNA NOTABLE MEJORA EN SU CALIDAD DE VIDA SI SE IMPLEMENTAN PEQUEÑOS CAMBIOS EN SU ENTORNO