

¿Qué son los

Si realizáramos esta pregunta al azar a personas que circulan tranquilamente por la calle, la respuesta, sin lugar a dudas, sería simple, concreta y con elevada y práctica inteligencia: productos para evitar que las cosas se oxiden. Pues sí, eso son los antioxidantes.

En referencia al término aplicado a la nutrición animal, podríamos acoplarnos a la respuesta de la calle diciendo que los antioxidantes son unas sustancias que evitan la oxidación celular (su envejecimiento, entre otros muchos beneficios).

No obstante, aparte del concepto de oxidación, también deberíamos tener presen-

te otro proceso natural del transcurrir de la vida: la producción de radicales libres, que son moléculas "inestables" que se producen de forma continua en los organismos de nuestros animales, y en los nuestros, como consecuencia del propio metabolismo y de la acción de diversas agresiones (alergias, contaminantes, radiaciones...) e invasiones (virus, bacterias...). Estos radica-

les libres buscan estructuras celulares sanas para solucionar su inestabilidad, de modo que cuando la producción de radicales libres supera la capacidad del organismo para neutralizarlos, se origina un fenómeno conocido como "agresión oxidativa", proceso que puede acabar afectando de forma importante a desarrollos fisiológicos relevantes y, por tanto, a la estabilidad del organismo. Asimismo, el daño o agresión oxidativa tiene un papel protagonista en el envejecimiento, las enfermedades cutáneas, las artritis, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer, por citar sólo las más importantes.



antioxidantes?

Por su parte, los antioxidantes, también conocidos como neutralizadores de los radicales libres, son la defensa específica contra la agresión oxidativa y se producen en el interior del organismo; sin embargo, también pueden obtenerse a través de la dieta, por lo que es tan importante una nutrición correcta en cuanto al aporte externo de antioxidantes y para que dichos alimentos favorezcan un perfecto funcionamiento orgánico.

Aunque algunos nombres nos sonarán "a chino", es bueno conocer los tipos de antioxidantes que defienden de los radicales libres:

- Los que produce el organismo:
 - Superoxidodismutasa (SOD)
 - Glutatión peroxidasa (GSH-Px)
 - Catalasa (CAT)
- Los que aportan los alimentos:
 - Vitamina C
 - Vitamina E
 - Taurina
 - Carotenoides (licopeno, luteína, etc.)

En este momento, teniendo clara la importancia de los antioxidantes para un funcionamiento orgánico óptimo de nuestra mascota, es decir, para que su salud esté a prueba de bombas, se debe pensar cómo potenciar los antioxidantes. ¡Sencillo!, mediante el suministro de una alimentación completa y equilibrada que contenga antioxidantes para aliviar la agresión oxidativa:

● Vitamina C

La vitamina C es hidrosoluble y puede ser sintetizada en los animales de compañía; sin embargo, no se almacena y, por consiguiente, debería administrarse en una dieta equilibrada si se quiere sacar provecho de sus propiedades antioxidantes.

● Vitamina E

La vitamina E es el nombre colectivo utilizado para denominar a un conjunto

de componentes similares en términos biológicos (por ejemplo, tocoferol) que comparten la misma función. La vitamina E es el principal antioxidante implicado en conservar la integridad de la membrana plasmática de las células; tiene un importantísimo papel en el funcionamiento del sistema inmunitario y parece ser importante en el crecimiento normal, así como en la función muscular. La existencia de una fuente de vitamina E en la alimentación es fundamental porque, al contrario que la vitamina C en perros y gatos, no puede ser sintetizada por el organismo.

● Oligoelementos

El selenio, el cobre, el zinc y el manganeso son importantes oligoelementos antioxidantes, puesto

alimentan de las plantas. Algunos carotenoides, como el betacaroteno (que se encuentra, por ejemplo, en las zanahorias), la luteína y el licopeno (contenido en los tomates), actúan como poderosos antioxidantes.

● Taurina

La taurina es un aminoácido esencial en el gato y es famoso por su papel preventivo en el desarrollo de cardiomiopatía dilatada en esta especie. Durante los últimos años la taurina también ha demostrado tener un efecto antioxidante muy potente tanto en gatos como en perros.

Los antioxidantes recibidos con la alimentación pueden tener un efecto tan importante como ayudar a reforzar las defensas, lo que es especialmente beneficioso para animales muy jóvenes, que aún tienen inmaduro su

“ Los antioxidantes son la defensa específica contra la agresión oxidativa y se producen en el interior del organismo. ”

que son constituyentes de varias enzimas antioxidantes, como la superoxidodismutasa, que forman parte de la primera línea defensiva del organismo contra los radicales libres.

● Carotenoides

Los carotenoides son los responsables de los pigmentos rojos, amarillos y naranjas que se encuentran en los alimentos vegetales, especialmente en las frutas y hortalizas, así como en los tejidos de los animales que se

sistema inmunitario, y para los mayores, en los que las defensas ya no son tan efectivas. Se ha demostrado que incluyendo en el alimento una combinación de antioxidantes –vitamina C, vitamina E, taurina y luteína– se consigue una mayor respuesta de anticuerpos después de la vacunación.

Por resumir algo tan importante en el menor espacio posible: Una alimentación equilibrada reforzada con una mezcla de antioxidantes contribuye a mejorar la salud, el bienestar y la longevidad de los animales de compañía. ■