

Proteína animal vs proteína vegetal na alimentação canina



Com este artigo pretendemos aprofundar as diferenças, benefícios e limitações das proteínas animal e vegetal na alimentação canina, além de discutir a viabilidade e o impacto de dietas alternativas, como as vegetarianas ou vegans, para cães.

1. Composição e Qualidade das Proteínas

A proteína é essencial para todo o organismo do cão, pois fornece aminoácidos, que são vitais para funções como:

- Construção e reparação de tecidos musculares e orgânicos;
- Suporte ao sistema imunológico;
- Produção de hormonas e enzimas;
- Saúde da pele e do pelo.

Estas funções exigem que os cães consumam uma quantidade e qualidade adequadas de proteínas. Vamos ver como as proteínas animal e vegetal diferem nesse sentido.

Proteína Animal: Composição e Vantagens

- **Perfil Completo de Aminoácidos Essenciais:** Proteínas de fontes animais como carne de vaca, frango, peixe, ovos e fígado oferecem um perfil completo de aminoácidos essenciais. Os cães precisam de 10 aminoácidos essenciais que eles não conseguem sintetizar sozinhos (como lisina, metionina, taurina, entre outros) e que, em geral, são encontrados em boas quantidades nas proteínas animais;
- **Alta Digestibilidade e Absorção:** A proteína animal é altamente bio-disponível, o que significa que o corpo do cão consegue digeri-la e absorvê-la com mais eficiência. Isso facilita a utilização dos nutrientes pelo organismo do cão, especialmente para cães com maior necessidade proteica, como cachorros em crescimento, cadelas em gestação e lactação, cães de trabalho e desporto e cães de raças grandes;



- **Fonte Natural de Nutrientes Específicos:** Além da proteína, as fontes animais fornecem nutrientes importantes, como ácidos gordos omega-3 e omega-6 (importantes para a saúde da pele e do sistema cardiovascular), vitamina B12 (fundamental para o sistema nervoso) e minerais como zinco e ferro.

Essas características tornam as proteínas animais uma excelente base para a dieta de um cão, já que aportam a requisitos nutricionais de forma completa.

Proteína Vegetal: Benefícios e Limitações

Embora as proteínas vegetais como soja, lentilhas, ervilhas e grão-de-bico possam complementar a dieta canina, elas apresentam desafios:

- **Aminoácidos Incompletos:** As proteínas vegetais têm perfis de aminoácidos incompletos, o que significa que uma única fonte vegetal não é capaz de fornecer todos os aminoácidos essenciais que o cão necessita. Para construir uma dieta completa, seria necessário combinar diferentes fontes vegetais para obter todos os aminoácidos, o que pode complicar o equilíbrio alimentar;
- **Menor Digestibilidade e Absorção:** O sistema digestivo dos cães tem mais dificuldade em processar proteínas vegetais, resultando numa menor bio-disponibilidade. Isso significa que, para fornecer o mesmo valor proteico, pode ser necessário aumentar a quantidade de proteína vegetal em comparação com a proteína animal, o que pode afetar o balanço calórico e a quantidade de fibras ingeridas;
- **Benefícios e Compostos Adicionais:** Em contrapartida, alimentos vegetais oferecem fibras e antioxidantes que beneficiam a saúde intestinal e o sistema imunológico. No entanto, algumas plantas contêm compostos anti-nutricionais, como fitatos e oxalatos, que podem interferir na absorção de minerais como ferro e cálcio.

2. O Papel das Proteínas na Saúde Canina

A saúde dos cães depende muito da qualidade da proteína que eles consomem. O tipo de proteína e sua digestibilidade influenciam diretamente a energia, a manutenção muscular, a função imunológica e a saúde geral do cão. Um desequilíbrio ou deficiência de aminoácidos pode causar problemas, como fraqueza muscular, perda de peso, problemas de pele e uma resposta imunológica reduzida.

Vantagens das Dietas que Combinam Fontes Proteicas

Uma abordagem equilibrada que utiliza tanto proteínas animais como vegetais pode ser vantajosa em várias situações, como:

- **Diminuição de Custos e Sustentabilidade:** As proteínas vegetais são uma alternativa mais econômica e sustentável que pode ajudar a reduzir custos de produção de alimentos e o impacto ambiental;



- **Melhor Controle de Alergias Alimentares:** Alguns cães são alérgicos a certas proteínas animais, como carne bovina ou frango. Nessas situações, fontes vegetais ou proteínas animais alternativas, como peixe, podem ser úteis;
- **Apoio à Saúde Digestiva:** As fibras das fontes vegetais ajudam na digestão e favorecem o crescimento de bactérias benéficas no intestino, promovendo uma flora intestinal saudável e prevenindo a obstipação.

3. Dietas Vegetarianas ou Veganas para Cães: É Possível?

Com o aumento de opções vegans e vegetarianas para cães no mercado, muitos tutores questionam-se sobre a viabilidade de uma dieta exclusivamente à base de plantas. Embora alguns cães possam viver bem com dietas vegans ou vegetarianas bem formuladas, é fundamental lembrar que esses planos alimentares exigem suplementação rigorosa e orientação profissional para evitar deficiências.

Suplementação Essencial em Dietas Vegetais

Para tornar uma dieta vegan ou vegetariana adequada para cães, é preciso incluir:

- **Taurina e Carnitina:** Aminoácidos críticos para a saúde cardíaca e muscular. Taurina, em especial, é essencial para o coração e não é facilmente encontrada em plantas;
- **Vitamina B12:** Fundamental para o sistema nervoso e não presente em fontes vegetais. Deve ser suplementada para evitar deficiências graves;
- **Zinco e Ferro:** Minerais encontrados em abundância nas fontes animais, mas menos bio-disponíveis nas plantas. Suplementos podem ser necessários para manter os níveis adequados.

Apesar de ser possível, uma dieta vegetariana ou vegan exige monitoração constante e ajuste profissional para garantir que o cão recebe todos os nutrientes. A alimentação baseada em proteínas animais continua a ser mais natural e completa para a saúde dos cães, considerando o seu sistema digestivo adaptado para processar a carne.

4. Conclusão e Recomendações Práticas

Para a maioria dos cães, uma dieta baseada principalmente em proteínas animais é a melhor opção para suprir todas as necessidades nutricionais, garantindo alta digestibilidade e um perfil completo de aminoácidos. Contudo, proteínas vegetais podem ser um bom complemento em dietas mistas, ajudando a equilibrar o custo, a acessibilidade e a digestão.

Caso o tutor considere uma dieta exclusivamente à base de plantas, é imprescindível:

- **Procurar Orientação Veterinária:** Um veterinário ou nutricionista animal pode recomendar a suplementação necessária e realizar exames periódicos para monitorizar a saúde do cão;



- **Investir em Alimentos Comerciais de Qualidade:** Muitos alimentos comerciais vegans para cães são formulados especificamente para atender às necessidades nutricionais, com suplementação de aminoácidos e vitaminas essenciais;
- **Monitorizar a Saúde do Cão:** Qualquer mudança de dieta deve ser acompanhada de observação atenta ao comportamento, ao peso, à saúde da pele e do pelo, e à energia do cão, além de exames regulares.

Conclusão Final

A proteína animal ainda é a mais recomendada para a dieta dos cães pela sua alta qualidade e compatibilidade biológica. As proteínas vegetais podem fazer parte da alimentação, mas devem ser usadas como complemento e com cuidado em dietas exclusivamente vegetais.

Sílvia Pereira