

Hábitos Saludables

Por: emmanuel

Editor: Salud Animal

Colaborador semanal de Pet Health: Vida saludable para mascotas

Cuidar a una mascota es más que solo abrazos y golosinas (¡aunque esos también son geniales!). Al igual que nosotros, las mascotas necesitan una rutina que apoye tanto su cuerpo como su mente. Unos cuantos hábitos diarios sencillos pueden marcar una gran diferencia en cómo se siente su mascota hoy y en el largo plazo.

Aquí tienes una guía de cosas cotidianas que puedes hacer para ayudar a tu mascota a mantenerse sana, feliz y llena de vida.

1. Aliméntelos correctamente (y cumpla con un horario)

Alimentar a su mascota con la cantidad adecuada de beneficios, La alimentación de calidad es una de las mejores formas de mantenerlos sanos. Ceder ante esos lindos ojos suplicantes es fácil, pero la sobrealimentación puede provocar problemas de peso, especialmente en las mascotas de interior.

Prueba esto:

- Alimenta a tu mascota a la misma hora todos los días.
- Mide su comida para evitar la sobrealimentación.
- Cíñete a alimentos aptos para mascotas y evita los bocadillos para humanos (como el chocolate, las cebollas o las uvas, ¡son tóxicos!)

Si no está seguro de qué o cuánto alimentar, consulte a su veterinario. Las necesidades de cada mascota son diferentes según su edad, tamaño y nivel de actividad.

2. Mantenlos en movimiento

El ejercicio diario no es sólo para perros, ¡los gatos también necesitan tiempo para jugar! La actividad física ayuda a las mascotas a mantener un peso saludable, evitar el aburrimiento y quemar energía de forma saludable.

Ideas para perros:

- Paseos diarios o tiempo de juego en el parque.

- Tira y afloja o busca en el patio

Ideas para gatos:

- Varitas de juguete, punteros láser o rompecabezas de golosinas.
- Trepár árboles o estantes para aventuras en el interior

Sólo jugar entre 15 y 30 minutos al día puede marcar una gran diferencia.

3. No te olvides del agua

Siempre debe haber agua dulce disponible. Puede parecer básico, pero la deshidratación puede provocar todo tipo de problemas de salud. Adquiera el hábito de rellenar el plato de su mascota todos los días y límpielo con regularidad para evitar los gérmenes.

Consejo profesional: si a tu gato no le encanta beber agua, prueba con una fuente de agua para mascotas, son más atractivas que un recipiente sin gas.

4. Un aseo rápido ayuda mucho

No es necesario que realice un tratamiento de spa completo todos los días, pero algunos hábitos de aseo sencillos ayudarán a que su mascota se sienta (y huela) fresca.

- Cepille su pelaje varias veces a la semana para evitar enredos y reducir la muda.
- Revisa sus oídos en busca de suciedad u olores extraños.
- Mire sus patas y uñas, las uñas largas pueden ser dolorosas.
- Échales un vistazo para ver si hay golpes, rasguños o garrapatas.

Si algo parece raro, siempre es mejor detectarlo temprano.

5. Tómese tiempo para el amor y la rutina

Las mascotas prosperan con la coherencia y el afecto. Incluso unos minutos de atención personalizada cada día pueden ayudar a que su mascota se sienta segura, amada y menos ansiosa.

- Habla con ellos, acarícialos, juega con ellos.
- Siga una rutina para que sepan qué esperar.
- Aprende su lenguaje corporal, así es como te dicen cómo se sienten

Recuerda: eres todo su mundo. Esos pequeños momentos de cuidado suman más de lo que piensas.

Pensamientos finales

Las mascotas sanas no sólo tienen suerte, sino que también se las cuida de forma sencilla y constante. Con un poco de tiempo y atención cada día, puedes crear una rutina que ayude a tu mascota a vivir una vida más larga y feliz. Y a cambio, obtienes todo el amor (y meneos de cola o ronroneos) que tienen para darte.