

GUÍA NAVIDADES EN CALMA 🤗

La Navidad puede ser una época mágica para las personas... ¡pero un reto para muchos perros! Los fuegos artificiales, las visitas, los olores nuevos y los cambios de rutina pueden generar estrés, miedo y ansiedad. En esta guía aprenderás cómo crear un entorno más calmado y seguro usando herramientas naturales y de bienestar.



Ponte en su lugar

Antes de decidir cómo incluir a tu perro en las celebraciones, pregúntate:

- ¿Realmente nuestro peludo desea acompañarnos a las cenas y comidas?
- ¿Se encontrará a gusto en un lugar nuevo, con personas desconocidas y con ruido?
- ¿O prefiere quedarse en su hogar relajado?

Ponerse en su lugar y pensar desde su punto de vista nos ayuda a NO priorizar solo nuestras ganas, sino también su bienestar emocional.



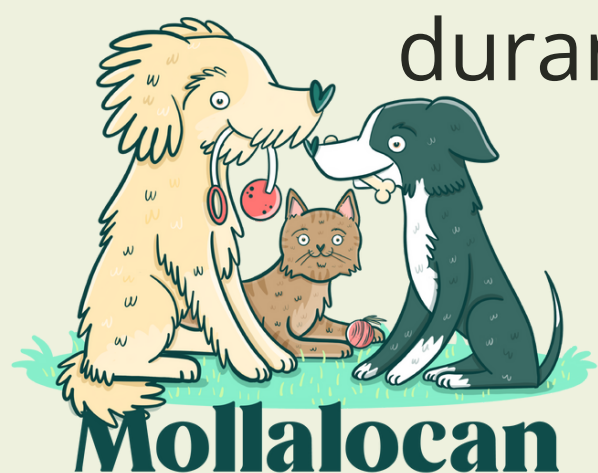
Masticación: Antiestrés Natural

A través de una MASTICACIÓN **óptima** el cerebro de los perros segrega neurotransmisores como los llamados el "cuarteto de la felicidad" ayudando así a la liberación de estrés y a fomentar la relajación.

A través de la masticación tu perro liberará sus niveles de estrés ansiedad, frustración mejorando así su bienestar holístico.

NO TODO "VALE"

- Debemos ofrecer masticable ADECUADOS para cada individuo y cada situación.
- Si ofrecemos "retos" masticable interminables, inmasticables, chiclosos, demasiado duros, demasiado grandes... no acordes a cada individuo estamos generando FRUSTRACIÓN
- NO cuanto más tiempo masticando es mejor
- 💡 Tip: Ofrece la masticación antes o durante momentos de estrés (visitas, petardos).



Alfombra de Lamer

“Lickimat”

El hecho de lamer libera hormonas calmantes que les ayudará a relajarse, Ideal para situaciones de estrés, miedos como pueden ser: Ruidos, tormentas, petardos...

Ideas para rellenar:

- Yogur natural sin azúcar + plátano triturado.
- Comida húmeda de calidad.
- Puré de calabaza, mantequilla de cacahuete natural
- Kefir junto a pequeños premios
- Congélala para mayor duración.

NO TODO “VALE”

- Ajusta la dificultad de la lickimat a cada situación e individuo.
- Si es demasiado difícil o frustrante, puede aumentar el nivel de estrés en lugar de reducirlo.



Juegos interactivos

Los juegos interactivos al igual que las alfombras de lamer son una herramienta fantástica que podran ayudarnos a distraer a los perros de ese foco de miedo y fomentan la calma.

Ideas juegos interactivos:

- Llena una caja grande con papel o retales y esconde premios.
- Rollo de toalla/manta: Enrollapremios o pienso dentro de una toalla, manta o un trapo. Para empezar, haz un rollo sencillo y, cuando lo domine, puedes hacerle nudos para que sea más difícil.
- En nuestra web podrás encontrar diferentes opciones
- TIP: añade una gotita de aeite esencial

NO TODO “VALE”

- Ajusta la dificultad del JUEGO a cada situación e individuo.
- Si es demasiado difícil o frustrante, puede aumentar el nivel de estrés en lugar de reducirlo.



Aceites Esenciales para la Calma 🌿

El olfato, su sentido más desarrollado, conecta directamente con el sistema límbico (encargado de las emociones). Los aceites esenciales nos ayudará a fomentar la calma, a crear un ambiente de relax, de confianza, a reducir niveles de cortisol, un ambiente de serenidad, confianza y equilibrio -¡para toda la familia, humana y peluda!

CONSEJOS CLAVE

- Usa siempre aceites esenciales 100% puros y de calidad terapéutica.
- empieza a usar los aceites antes de las fiestas para que el perro asocie el aroma con tranquilidad.
- Busca asesoramiento y acompañamiento profesional

ACEITES RECOMENDADOS

- ADAPTIV
- BALANCE
- SERENITY
- YLANG YLANG...



Entorno Seguro

- Prepara un entorno tranquilo (ese lugar donde descansa habitualmente ó en el que se refugia)
- Cierra persianas, ventanas, pon música relajante o ruido blanco.
- NO forzarlo, deja libertad
- Acompañalo si lo necesita

♥ CONCLUSIÓN:

Con empatía, previsión y herramientas naturales, puedes regalarle a tu perro unas Navidades más tranquilas, seguras y felices.

Su bienestar emocional también forma parte de la celebración..

Recuerda: la calma también se contagia. Si tú respiras hondo, él también lo sentirá.

Si necesitas asesoramiento o acompañamiento, te esperamos con los brazos abiertos para mejorar vuestras Navidades.

