

Mascotas



Fomenta la actividad física para una vida más saludable en tu mascota

El estado físico de tu mascota es fundamental para su calidad de vida. Mantenerla en movimiento no solo contribuye a conservar su cuerpo fuerte y ágil, sino que también tiene un impacto positivo en su equilibrio emocional y su bienestar psicológico.

Cabe destacar que las necesidades de actividad física no son iguales para todos los animales: dependen en gran medida de su etapa de vida y de su raza.

Por ejemplo, los cachorros se benefician de juegos y ejercicios que apoyen el desarrollo de su musculatura, mientras que los animales adultos mayores necesitan rutinas suaves que contrarresten la disminución natural de masa muscular y mantengan su metabolismo activo.

Fomentar la actividad en tu mascota puede ser más fácil de lo que imaginas: con sesiones de juego, caminatas diarias (en el caso de los perros) o con accesorios que estimulen el instinto depredador de los gatos. Incluso colocar sus juguetes a cierta distancia para que los busque puede convertirse en una forma divertida y efectiva de motivarla a moverse.

Un componente igualmente crucial para evitar el exceso de peso es una nutrición equilibrada. Es vital elegir un alimento formulado específicamente para su tamaño, raza y edad, y limitar el consumo de golosinas o restos de comida humana.

El aumento de peso en las mascotas generalmente se debe a un desequilibrio entre las calorías ingeridas y la energía que realmente queman o gastan.

Si no estás seguro de cuál es la dieta ideal o el tipo de ejercicio más adecuado para tu compañero animal, lo más recomendable es acudir a un veterinario de confianza, quien podrá ofrecerte orientación adaptada a sus necesidades particulares.