

Comidas fáciles y nutritivas y  
premios para perros

# ALIMENTA MEJOR A TU MEJOR AMIGO



**RICK  
WOODFORD**

El tipo de la comida para perros



**ALIMENTA MEJOR A TU MEJOR AMIGO**



# ALIMENTA MEJOR A TU MEJOR AMIGO

Comidas fáciles y nutritivas  
y premios para perros

**RICK WOODFORD**

Fotografía por Alicia Dickerson Griffith



Publicado originalmente bajo el título *Feed Your Best Friend Better* copyright © 2012 - Rick Woodford & Andrews McMeel Publishing, LLC an Andrews McMeel Universal company

[www.andrewsmcmeel.com](http://www.andrewsmcmeel.com)

© de la edición en castellano Dogalia, 2015



dogalia  
[www.dogalia.com](http://www.dogalia.com)  
[info@dogalia.com](mailto:info@dogalia.com)

Editor: Carlos Dangoor Florit

Traducido por: Francisco Muñoz

Revisión ortográfica y de estilo: Marisa Martín Pastor

Diseño y cubierta: Holly Ogden

Maquetación y adaptación: Ana Loureiro Iglesias

Fotografía de Alicia Dickerson Griffith, [www.fourleggedphoto.com](http://www.fourleggedphoto.com)

ISBN: 978-84-942900-3-9

Depósito Legal: PM 1254-2015

Impreso en España

#### AVISO IMPORTANTE:

La información contenida en este libro no pretende sustituir a las visitas regulares al veterinario titulado ni diagnosticar deficiencias o enfermedades de tu mascota. Antes de empezar a dar a tu perro una dieta especial o de complementar su alimentación de alguna manera, siempre debes comprobar con tu veterinario sus necesidades específicas. La información y recetas recogidas en este libro, como parte de una dieta saludable, están destinadas a beneficiar a los perros en conjunto con la supervisión veterinaria, y si bien se ha hecho todo lo posible para garantizar que tanto la información como las recetas sean nutricionalmente buenas y equilibradas para los perros, el autor y el editor no serán responsables de cualquier efecto adverso que tu perro pueda experimentar mientras esté con alguna de estas dietas.

*A Jackson, mi mejor amigo*





*Se oye un gañido en el umbral,  
Hay un arañazo en el suelo,  
¡A trabajar! ¡A trabajar! ¡Por el amor de Dios!  
¡El lobo está en la puerta!*

— C. P. S. GILMAN

*Poema incluido en la obra *The Cry For Justice: An Anthology of  
the Literature of Social Protest**

*(Charlotte Perkins Gilman)*



# CONTENIDO

*Prólogo* XI

*Introducción: mi mejor amigo, Jackson* XII

*Los mejores amigos se merecen lo mejor* XVI

## **CUESTIÓN DE EQUILIBRIO: NUTRIENTES**

### **EN LA DIETA DE UN PERRO 1**

*Proteínas* 2

*Carbohidratos* 3

*Fibra* 4

*Grasas* 4

*Minerales* 6

*Vitaminas* 9

### **ESTABLECIENDO EL TAMAÑO DE LA RACIÓN 19**

### **ALIMENTOS PARA COMPARTIR 25**

*Alimentos a evitar* 26

*Alimentos con los que tener precaución* 29

*Alimentos que merece la pena compartir* 30

### **PREMIOS 51**

### **GALLETAS 79**

### **COMIDAS 99**

### **LA ALIMENTACIÓN DE LOS CACHORROS EN CRECIMIENTO 131**

### **COMIDAS SALUDABLES PARA PERROS ENFERMOS 139**

*Alergias* 141

*Artritis* 145

*Cáncer* 150

*Diabetes* 154

*Enfermedades gastrointestinales* 157

*Enfermedades del corazón* 162

*Enfermedades renales* 166

*Enfermedades hepáticas* 172

*Pérdida de peso* 175

<b>ELIGIENDO EL PIENSO PARA PERROS</b>	<b>179</b>
<i>Cambiando de comida</i>	186
<b>UNA HORA DE LA COMIDA MÁS VALIOSA</b>	<b>189</b>
<i>Poniendo la mesa en el suelo</i>	190
<i>Llamando para la cena</i>	190
<i>Conductas problemáticas a la hora de comer</i>	192
<i>Mendigar comida</i>	194
<i>Explorando la encimera o robando comida de ella</i>	194
<i>Servicio despertador de madrugada</i>	196
<i>Agresión y protección de la comida</i>	197
<i>Comer muy deprisa</i>	197
<i>Reacios a comer</i>	198
<b>AGRADECIMIENTOS</b>	<b>200</b>
<b>FUENTES</b>	<b>203</b>
<b>CONVERSIONES MÉTRICAS Y EQUIVALENCIAS</b>	<b>205</b>
<b>INGREDIENTES COMUNES Y SUS EQUIVALENTES APROXIMADOS</b>	<b>207</b>
<b>ÍNDICES</b>	<b>209</b>

## PRÓLOGO

Durante quince mil años, los perros y los seres humanos hemos tenido una profunda relación que no ha tenido parangón en el planeta. Y en el centro de dicha relación está la comida. Alimentar cada día a nuestros perros forma parte del pacto, tácito y no escrito, que hemos contraído con ellos a cambio de su protección, de su ayuda a la hora de cazar y de manejar el rebaño, y hoy en día, para la mayoría de nosotros, de su compañía. Nos encanta dar de comer a nuestros perros, y nuestros perros adoran la comida.

A la hora de cumplir con nuestra parte del trato, contamos con multitud de posibilidades en cuanto a qué dar de comer a nuestros amigos peludos y cómo hacerlo, de la misma manera en que podemos elegir para nosotros mismos. Nuestros estilos de vida, presupuestos, preocupaciones por la salud y ambiciones culinarias influyen en lo que ponemos en sus cuencos y en nuestros platos. Lo que Rick Woodford ha hecho en este libro es proveernos de una cuidadosa selección de recetas para perros, previamente testadas, y las pautas para cocinarlas.

Para aquéllos que no disponemos de mucho tiempo o que nos preocupa precipitarnos y quedar atrapados en una dieta de preparación casera, Rick nos ayuda a elegir dietas comerciales de alta calidad que sean nutricionalmente equilibradas. A partir de ahí comienza la diversión. Tú y tu mejor amigo tenéis por delante docenas de sabrosas comidas saludables, cada una de ellas repleta de ingredientes frescos y nutritivos. Rick va más allá de simplemente inventar deliciosas recetas para nuestros perros. Él entiende la responsabilidad que asumimos cuando elegimos los ingredientes que se incluyen en la comida de nuestras mascotas, orientándonos para evitar algunos de los peligros que pueden acompañar el proporcionar durante un tiempo prolongado una alimentación casera poco equilibrada.

Como veterinaria holística, he sido testigo de primera mano del poder curativo de la comida preparada con cuidado y cariño, ya fuera comercial o casera. Es importante que pidas consejo a tu veterinario si tu perro parece no estar desarrollándose adecuadamente con la comida que le preparas; aunque tu perro parezca estar bien siguen siendo fundamentales los chequeos anuales y los análisis de sangre, especialmente si lo alimentas regularmente con comida casera.

Dar de comer a tu perro debería ser una experiencia agradable tanto para él como para ti. Con la ayuda de las siguientes páginas, puedes no sólo cultivar al chef que llevas dentro y cuidar la salud de tu perro, sino también fortalecer el vínculo entre tú y tu mejor amigo. ¡Disfrútalo!

Nancy Curran  
Doctora en Medicina Veterinaria  
Clínica veterinaria Two Rivers



## INTRODUCCIÓN: MI MEJOR AMIGO, JACKSON

Jackson y yo llevábamos compartiendo apartamento tres meses ya, cuando llegó nuestro primer 14 de abril juntos. En cuanto abrí la puerta, los dos corrimos el uno hacia el otro, felices de reunirnos de nuevo tras una jornada laboral de ocho horas; yo creando bases de datos y analizando información, y Jackson protegiendo la casa con vigor desde la comodidad de mi cama. Cuando me entrevisté con los anteriores dueños de Jackson, me quedé sorprendido al descubrir que habíamos nacido el mismo día: el 14 de abril. En nuestro primer cumpleaños juntos, llegó un paquete de parte de mi madre con nuestros regalos dentro. Dejé que Jackson rompiera el papel de embalaje marrón, mientras yo le sujetaba la caja, y después examiné el contenido: para él un juguete para despedazar y para mí un libro de recetas de comida para perros. El libro era entretenido e incluso me parecía una buena idea cocinar para mi perro, pero al poco tiempo pasó a ocupar un lugar en la estantería y no volví a abrirlo de nuevo. Después de todo, los perros comen comida para perros, ¿o no?

Con cinco años, Jackson todavía era un diablillo durante los paseos, haciendo travesuras cuando no lo vigilabas. Uno de sus padres debía ser Pastor Belga Malinois, y esa parte de su herencia hizo de Jackson un protector feroz y un alumno inteligente.

Por la otra parte debía haber algo de Labrador Retriever; dentro de la casa, Jackson era juguetón y cariñoso. De alguna manera, su mezcla genética le dejó unas orejas ridículamente pequeñas para su cabeza de manzana encogida, que a su vez era demasiado pequeña para su cuerpo. Aún así, era adorable, sus trastadas cautivaban a todos los que le conocían.

Yo quería tener perro porque mi vida de soltero me hacía sentir solo y me resultaba bastante decepcionante abrir continuamente la puerta de una casa vacía. Desde el momento en que llegó Jackson, la vida cambió. Antes de ir a trabajar echábamos carreras hasta una laguna cercana y después de cenar dábamos largos paseos por el vecindario. Me escondía para que Jackson me encontrara, o bien ocultaba un juguete para el juego de “¡Encuétralo!”. Cuando no jugábamos al tira y afloja con la piel de algún animal de peluche, comenzaban las clases y así Jackson aprendió a encender una lámpara, a cerrar puertas y a traerme objetos. Le llevaba a todas partes conmigo, y así gracias a los cientos de kilómetros recorridos, yo en zapatillas de deporte y él a pata, nuestra relación se transformó, pasando de ser simples compañeros de piso a ser los mejores amigos.

Después de tres años de amistad, le noté un pequeño bulto en el cuello. “Probablemente otra picadura de abeja”, me dije. Pero un par de semanas más tarde, el bulto era un poco más grande. Tras una serie de citas y pruebas veterinarias nos ganamos la remisión al oncólogo. Entonces comenzamos a volver a casa tras apenas caminar unas manzanas, y suspendimos por completo nuestras carreras. Perdió el apetito, se pasaba los días tumbado en su cama sin querer ser molestado con temas de comida o paseos. Parecía como si tuviera tres patas en la tumba y yo me aferraba desesperadamente a la cuarta.

A solo unos días de Navidad, la doctora Freeman, nuestra oncóloga veterinaria, me llamó para comunicarme los resultados. Me pilló comprando en el supermercado, donde la recepción del móvil era muy irregular, así que me quedé inmóvil frente al mostrador de la carne, preocupado por perder la conexión. “Jackson tiene un linfoma, y si responde bien al tratamiento probablemente vivirá de nueve a doce meses más”. Así que esa noche mientras lloraba, pasé por caja con dos filetes en mi cesta. Era la primera comida cocinada de Jackson, y cada bocado lo tomó de mi mano.

Si se saltaba una comida aumentaba mi preocupación, pero el estar varios días sin comer significaba que Jackson no estaba recibiendo ninguna nutrición para ayudar en su lucha contra la enfermedad. Para estimular su apetito, comencé a ponerle pavo y verduras en su cuenco. Jackson se lo comía con ganas, para después regresar a su camita en el rincón. Le daba comida casera de vez en cuando y observé que cuando cocinaba comía con entusiasmo, a diferencia de los días que tenía pienso seco en los que a menudo se negaba a comer. A medida que el apetito de Jackson aumentaba, sus ganas por pasear volvieron. Así que empecé a aumentar la cantidad de comida casera y a disminuir el pienso. Con una nueva sensación de vitalidad, Jackson comenzó a perseguir a nuestro cachorro, Raleigh, por todo el jardín, y su actividad contrastaba con el diagnóstico que nos habían dado.

El ver esta diferencia en mi perro me hizo sentir que podría ayudar a otros perros también. Dejé mi trabajo para leer todos los manuales de veterinaria y libros de cocina que pudiera encontrar, mientras analizaba los aportes nutritivos de cientos de recetas. Tras seis meses abrí mi empresa *Dog Stew* (algo así como Guisos para perros), para que todos los perros se beneficiasen de una buena nutrición. El logo era Jackson sentado junto a su cuenco, lamiendo sus chuletas. Algunos dueños novatos preocupados comenzaron a pedirme ayuda en casos de perros con problemas de piel, hepáticos, enfermedades de riñón, de corazón, diabetes, y cáncer. Nunca decía que no, pero tampoco que sí, hasta que hice un estudio completo de requerimientos nutricionales de cada dolencia. Cada perro comía feliz y su estado mejoraba. Con la ayuda de mi madre, cocinaba y distribuía miles de comidas cada mes, y así mis clientes comenzaron a llamarme “el tipo de la comida para perros”.

Tras las reuniones mantenidas con veterinarios para presentarles mis servicios, éstos se mostraron interesados pero precavidos. Comprendiendo sus dudas, pedí que sugiriesen mis servicios como prueba cuando hubiesen desechado otras opciones. Unas semanas más tarde, recibí una llamada de los propietarios de Wilma. Wilma era una bonita dálmata con una enfermedad de riñón, que la llevo a una “huelga de hambre” prolongada. Preparé un lote de alimentos y me dirigí a mi primer envío. El propietario estaba fuera de sí por la preocupación. Le pregunté si Wilma había comido esa mañana y él me devolvió una mirada como si fuese una pregunta estúpida: “Ella nunca come”. Le mostré como dividir la comida y la calenté con un poco de agua, cuando de repente me paró: “No te sientas mal si no se come tu comida”. Colocamos el cuenco de comida en el suelo, y Wilma lo olfateó investigando, nos miró una vez, y se fue de cabeza a comer. No volvió a mirarnos hasta que el cuenco estuvo vacío, y comprobó cuatro veces que no se había dejado nada. De pronto el dueño me agarró y me dio un gran abrazo. “Gracias, gracias, gracias”, repetía una y otra vez. Con Wilma y con muchos otros perros, me di cuenta de que si bien la comida significaba mucho para los perros, significaba aún más para los propietarios que amaban a sus perros.

Dieciocho meses después de que a Jackson le diagnosticaran el linfoma, no mostraba ningún síntoma de que mi perro estuviera perdiendo la batalla. En un chequeo, la Dra. Freeman pronunció su veredicto final: “Raras veces le digo esto a la gente, pero ya no hace falta que vuelvas a traer a Jackson. La enfermedad está remitiendo”. Le debíamos al tratamiento de quimioterapia el haber parado el crecimiento del cáncer, pero tuvimos que reconocer que gracias a la comida de verdad Jackson recuperó la fuerza y una razón por la que seguir luchando. En lugar de consumirse, Jackson parecía otra vez un perro dinámico y feliz.

Por desgracia, llegó la crisis y me quedé sin fondos. Mis clientes me suplicaron que continuase e incluso se ofrecieron a pagarme más por el servicio. Uno de ellos compró uno de mis frigoríficos con la condición de que se lo llenase durante cuatro meses con comida para sus dos perros. Mi sueño empezó a tomar una nueva forma cuando me di cuenta de que podría aprovechar mi investigación y experiencia para escribir este libro.

Pasé muchos días en la cocina probando recetas; y así tras miles de comidas, galletas y paseos, Jackson, Raleigh y yo estábamos cada vez más unidos. Jackson incluso volvió a correr otra vez. Cuando conocí al amor de mi vida, dimos la bienvenida a tres nuevas incorporaciones a nuestra familia: Ducan, Baxter y Chloe. La casa tronaba bajo las pisadas de nuestra “manada de cachorros búfalo”, y la cama empezó a estar muy concurrida. Jackson prácticamente se pavoneaba durante los paseos mientras dirigía su manada. Al final, el cuerpo de Jackson se agotaba sencillamente por efecto de la vejez. En lugar de dejarle sucumbir al cáncer, las comidas de calidad y las abundantes muestras de amor le permitieron vivir tres años más, desde su última visita a la oncóloga. Estoy profundamente agradecido de que todo ese tiempo empleado en la cocina me concediera tantos años extra junto a mi mejor amigo. Ojalá hubiera comenzado a cocinar para él cuando recibí ese primer libro de cocina.

Te voy a enseñar cómo puedes proporcionar una nutrición práctica y sencilla fundamentada en auténticos alimentos. Como soy un adicto a la información; yo me encargaré del trabajo pesado de recopilar los datos. Tú sólo necesitas coger una cuchara. Mientras preparas la cena, quizá podrías compartir con tu perro unas cuantas minas de oro de antioxidantes, en lugar de tirarlas a la basura. Comparte las comidas que sean adecuadas, así tu perro también podrá disfrutar de una feliz y larga vida saludable. Si la abuela tiene un perro al que adora, puedes hacer que los nietos le preparen algunas galletas navideñas para su perro. A ambos les encantará una tradicional galleta de jengibre (página 94) cada vez que se abra la caja de las galletas. Cuando sea el cumpleaños de tu perro, da buen ejemplo a tus hijos. Destaca la importancia de una nutrición sencilla, por encima de los premios cargados de azúcar, con una cazuela de estofado casero cocinada a fuego antes de irte a trabajar. Significará una semana de buenas comidas para tu perro, y te sorprenderás de no tener que hacerlo cada día. Mira por donde, la mayoría de recetas las puedes preparar, una vez al mes, al mismo tiempo que te haces la cena. Combina, mitad y mitad, con un pienso de buena calidad si es lo que mejor se adapta a tus necesidades.

¿Dispones de más tiempo y quieres utilizar fuentes nutricionales naturales para cada miembro de tu familia en cada comida? El Estofado Suplemento (página 15), combinado con la mayoría de las recetas recogidas en este libro, aporta a tus hijos de cuatro patas una nutrición por encima de la fórmula integral y equilibrada; los productos frescos, rebosantes de antioxidantes, pueden ayudarnos a todos a convertirnos en adultos sanos y activos. Debido a que nuestros perros envejecen un poco más rápido que nosotros, a veces necesitan un poco de amor y una comida concreta para lo que les causa malestar. Habla con tu veterinario sobre darles comidas saludables en lugar de alimentos compuestos principalmente de maíz.

Si necesitas un análisis nutricional de cualquier receta de este libro, visita [www.dogfooddude.com/](http://www.dogfooddude.com/) Allí te proporcionaré un estudio fundamentado en los datos nutricionales del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (**USDA National Nutrient**

**Database**) y en las recomendaciones del Consejo Nacional de Investigación – gratis. Alimentemos a nuestros mejores amigos de la misma manera en que lo haríamos nosotros – con productos frescos y de nuestra región cuando sea posible, combinados con alimentos que también sean convenientes y definitivamente no considerados comida basura. Tanto si es una rodaja de manzana, un huevo, una col rizada o una pequeña porción de queso, cada alimento aporta a cada comida un sabor único y un perfil nutricional. Comienza con cucharaditas (5 ml) y cucharadas (15 ml) y podrás observar cómo la nutrición de los alimentos auténticos es lo que provoca que todos muevan la cola de felicidad.

## **LOS MEJORES AMIGOS SE MERECEEN LO MEJOR**

Durante los 15.000 años desde que el perro se presentó por primera vez al hombre, innumerables perros han cazado con nosotros, han protegido a nuestras familias, nos han entretenido con sus travesuras, han ayudado a personas con minusvalías y han ofrecido su compañía a los que sentían solos. A cambio nosotros les dimos un lugar cálido donde dormir y una parte de nuestra despensa. La comida y el amor son la forma de pago en el contrato con nuestros perros.

Nos apretujamos en un espacio diminuto de nuestro sofá para ver la televisión junto a nuestros mejores amigos caninos, y les dejamos que acaparen la cama. Les compramos juguetes para que los destrocen y premios para mantenerles motivados. Nuestros perros protegen nuestras familias y hogares y nunca fallan a la hora de saludarnos con un ladrido jovial y un entusiasta movimiento de cola. Les colmamos con amor y afecto, a pesar de la cantidad de pelo que nos dejan en la ropa cuando salimos de casa. Y sin embargo, lo que realmente supondría su máximo bienestar como es una alimentación de verdad, con frecuencia, es la única cosa que les negamos.

Nuestra cultura está empezando a valorar la forma en que los alimentos e ingredientes de calidad, más sostenibles, pueden mejorar nuestro bienestar. Cada vez más personas están cambiando la comodidad de los productos manufacturados por comidas sencillas, preparadas con ingredientes frescos, que no sólo saben mejor, sino que también proporcionan una mejor nutrición. Entretanto, nuestros perros nos miran con envidia, a la espera de algo más interesante que el pienso, que no es más que comida rápida mezclada con un multivitamínico.

Es hora de dejar de considerar todo lo que hay en la despensa y en el frigorífico como “comida para personas”. Sin duda, una lasaña (con su cebolla, sal, pimienta y queso en abundancia) sí debería reservarse para la mesa como alimento para personas. Sin embargo, la pasta, las carnes frescas, las hierbas, e incluso un poco de queso, son simplemente alimentos - comidas que pueden ser compartidas con nuestros mejores amigos en cantidades moderadas.

Los alimentos frescos en las proporciones justas son tan válidos para los cuencos de nuestros perros como lo son para nuestros platos; solo significa tener cacerolas separadas en los fogones. Cuando ofrecemos alimentos frescos a nuestros perros, les damos la oportunidad de disfrutar de comidas que no solo hacen mover sus colas de felicidad, sino que también les nutren y contribuyen a que tengan una buena salud. Al hacerlo, estamos cumpliendo de verdad nuestro contrato con nuestros mejores amigos.

¿A quién no se le arruga la nariz cuando piensa en comida para perros? No huele tan bien, y pocos de nosotros nos atreveríamos a metérsola en la boca. El análisis nutricional es misterioso y los ingredientes casi nunca están relacionados con alimentos que conocemos, lo cual nos lleva a quedarnos de pie en el pasillo de la comida para mascotas intentando descubrir la diferencia entre los derivados de pollo y una comida con pollo. La única garantía que se nos da es que es completa y equilibrada.

Lo preocupante de estas comidas comerciales es que únicamente son completas y equilibradas para los estándares aparentes de vitaminas, minerales, grasas, proteínas y carbohidratos. Hay miles de compuestos en los alimentos, no solo la breve lista de vitaminas y minerales que nos son familiares, y cada día se descubren más. Por ejemplo, el licopeno. Hace unos años, casi nadie había oído hablar de este componente, incluso, ni de la categoría más amplia de antioxidantes. Cuando se descubrió el licopeno, presente en alimentos rojos como el tomate, la sandía y la papaya, supimos que podía ayudar a prevenir el cáncer en humanos; recientemente se ha probado que en perros también. Sin embargo, cuando revisas los ingredientes y el análisis de cualquier paquete, entiendes que solo las vitaminas y minerales estándares la convierten en comida comercial. Los antioxidantes, fitoquímicos, y metabolitos secundarios, que se encuentran en abundancia en alimentos




---

## HAY MÁS EN LOS ALIMENTOS DE LO QUE SABES

*Los metabolitos secundarios son componentes orgánicos distintos de las esenciales proteínas, grasas, vitaminas y minerales. Aunque su ausencia no provoca enfermedades, la presencia de algunos de estos metabolitos secundarios en la dieta mejora la calidad de la salud en general. Los metabolitos secundarios pueden incluir enzimas u otros aminoácidos presentes en la carne, y fitoquímicos. Los fitoquímicos son una amplia clase de componentes químicos encontrados de forma natural en las plantas. Pueden ser vitaminas, antioxidantes, u otros compuestos que ayudan a crear el sabor, el aroma, y el color de las plantas. Por ejemplo, la vanilina proporciona el olor a vainilla, mientras que la curcumina crea el color amarillo vivo en la cúrcuma.*

---

frescos que mejoran nuestra salud, al final se quedan fuera del producto, ya que todavía hoy las empresas de alimentación para mascotas no los consideran importantes como para incluirlos en la ecuación canina “completa y equilibrada”.

Uno de los nutrientes que más falta en la dieta de nuestros perros es el ácido graso omega-3. Estamos descubriendo que el aumento de los omega-3 en nuestras dietas puede ser beneficioso, y se ha demostrado que también mejora el estado de la piel en los perros. La Asociación Americana del Control Oficial de Alimentos (AAFCO – The Association of American Feed Control Officials) marca el criterio para los perfiles nutricionales en la industria de alimentos para mascotas. Al no reconocer esta asociación los ácidos grasos omega-3 como nutrientes esenciales, los fabricantes de estos productos no están obligados a incluirlos. ¿Morirá tu perro por no tener en su dieta los omega-3? No, pero si los incluyes pueden mejorar la calidad de su estado de salud. Sin un estándar, el departamento de ventas incluso puede publicitar con orgullo “con omega-3 añadido”, aún cuando sea solo una gota.

Cuando a una mascota se le diagnostica cáncer, a menudo la gente me pregunta si podría haber sido causado por la comida que les dan a sus perros. El cáncer es un misterio – aparece porque sí, y puede atacar cualquier parte del cuerpo de nuestras mascotas. La cuestión no es si los alimentos comerciales causan cáncer, sino más bien si bastan para prevenirlo. Nuestros médicos nos insisten en que comamos menos alimentos procesados, menos azúcar, sal, grasas y carne, todo en beneficio de nuestra salud. Nos encaminamos al pasillo de productos naturales a la búsqueda de frutas y verduras que nos aporten los carbohidratos, vitaminas y minerales necesarios; los primeros para tener energía y los últimos conservar nuestra salud. Como beneficio adicional, los alimentos frescos también nos proporcionan una abundante provisión de antioxidantes, construyendo así los cimientos para disfrutar de una vida libre de enfermedades. Los antioxidantes están empezando a aparecer en las comidas para mascotas, pero a menudo se limitan a uno o dos de los miles de antioxidantes que se pueden encontrar en los alimentos frescos. Si das importancia a que estos tipos de alimentos estén presentes en tu dieta, es lógico pensar que sabrás apreciar cuánto bien pueden hacer también a tu perro.

“La nutrición es la pieza clave de la buena salud”. Suena así de simple, pero ésta fue la afirmación más importante que leí mientras investigaba sobre nutrición canina. Mi experiencia con Jackson y otros cientos de perros me ha demostrado que la nutrición de una comida de verdad puede causar un gran impacto en el bienestar de los perros. Los pasteles de carne, los estofados y las recetas a fuego lento de este libro son sencillos y fáciles de hacer. Te sorprenderá el poco esfuerzo que requieren. Los beneficios son enormes; los perros siempre te darán críticas positivas de su cena, y el suministrar a tu perro alimentos frescos, repletos de una gran variedad de nutrientes, mantendrá esa cola moviéndose durante muchos años felices.

No existe un único alimento o comida perfectos, ni tampoco solo un método para alimentar a tu perro. Las posibilidades son tan numerosas como el número de razas

registradas en el American Kennel Club (*club canino estadounidense que emite sus propias reglas de crianza de perros*). No te sientas como si tuvieras que hacerlo todo por tu cuenta. De hecho, te resultará más fácil y beneficiará en gran medida a tu perro el que complementes la comida comercial con una variedad de alimentos frescos, ya que recibirá, por un lado, vitaminas y minerales de los altamente complementados piensos comerciales y, por otro, antioxidantes naturales de los alimentos frescos.

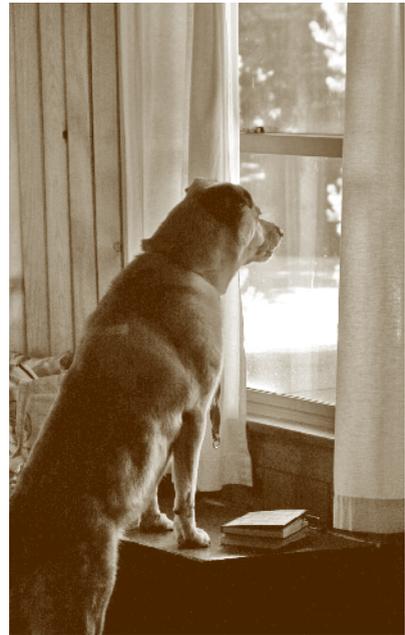
Las pautas y recetas de este libro han sido desarrolladas para abordar cualquier preocupación que nos prevenga de compartir la generosidad de la naturaleza con nuestros mejores amigos. Mi idea es, en primera instancia, proporcionar nutrientes esenciales a través de alimentos básicos, y después usar dos de mis incorporaciones dietéticas favoritas, el Estofado Suplemento (pág. 15) y el Polvo de Cáscara de Huevo (pág. 17).

-  Si quieres compartir algunas sobras de la encimera, la sección “Alimentos que merece la pena compartir” (pág. 30), te mostrará las cantidades adecuadas para tu perro y te facilitará recetas para comidas que podréis disfrutar los dos.
-  Las recetas que empiezan en la página 40 te ayudarán a preparar platos que tú y tu mejor amigo podréis comer juntos, con solo unas cuantas modificaciones.
-  Te mostraré un poco de amor por el horno con bocados deliciosos y nutricionales en la amplia variedad ofrecida en la sección “Premios” (pág. 51).
-  Junto con los premios, las delicias caseras contenidas en la sección “Galletas” (pág. 79) pueden llevar tu experiencia a otro nivel, y además son magníficos regalos.
-  La parte del libro “Comidas” (pág. 99) te surtirá con recetas equilibradas según las pautas veterinarias para los macronutrientes (grasas, hidratos de carbono, proteínas y fibra) e incluye recomendaciones para suplementarlas para competir con la nutrición completa y equilibrada que se encuentra en los alimentos comerciales.
-  Algunos perros tienen necesidades especiales debido a su condición médica. La sección “Comidas Saludables para Perros Enfermos” (pág. 139) incluye recetas que están formuladas para ayudar a perros enfermos para que se recuperen. Merece la pena mantener una conversación con tu veterinario para determinar si estas recetas son adecuadas para tu perro.
-  Por último, Alicia Dickerson Griffith, una talentosa fotógrafa de perros, ilustra nuestra conexión con nuestras mascotas a lo largo de este libro a través de su trabajo fotográfico titulado “Tu Mejor Amigo”. Espero que encuentres algo en estas fotos que te recuerde a ti mismo y a tu mejor amigo.

Quince mil años después de nuestro primer encuentro, los perros continúan siendo nuestros compañeros fieles y siguen demostrándonos su devoción de muchas maneras. Comparte conmigo tus fotos e historias en [www.dogfooddude.com](http://www.dogfooddude.com). Espero que tanto tú como tu perro disfrutéis de estas recetas y que compartáis vuestro afecto durante muchos años.

Alimenta mejor a tu mejor amigo,

*Rick Woosford*





# **CUESTIÓN DE EQUILIBRIO: NUTRIENTES EN LA DIETA DE UN PERRO**

Asegurarse de que el cuerpo recibe la cantidad correcta de nutrientes es importante, tanto para los perros como para los humanos; solo que las proporciones son diferentes para cada una de las especies. Los veterinarios a menudo son precavidos a la hora de aprobar las comidas caseras porque sospechan que en una receta corriente pueden faltar muchas de las vitaminas y minerales necesarios para una buena salud. Mientras que hay algunas vitaminas y minerales que necesitan ser suplementados, algunos son, en verdad, producidos dentro del organismo de nuestro perro y otros los obtienen a través de pequeñas porciones de alimentos frescos. El siguiente es un resumen de los nutrientes necesarios para una buena salud, sus funciones, y ejemplos de cómo se obtienen a través de los alimentos frescos.

## **PROTEÍNAS**

Mientras que la categoría de proteínas atrae la mayor parte de la atención cuando se habla sobre comida para perros, son los aminoácidos, que forman parte de las proteínas, los verdaderamente importantes. En el sistema digestivo, los ácidos y enzimas descomponen las proteínas consumidas en aminoácidos, que luego son utilizados por el cuerpo para crear células, músculos, hormonas, anticuerpos, sangre e incluso otros aminoácidos. De los 22 aminoácidos que necesita el cuerpo de un perro, 12 pueden ser sintetizados a partir de otros aminoácidos de su dieta. Los 10 restantes son llamados aminoácidos esenciales y deben ser suministrados en cantidades suficientes para las funciones del cuerpo. Las fuentes de proteínas se miden por la facilidad con que son absorbidas y utilizadas en una escala de valor biológico. Los huevos obtienen la máxima calificación del 94 por ciento, seguidos por el pescado con un 76 y la carne de vaca con un 74 por ciento; la mayoría de los cereales obtienen un valor de un 60 por ciento en la escala. Cuanto mayor sea la calidad de una fuente de proteína, menos proteína tiene que ser consumida. En lo que respecta a la energía, el recurso preferido del organismo son las grasas y los carbohidratos. Cuando se consume el exceso de proteína, algunos de los aminoácidos se pueden almacenar, aunque no hasta el punto de la grasa y los carbohidratos. Demasiada proteína supone un incremento del esfuerzo de los riñones, así que los perros que estén luchando contra alguna enfermedad deberían seguir el consejo de su veterinario en relación al contenido de proteína. La recomendación para un adulto medio es un 18 por ciento de proteína, mientras que para cachorros en crecimiento, perros de trabajo y hembras lactantes se requiere un 28 por ciento.

Todos los aminoácidos esenciales participan en las funciones corporales, antes mencionadas, pero algunos tienen objetivos especiales:

-  Arginina – juega un papel en la reproducción y crecimiento celular, así que los animales en período de crecimiento necesitan más. También ayuda en la

eliminación de toxinas de amoníaco causadas por la digestión de proteínas y estimula la producción de orina, para eliminar el exceso de nitrógeno.

-  Histidina – desempeña un papel en el transporte de oxígeno a través de la sangre.
-  Isoleucina – su única función conocida es la creación de proteínas.
-  Leucina – ayuda a la síntesis de proteínas y en la prevención de la degradación muscular.
-  Lisina – las dietas ricas en cereales tienen una baja concentración; no obstante, cuanto más proteína en la dieta, más lisina se necesita para utilizar la proteína consumida y sintetizar otras proteínas necesarias.
-  Metionina – es necesaria para la reproducción de ADN y ARN y para la síntesis de la cistina, que es un componente principal del cabello.
-  Fenilalanina – contribuye al color negro del pelo, a la creación del aminoácido tirosina y a la función tiroidea.
-  Treonina – mantiene una piel sana, estimula la curación de heridas y el sistema inmunológico.
-  Triptófano – se cree que tiene un efecto sobre los neurotransmisores que reducen la agresión.
-  Valina – es activa en el transporte de grasas y en la creación de leche.

La cantidad diaria recomendada de proteínas y aminoácidos esenciales para un perro de veinte kilos se puede encontrar en unos 150 gramos de pechuga de pollo, que proporciona solo el 15% de las calorías necesarias por día, dejando mucho espacio para añadir las grasas necesarias, las verduras, e incluso algunos cereales en la dieta.

Otro aminoácido, la taurina, es sintetizado por los perros consumiendo en la dieta la metionina y la cistina. Aunque no hay una necesidad determinada para los perros, las razas que son más propensas a problemas cardíacos, como Terranovas y Cocker Spaniels, pueden beneficiarse de los suplementos, ya sea por preparados en polvo o mediante la incorporación de pescado en sus dietas.

## CARBOHIDRATOS

Mientras que la mayoría de los nutrientes tienen una cantidad necesaria establecida, los hidratos de carbono son el único nutriente en el que la cantidad que se puede dar al perro realmente depende de su dueño. Los perros no tienen una necesidad biológica de carbohidratos, y son muy felices con un cuenco lleno de carne para comer. Sin embargo, hay muchas razones por las que incluir cereales y verduras, como parte de la comida, es beneficioso.

-  Como fuente de energía, los carbohidratos se utilizan más fácilmente que la proteína y tienen menos calorías que la grasa.

-  Los hidratos de carbono ralentizan la digestión, concediendo más tiempo para absorber otros nutrientes y manteniendo la vitalidad de tu perro por más tiempo.
-  Los carbohidratos son una buena fuente de vitaminas esenciales, minerales y de antioxidantes que no están presentes en las proteínas o en las grasas.
-  Son menos caros que las proteínas.

El crecimiento y la producción de cereales y verduras tienen menor impacto en el medio ambiente, requiere menos tierra, agua, emisiones de carbono y combustibles fósiles para proporcionar la misma cantidad de calorías que las fuentes de proteínas.

Una preocupación con muchos productos comerciales, especialmente los de menor calidad, es que son muy altos en carbohidratos debido a que sus fuentes de proteínas se originan también, en gran parte, de material vegetal. La cantidad de hidratos de carbono en la dieta de tu perro depende de tu elección, teniendo en cuenta tus propios valores y economía, pero no tiene que ser o todo o nada. Este libro contiene una variedad de recetas para que puedas escoger entre las que están libres de cereales, las que son bajas en carbohidratos o las que contienen un equilibrio razonable de proteínas e hidratos de carbono.

## FIBRA

Cuando un animal consume carbohidratos, éstos vienen acompañados de fibra. La fibra permanece en su gran mayoría sin digerir y ralentiza el sistema digestivo para equilibrar el contenido de agua en los intestinos, desarrollando un colon sano y aumentando la cantidad de flora intestinal para contribuir a la resistencia contra bacterias y trastornos intestinales. Solo se necesita una pequeña cantidad de fibra (menos de 5 por ciento), porque un exceso puede provocar gases dependiendo del grado de fermentación.

## GRASAS

Al igual que sucede con los carbohidratos y las proteínas, las grasas pueden causar obesidad cuando se consumen en exceso. Tienen 225% más calorías por gramo que las suministradas por proteínas o carbohidratos. Sin embargo, es importante incluir grasas en la dieta por su papel en la absorción de vitaminas liposolubles A, D, E y K (aquéllas que se pueden disolver en grasas y aceites, a diferencia de las hidrosolubles, que se disuelven en agua); en la producción de hormonas, en la salud del pelo y la piel, en el aumento de la inmunidad y como fuente de energía. Hay dos tipos de ácidos grasos esenciales:

-  Los ácidos grasos Omega-6 son abundantes en muchas dietas que contienen aceites vegetales o grasas animales; 1 cucharadita y media (7,5 mililitros) de aceite de maíz proporciona suficiente ácido linoleico para satisfacer las necesidades



*Tu mejor amigo no se queja por la lluvia.*



¡APROBADO POR VETERINARIOS!

# ¿QUIÉN TE IBA A DECIR QUE ALIMENTAR A TU MEJOR AMIGO PODRÍA RESULTAR TAN FÁCIL?

*Alimenta mejor a tu mejor amigo* es la guía de nutrición diaria para tu perro más completa y accesible, incluye información sobre alimentos que puedes darle directamente de la tabla de cortar, así como ochenta y cinco recetas para comidas, golosinas, aperitivos y suplementos que puedes preparar en cuestión de minutos en la cocina o en el horno. Es cocina chucho-gourmet – ¡y a tu perro le encantará!

Cuando a Jackson, el mejor amigo de Rick Woodford, le diagnosticaron cáncer, Rick quedó desolado. Determinado en conseguir que cada última comida de su amigo contara, Rick estudió nutrición canina y comenzó a preparar los alimentos de Jackson, y entonces algo maravilloso sucedió – Jackson vivió cuatro años más ¡libre de cáncer! A partir de ahí, Rick se embarcó en la misión de ayudar a la gente para que alimentaran mejor a sus mejores amigos, sin gastarse un dineral o sin tener que dedicar un tiempo excesivo a cocinar. Después de todo, menos tiempo en la cocina significa más tiempo para jugar con tu perro.

Si no te gusta comer alimentos procesados llenos de ingredientes que ni siquiera sabes pronunciar, ¿por qué se los das a tu mejor amigo? Este libro, *Alimenta mejor a tu mejor amigo*, te facilita el evitar todos esos productos químicos, los rellenos de cereales y subproductos cárnicos, y darle a tu perro los mismos antioxidantes, vitaminas y minerales naturales y fitoquímicos que a ti te mantienen saludable. Piénsalo como si llevaras la granja al plato de comida de tu compañero de cuatro patas.

Este libro está lleno de ideas funcionales que cualquiera puede poner en práctica: soluciones rápidas, cómo cocinar y conservar las comidas para compartirlas con tu chucho, e incluso algunos consejos para evitar los problemas de conducta a la hora de la comida. También se incluyen sugerencias para una mejor elección de alimentos comerciales y cómo suplementarlos con golosinas caseras cuando te sea posible, así como recetas saludables para perros enfermos. A diferencia de muchos libros de cocina para perros, éste proporciona una sencilla clasificación de las raciones según el tamaño e información nutricional para perros de todos los tamaños. Tiene todo lo que necesitas para alimentar mejor a tu mejor amigo durante una larga y feliz vida.



ISBN 978-84-942900-3-9



9 788494 290039



[www.facebook.com/dogalia](http://www.facebook.com/dogalia)



[www.twitter.com/dogalia](http://www.twitter.com/dogalia)



[www.dogalia.com](http://www.dogalia.com)  
[info@dogalia.com](mailto:info@dogalia.com)