

# COMO ELEGIR EL PIENSO DE NUESTRO PERRO



**IMPORTANTE:** Esta guía ha sido redactada con la intención de enseñar a leer los etiquetados del pienso y ayudar en el proceso de elección de este. En ningún caso debe estar por encima de las recomendaciones veterinarias. Si su mascota padece alguna patología, déjese aconsejar por un profesional.

### *¿Qué tipos de comida hay?*

El **pienso** es la opción más cómoda y económica, además de versátil. Podemos encontrarlo en sacos de kilos muy variados, desde 1kg hasta 20kg. Se debe mantener en un lugar fresco y seco, escondido de la luz solar y de los malos olores.

Uno de los beneficios indirectos es que la dureza de la croqueta puede ayudar a **reducir la acumulación de sarro**, esto es si tu perro no se los traga sin masticar, que suele ser el caso. Para conseguir las croquetas se emplean varios métodos de procesamiento, siendo los más comunes el extrusionado y el prensado en frío.

Hace años el método predominante era el de horneado

El método de **extrusionado** consiste, de manera resumida, en secar la mezcla de ingredientes y añadirle vitaminas, nutrientes y aceites. De esta forma **pierde la humedad y con ella la posibilidad de que haya bacterias o enfermedades**. Este tipo suele dejar la mano aceitosa al tocar el pienso.

El **prensado en frío no necesita que se le añadan nutrientes y vitaminas**, ya que al ser comprimido a bajas temperaturas se conservan los originales. Es importante destacar que el pienso prensado en frío es **más digestible y sabroso**, sin embargo, también hay que ser **más cuidadoso** en su almacenaje y conservación. Al contrario del extrusionado, deja las manos poco aceitosas al tocar el pienso.

Aparte de esta división según el método de obtención de la croqueta, podemos dividir el pienso según su **composición**. Este puede ser:

- ◊ **Pienso con cereales.** Es común el uso de arroz, trigo, maíz, centeno o avena.
- ◊ **Pienso sin cereales.** También llamado **grain-free**, resulta una opción muy útil si nuestro perro tiene alguna intolerancia o problemas de digestión.

Si vamos a comprar pienso con cereales, lo mejor es **evitar el trigo y el maíz**. Si apostamos por una fuente de carbohidratos, el **arroz es la mejor opción de entre estos tres**. Los dos primeros suelen ser los causantes de las intolerancias.

**Entre los peores piensos es normal que aparezcan los piensos con cereales, ya que son una fuente de carbohidratos barata.**

Pero **comprar pienso sin cereales no significa que sea necesariamente mejor**, ya que muchas empresas utilizan subproductos de animales de bajo valor biológico, como son las plumas, los picos, o las patas. Suelen sustituir el arroz o trigo por **batata, patata e incluso legumbres**.



La **comida húmeda** es una alternativa al pienso. Si se elige, no te preocupes si tu mascota orina más que si come pienso seco. Es **muy recomendable tras una gastroenteritis ya que su digestión es más sencilla y contiene mucho agua**. Su composición suele ser generalmente buena y

tiende a incluir varias verduras y frutas.

Es importante **no mezclar comida húmeda y pienso en la misma comida**, ya que una se digiere antes que la otra y **puede causar molestias** a nuestro amigo peludo.

Combina una alimentación de comida húmeda con pienso para maximizar los beneficios de los dos.

La **comida casera** debe ser evitada en la medida de lo posible. No alimentes a tu perro con sobras, ni con comida

procesada. Si decides establecer una **dieta casera** para tu mascota, contacta con tu veterinario; es muy importante que le des a tu perro los nutrientes y vitaminas necesarios en cada comida. **Emplea siempre alimentos frescos** y evita los congelados y ultra procesados. No se debe añadir sal a la comida. Se debe tener **especial cuidado con los huesos**.

Al igual que la comida húmeda, se recomienda cocinar un poco de arroz (sin sal y sin aceite) con pollo (cocido solo en agua) si a tu mascota le ha sentado mal la comida y la ha vomitado. La **dieta blanda** le ayudará a ponerse mejor.

Finalmente, la **dieta BARF o ACBA**, que significa alimentar a tu perro con Alimentación Cruda Biológicamente Adecuada, es una alimentación complicada que requiere de mucho **tiempo y esfuerzo**, pero sobre todo requiere **informarse para que tu perro no tenga ninguna deficiencia o enfermedad**.



En ella se emplea carne magra, huesos (sin cocer, ya que pueden astillarse), verduras, frutas e incluso huevos. Es una dieta que **le gustará mucho a tu perro, pero también puede ser muy peligrosa si no se investiga lo suficiente y se lleva a cabo sin la supervisión de un profesional**.

La BARF es muy extensa y aún suscita mucho debate, por lo que no profundizaremos más en ella.

### **¿Cómo leer el etiquetado del pienso?**

El etiquetado del pienso nos indica qué es lo que nuestra mascota está comiendo. Muchas veces nos dejamos influenciar por **el aspecto del empaquetado, las palabras “gourmet” o “premium”, el precio** o lo compramos porque **lo hemos visto en la televisión. Error.**

Es extremadamente importante pararse a leer los ingredientes y aditivos, para poder escoger una comida de calidad y alargar la vida de nuestro amigo.

Como norma general, los ingredientes se ordenan de **mayor a menor** presencia, casi siempre expresados **en porcentajes**. Sabiendo esto, queremos que una fuente de proteínas esté siempre como primer ingrediente, ya sea pollo, pescado, conejo, o cordero.

En el etiquetado hay mucha influencia del marketing, y aquí empiezan los problemas. Consideremos el siguiente ejemplo sencillo:

**Pollo (65%), Arroz (35%).** Esto no es lo que te vas a encontrar en las etiquetas (que son mucho más extensas), pero nos ayudará a comprender lo que vamos a explicar.

“Pollo” es un pollo completo. Con plumas, patas, pico, huesos, etc. Solo el término **“carne de pollo”** nos indica que realmente nuestro perro está comiendo carne. Es decir, en esta etiqueta podría ser cualquier parte del pollo, incluida la carne.

La carne suele tener alrededor de un 70% de agua. Cuando aparece “pollo” no indica que esté deshidratado, es decir, **la etiqueta se escribe antes de cocinar los ingredientes. Entonces, si un 70% es agua, ¿cuánto me queda de pollo?** Haciendo una regla de tres, nos quedaría que **tan solo hay un 19,5% de pollo.**

Por esto, lo preferible es que en la etiqueta aparezca la fuente de proteína como **“deshidratada”**. En este caso nos podemos olvidar de las matemáticas y, hasta cierto grado, del marketing. Pero hay otras estrategias que se llevan a cabo para hacernos creer que el pienso es tan bueno como esperábamos.

**A veces nos encontramos con el mismo ingrediente dividido en varios distintos, para hacer que aparezca más bajo en la lista.**

Ejemplos de dos **etiquetas reales de piensos anunciados en la televisión:**

EJEMPLO 1: Pollo (18%), maíz (12%), trigo integral (12%), proteínas deshidratadas de ave, arroz (10%), proteína de maíz, grasa animal, cebada integral, harina de maíz, proteínas animales hidrolizadas, proteínas deshidratadas de buey, pulpa de remolacha, aceite de pescado, cloruro potásico, sal.

EJEMPLO 2: Pollo (20%), arroz (15%), proteína deshidratada de ave, trigo, harina de gluten de maíz, grasa animal, maíz, proteína animal hidrolizada, pulpa de remolacha, aceite de pescado, huevo deshidratado, levadura, cloruro potásico, proteínas plasmáticas, difosfato de tetrasodio, carbonato de calcio, sal, polifenoles naturales.

Ejemplo de **una etiqueta real de pienso que NO aparece en la televisión:**

EJEMPLO 3: Carne de pollo fresca (13%), carne de pavo fresca (7%), huevos enteros frescos (7%), hígado de pollo fresco (6%), arenque entero fresco (6%), lenguado entero fresco (5%), hígado de pavo fresco (5%), cuello de pollo fresco (4%), corazón de pollo fresco (4%), corazón de pavo fresco (4%), pollo (deshidratado, 4%), pavo (deshidratado, 4%), caballa entera (deshidratada, 4%), sardina entera (deshidratada, 4%), arenque entero (deshidratado, 4%) (...)

Como se puede ver, en el primer ejemplo el pollo aparece como primer ingrediente, pero **las proteínas no son el principal componente, sino los hidratos de carbono** (12+12+10 > 18). Además, la suma de los ingredientes debería dar el 100% del contenido, ¿verdad? **Si del 100%, solo un 18%** (del cual realmente se nos queda en **5,4% después de deshidratarlo**) es pollo, el resto es relleno.

Sin embargo, en el tercer ejemplo, se emplean carne de pollo, pavo y pescado, con un total de 35,9% de ingredientes cárnicos deshidratados.



En el empaquetado debe aparecer siempre la especie a la que está destinada el producto, las raciones recomendadas, los ingredientes junto a los aditivos, los valores nutricionales, la fecha de caducidad, la etapa de vida del animal y, obviamente, el fabricante.

En muchas ocasiones, como es el ejemplo dos, los aditivos vienen separados de los ingredientes. De esta forma no le prestamos demasiada atención porque ya hemos mirado los ingredientes. Por norma general, se colocan **después de la sal**. Ahora pasamos al significado de los componentes.

TIPOS DE CARNE	
Fresca	Carne sin deshidratar. Habría que calcular el 30% del total para saber el porcentaje de carne
Deshidratada	Carne ya cocinada, es un porcentaje real.
Hidrolizado de X	Hace a la proteína más fácil de digerir.
Proteína de X	Carne con órganos
Harina de X	Suelen ser restos de huesos que aun tienen algo de carne.
Solvente de X	Restos
Subproducto	Plumas, patas, picos, etc. No tienen ningún valor, se deben evitar siempre.
X (Por ejemplo, cordero, buey, pollo, etc.)	No especifica nada, es poco fiable

Como podemos ver en la tabla, decir que el pienso contiene "ave" (es decir, X) no es nada fiable. ¿Se refiere a pollo o es

Escoger un alimento de calidad hará que nos gastemos más dinero en el corto plazo, pero en el largo plazo estaremos ahorrando mucho más de lo que nos hemos gastado en comida, ya que necesitaremos menos visitas al veterinario. nuestro perro estará más sano, más feliz y estará con nosotros mucho más tiempo.

pato? Un pienso bueno nunca va a contener etiquetas con términos como “ave deshidratada” o “ave fresca”. Pero no solo se aplica a esto, el hidrolizado de carne de pollo no es lo mismo que el hidrolizado de pollo.

**Resumen: Un buen pienso siempre tendrá más proteínas que carbohidratos, los primeros 3-4 ingredientes serán carnes específicas incluso tras haberlas deshidratado y no contendrá subproductos. La fuente de carbohidratos preferida será el arroz o la batata.**

Los piensos que no llevan cereales sustituyen la falta de estos con verduras y legumbres. Por lo general son más caros, ya que es el grano lo que abarata el precio del pienso. **La batata es una de las mejores fuentes de carbohidratos.**

Continuamos con algunos conceptos del etiquetado:

- ◊ **Aceite de salmón.** Para que el pelo de nuestro perro brille como el sol.
- ◊ **Almidón hidrolizado.** Se utiliza para hacer crecer la croqueta, hay un mínimo en todos los piensos. Mucho almidón hidrolizado puede resultar malo para los perros y tiende a hacerles ganar peso.
- ◊ **Amaranto.** Reduce la inflamación.
- ◊ **Betaglucanos.** Protegen el intestino.
- ◊ **BHA y BHT.** Conservantes derivados del petróleo, tóxicos y a evitar.
- ◊ **Ceniza.** Debe ser baja que indique que no se ha abusado de huesos o espinas.
- ◊ **Cloruro sódico.** Sal.
- ◊ **Colorante.** Como en nuestra comida, no sirve para nada. Es mejor evitarlos.
- ◊ **Condroprotectores.** Complementos alimenticios que ayudan a las articulaciones.
- ◊ **Etoxiquina.** Es un conservante que puede dañar los riñones. No comprar pienso que lo lleve.

- ◊ **Levadura de cerveza.** Para el pelo, la piel y las uñas.
- ◊ **FOS y MOS.** Prebióticos que ayudan al intestino de nuestra mascota, haciendo que crezcan y se desarrollen bacterias naturales beneficiosas que impidan a los patógenos causar problemas.
- ◊ **Glucosamina. Ayuda a las articulaciones y a los huesos.**
- ◊ **GMO.** Ingredientes genéticamente modificados, debemos evitarlos.
- ◊ **Inulina.** Facilita la absorción de minerales.
- ◊ **Lignocelulosa.** Fuente de fibra. Pueden ser, por ejemplo, cáscara de arroz o pulpa de remolacha.
- ◊ **Oligosacáridos.** Ayudan a la flora bacteriana.
- ◊ **Semillas de lino.** Fuente de Omega-3.
- ◊ **Soja.** A evitar.
- ◊ **Sulfato de condroitina.** Ayuda a las articulaciones.

Hay muchos más ingredientes, pero estos son los que más suelen llamar la atención.

Muchas veces las empresas añaden ingredientes como “extracto de X, fuente de...”. Debemos **ignorar** esto ya que es puro marketing.

### **¿Qué puede y qué no puede comer mi perro?**

No podemos abarcar todos los ingredientes, pero aquí hay una lista que abarca más de cien:

Aceite de oliva	De forma ocasional.
Acelgas	Preferiblemente cocidas.
Aguacate	Sin hueso y pelado. No abusar.
Ajo	Evitar en la medida de lo posible.
Albaricoque	Sin hueso.
Almendras	Evitar en la medida de lo posible. Muy, muy pocas.
Apio	Sin abusar.
Arándano	Sin abusar.

Avellanas	Sin cáscara y sin piel. Muy, muy pocas.
Banana	Sí.
Berenjena	No.
Brócoli	Evitar en la medida de lo posible y dar en pequeñas cantidades.
Cacahuetes	Muy, muy pocos.
Calabacín	Sí.
Calabaza	Sí.
Canela	No.
Caqui	Sin hueso.
Chocolate	No.
Cebolla	No.
Cebolleta	No.
Cerezas	Evitar en la medida de lo posible. Sin hueso.
Ciruela	Sin piel y sin hueso.
Coco	Sin cáscara.
Col	Mejor cocerla.
Coliflor	Hay que cocerla. Dar en poca cantidad.
Dátiles	Sin pepitas.
Espinacas	En poca cantidad.
Frambuesa	En poca cantidad.
Fresas	Sin abusar.
Garbanzos	Hervidos.
Granada	No.
Guisantes	Hervidos.
Higos	Sin abusar.
Hígado	Tan solo una o dos veces a la semana.
Huevo	Cocinado para evitar la salmonelosis.
Judías verdes	Cocidas y sin sal.
Kiwi	Sí.

Langostinos	Evitar en la medida de lo posible.
Leche	No.
Lechuga	Sí.
Limón	No.
Macarrones	Sin salsa.
Manteca de cacahuete	Sin abusar.
Manzana	Sin pepitas.
Melocotón	Sin hueso.
Melón	Sin pepitas.
Miel	Muy poca.
Mostaza	No.
Moras	En poca cantidad.
Naranja	Sin abusar.
Nueces de Macadamia	No.
Orejones	Sí.
Palomitas	Sin sal y sin abusar.
Pan	Sin abusar.
Papaya	Sí.
Pasas	Evitar siempre. Muy tóxicas.
Patatas	Con moderación.
Pepino	Sí.
Pera	Sin pepitas.
Pimiento amarillo	No.
Pimiento rojo	Sin pepitas, mejor cocer.
Pimiento verde	No.
Piña	Con moderación.
Pistachos	No.
Pizza	Sin cebolla, sin salsa, en moderación.
Plátano	Sí.
Puerro	No.
Pulpo	Sí.
Queso	Sin abusar.
Quinoa	Cocida sin sal, sin abusar.
Rábano	Crudo o hervido.
Remolacha	Hay que cocerla. No abusar.

Repollo	Mejor cocerla.
Sal	No.
Sandía	Sin pepitas.
Setas	Con moderación.
Soja	No.
Spaghetti	Sin salsa
Tallarines	Sin salsa.
Tomate	No.
Uvas	Evitar a toda costa, muy tóxicas.
Yogur	Sin azúcar ni edulcorantes. Debe ser natural.
Zanahorias	Sí.

*¡Síguenos en redes sociales!*

 @abrazoanimal

 @abrazo\_animal

 @abrazoanimal.org

*¿Quieres adoptar?  
¡Pulsa en la imagen!*



*¿Alguna duda? ¡Contáctanos!*

 ayuda@abrazoanimal.org

 91 630 15 24

*Avda. Del tren del Talgo nº 4,  
28290 Las Matas,  
Madrid*

