

DF

DIETA FREYA

Nutrición natural canina basada en evidencia

GUÍA EDUCATIVA DIETA FREYA

Los 7 tóxicos que tienes en casa

(y tu perro no debería probar)

*Lo que la mayoría de tutores no sabe
sobre los alimentos cotidianos
que pueden poner a tu perro en peligro*

Antes de empezar

Si has descargado esta guía es porque te importa lo que come tu perro. Y eso, francamente, ya te coloca por delante de la mayoría de tutores. Vas a encontrar una guía clara, sin alarmismos baratos, sobre los siete tóxicos alimentarios más comunes que probablemente tienes ahora mismo en tu cocina, tu bolso o tu salón.

No te vamos a decir que la industria del pienso te quiere envenenar al perro, ni que cada pasa es un asesino silencioso. Te vamos a contar lo que dice la ciencia veterinaria, con datos concretos, y vas a entender por qué algunos alimentos aparentemente inofensivos son una emergencia y otros aparentemente graves se quedan en susto.

Aviso importante

Esta guía está pensada para informarte y ayudarte a entender cómo funcionan los principales tóxicos alimentarios en perros. Los contenidos se basan en literatura veterinaria toxicológica primaria, pero **no sustituyen el criterio veterinario individual** sobre tu perro concreto.

Ante cualquier ingestión sospechada de un tóxico, la consulta veterinaria es siempre la primera respuesta, no la última. Las dosis y datos que aquí encontrarás te permiten valorar la urgencia y comunicarte mejor con el profesional, pero no autorizan el manejo doméstico de intoxicaciones.

© *Dieta Freya. Todos los derechos reservados.*

Esto pasa más de lo que crees

▼ [CLIP CORTO #1 — HOOK]

Imagínate la escena. Has dejado el bolso encima del sofá. Dentro hay un paquete de chicles sin azúcar. Te das la vuelta dos minutos para coger algo de la cocina y, cuando vuelves, tu perro está masticando el envase vacío.

Ese chicle, ese que masticas tú todos los días sin pensarlo, contiene **xilitol**. Y para un perro de cinco kilos, **una sola pastilla puede ser suficiente para provocarle una bajada de azúcar potencialmente mortal en menos de media hora**.

No te lo cuento para asustarte. Te lo cuento porque la mayoría de tutores no lo sabe. Y porque cuando ocurre, lo que marca la diferencia entre un susto y una tragedia son los primeros quince minutos.

En esta guía vas a aprender a distinguir lo que es realmente urgente de lo que es alarmismo de redes sociales. Vamos allá.

▲ [CLIP CORTO #1]

[IMAGEN: perro mediano mirando con atención hacia un bolso abierto sobre un sofá]

De qué vamos a hablar

Vamos a recorrer los siete tóxicos alimentarios más relevantes para tu perro. No son los más exóticos ni los más raros. Son los que tienes en la nevera, en el frutero, en el bolso o en el cajón de las galletas. Esa es justamente la razón por la que importan tanto: porque están al alcance.

Para cada uno vas a saber:

- **Por qué es tóxico.** Qué le hace exactamente al cuerpo de tu perro. Sin frases vacías tipo «es malo».
- **Cuánta cantidad importa.** Porque no es lo mismo una miga de chocolate que una tableta entera, y el matiz puede ahorrarte una visita a urgencias innecesaria o, al revés, hacerte correr cuando tocaba.
- **Qué hacer si ya ha pasado.** Pasos concretos, en orden, sin lugar para la duda.
- **Cómo prevenirlo.** Pequeños cambios de hábito que cierran el riesgo casi al cien por cien.

Al final encontrarás también una lista de errores muy comunes que cometen los tutores con buena intención y, sobre todo, una serie de acciones que puedes aplicar hoy mismo, antes de cerrar esta guía.

*«Conocer las dosis no autoriza a aproximarse a ellas.
Permite, eso sí, distinguir la urgencia real del pánico
desproporcionado.»*

1. El chocolate, el clásico que casi todos conocen mal

Empezamos por el más famoso. Casi cualquier tutor sabe que el chocolate es malo para los perros. Lo que pocos saben es **cuánto** es malo, y sobre todo, qué tipo de chocolate.

Por qué es tóxico

El cacao contiene una sustancia llamada teobromina. Para nosotros es inocua: la procesamos y la eliminamos en dos o tres horas. Tu perro, en cambio, tarda en eliminarla unas **diecisiete horas y media**. Por eso le hace daño aunque comiera poco: porque el efecto se acumula y se prolonga.

La teobromina sobreestimula el corazón y el sistema nervioso. En cantidades pequeñas produce vómitos, agitación y diarrea. En cantidades mayores aparecen arritmias cardíacas, temblores y convulsiones.

MITO VS REALIDAD

«Mi perro comió un trozo de chocolate y no le pasó nada, así que no es para tanto.»

Realidad: la cantidad de teobromina cambia muchísimo según el tipo. El chocolate con leche tiene poquísima; el chocolate negro al setenta por ciento tiene hasta diez veces más; el cacao puro en polvo, hasta veinte veces más. Que tu perro se comiera un bombón con leche y no le pasara nada no significa que media tableta de chocolate negro no sea una urgencia.

Cuánta cantidad importa

Vamos a ponerlo en términos prácticos. Para un perro de diez kilos, esto es lo que necesita ingerir para empezar a tener síntomas:

- **Cacao puro en polvo:** apenas **una cucharada (10 gramos)** ya puede dar problemas.
- **Chocolate de cobertura o de hornear:** 15 gramos. Un bombón mediano.
- **Chocolate negro 70%:** alrededor de 20 gramos. Dos onzas pequeñas.
- **Chocolate con leche:** hace falta más de 100 gramos para alcanzar el umbral. Casi una tableta entera.

- **Chocolate blanco:** prácticamente sin teobromina, pero cuidado con el azúcar y la grasa.

¿SABÍAS QUE...?

El roscón de Reyes, el panettone navideño y los huevos de Pascua son responsables de los picos estacionales en consultas veterinarias por intoxicación con chocolate. No es casualidad: son fechas en las que hay más chocolate al alcance, en formatos no habituales y con menos vigilancia.

SI YA HA PASADO: QUÉ HACER

1. Llama al veterinario inmediatamente, aunque tu perro parezca bien. Los síntomas tardan entre dos y cuatro horas en aparecer.
2. Ten claro y dile al veterinario tres datos: **tipo** de chocolate (con leche, negro, qué porcentaje), **cantidad** aproximada ingerida y **peso** de tu perro.
3. Si puedes, conserva el envoltorio. La composición exacta es determinante.

2. Xilitol: el más urgente y el menos conocido

▼ [CLIP CORTO #2 — EL TÓXICO QUE NADIE CONOCE]

Si solo te quedaras con un tóxico de toda esta guía, este sería el que deberías recordar. El xilitol es un edulcorante que se usa en muchísimos productos «sin azúcar»: chicles, caramelos, mantequillas de cacahuete dietéticas, dentífricos, vitaminas masticables, productos para diabéticos, incluso algunos jarabes infantiles.

Para nosotros es seguro: por eso se usa tanto. Para tu perro es potencialmente **mortal en cantidades pequeñísimas**. Y, peor todavía, actúa muy rápido.

Por qué es tóxico

Cuando un perro ingiere xilitol, su páncreas reacciona como si hubiera comido una cantidad enorme de azúcar y libera muchísima insulina de golpe. Pero no hay azúcar real en sangre, así que el nivel de glucosa se desploma. En menos de quince a treinta minutos puede aparecer una hipoglucemia grave: debilidad, vómitos, ataxia, convulsiones.

Y eso solo en la primera fase. A dosis algo más altas, el xilitol también produce **fallo hepático agudo** entre las doce y las cuarenta y ocho horas siguientes.

▲ [CLIP CORTO #2]

Cuánta cantidad importa

Aquí viene el dato que asusta. Un solo chicle de los habituales contiene entre 0,3 y 1,5 gramos de xilitol. Para un perro de cinco kilos, una sola pastilla con la dosis alta ya está claramente por encima del umbral hipoglucémico. **Para un perro de diez kilos, dos pastillas pueden alcanzar el umbral hepatotóxico.**

¿SABÍAS QUE...?

Hay un caso clínico documentado de un Chihuahua de cinco kilos que ingirió 224 gramos de xilitol granulado: casi cien veces el umbral hepatotóxico. Sobrevivió, pero solo porque sus tutores actuaron en menos de una hora. Cuando se trata de xilitol, **el tiempo es el medicamento más importante.**

Productos que tienes en casa con xilitol

- **Chicles «sin azúcar».** La causa número uno de intoxicaciones.

- **Caramelos y mentas «sugar-free».**
- **Mantequilla de cacahuete dietética.** Algunas marcas lo incorporan: lee siempre la etiqueta antes de dársela como premio.
- **Dentífrico humano.** Nunca uses pasta de dientes humana para limpiar los dientes de tu perro.
- **Vitaminas masticables tipo gummy.**
- **Productos de panadería y postres «keto», «low carb», diabéticos.**
- **Algunos jarabes farmacéuticos pediátricos.**

SI YA HA PASADO: QUÉ HACER

Con el xilitol no se espera. **Urgencias veterinarias inmediatas**, aunque tu perro esté aparentemente bien. Lleva el envase del producto contigo. Los signos pueden no haber aparecido todavía, y precisamente por eso hay tiempo de actuar antes de la hipoglucemia.

3. Uvas y pasas: el peligro impredecible

Este es uno de los tóxicos más extraños y más recientes en cuanto a comprensión científica. Sabemos desde hace décadas que las uvas, las pasas y las sultanas pueden producir un fallo renal grave en perros. Pero hasta hace muy poco no sabíamos **por qué**.

Por qué es tóxico

El responsable es el **ácido tartárico**, que las uvas tienen en cantidades altas. Los humanos tenemos un transportador específico en los riñones que elimina este ácido sin problema. Los perros no. Como resultado, el tartrato se acumula en las células del túbulo renal y las daña, hasta provocar una necrosis tubular aguda. En cristiano: el riñón deja de funcionar.

MITO VS REALIDAD

«Si fueran tan tóxicas, no podría haber perros que se comieran un racimo y no les pasara nada.»

Realidad: aproximadamente tres de cada cuatro perros que ingieren uvas no presentan síntomas. Y aquí está el problema: **no hay ninguna manera de saber si tu perro será uno de ellos o no**. Hay casos documentados de fallo renal tras solo cuatro o cinco uvas, y casos de perros que se zamparon un kilo de pasas y quedaron impávidos. La variabilidad es real, pero la consecuencia, si toca, es gravísima.

Cuánta cantidad importa

Aquí no hay un umbral seguro. La regla orientativa más conservadora es: **una sola uva por cada cuatro kilos y medio de peso** ya se considera potencialmente peligrosa. Para un perro pequeño de seis kilos, dos uvas. Para uno mediano de quince kilos, tres uvas. Y las pasas son aún más concentradas que las uvas frescas: por gramo, más peligrosas.

Productos a vigilar (no solo la uva fresca)

- **Panettone, roscón con pasas, christmas pudding, hot cross buns.** El motivo principal de intoxicaciones navideñas.
- **Bizcochos y magdalenas con pasas o sultanas.**
- **Mueslis y cereales del desayuno con pasas.**

- **Crema de tártaro** (la que se usa en repostería). Mismo principio activo.
- **Tamarindo** y dulces que lo contengan.

SI YA HA PASADO: QUÉ HACER

Si tu perro ha comido uvas o pasas, **actúa siempre como si fuera del 25% que sí desarrolla síntomas**. Los signos digestivos aparecen entre las seis y las doce primeras horas, pero el fallo renal puede tardar hasta tres días. Para entonces, el daño está instaurado. Llama al veterinario sin esperar a ver si tu perro vomita o no.

4. Cebolla y ajo: la trampa del sofrito

▼ [CLIP CORTO #3 — EL TÓXICO QUE TARDA UNA SEMANA]

Aquí viene una de las trampas más sucias de la toxicología canina. Tu perro se come unas sobras de la pasta boloñesa que llevaba sofrito de cebolla, te asustas, vigilas, y al día siguiente está perfectamente. Aliviado, te olvidas del tema.

Una semana después, tu perro está pálido, débil, y orina muy oscuro. Y tú no consigues conectarlo con aquella pasta de hace siete días.

▲ [CLIP CORTO #3]

Por qué es tóxico

La cebolla, el ajo, el puerro, el cebollino y la chalota pertenecen al género **Allium**. Todos contienen unos compuestos azufrados (tiosulfatos, alicina, ajoeno) que dañan oxidativamente los glóbulos rojos del perro. La hemoglobina se oxida, precipita en pequeños grumos llamados cuerpos de Heinz, los glóbulos rojos se vuelven rígidos y el bazo los destruye. Resultado: anemia hemolítica.

Y aquí está la trampa: aunque el daño hematológico se inicia en las primeras veinticuatro horas, **la anemia clínica visible puede tardar entre uno y siete días en manifestarse**. Por eso es tan fácil no relacionar los síntomas con la ingestión.

¿SABÍAS QUE...?

La cocción **no** destruye los compuestos tóxicos del Allium. Cebolla cruda, cebolla pochada, cebolla en polvo, ajo asado: todos son igualmente tóxicos. Y la cebolla en polvo de los caldos comerciales y las salsas industriales está mucho más concentrada que la fresca.

Productos a vigilar

- **Sobras de comida casera** con sofrito, guisos, pasta, paella.
- **Caldos y sopas comerciales.** Casi todos llevan cebolla en polvo.
- **Pizzas, pasta con salsas industriales.**
- **Comida de restaurante:** china, mexicana, italiana, casi siempre lleva ajo o cebolla.
- **Hummus y salsas tipo guacamole.** Suelen llevar ajo.
- **Carnes marinadas industrialmente.**

- **Pasta fresca rellena** (raviolis, tortellini).

MITO VS REALIDAD

«Pero si en muchos manuales de BARF amateur recomiendan un poquito de ajo para reforzar el sistema inmune o repeler parásitos.»

Realidad: la evidencia técnica no respalda esos beneficios atribuidos al ajo, y sí está bien documentado el daño en los glóbulos rojos incluso a dosis menores que las clásicamente consideradas tóxicas. Si quieres reforzar la inmunidad de tu perro, hay probióticos. Si quieres prevenir parásitos, hay antiparasitarios veterinarios. El ajo no aporta lo que dicen que aporta y sí hace lo que no dicen que hace.

SI YA HA PASADO: QUÉ HACER

Si tu perro ha comido cebolla o ajo en cantidad relevante (más de un par de gramos por kilo de peso), llama al veterinario aunque parezca bien. **El daño puede estar empezando sin signos visibles.** Te puede pedir un análisis de sangre para detectar los cuerpos de Heinz antes de que aparezca la anemia.

5. Aguacate: ni tan tóxico ni tan inocuo

El aguacate genera mucha confusión. En Internet encontrarás tutores diciendo que es veneno puro y otros que se lo dan a su perro a diario sin problemas. La verdad, como siempre, está en los matices.

Por qué es tóxico (parcialmente)

El aguacate contiene **persina**, una toxina natural derivada de los ácidos grasos. Es extremadamente peligrosa para aves, conejos, caballos, cabras y vacas. En perros, su toxicidad es **mucho menor**: una pequeña cantidad de pulpa madura típicamente solo produce malestar digestivo. Sería injusto calificar el aguacate de «veneno» en términos de persina y perro adulto.

Pero el aguacate tiene **tres riesgos reales** que sí justifican mantenerlo fuera del menú de tu perro.

Los tres riesgos del aguacate

- 1. El hueso es una bomba.** Es liso, duro, redondo y, casualmente, del tamaño exacto para causar una obstrucción esofágica o intestinal en muchísimos perros. De los problemas con aguacate que ven los veterinarios, el hueso es el más frecuente y el más grave. No el persina.
- 2. La grasa puede provocar pancreatitis.** El aguacate es *muy* graso. Cantidades grandes en perros predispuestos pueden desencadenar una pancreatitis aguda, que es una urgencia veterinaria seria por sí misma.
- 3. Las hojas, la corteza y el tallo sí son tóxicas.** Si tienes un aguacatero en el jardín o el perro tiene acceso a hojas, el riesgo se multiplica.

¿SABÍAS QUE...?

La variedad Hass, que es la más común en supermercados europeos, es precisamente la que más persina contiene. Las variedades mexicanas y antillanas tienen bastante menos. Pero lo que probablemente compras en el supermercado es Hass.

SI YA HA PASADO: QUÉ HACER

Pulpa pequeña ingerida sin hueso: vigilancia, probable malestar digestivo, sin urgencia inmediata salvo síntomas graves.

Hueso ingerido entero: urgencia veterinaria sin esperar. Riesgo serio de obstrucción que puede requerir endoscopia o cirugía.

Hojas, corteza o cantidades grandes de pulpa: llama al veterinario.

6. Macadamia: el tóxico raro que nadie ve venir

La nuez de macadamia es un tóxico curioso. Curioso porque produce un cuadro clínico bastante específico, casi reconocible a simple vista, y curioso porque **seguimos sin saber qué compuesto exacto la hace tóxica**. Llevamos décadas estudiándolo y aún no se ha identificado el culpable molecular.

Por qué es tóxico

Lo que sí sabemos es lo que produce: un cuadro neurológico característico. Tres a doce horas después de comerlas aparecen debilidad muscular (especialmente en las patas traseras), depresión, vómitos, ataxia, temblores y a veces fiebre. El perro literalmente **se arrastra, se niega a moverse, tiembla**. Es un cuadro que asusta mucho.

La buena noticia es que la mortalidad con macadamia sola es muy baja. La mayoría de perros se recuperan espontáneamente en 24 a 48 horas con tratamiento de soporte. El problema es cuando se combina con chocolate (muchos productos llevan ambos: galletas tipo cookie premium, helados, barritas) o cuando desencadena una pancreatitis por la carga grasa.

Cuánta cantidad importa

El umbral documentado es **2,4 gramos por kilo de peso**. Para un perro de veinte kilos, esto equivale aproximadamente a entre cinco y cuarenta nueces, según el tamaño. Para un perro pequeño de cinco kilos, basta con muy poquitas.

¿SABÍAS QUE...?

La macadamia es uno de los frutos secos más caros del mercado. Por eso suele venir en formatos «premium»: galletas con macadamia y chocolate, barritas energéticas, mezclas de frutos secos para regalo, helados artesanales. Si recibes una caja de regalo gourmet en Navidad, mírala bien antes de dejarla a la altura del hocico de tu perro.

Y otros frutos secos en general

Aunque la macadamia es la única con toxicidad específica, **ningún fruto seco es buena idea** para tu perro. Todas son densamente calóricas, todas pueden provocar pancreatitis en cantidades grandes, y muchas pueden obstruir. Las nueces enmohecidas contienen una micotoxina (penitrem A) que produce

temblores y convulsiones. Las almendras amargas contienen cianógenos. Y las saladas añaden sodio que tu perro no necesita.

SI YA HA PASADO: QUÉ HACER

Si tu perro ha comido macadamia, llama al veterinario y dile la cantidad estimada y el peso de tu perro. **Importante: pregunta también si el producto que comió contenía chocolate**, porque la combinación es bastante peor que la macadamia sola. La mayoría de casos se resuelven con cuidados de soporte, pero la observación profesional siempre es preferible al «vamos a ver qué pasa» en casa.

7. Masa cruda con levadura: la doble emergencia

▼ [CLIP CORTO #4 — EL TÓXICO QUE NADIE ESPERA]

Cierro la lista con el menos famoso de todos, pero quizá el más subestimado. Si haces pan, pizza o bollería casera y tu perro se cuelga en la cocina mientras la masa está fermentando, lo que tienes entre manos no es un susto: es una emergencia doble.

Por qué es tóxico (en dos sentidos)

Cuando un perro se come masa cruda con levadura, el calor de su estómago **acelera la fermentación**. Y aquí pasan dos cosas a la vez:

Primera emergencia: distensión gástrica. La levadura sigue produciendo dióxido de carbono dentro del estómago, que se hincha como un globo. Esto puede provocar una torsión gástrica (el estómago se gira sobre su propio eje), que es una urgencia quirúrgica de máxima gravedad. Sin cirugía inmediata, el perro muere en horas.

Segunda emergencia: intoxicación etílica. La fermentación produce, además de gas, etanol. Y el etanol pasa a la sangre a través de la mucosa gástrica. Tu perro puede acabar literalmente **borracho**, con depresión del sistema nervioso central, hipotermia y depresión respiratoria.

▲ [CLIP CORTO #4]

¿SABÍAS QUE...?

El pan ya horneado **no** tiene este problema. Una vez la masa ha pasado por el horno, la levadura está muerta y el alcohol se ha evaporado. El peligro está exclusivamente en la masa cruda en fase de fermentación: esa que se deja levar sobre la encimera tapada con un trapo.

Productos a vigilar

- **Masa de pan casera** en fase de levado.
- **Masa de pizza** casera mientras reposa.
- **Masa madre activa** guardada en la nevera (menos peligrosa fría, pero el riesgo está si calienta).
- **Masa de brioche, croissant, panettone** antes de hornear.

- **Bizcochos sin hornear** que lleven levadura activa (la mayoría de bizcochos llevan polvo de hornear, no levadura biológica: estos no tienen el mismo problema).

SI YA HA PASADO: QUÉ HACER

Cualquier ingestión de masa cruda con levadura es **urgencia veterinaria inmediata**, sin discusión. No esperes a ver si vomita, no esperes a ver si se le hincha la barriga, no esperes nada. **Cuanto antes llegue al veterinario, antes pueden vaciarle el estómago antes de que la fermentación avance.**

Errores que ves todos los días

Después de leer todo lo anterior, hay una serie de errores muy comunes que saltan a la vista. No los menciono para señalar a nadie. La mayoría se cometen con la mejor intención del mundo, porque te lo han contado mil veces, porque lo lleva todo el mundo haciendo, o porque parecía sentido común. Pero conviene revisarlos.

1. Pensar que «un poquito no le hará nada»

Es normal que pienses esto. Lo hemos pensado todos. El problema es que «un poquito» depende del tóxico, de la cantidad, del tipo, del peso del perro y de la susceptibilidad individual. Para el chocolate negro al 70 por ciento, un poquito puede ser ya el umbral. Para el xilitol, un poquito puede ser una sola pastilla.

2. Dar sobras de la cena sin pensarlo

▼ [CLIP CORTO #5 — ERROR DEL SOFRITO]

La mayoría de las comidas que cocinas para ti llevan ajo, cebolla, sal elevada, especias o salsas que tu perro no tolera bien. Una cucharada de pasta boloñesa parece inofensiva, pero lleva sofrito. Un trozo de pizza lleva ajo en la salsa. Las sobras de un guiso son básicamente cebolla y ajo concentrados. **Si vas a darle parte de tu comida, sepáralo antes de añadir los condimentos.** Pasta hervida sola, pollo a la plancha sin sazonar, arroz blanco. Eso sí.

▲ [/CLIP CORTO #5]

3. Confiar en el «si fuera tóxico, no lo vendería el supermercado»

Buena parte de los productos que tienes en casa son perfectamente seguros para ti y nada seguros para tu perro. Los chicles sin azúcar, las pasas, los bombones con macadamia, el aguacate, el yogur edulcorado con xilitol, el queso azul. El supermercado vende para personas. Tu perro no es una persona pequeña con pelo: tiene un metabolismo distinto.

4. Esperar a que «aparezcan los síntomas»

Este es probablemente el error más caro. Con varios de los tóxicos que hemos visto (xilitol, uvas, cebolla, masa cruda), **los síntomas aparecen tarde, cuando el daño ya está instaurado.** El momento de actuar es *antes* de que aparezca cualquier signo, no después. Si sospechas que ha comido algo, llama al veterinario antes de empezar a observar.

5. Inducir el vómito en casa por iniciativa propia

Tentación comprensible: «si lo vomita, problema resuelto». Pues no. La inducción del vómito está contraindicada con varios tóxicos (cáusticos, derivados del petróleo, objetos punzantes), y mal hecha puede provocar neumonía aspirativa, que mata. **La inducción del vómito es una decisión veterinaria, no doméstica.** Llama primero, actúa después y solo si te lo indican.

Lo que sí puedes hacer hoy

▼ [CLIP CORTO #6 — ACCIONABLES]

Vamos a cerrar con lo más útil. Cinco acciones concretas que puedes implementar antes de cerrar esta guía. Cinco minutos hoy, mucho menos riesgo para siempre.

1. Revisa el bolso, las mesas y los bolsillos

Date una vuelta por casa **ahora mismo**. Mira si tienes chicles sin azúcar, caramelos dietéticos, mantequilla de cacahuete dietética, vitaminas masticables. Llévalos a un sitio fuera del alcance del perro: armarios altos, cajones cerrados. No subestimes la habilidad de tu perro para abrir bolsos.

2. Aprende a leer dos etiquetas: «xilitol» y «edulcorante»

Cuando compres mantequilla de cacahuete, yogures, chicles, dentífricos o cualquier producto «sin azúcar», **busca xilitol o «edulcorante» en la lista de ingredientes**. Es una mirada de tres segundos que te puede ahorrar una tragedia.

3. Apunta el teléfono de tu veterinario de urgencias

Hoy mismo, antes de cerrar esta guía. Apunta el teléfono de tu veterinario habitual y, sobre todo, **el de tu hospital veterinario abierto 24 horas más cercano**. En el frigo, en la nevera del móvil, en una nota visible. Cuando ocurre, no es momento de buscar en Google.

4. En Navidad, redobla la atención

Las consultas veterinarias por intoxicación se disparan en Navidad por razones obvias: hay más chocolate, más pasas (panettone, roscón), más frutos secos, más uvas, más comida picoteable al alcance, más visitas que no conocen las normas de tu casa. Una conversación de un minuto con los abuelos sobre qué **no** dar al perro vale por mil regalos.

5. Si vas a hacer pan o pizza, vigila la masa

La masa fermentando en la encimera, tapada con un trapo, es exactamente la altura y la accesibilidad perfecta para casi cualquier perro mediano. Déjala dentro del horno apagado mientras leva, o en un sitio elevado fuera del salto del perro. Pequeño cambio de hábito, riesgo cerrado.

▲ [CLIP CORTO #6]

Para cerrar

▼ [CLIP CORTO #7 — CIERRE]

Si has llegado hasta aquí, ya estás haciendo más por la salud de tu perro que la mayoría de tutores. La diferencia entre alimentar bien a un perro y ponerlo en peligro casi nunca está en grandes decisiones. Está en pequeños gestos cotidianos: un chicle olvidado en el sofá, una sobra de pasta con sofrito, un panettone al alcance, una masa fermentando en la cocina.

La buena nutrición canina no se basa en el miedo, ni en listas que prohíben todo. Se basa en **entender qué hace cada cosa** y, a partir de ahí, tomar decisiones razonables. Que es exactamente lo que has hecho leyendo esta guía.

Tu perro no se merece menos.

▲ [CLIP CORTO #7]

Si quieres profundizar

Esta guía es una pieza de un puzzle más grande. En Dieta Freya creemos que la alimentación natural bien formulada es, para la mayoría de perros, nutricionalmente superior al pienso comercial. Pero «bien formulada» es la palabra clave: una dieta natural mal hecha puede ser tan problemática como un mal pienso.

Si quieres dar el paso a una alimentación natural para tu perro y no sabes por dónde empezar, en Dieta Freya te ayudamos a planificarla con criterio técnico, ratios bien calculados y sin improvisar. Sin marketing, sin promesas mágicas. Solo nutrición canina basada en evidencia.

Próximo paso:

Visita nuestra web y descubre cómo planificamos dietas naturales personalizadas para perros adultos, sénior, con patologías y con necesidades específicas.

dietafreya.com · contacto@dietafreya.com

Esta guía deriva del documento técnico interno «Ingredientes seguros, cuestionables y tóxicos en la dieta canina natural», versión 1.0, abril de 2026.

DF

DIETA FREYA

*Nutrición natural canina
basada en evidencia*

*«Conocer las dosis no autoriza a aproximarse a ellas.
Permite distinguir la urgencia real del pánico
desproporcionado.»*

dietafreya.com

© 2026 Dieta Freya · Todos los derechos reservados