

CÓMO ELEGIR

LA GUÍA PARA LEER UNA ETIQUETA DE COMIDA PARA PERROS

ANGELES MALDONADO

Información legal

Sobre esta obra

© 2026 Angeles Maldonado · Nido del AVE®

1ª edición digital · octubre 2026 · Versión PDF de descarga gratuita en nidodelave.com

Registrada en Safe Creative · Código: 2610247438184

Verificación: safecreative.org/work/2610247438184

Condiciones de uso

Esta guía puede descargarse gratis desde nidodelave.com para uso personal e informativo. Su gratuidad no implica renuncia a los derechos de autor.

- Puedes leerla y compartir el enlace a la página oficial de descarga.
- No está permitida su venta, modificación, reproducción total o parcial ni redistribución.
- Tampoco su inclusión en cursos o materiales comerciales, ni su alojamiento en otras webs o plataformas, sin autorización previa y por escrito de la autora.

Preguntas frecuentes

¿Existe en papel?

Muy pronto. Si te gustan más los libros en papel, podrás encontrarla impresa en Amazon.

¿Puedo compartirla con otros tutores?

Mejor comparte el enlace de nidodelave.com que el PDF: así siempre tendrán la versión más actualizada.

¿Se actualiza esta guía con el tiempo?

Sí. Si la reviso o la amplío, publicaré una nueva edición y lo verás indicado en esta página.

Contacto: nidodelave.com · @angeles.biointegrativa

Índice

Introducción 4

1 — Antes de las etiquetas 7

2 — Lo que hay detrás de una etiqueta 13

3 — Anatomía de una etiqueta 25

4 — El semáforo de calidad 38

5 — Más allá de la etiqueta 48

6 — Aplicación práctica 64

Cierre 82

Glosario 86

Fuentes 90

¿Quién soy? 94

Introducción

Delante de ti hay una pared de sacos. O una pantalla con cientos de opciones, si compras por internet. Todos prometen algo parecido: natural, premium, sin cereales, con carne fresca. En la foto, perros sanos corriendo por el campo. Y tú, con el tuyo esperando en casa, intentando adivinar cuál es el bueno.

Le das la vuelta a la bolsa buscando una respuesta y te encuentras una lista de ingredientes que no siempre entiendes y una tabla de números que no sabes cómo comparar.

Y es una decisión importante. La vas a repetir cada día, durante años, tantas veces que deja de parecer una decisión. Pero lo es.

Esta guía existe para eso: para darte una forma de leer que puedas aplicar de verdad, en la tienda o en la pantalla, con la bolsa delante y en menos de dos minutos. Sin título. Sin años de estudio. Solo con saber qué mirar, y en qué orden.

Qué significan los recuadros

A lo largo de los capítulos vas a encontrarte dos tipos de recuadro:

> **NOTA**
>
> Aclaraciones o excepciones: información útil que no cambia la regla general.

> **IMPORTANTE**
>
> Avisos y precauciones: puntos donde vale la pena frenar y prestar atención antes de seguir leyendo.

Y al final de cada capítulo, un tercero: "De mi libreta". Lo empecé en el libro de historia de la alimentación y lo he mantenido en las guías. Ahí apunto lo que yo me llevo de esa parte.

Cómo leer esta guía

No necesitas leerla de principio a fin para empezar a utilizarla. Si has venido porque estás delante de una estantería y solo quieres saber por dónde empezar, puedes ir directamente al semáforo y al checklist práctico.

Si además quieres entender por qué miramos cada una de esas cosas, qué puede decirnos realmente una etiqueta y dónde están los límites de esa información, entonces sí: empieza por el principio.

Te aviso: por el camino pasamos brevemente por el siglo XIX. La versión larga de esa historia, la que se me fue de las manos, tiene su propio libro: "Historia y Evolución de la Alimentación de Perros y Gatos". Puedes descargarlo gratis en nidodelave.com/libro-historia-alimentacion.

Con la guía tienes también una calculadora gratuita en nidodelave.com/calculadora-etiqueta: compara dos alimentos, marca los ingredientes con los colores del semáforo y te explica qué es cada aditivo. Crea tu cuenta gratuita una sola vez y podrás usarla desde cualquier dispositivo.

"El pan perruno llaman en algunas partes canil."

Sebastián de Covarrubias, 1611

1 — Antes de las etiquetas



Cuando empecé a escribir esta guía, pensaba dedicarle a la historia un par de páginas, y acabó convirtiéndose en un libro entero. Aquí me quedo con lo justo para entender de dónde vienen las bolsas, las latas y las fórmulas que hoy llenan las estanterías, porque saberlo ayuda mucho a leerlas.

1.1 Mucho antes del pienso

Solemos dar por hecho que la comida comercial para perros empieza en 1860, con James Spratt. Pero mucho antes de que existieran las bolsas de pienso, las latas o una industria dedicada a fabricar alimentos para mascotas, ya había preparaciones pensadas para perros. En España, en 1611, Sebastián de Covarrubias dejó escrito en su Tesoro de la lengua castellana o española: "el pan perruno llaman en algunas partes canil".[1,2]

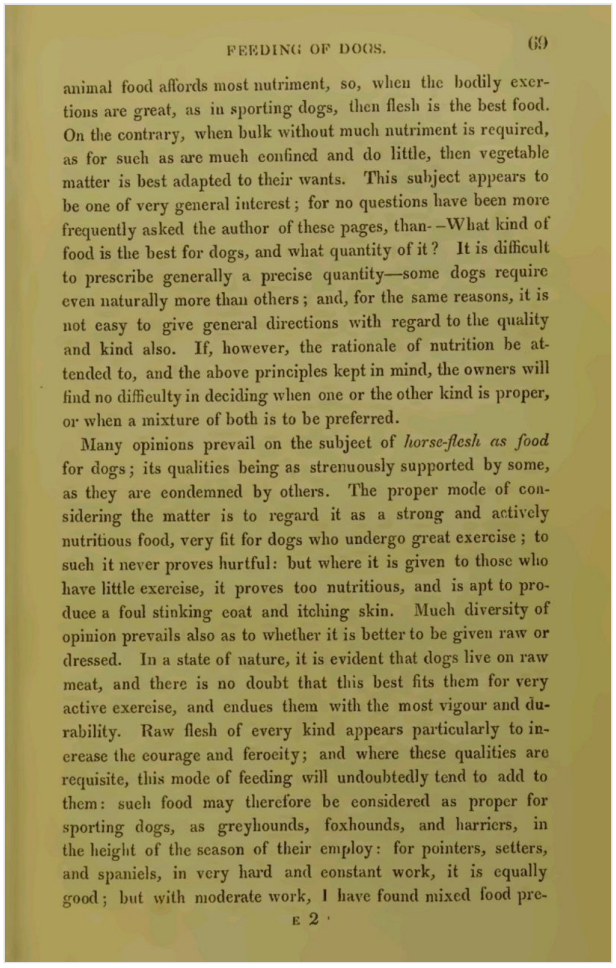
Aparte de esas referencias sueltas, durante siglos los perros comieron, sobre todo, lo que tenían alrededor: restos de carne, leche, huevos, vísceras y sobras de la mesa. Lo que todavía no existía era una industria capaz de decidir qué debía comer un perro, fabricarlo a gran escala y vendérselo a millones de personas. Y antes de que llegara, alguien se hizo la pregunta que a mí más me interesa: ¿qué necesita realmente comer un perro?

1.2 El hombre que se atrevió a tratar perros

Ese alguien fue Delabere Blaine, un cirujano inglés que a comienzos del siglo XIX decidió dedicar buena parte de su vida profesional a los perros, algo que en su época no estaba bien visto. A su propia familia le pareció una vergüenza: tratar caballos ya generaba recelo, y perros, todavía más.

En 1803 publicó A Domestic Treatise on the Diseases of Horses and Dogs[3] y, en 1817, Canine Pathology, una obra dedicada solo a las enfermedades del perro, que revisó en 1824 y de nuevo en 1832.[4] No se quedó en describir qué comía un perro: estudió su anatomía y su fisiología, y desde ahí pensó en su alimentación.

De todo lo que escribió, hay una idea que me parece sorprendentemente moderna: no se podía dar una regla general sobre qué y cuánto debía comer un perro. Había que tener en cuenta cómo vivía cada uno y, sobre todo, el ejercicio y el trabajo que hacía: a los perros de caza, muy activos, les convenía más la carne. En la edición de 1832 lo resumía así:[5]



FEEDING OF DOGS. 69

animal food affords most nutriment, so, when the bodily exertions are great, as in sporting dogs, then flesh is the best food. On the contrary, when bulk without much nutriment is required, as for such as are much confined and do little, then vegetable matter is best adapted to their wants. This subject appears to be one of very general interest; for no questions have been more frequently asked the author of these pages, than—What kind of food is the best for dogs, and what quantity of it? It is difficult to prescribe generally a precise quantity—some dogs require even naturally more than others; and, for the same reasons, it is not easy to give general directions with regard to the quality and kind also. If, however, the rationale of nutrition be attended to, and the above principles kept in mind, the owners will find no difficulty in deciding when one or the other kind is proper, or when a mixture of both is to be preferred.

Many opinions prevail on the subject of *horse-flesh as food* for dogs; its qualities being as strenuously supported by some, as they are condemned by others. The proper mode of considering the matter is to regard it as a strong and actively nutritious food, very fit for dogs who undergo great exercise; to such it never proves hurtful: but where it is given to those who have little exercise, it proves too nutritious, and is apt to produce a foul stinking coat and itching skin. Much diversity of opinion prevails also as to whether it is better to be given raw or dressed. In a state of nature, it is evident that dogs live on raw meat, and there is no doubt that this best fits them for very active exercise, and endues them with the most vigour and durability. Raw flesh of every kind appears particularly to increase the courage and ferocity; and where these qualities are requisite, this mode of feeding will undoubtedly tend to add to them: such food may therefore be considered as proper for sporting dogs, as greyhounds, foxhounds, and harriers, in the height of the season of their employ: for pointers, setters, and spaniels, in very hard and constant work, it is equally good; but with moderate work, I have found mixed food pre-

E 2

Página 69, capítulo "Feeding of Dogs" — Canine Pathology, 1832

CITA TEXTUAL

"It is difficult to prescribe generally a precise quantity—some dogs require even naturally more than others; and, for the same reasons, it is not easy to give general directions with regard to the quality and kind also."

"Es difícil dar una cantidad precisa en general: algunos perros necesitan por naturaleza más que otros y, por las mismas razones, tampoco es fácil dar indicaciones generales sobre la calidad y el tipo de alimento."

Dos siglos después, sigo pensando lo mismo. El alimento importa, y mucho, pero el perro que tenemos delante importa todavía más. Es una idea a la que vamos a volver muchas veces en esta guía.

1.3 De la galleta a la bolsa de pienso

A partir de ahí, la historia es sobre todo la de una industria. En 1860, James Spratt convirtió una galleta para perros en un negocio reconocible, con marca y publicidad,[6],[7] aunque, si has leído el libro de historia, ya sabrás que tampoco fue exactamente el primero. Décadas después llegaron las primeras conservas (Ken-L Ration, 1922)[8] y, a mediados del siglo XX, el proceso de extrusión dio forma al pienso seco moderno. En 1958, los propios fabricantes estadounidenses crearon el Pet Food Institute, una asociación comercial que en 1964 lanzó una campaña a gran escala para promover el alimento seco.[9],[10]

Nada de esto nació en un laboratorio donde alguien se preguntara cuál era la alimentación perfecta para un perro. Intervinieron las materias primas que había, los costes, la conservación, el transporte, las guerras y los intereses de una industria que no paraba de crecer. Saberlo me ayuda a mirar una bolsa de otra manera, porque la historia de estos alimentos no se explica solo desde la nutrición.

NOTA

Esta es una versión muy resumida. Si te interesa la historia completa (la biografía de Blaine, el misterio sin resolver de un fabricante de galletas para perros anterior a Spratt, o cómo la industria fue tomando forma durante dos siglos), la tienes en el libro "Historia y Evolución de la Alimentación de Perros y Gatos". Si todavía no lo has leído, puedes descargarlo gratis en nidodelave.com/libro-historia-alimentacion. Aquí nos quedamos con lo esencial para seguir leyendo etiquetas.

Con esto ya podemos hacer la pregunta que de verdad nos interesa en esta guía: cuando cogemos una bolsa y leemos su etiqueta, ¿quién ha decidido qué significa que ese alimento sea "correcto"?

De mi libreta

Lo que me llevo de este capítulo es que comprar comida pensada para perros es mucho más antiguo de lo que solemos creer, y que la industria que hoy la fabrica creció tanto por lo que convenía vender como por lo que necesitaban los perros. Y que hace doscientos años alguien ya escribió que no hay una regla que sirva para todos.

"La bolsa puede hablar de todos los perros, pero nosotros estamos alimentando a uno."

Angeles

2 — Lo que hay detrás de una etiqueta



2.1 Quién decide qué es "correcto" en una etiqueta

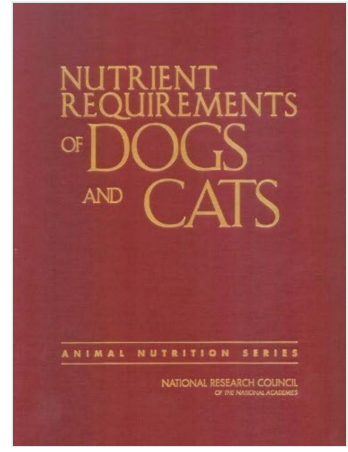
Cuando lees que un pienso cumple los "estándares AAFCO" o que está formulado siguiendo determinadas recomendaciones nutricionales, da la sensación de que hay un organismo científico independiente vigilando de cerca todo lo que ocurre dentro de esa bolsa. La realidad es algo más compleja, y para entenderla empiezo por AAFCO.

AAFCO (Association of American Feed Control Officials) nació a comienzos del siglo XX en Estados Unidos, cuando los responsables de controlar los alimentos para animales de distintos estados se encontraron con un problema muy práctico: las normas no eran iguales en todas partes y había que ponerse de

acuerdo. La asociación empezó a desarrollar definiciones, criterios y modelos de regulación para que hubiera cierta uniformidad entre estados, y con el tiempo ese trabajo acabó incluyendo también la alimentación de perros y gatos.

Para empezar, AAFCO no aprueba un pienso antes de que llegue al mercado. No fabrica alimentos, no analiza cada producto y tampoco los certifica. La capacidad de regular la tienen las autoridades estatales y federales estadounidenses. AAFCO desarrolla modelos, definiciones y perfiles nutricionales que sirven de referencia y que cada estado puede incorporar a sus propias normas. Y en ese trabajo participan reguladores, pero también colaboran representantes y asesores de la industria.[11],[12],[13]

¿Y de dónde salen los números? Del NRC. El National Research Council publicó en 2006 Nutrient Requirements of Dogs and Cats, una obra enorme que revisa lo que se sabía sobre las necesidades nutricionales de perros y gatos.[14]



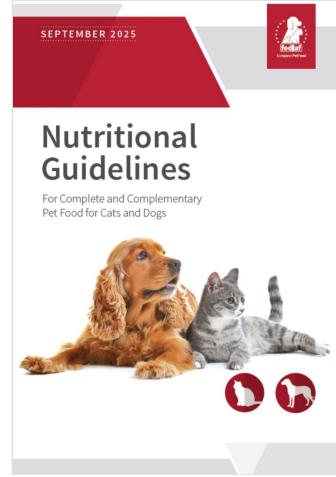
National Research Council, 2006

Ahí están los requerimientos de aminoácidos, minerales, vitaminas, ácidos grasos y muchos otros nutrientes, y cómo cambian con la edad, la actividad o el estado fisiológico. Es una referencia científica fundamental.

El NRC y AAFCO están relacionados, pero hacen cosas distintas. El NRC reúne el conocimiento científico sobre lo que necesita un perro. AAFCO usa esa evidencia, incluida la del NRC, para crear perfiles y modelos con una aplicación mucho más práctica dentro

del sistema estadounidense: cómo se traslada parte de ese conocimiento a un alimento que va a venderse como completo y equilibrado.[15]

¿Y en Europa? Aquí entra FEDIAF, la Federación Europea de la Industria de Alimentos para Animales de Compañía. Se fundó en 1970[16] y representa a la industria europea del pet food. Su documento más conocido son las Nutritional Guidelines for Complete and Complementary Pet Food for Cats and Dogs, que se actualizan cada cierto tiempo y se han convertido en la referencia habitual para formular alimentos para perros y gatos en Europa.[17]



FEDIAF, Nutritional Guidelines, septiembre 2025

Sus recomendaciones se construyen revisando la literatura científica, incluidos los trabajos del NRC, y cuentan con un comité científico formado por especialistas en nutrición veterinaria. Aun así, me parece importante saber quién es quién: FEDIAF no es una autoridad pública europea, sino la organización que representa a la industria. Eso no invalida sus guías ni quiere decir que haya que desconfiar de ellas. Solo nos recuerda que, cuando leemos un documento técnico, merece la pena saber quién lo ha elaborado, para qué sirve y hasta dónde llega.

Además, en Europa hay otra capa que no hay que confundir con las recomendaciones nutricionales: la legislación. Una guía de FEDIAF puede servir como referencia técnica para formular un alimento, pero un reglamento europeo establece obligaciones

legales sobre fabricación, seguridad, comercialización y etiquetado.

¿Y si me lees desde Latinoamérica? Aquí no puedo darte unas siglas que valgan para toda la región. El marco cambia según el país y puede combinar legislación nacional, normas técnicas propias y referencias internacionales. Brasil, por ejemplo, tiene el Manual Pet Food Brasil, elaborado desde la asociación del sector junto con profesionales técnicos, académicos y centros de investigación, y dentro de él una guía nutricional para perros y gatos.[18] En otros países hay normas y autoridades propias. Así que si estás leyendo una bolsa en México, Argentina, Colombia, Chile, El Salvador o cualquier otro país de la región, no des por hecho que la referencia estadounidense o la europea es la que se aplica legalmente a lo que tienes delante. Merece la pena mirar qué normativa rige en tu país.

Entonces, ¿qué quiere decir que un alimento "cumpla"? Si se formula para cumplir un perfil nutricional reconocido para una especie y una etapa de vida, sabemos que aporta determinados nutrientes dentro de los niveles que marca ese sistema de referencia. Y eso es importante. Pero esa declaración no nos dice si los ingredientes son los que tú elegirías, cómo va a responder un perro concreto o si esa fórmula es mejor que otra que cumple el mismo perfil. Tampoco hace que una bolsa sea adecuada para todos los perros por el hecho de poder declararse completa.

Por eso me parece tan útil saber qué son AAFCO, el NRC y FEDIAF, y hasta dónde llega cada uno.

Cumplir un estándar nutricional nos dice que el alimento alcanza un determinado marco de referencia, pero no nos cuenta toda su

historia. Una etiqueta puede cumplir perfectamente con lo que se espera de ella y, aun así, dejarnos muchas preguntas por hacer.

2.2 Antes de darle la vuelta a la bolsa

Cada año se venden miles de millones en comida comercial para perros. Y cuando estamos delante de un estante, antes de leer una sola línea de la composición, ya hemos recibido mucha información: la foto de la carne fresca, el perro corriendo por el campo, los colores, el diseño y palabras como "premium", "natural" u "holístico". Algunas de esas palabras suenan mucho más informativas de lo que en realidad son.

Una cosa es lo que la bolsa nos cuenta del producto y otra, bastante distinta, lo que podemos comprobar leyendo su etiqueta. Una fotografía enorme de pollo fresco puede ocupar medio envase y decirnos muy poco sobre cuánto pollo lleva el alimento, en qué forma o qué lugar ocupa en la fórmula. Una palabra en letras grandes nos llama la atención antes que una lista de ingredientes escrita en pequeño. Y un reclamo que asociamos con calidad puede estar hablando de una característica concreta del producto, no de la calidad del conjunto.

Por eso, el frontal de la bolsa me sirve para orientarme, pero nunca decido ahí. Para eso hay que darle la vuelta, y al leer, aprender a distinguir cosas que a primera vista parecen iguales.

No todas las palabras de un envase significan lo mismo ni tienen las mismas condiciones de uso. "Natural", por ejemplo, sí tiene criterios específicos en las guías europeas de etiquetado, mientras que otras expresiones funcionan sobre todo como posicionamiento comercial. Y tendemos a leerlas como si fueran

un resumen del alimento: "premium" es mejor, "natural" es más sano, "con pollo fresco" es mucha carne, "para una digestión saludable" es que le va a sentar bien. Cada una de esas afirmaciones hay que entenderla en su contexto y, cuando hace falta, comprobar qué quiere decir de verdad.

Por eso no te voy a dar una lista de palabras "buenas" y "malas". Sería muy fácil escribir una guía que dijera: si pone esto, compra; si pone aquello, no compres. Prefiero que aprendas a mirar detrás de ellas. A lo largo de estas páginas vas a encontrar criterios para descartar productos rápidamente y también situaciones en las que habrá que seguir leyendo. Lo que busco es que tengas herramientas suficientes para saber por qué eliges una cosa y descartas otra, y que no cambies un marketing por otro.

Y aquí quiero decir algo sobre los veterinarios. Cuando uno recomienda una marca, no tenemos por qué pensar que detrás hay un interés extraño. La inmensa mayoría recomienda lo que, según su formación y su experiencia, considera adecuado para el animal que tiene delante. Pero la industria del pet food también participa en investigación, congresos, materiales educativos y formación continuada en nutrición veterinaria.

Eso no tiene por qué ser malo: investigar y formar profesionales cuesta dinero, y alguien lo paga. Lo que importa es saber de dónde viene la información. Que esté financiada por la industria no la hace falsa, pero tampoco nos libra de seguir preguntando. Es lo mismo que acabamos de ver con la bolsa.

> **NOTA**
>
> Saber quién nos está hablando no nos dice automáticamente si la información es buena o mala. Nos da contexto para poder valorarla. No se trata de elegir un bando. Se trata de sumar información. Cuanta más información maneje el equipo alrededor de tu perro, mejor le va a él.

Por eso esta guía sirve en las dos direcciones: para ti, como punto de partida para leer una etiqueta con más seguridad, y para cualquier profesional que quiera sumar una herramienta más a las que ya tiene. Ni una fotografía bonita convierte un alimento en bueno, ni una recomendación profesional debería impedirnos entender qué estamos comprando. Preguntar es una forma de querer entender, y eso es lo que te propongo: decidir con la etiqueta boca arriba y no con la bolsa de frente.

2.3 "Apto para todos" no significa "ideal para todos"

Aquí me encontré con una de esas cosas que parecen mucho más sencillas de lo que son.

En algunas bolsas pone que el alimento es apto para todas las etapas de la vida: cachorros, adultos, gestación, lactancia... una misma fórmula para situaciones muy diferentes. A primera vista suena a alimento genérico, formulado para servir un poco para todos. Pero no funciona así.

En el caso de AAFCO, por ejemplo, "all life stages" tiene un significado nutricional concreto: para poder declararlo, el alimento

tiene que cumplir los perfiles de las etapas más exigentes, que son el crecimiento y la reproducción. Así que un alimento para todas las etapas de la vida no está, por eso, peor formulado ni es menos específico.

Lo que cambia es el perro que tenemos delante. Que un alimento cumpla los requisitos de varias etapas no quiere decir que encaje igual en todos los perros.

Y aquí vuelvo a Blaine. Hace casi dos siglos ya escribía que no se podía alimentar igual al perro que pasaba el día descansando que al que trabajaba y tenía un gran desgaste físico. Hoy sabemos muchísimo más sobre nutrición canina, pero aquella observación sigue teniendo todo el sentido: un cachorro en crecimiento no es un adulto sedentario, una perra gestante o lactante tampoco, y un perro que trabaja varias horas al día no gasta lo mismo que otro que da tres paseos tranquilos. Y todavía no he hablado del tamaño, la condición corporal, la digestibilidad, las patologías, las tolerancias de cada uno o algo tan sencillo como cuánto necesita comer ese perro para mantener un peso adecuado.

Por eso, una declaración de adecuación nutricional nos da información muy valiosa, pero no elige por nosotros. Nos dice para qué etapas puede ser adecuado ese alimento, y no si es el que mejor encaja con el perro que tenemos delante.

> **NOTA**
>
> A lo largo de toda la guía vamos a hacer justo eso: dejar de mirar solo si un alimento "cumple" para fijarnos en qué contiene, cómo está formulado y para quién lo estamos eligiendo.

2.4 Lo que sí puedes controlar

Llegados aquí, hay muchas cosas que quedan fuera de nuestras manos. No decidimos cómo se formula un alimento, qué criterios usa una empresa para desarrollar sus productos ni qué palabras elige para presentarlos. Tampoco podemos saber todo lo que hay detrás de una bolsa.

Lo que sí podemos hacer es aprender a leer lo que tenemos delante, y eso cambia mucho las cosas.

Una etiqueta no nos va a contar toda la historia de un alimento. Hay información que no aparece ahí, y a veces habrá que buscar más, preguntar al fabricante o valorar otros aspectos antes de decidir. Pero también contiene mucha más información de la que solemos usar: la lista de ingredientes, el orden en que aparecen, cómo están nombrados, los componentes analíticos, los aditivos, la declaración nutricional y las cantidades recomendadas. Y, sobre todo, la relación entre unas cosas y otras.

Leer una etiqueta es aprender a juntar lo que vamos encontrando. Un ingrediente que nos gusta no hace bueno un alimento, igual que uno que no nos gusta no siempre basta para descartarlo. Habrá etiquetas que nos permitan decidir bastante rápido, otras que necesiten un poco más de contexto y algunas que, cuanto más las leamos, más preguntas nos dejen. En ese caso, toca preguntar al fabricante antes de decidir.

No hace falta ser formulador para elegir con más criterio. Basta con saber qué podemos averiguar con una etiqueta, qué no y cuándo merece la pena seguir preguntando. Para eso es todo lo que viene a continuación.

No suplementes por si acaso

Antes de seguir, una tentación muy habitual y siempre con la mejor intención: añadir vitaminas, calcio u otros suplementos "para asegurar". Un alimento completo ya está formulado para cubrir las necesidades del perro en su etapa de vida, y algunos nutrientes tienen márgenes estrechos: en exceso, también hacen daño.

Los extras que más problemas dan son, curiosamente, los más bienintencionados. El hígado todos los días, que es muy nutritivo pero riquísimo en vitamina A: como premio ocasional, estupendo; como base diaria y en cantidad, no. El calcio o las "vitaminas para perros" encima de un alimento completo, que pueden desequilibrar lo que ya estaba equilibrado, algo especialmente delicado en cachorros de raza grande. Y el aceite de pescado "a ojo", del que hablo con calma en el capítulo 5.

¿Quiere decir esto que nunca tiene sentido suplementar? No. Un suplemento tiene sentido cuando hay un objetivo concreto, un producto adecuado, una dosis calculada y alguien que mira el conjunto: lo que come, lo que toma y cómo responde. Y si hay enfermedad o medicación, siempre coordinado con su veterinario.

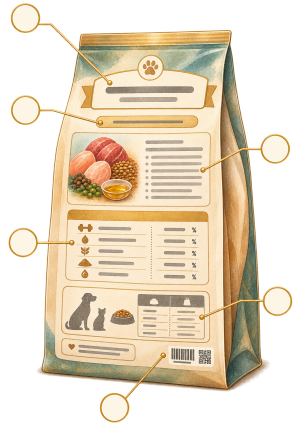
Hasta aquí hemos hablado de estándares, de industria y de cómo se presenta un alimento. Ahora toca coger la bolsa, darle la vuelta y empezar a leer.

> ***De mi libreta***
>
> *Lo que me llevo de este capítulo es que "cumplir" no es lo mismo que "encajar". Que detrás de cada sigla hay alguien, y saber quién es me ayuda a leer mejor lo que dice. Y que ni la foto de la bolsa ni una recomendación deberían ahorrarme la parte de darle la vuelta y entender qué estoy comprando.*

"El etiquetado y la presentación de los piensos no deberán inducir a error al usuario."

Reglamento (CE) 767/2009, artículo 11

3 — Anatomía de una etiqueta



Hasta ahora hemos hablado de estándares, de industria y de cómo se presenta un alimento. A partir de aquí empezamos a leer lo que de verdad tenemos delante.

Una etiqueta contiene mucha información, pero no toda pesa igual. El orden de los ingredientes nos cuenta una cosa y los componentes analíticos, otra. La forma en que están nombradas las materias primas añade información, y algunos datos solo empiezan a tener sentido cuando los relacionamos entre sí. Vamos por partes.

3.1 Ingredientes: el orden no lo cuenta todo

La lista de ingredientes es lo primero que miro. En la Unión Europea, las materias primas se declaran en orden decreciente de peso, calculado con su humedad. Parece sencillo: lo que aparece primero pesa más que lo que aparece después. Pero hay que entender bien qué es ese peso.

Imagina dos ingredientes: pollo fresco y harina de pollo. El pollo fresco lleva mucha agua, y esa agua cuenta en su peso cuando entra en la fórmula. La harina de pollo, en cambio, ya ha pasado por un proceso en el que ha perdido buena parte de esa humedad.

Por eso, mirando solo la posición, no podemos saber cuánto aporta al final cada uno. Que el "pollo fresco" aparezca primero no lo convierte en la principal fuente de proteína una vez procesado el alimento, y que una harina animal aparezca después tampoco quiere decir que aporte menos. El orden sigue siendo útil, solo que no cuenta toda la historia.

Cuando un ingrediente aparece varias veces

Fíjate en una lista como esta:

"pollo fresco, arroz, grasa de pollo, harina de arroz, proteína animal, almidón de arroz..."

A primera vista, el pollo ocupa el primer puesto. Pero el arroz aparece repartido en varias materias primas, y cada una ocupa la posición que le corresponde por su propio peso. Como la etiqueta no suele darnos las cantidades, no podemos afirmar que, juntas, superarían al pollo. Lo que sí vemos es que esa fuente vegetal

tiene en la fórmula más presencia de la que parecía al mirar solo los primeros ingredientes, y eso ya es un motivo para seguir leyendo.

La forma de nombrar también informa

"Pollo" y "proteína animal" no nos dicen lo mismo, como tampoco "grasa de pollo" y "grasa animal". En los primeros casos sabemos de qué especie viene; en los segundos, no.

Un ingrediente genérico no es malo por ser genérico, pero sabemos menos sobre él. Y eso importa si queremos saber qué está comiendo nuestro perro, comparar fórmulas, localizar una posible intolerancia o, simplemente, elegir un producto con más trazabilidad. Cuanto más específico es el nombre, más información tenemos para valorar lo que compramos.

3.2 Los números de la etiqueta: qué dicen y qué no

Después de los ingredientes llegamos a una parte que parece mucho más objetiva: los números. Proteína, grasa, fibra, cenizas y humedad. Es tentador pensar que comparar alimentos será tan sencillo como ver cuál tiene más proteína o menos grasa, pero esos porcentajes necesitan contexto.

Proteína bruta no es "cantidad de carne"

Si una etiqueta declara un 28 % de proteína bruta, ese número nos dice algo importante, pero no de dónde viene toda esa proteína. La proteína animal suma, y también pueden sumar ingredientes vegetales como los concentrados de proteína de guisante o el gluten de algunos cereales.

Por eso, después de mirar el porcentaje, vuelvo siempre a la lista de ingredientes. El número me dice cuánto; la composición me ayuda a entender de dónde sale. Y todavía queda otra cuestión distinta, la calidad y la disponibilidad de esa proteína, que un porcentaje no puede responder por sí solo.

Grasa, fibra y cenizas

Con el resto de componentes pasa algo parecido. La cantidad de grasa no nos dice qué grasas se han usado; para eso hay que volver a la composición. La fibra tampoco se puede leer como "cuanta más, mejor" ni "cuanta menos, mejor": depende de las materias primas, de la formulación y del perro para el que la estamos valorando.

Las cenizas son la parte mineral que queda cuando, en el análisis, se quema la materia orgánica de una muestra. Nos informan del contenido mineral total, pero no nos dicen, por sí solas, si ese perfil mineral es adecuado ni cuánto hay de cada mineral.

El problema de comparar pienso y lata

Aquí está uno de los errores más fáciles de cometer. Imagina un pienso con un 28 % de proteína y una lata con un 10 %. Si comparamos los números tal cual, el pienso parece tener casi tres veces más proteína. Pero estamos comparando alimentos con cantidades de agua muy distintas: la lata lleva mucha más humedad, y esa agua diluye todos los porcentajes de la etiqueta. Para compararlos hay que quitar el agua de la ecuación, es decir, pasarlos a materia seca.

Cómo calcular la materia seca

La primera operación es muy sencilla:

Materia seca (%) = 100 − humedad (%)

Si una lata declara un 75 % de humedad, tiene 100 − 75 = 25 % de materia seca. De cada 100 gramos de producto, unos 25 son materia seca y 75, agua. A partir de ahí podemos calcular cuánto representa cualquier nutriente dentro de esa materia seca:

Nutriente en materia seca (%) = nutriente declarado (%) ÷ materia seca (%) × 100

Vamos con la proteína. Nuestra lata tenía un 10 % de proteína y un 25 % de materia seca, así que 10 ÷ 25 × 100 = 40 %. El alimento que parecía tener solo un 10 % de proteína tiene, en realidad, alrededor de un 40 % sobre materia seca. Y el pienso, con un 28 % de proteína y un 10 % de humedad, tiene un 90 % de materia seca: 28 ÷ 90 × 100 = 31,1 %.

Sobre materia seca, la lata tiene un 40 % de proteína y el pienso, un 31,1 %. La comparación cambia bastante. Eso no hace mejor a la lata, solo nos permite comparar los dos alimentos sobre la misma base. El mismo cálculo sirve para la grasa, la fibra, las cenizas o cualquier otro nutriente expresado en porcentaje.

Un paso más: por cada 1.000 kcal

La materia seca quita el agua, pero no iguala la energía. Un alimento con más grasa tiene más kcal en cada gramo, así que el perro necesita comer menos cantidad y, con ella, recibe menos de todo lo demás.

Imagina dos piensos con un 30 % de proteína sobre materia seca. Uno tiene un 20 % de grasa y el otro, un 10 %. En materia seca parecen iguales. Pero si lo calculamos por cada 1.000 kcal, estimando la energía con la fórmula del apartado 6.5, el primero

aporta unos 72 g de proteína y el segundo, unos 82 g: un 14 % más.

Nutriente (g por 1.000 kcal) = nutriente (%) × 10.000 ÷ kcal por kg

Es la forma más fiel de comparar lo que de verdad recibe el perro, y es también como FEDIAF expresa sus mínimos nutricionales. Si la etiqueta no declara las kcal, en el apartado 6.5 te explico cómo estimarlas.

¿Y si no aparece la humedad?

Puede pasar, sobre todo en un pienso seco. La normativa europea no obliga a declarar la humedad cuando está por debajo de ciertos límites, que para muchos alimentos es del 14 %. Así que un pienso seco puede no indicarla sin que falte ninguna información obligatoria.

Si quiero el dato real, lo más preciso es preguntárselo al fabricante. Si solo necesito una comparación orientativa, trabajo con una estimación razonable para un pienso seco, por ejemplo un 10 % de humedad, y dejo claro que es una estimación. Con ella, 100 − 10 = 90 % de materia seca, y ya puedo hacer el cálculo anterior.

¿Y si no aparecen las cenizas?

Aquí es distinto. En un alimento completo para perros, las cenizas brutas son uno de los componentes analíticos obligatorios. Si no las encuentro, primero compruebo que no estén en otra parte de la etiqueta y, si de verdad faltan, pregunto al fabricante.

NOTA

Herramienta. Si prefieres no hacer las cuentas a mano, en nidodelave.com/calculadora-etiqueta tienes una calculadora gratuita. Metes los datos de la composición analítica de dos productos y te da la materia seca, los nutrientes ajustados, lo que aporta cada uno por cada 1.000 kcal y una comparación directa entre ambos. Para la energía usa también las ecuaciones NRC/FEDIAF, así que sus resultados pueden variar un poco respecto a los ejemplos de esta guía.

3.3 El resto de la etiqueta también cuenta

Los ingredientes y los componentes analíticos suelen llevarse casi toda la atención, pero todavía queda información importante.

¿Es un alimento completo o complementario?

Esta diferencia importa mucho cuando empezamos a mirar latas, sobres, alimentos húmedos y otros formatos. Un alimento completo está formulado para aportar, usado como se indica, todos los nutrientes que el perro necesita a diario. Uno complementario está pensado para usarse junto con otros alimentos o con un fin concreto, y no tiene por qué cubrir por sí solo todas sus necesidades.

Una lata puede tener una lista de ingredientes que nos encante, con carne y vísceras identificadas y una composición sencilla, y ser complementaria. Si la vamos a usar como alimentación habitual y única, necesitamos saberlo. Por buena que sea la lista

de ingredientes, hay que comprobar para qué está formulado el alimento.

Los aditivos

También encontraremos una declaración de aditivos: vitaminas, minerales, antioxidantes, conservantes y otros con distintas funciones nutricionales o tecnológicas. Un nombre químico que no reconocemos no hace problemático un aditivo por sí mismo. Primero hay que saber qué es y para qué está; después ya podremos decidir si encaja con nuestros criterios.

Cantidad diaria recomendada

Las tablas de alimentación son útiles como punto de partida, y solo como punto de partida. Dos perros del mismo peso pueden necesitar cantidades de energía diferentes según su edad, su actividad, su estado reproductivo, su condición corporal, la temperatura o su salud, entre otras muchas cosas.

Por eso, la cantidad que pone en la bolsa nos sirve para empezar. Después toca observar cómo responde nuestro perro y ajustar. En el capítulo 6 te enseño a calcular una ración de partida.

Lote, fecha y fabricante

Hay información mucho menos llamativa que una foto de carne fresca, pero muchísimo más útil si algún día surge un problema: el número de lote, la fecha de consumo preferente y los datos de la empresa responsable.

Guárdalos mientras estés usando el producto, sobre todo el lote. Si hay una retirada o necesitas comunicar una incidencia, ese número permite saber exactamente qué producción tienes en casa.

> **NOTA**
>
> Que un dato no aparezca en el envase no significa que te lo estén ocultando: muchos no son obligatorios. Lo importante es saber qué información necesitas para la decisión que estás tomando. Y si se la pides al fabricante, fíjate también en cómo te responde: si lo hace con claridad, si tarda mucho o si esquiva la pregunta.

Cómo escribir al fabricante

La etiqueta tiene un espacio limitado, y muchas veces no podrás saber solo con ella cuánto calcio, fósforo, sodio, magnesio, cobre o zinc aporta un alimento. Si lo necesitas, porque quieres comparar en serio o porque tu perro tiene un problema de salud, puedes pedirlo. Escribir a una marca puede dar un poco de vergüenza la primera vez, pero es más sencillo de lo que parece: casi todas tienen un correo o un formulario de atención al cliente.

Antes de escribir, mira el apartado de aditivos nutricionales. Ahí suelen aparecer el cobre y el zinc con una cantidad, por ejemplo: "Zinc (sulfato de zinc monohidratado): 50 mg". Ese número es lo que el fabricante ha añadido, no el total. A eso hay que sumarle lo que ya aportan los ingredientes, que no aparece en ningún sitio. Así que, para saber cuánto cobre y cuánto zinc recibe tu perro, toca preguntar.

Puedes usar algo así:

> **MODELO DE CORREO**
>
> Hola. Estoy valorando vuestro producto [nombre exacto y formato] para mi perro y me gustaría conocer mejor su composición. ¿Podríais enviarme la ficha nutricional completa, con los valores expresados por 1.000 kcal o sobre materia seca? Me interesan especialmente la energía metabolizable, el calcio, el fósforo, el magnesio, el sodio, el cobre y el zinc y, si lleva aceite de pescado, el EPA y el DHA. Muchas gracias.

Algunos consejos:

- Pide los datos del producto exacto, no de la gama. Una misma marca puede tener recetas muy distintas.
- Insiste en el cobre y el zinc. Son los datos que más se quedan fuera: es habitual recibir fichas con calcio, fósforo o magnesio y sin rastro de estos dos. Y son importantes, porque ambos son esenciales y compiten entre sí en el intestino: un exceso de uno puede dificultar la absorción del otro. Por eso interesa conocer sus cantidades y la proporción entre ellos. Si no aparecen en la respuesta, vuelve a pedirlos de forma expresa.
- Si te responden con frases comerciales ("nuestros productos son de máxima calidad") y sin números, vuelve a preguntar de forma concreta.
- Guarda la respuesta. Te servirá para comparar y, si tu perro tiene un problema de salud, para enseñársela a su veterinario.
- Recuerda que las recetas se reformulan. Si hace años que tienes una ficha, quizá ya no esté actualizada.

Y algo más: cada correo cuenta. Si cada vez somos más quienes pedimos esta información, es muy posible que las etiquetas empiecen a cambiar, con menos dibujos y reclamos en la parte delantera y más datos útiles en el reverso. Como compradores tenemos poder para mover el mercado, y si lo usamos juntos, se notará mucho más rápido.

> **NOTA**
>
> Una petición personal. Si escribes a un fabricante y te envía una ficha técnica con estos datos, me ayudaría mucho que me la reenviaras a angeles@nidodelave.com. Estoy elaborando un estudio propio sobre ratios en la alimentación comercial, y cada ficha cuenta. Los datos se utilizarán solo de forma agregada, sin publicar fichas de marcas concretas. Si la ficha indica que es confidencial o de uso interno, mejor no la envíes.

3.4 Una primera lectura de arriba abajo

Vamos a juntarlo todo. Coges un alimento, le das la vuelta y empiezas.

Primero, la composición: ¿qué aparece en las primeras posiciones? ¿Las fuentes animales están identificadas y la especie está clara? ¿Alguna materia prima vegetal aparece repartida en varias formas?

Después, los componentes analíticos: ¿cuánta proteína, grasa, fibra y cenizas declara? ¿Y humedad, si aparece? Si comparas

alimentos con cantidades de agua muy diferentes, pásalos a materia seca antes de comparar sus porcentajes.

Y por último, el resto: ¿es completo o complementario? ¿Qué aditivos declara? ¿Qué cantidad recomienda? ¿Puedes identificar el lote, la fecha y quién responde del producto?

Todavía no hace falta decidir si cada ingrediente te gusta; para eso está el semáforo. Aquí estamos aprendiendo algo anterior: a saber qué estamos mirando. Y cuanto mejor entendemos una etiqueta, menos necesitamos que la parte delantera de la bolsa nos diga qué pensar de ella.

> ***De mi libreta***
>
> *Lo que me llevo de este capítulo es que el orden de los ingredientes y los porcentajes son un punto de partida, no una respuesta. Que antes de comparar dos alimentos tengo que ponerlos sobre la misma base. Y que cuando la etiqueta no me da un dato, puedo pedirlo: cada correo que enviamos acerca un poco más las etiquetas a lo que de verdad necesitamos saber.*

"El semáforo sirve para filtrar. Y después, por supuesto, está el perro."

Angeles

4 — El semáforo de calidad



Ya sabemos qué información podemos encontrar en una etiqueta. Ahora toca decidir qué hacemos con ella, y para eso uso un sistema muy sencillo: rojo, ámbar y verde.

Antes de empezar, quiero aclarar algo. Este semáforo recoge los criterios de selección que sigo en esta guía. Que un ingrediente esté en rojo quiere decir que, al valorar un alimento, su presencia es motivo suficiente para preferir otra opción, no que se haya demostrado que sea perjudicial para todos los perros. Del mismo modo, encontrar varios verdes tampoco hace perfecto un alimento.

Funciona como un filtro:

- Rojo: dejaría de valorar ese producto.

- Ámbar: no lo descarto, pero sigo mirando.
- Verde: lo que quiero encontrar.

Rojo — descartaría el producto

Fuentes animales inespecíficas

"Proteína animal", "grasa animal", "subproductos animales".

Aquí el problema es la falta de información. Sabemos que el ingrediente procede de animales, pero no de cuál. Eso no basta para decir que sea de mala calidad, pero sí que sabemos menos sobre él. Y si queremos saber qué está comiendo un perro, comparar fórmulas o evitar una proteína concreta, ya es motivo suficiente para preferir otra opción: "grasa de pollo" nos dice mucho más que "grasa animal".

En este semáforo, si la fuente animal no está identificada, es rojo.

Cereales

Arroz, maíz, trigo, avena, cebada, centeno, sorgo, mijo...

Aquí el criterio es claro: si encuentro cereales en la fórmula, no la elijo como alimentación habitual de un perro sano.

Para tomar esa decisión no necesito afirmar que el perro no pueda digerirlos. Puede hacerlo. Pero tener la maquinaria para aprovechar ciertos nutrientes no responde a la pregunta que me hago aquí: si tengo varias opciones delante, ¿qué quiero priorizar en su alimentación?

Mi criterio parte de una nutrición lo más cercana posible a su fisiología, con fuentes animales identificadas, una formulación

clara y los ingredientes más coherentes con ese enfoque. Los cereales no entran en esos criterios.

Además, a lo largo de los años hemos acompañado a perros en los que su presencia no parecía causar ningún problema, pero han sido muchos más aquellos en los que retirarlos coincidió con cambios muy claros en la digestión, la condición corporal u otros signos. Es una observación acumulada, no una demostración de que el cereal fuese la causa ni de que vaya a pasar lo mismo en todos los perros. Pero tampoco tendría sentido ignorarla.

Por eso, en este semáforo, el cereal es rojo.

Eso sí, una dieta sin cereales tampoco es buena por definición. Se puede quitar el cereal y construir la fórmula alrededor de patata, guisante, almidones y concentrados vegetales. La bolsa dirá "sin cereales", y aun así tendremos que leer el resto.

> **NOTA**
>
> **Excepción.** Si hay una indicación veterinaria o nutricional concreta que justifique usar una determinada fórmula, el contexto cambia. Ya no estamos aplicando una regla general de compra, sino valorando las necesidades de ese perro.

Fórmulas "y/o"

"Pollo y/o pavo", "arroz y/o maíz", "grasa animal y/o vegetal".

Ese "y/o" permite que la composición varíe dentro de lo que admite la declaración. Puede ser perfectamente legal, pero no encaja con el criterio de transparencia que sigo: si elijo un

alimento, quiero saber con la mayor precisión posible qué estoy comprando. Por eso es rojo.

Conservantes sintéticos

BHA, BHT, etoxiquina, propil galato.

Aquí también aplico un criterio de selección. Hay otras formas de proteger las grasas de la oxidación, como los tocoferoles y algunos extractos antioxidantes, y si puedo elegir entre dos fórmulas, me quedo con la que usa estas alternativas.

Por eso los conservantes sintéticos son rojo.

Colorantes artificiales

Aquí la decisión es todavía más sencilla. El perro no necesita que su croqueta sea roja, verde o marrón para reconocerla como comida, y los colorantes no mejoran el valor nutricional del alimento. Si puedo elegir una fórmula sin ellos, no hay motivo para aceptarlos.

Rojo.

Azúcares añadidos

El azúcar, la sacarosa, los jarabes u otros azúcares añadidos no forman parte de lo que busco en la alimentación habitual de un perro. Hablo del azúcar añadido, no del que está de forma natural en algún ingrediente. Si aparece, no hay mucho más que valorar.

Rojo.

Digesto animal inespecífico

El digesto animal se obtiene mediante hidrólisis y se usa, entre otras cosas, para que el alimento resulte más apetecible. Lo que me preocupa no es que la palabra suene industrial, sino qué sé sobre su origen. Si aparece solo como "digesto animal", sin especie, vuelvo al punto de partida: sé demasiado poco sobre esa fuente.

Por eso, cuando es inespecífico, es rojo.

Harina de carne y hueso inespecífica

"Harina de pollo" y "harina de carne y hueso" sin especie no nos dan la misma información. Una harina animal identificada puede ser una fuente concentrada de nutrientes; lo que penalizo aquí, otra vez, es la falta de especificidad. Si no puedo saber de qué animal procede, es rojo.

Ámbar — no descarta, pero hace seguir mirando

Aquí cambia la lógica. Un ámbar no quiere decir que algo sea malo, sino que todavía no decido.

Pulpa de remolacha

Es una fuente de fibra que puede cumplir una función útil en la fórmula, así que su presencia no basta para descartar el alimento. Importa dónde aparece, qué ingredientes la acompañan y cómo está construida la fórmula en conjunto. Mira el resto.

Levaduras

Con las levaduras pasa algo parecido. Pueden aportar componentes nutricionales y tecnológicos interesantes, pero

"levadura" puede referirse a ingredientes y usos diferentes. Me interesa saber qué levadura es y qué papel tiene en la fórmula, si la información disponible lo permite.

Ámbar.

Proteína hidrolizada

Tiene una utilidad terapéutica clara, sobre todo en dietas de eliminación y en algunos casos de reacción adversa al alimento. Por eso no está en rojo.

Lo que merece atención es mantenerla durante meses sin revisar si sigue existiendo el motivo por el que se empezó. Estas fórmulas se usan con un objetivo concreto, y seguir con ellas debería formar parte del seguimiento del caso, no darse por hecho porque el perro está estable.

En el apartado 5.1 te cuento cuándo es buen momento para revisarla.

Gluten de maíz o trigo

El gluten aporta proteína vegetal, y esa proteína suma en el porcentaje de proteína bruta de la etiqueta. Por eso, un porcentaje alto de proteína no nos permite dar por hecho que toda venga de fuentes animales. La proteína está ahí; lo que necesito saber es de dónde sale ese número. Cuando aparece gluten de maíz o de trigo, sigo leyendo el resto de la fórmula.

Concentrados y proteínas de legumbres

Proteína de guisante, concentrado de guisante, proteína de lenteja...

Las legumbres también aportan proteína y, por tanto, suman en la proteína bruta declarada. Y no valoro igual una fórmula cuya proteína viene sobre todo de fuentes animales identificadas que otra en la que buena parte sale de concentrados vegetales.

Tampoco hay que confundir "sin cereales" con una fórmula mejor. Muchas fórmulas grain-free sustituyen los cereales por legumbres, patata, boniato u otras fuentes de almidón. Quitar el cereal es solo una parte; todavía hay que mirar qué han puesto en su lugar.

Legumbres y cardiomiopatía dilatada

En 2018, la FDA empezó a investigar casos de cardiomiopatía dilatada en perros sin una predisposición genética conocida que comían determinadas dietas. Muchas de las fórmulas notificadas eran grain-free y llevaban guisantes, lentejas u otras legumbres, y aquello generó mucha preocupación.[19]

Pero una asociación no demuestra por sí sola una causa. La investigación no permitió concluir que "grain-free" fuera igual a cardiomiopatía ni que las legumbres fueran, por sí mismas, las responsables. También aparecieron casos con dietas que llevaban cereales, y la cuestión resultó bastante más compleja: se han estudiado distintas posibilidades relacionadas con la formulación, los ingredientes, la disponibilidad de algunos nutrientes y otros factores.[20]

Así que esta historia no me permite afirmar que las legumbres provoquen cardiomiopatía dilatada. Lo que sí justifica es prestar atención cuando los guisantes, las lentejas o sus distintas fracciones empiezan a ocupar una parte importante de la fórmula, por una cuestión de composición.

Fraccionamiento de fuentes vegetales

Ya sabemos cómo funciona: guisante, proteína de guisante, almidón de guisante, fibra de guisante. Cada ingrediente ocupa su propio lugar en la lista, y si el fabricante no declara los porcentajes, no podemos saber cuánto suman entre todos. Lo que sí podemos ver es que una misma materia prima aparece repartida en varias fracciones, y eso cambia la forma de leer la lista. No las sumo porque no tengo los datos, pero tampoco las leo como si no tuvieran nada que ver entre ellas.

Verde — lo que queremos encontrar

Aquí puedo simplificar bastante. Busco:

- Fuentes animales claramente identificadas.
- Una presencia importante de esas fuentes animales en las primeras posiciones.
- Grasas de origen identificado: "grasa de pollo", por ejemplo, en lugar de "grasa animal".
- Una fórmula en la que se entienda razonablemente de dónde sale la proteína de los componentes analíticos.
- Conservación con tocoferoles u otros antioxidantes que encajen con estos criterios.
- Ausencia de cereales.
- Fuentes de carbohidratos claramente identificadas, sin una acumulación de fracciones vegetales que acabe dominando la fórmula.
- Una composición que se pueda leer sin tener que adivinar qué significa cada ingrediente.

- Trazabilidad: si pregunto de dónde viene un ingrediente, quiero que la empresa sepa responder.

Aun así, una colección de verdes no sustituye a mirar el conjunto. Una etiqueta puede empezar de maravilla y torcerse cinco ingredientes después. Por eso no cuento verdes: leo la fórmula entera. El semáforo me ayuda a saber dónde detenerme, dónde prestar más atención y qué quiero encontrar.

Y después vuelve a entrar en escena el perro que tenemos delante, porque una fórmula puede ser estupenda sobre el papel y no ser la adecuada para él.

> **NOTA**
>
> **Herramienta.** Si pegas la lista de ingredientes en la calculadora (nidodelave.com/calculadora-etiqueta), te los marca con estos mismos colores. Úsala para ir más rápido.

> ***De mi libreta***
>
> *Lo que me llevo de este capítulo es que el semáforo me ayuda a filtrar, pero no decide por mí. Que el rojo, muchas veces, es falta de información más que un ingrediente "malo". Y que, por muchos verdes que tenga una etiqueta, la última palabra la tiene el perro.*

"Todo es veneno y nada está libre de veneno; solo la dosis hace que algo no lo sea."

Paracelso, 1538

"Alle Ding' sind Gift, und nichts ohn' Gift; allein die Dosis macht, dass ein Ding kein Gift ist."

5 — Más allá de la etiqueta



Llegados aquí, ya podemos leer una etiqueta con mucha más información que al principio. Pero hay cosas que no se entienden mirando solo el nombre de un ingrediente o el porcentaje que lleva al lado: cómo se ha procesado, para qué se está usando, en qué formato viene y qué hacemos con él cuando llega a casa. De eso va este capítulo.

5.1 Hidrolizados: cuándo tienen sentido y cuándo toca reevaluar

En el semáforo los dejé en ámbar, y aquí te cuento por qué.

Cuando una proteína se hidroliza, se rompe en fragmentos más pequeños. En las dietas hidrolizadas que se usan para las

reacciones adversas al alimento, el objetivo es que esas proteínas tengan menos capacidad de desencadenar una respuesta inmunitaria.

Por eso tienen una utilidad muy concreta. Una de las principales es la dieta de eliminación, cuando se sospecha una reacción adversa al alimento y necesitamos comprobar si la alimentación está participando en el problema. También pueden formar parte de una estrategia nutricional en algunas patologías. En esos casos, su uso tiene que plantearse a partir del diagnóstico y en coordinación con los profesionales que acompañan al perro.

Y cuando se usa como dieta de eliminación, hay que hacerla bien. Durante ese tiempo no vale un poquito de esto, un premio de aquello o el trocito que le damos debajo de la mesa porque nos mira con cara de no haber comido desde 1997. Si entran otras proteínas, podemos estropear justo la información que intentamos obtener.

Hasta aquí, perfecto. El problema aparece cuando una herramienta pensada para un fin concreto se convierte, por inercia, en la alimentación habitual durante meses sin que nadie vuelva a preguntarse por qué se está usando.

¿Y por qué es un problema? Por varias razones. La primera, que una dieta de eliminación es una prueba, y una prueba tiene un final. Suele mantenerse al menos unas ocho semanas y después se vuelve a introducir el alimento anterior para ver si los síntomas reaparecen.[21] Si nunca se hace esa segunda parte, no llegamos a saber si el problema era realmente la comida, ni qué proteínas toleraba ese perro.

La segunda, que el perro se queda con una alimentación muy limitada y muy procesada sin que haya un motivo claro para mantenerla. Muchas de estas fórmulas se basan en una única fuente de proteína hidrolizada y en almidones como fuente principal de energía, algo que no elegiríamos para su día a día si no hubiera una razón médica.

Y la tercera, que mientras siga ahí, perdemos la oportunidad de ir ampliando su dieta poco a poco y de encontrar una alimentación que encaje con él a largo plazo.

> **IMPORTANTE**
>
> Como criterio práctico, si el uso se acerca a los seis meses, es un buen momento para revisar con los profesionales que acompañan el caso si sigue siendo necesaria y si continúa siendo la mejor opción nutricional para ese perro.

5.2 Fresco, harina y procesamiento: no significan lo mismo

Aquí toca juntar varias cosas que ya hemos visto, porque un ingrediente fresco y uno deshidratado no se leen igual, como tampoco se leen igual una bolsa de pienso y una lata.

Imagina que "pollo fresco" es el primer ingrediente de un pienso. Como lleva mucha agua, pesa mucho cuando entra en la fórmula y puede ocupar un puesto muy alto en la lista. Después llega el procesamiento y parte de esa agua desaparece. Eso no convierte el "pollo fresco" en un engaño, pero su primera posición no nos

dice, por sí sola, cuánto representa al final en la materia seca del alimento.

Con una harina de pollo pasa algo diferente. La materia prima ya ha pasado por un proceso en el que pierde buena parte del agua y se concentran sus componentes antes de entrar en la fórmula. Por eso, una harina animal de especie identificada puede aportar bastante proteína aunque aparezca después de un ingrediente fresco.

¿Y en una lata?

Aquí la lectura cambia bastante. Un alimento húmedo conserva mucha agua en el producto final, así que encontrar carne fresca en los primeros puestos de una lata es totalmente coherente con el formato. No podemos juzgarla con la misma lógica que un pienso, ni comparar sus porcentajes de proteína o grasa sin tener en cuenta la humedad, como vimos con la materia seca.

Hay otra comprobación que no quiero que se nos olvide: mira si la lata es un alimento completo o complementario. Puede tener una composición que nos encante y no estar formulada para cubrir por sí sola las necesidades del perro. Si va a ser su alimentación habitual, esa diferencia importa mucho.

Y una lista de ingredientes corta puede ser perfectamente completa. Para decidir si un alimento sirve como dieta completa, lo que hay que leer es qué contiene, cómo está declarado y para qué está formulado.

¿Y qué ocurre con el procesamiento?

Una harina animal ya ha pasado por un procesamiento antes de entrar en la fórmula. Durante el rendering, la materia prima se

somete a un tratamiento térmico, se separan parte de sus componentes y pierde buena parte de su agua. Después, si esa harina se usa para fabricar un pienso extrusionado, vuelve a pasar por un proceso con calor, presión y humedad.

Así que, cuando comparamos "pollo fresco" y "harina de pollo", estamos comparando materias primas que llegan al producto con una historia de procesamiento diferente, y esa historia importa. El calor y el procesamiento pueden modificar algunos nutrientes: ciertas vitaminas son especialmente sensibles, las grasas pueden oxidarse y las proteínas también pueden cambiar de forma que, según las condiciones, afecte a la disponibilidad de algunos aminoácidos.

Nada de eso se ve mirando el porcentaje de proteína bruta. Dos alimentos pueden declarar un porcentaje parecido y haber llegado a ese número por caminos muy distintos. Así que, cuando leas "harina de pollo" y "pollo fresco", piensa que el pollo es el mismo, pero el camino que han recorrido hasta la bolsa no.

> **NOTA**
>
> En algunos alimentos se añaden después vitaminas, minerales u otros nutrientes para que el producto final alcance el perfil nutricional previsto. La lista de ingredientes nos cuenta con qué empezó la fórmula, y el procesamiento sigue escribiendo el resto.

Con los alimentos que se venden como "prensados en frío", "a baja temperatura" o algo parecido, aplico la misma lógica. Que la última etapa se haga de otra manera o a otra temperatura no quiere decir que todas las materias primas hayan llegado hasta ahí

sin procesamiento previo. Si parte de una harina, esa harina ya trae su propia historia.

5.3 Dietas en patología: cuando el contexto cambia las reglas

Este punto es importante porque el semáforo tiene límites. Podemos encontrarnos una fórmula que, con los criterios del capítulo anterior, acumularía varios rojos o ámbar, y aun así puede haber una razón para usarla.

Una enfermedad renal, una alteración gastrointestinal, una reacción adversa al alimento, algunas enfermedades hepáticas u otras situaciones que necesitan una estrategia nutricional específica cambian la pregunta. Ya no me pregunto qué alimento elegiría para un perro sano, sino qué necesita este perro en esta situación concreta.

Cuando hay una patología, el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento de la enfermedad corresponden al veterinario. La estrategia nutricional tiene que plantearse a partir de ese diagnóstico y, cuando el caso lo requiera, con profesionales formados en nutrición que trabajen de forma coordinada con el veterinario que lleva al perro.

> **NOTA**
>
> Si en ese contexto se decide usar una dieta con un objetivo concreto, el semáforo no está para desmontar esa elección ingrediente por ingrediente. Puede llevar cereal, puede usar proteína hidrolizada o tener una distribución de nutrientes que no elegiríamos para otro perro. Estamos en otro contexto.

Eso sí, una dieta así tiene sentido cuando hay una indicación concreta para ese perro, no porque en la bolsa ponga "veterinario", "terapéutico" o "especial". Y si su situación cambia, habrá que revisarla con los profesionales que lo acompañan.

5.4 Tecnología alimentaria: no todo lo que no es carne es relleno

Después de hablar tanto de ingredientes animales, es fácil caer en otra simplificación: si no es carne, sobra.

Un alimento comercial necesita cumplir ciertas funciones tecnológicas. En un pienso, por ejemplo, el almidón ayuda a dar estructura a la croqueta durante la fabricación, y la patata o la tapioca pueden aportar ese almidón. Que un ingrediente cumpla una función tecnológica no lo convierte en "relleno". Otra cosa es encontrarnos una fórmula en la que, al terminar de leer, las fuentes vegetales ocupan mucho más de lo que imaginábamos mirando el frontal.

Con la conservación pasa algo parecido: un alimento con grasas necesita algo que las proteja de la oxidación. Lo que miro es qué han usado.

Podemos encontrar, por ejemplo, tocoferoles, extractos antioxidantes, ácido ascórbico o ácido cítrico, según la formulación y la función que se busque. Conservar un alimento y evitar que sus grasas se oxiden son funciones parecidas, pero no idénticas, y por eso podemos encontrar conservantes, antioxidantes u otros aditivos tecnológicos diferentes.

Si un aditivo tiene un nombre que no conoces, búscalo antes de juzgarlo: muchas veces es una vitamina o un mineral, como el colecalciferol (vitamina D3) o el sulfato de zinc.

5.5 Cereales y legumbres

Este debate aparece constantemente: cereales contra legumbres, grain-free contra pienso tradicional, como si hubiera que escoger equipo. A mí no me hace falta.

Ya sabes cuál es mi criterio con los cereales: no los elijo para la alimentación habitual de un perro sano. Pero encontrar "sin cereales" en letras enormes en una bolsa tampoco me permite dejar de leer, porque algo tiene que ocupar ese espacio: patata, boniato, guisante, lenteja, tapioca o distintas fracciones de varios de ellos. Y volvemos al mismo sitio: ¿cómo está construida la fórmula?

Durante su domesticación, los perros desarrollaron adaptaciones para digerir el almidón que los diferencian de sus antepasados lobos. Eso nos habla de capacidad, pero no decide por sí solo cuál debe ser la base de su alimentación. Una cosa es preguntarse si un perro puede digerir almidón, y otra muy distinta si queremos que una parte importante de su alimentación venga de él.

Con las legumbres pasa algo parecido. Cocinadas y bien procesadas pueden usarse en alimentación canina, y aportan almidón, fibra y proteína vegetal. Pero que puedan usarse no quiere decir que quiera encontrar proteína de guisante, almidón de guisante, fibra de guisante y guisante entero repartidos por toda la lista.

Lo que me importa es cuánto protagonismo están cogiendo y qué están desplazando dentro de la fórmula. Por eso, en el semáforo, el cereal es rojo y las legumbres van en ámbar: no descarto un alimento por llevarlas, pero miro cuánto espacio ocupan.

¿Y los piensos veganos?

Ya que hablamos de cereales, legumbres y proteína vegetal, hay un tema que no quiero dejar fuera: los piensos veganos.

Un alimento sin ingredientes de origen animal puede formularse para alcanzar los perfiles nutricionales establecidos para perros. Para conseguirlo hay que seleccionar proteínas vegetales, ajustar aminoácidos y añadir vitaminas, minerales y otros nutrientes hasta que, sobre el papel, la fórmula cubra sus necesidades. Técnicamente se puede hacer.

La pregunta es qué significa que se pueda. Volvemos a algo que ya hemos visto varias veces: que dos alimentos cumplan los mismos números no los hace iguales. Podemos conseguir que una fórmula alcance ciertos valores de proteína, aminoácidos, vitaminas o minerales, pero seguimos alimentando a un perro y no a una tabla. Importa de dónde vienen esos nutrientes, cómo se digieren y se absorben, cómo se ha construido la fórmula y qué pasa después en ese animal.

Entiendo que quien elige un pienso vegano suele hacerlo por convicciones muy respetables. Aun así, cuando pienso en la alimentación habitual de un perro sano, me hago una pregunta: ¿esa decisión responde a lo que él necesita o a lo que creemos nosotros? Un perro tiene su propia naturaleza, y para mí respetarla también forma parte de cuidarlo. Por eso prefiero que reciba lo que necesita desde fuentes animales, en lugar de retirarlas y compensarlo después en la fórmula. Cubrir una cifra sobre el papel es una parte; que ese nutriente llegue al perro y pueda aprovecharlo es otra.

Si hay una situación concreta que obliga a valorar alternativas, habrá que estudiar ese caso como cualquier otro. Pero como elección habitual para un perro sano, en el semáforo de esta guía es rojo.

5.6 Lo que ocurre después de abrir la bolsa

Hasta aquí hemos hablado de cómo elegimos el alimento y de todo lo que intentamos averiguar antes de llevárnoslo a casa. Pero la historia no termina en la tienda. Podemos pasar veinte minutos escogiendo un pienso, leer ingredientes, comparar composiciones, descartar tres bolsas, elegir por fin una, llegar a casa... y guardarla mal. Una parte de la calidad del alimento, una vez abierto, también depende de nosotros.

Humedad, calor y oxidación

El alimento seco está pensado para mantenerse con poca humedad, pero en cuanto se abre queda expuesto al ambiente cada vez que manipulamos la bolsa. El calor, la humedad, el aire y

el tiempo afectan a su conservación, y por eso importa dónde y cómo lo guardamos.

> **IMPORTANTE**
>
> Guardarlo en un lugar fresco y seco, protegido del sol, y cerrar bien el envase forma parte de cuidar el alimento que hemos comprado. Conserva también el número de lote y la fecha de consumo preferente: si algún día hay una retirada o necesitas comunicar una incidencia al fabricante, esos datos pueden ser mucho más importantes de lo que parecían cuando abriste la bolsa.

Las grasas también envejecen

Cuando hablamos de conservación solemos pensar en humedad, mohos o ácaros. Pero dentro de una bolsa también hay grasas. Y algunas son especialmente sensibles a la oxidación.

Hay piensos que añaden aceite de pescado, aceite de salmón u otras fuentes de omega-3, y lo anuncian en la parte delantera de la bolsa. Lo entiendo: el EPA y el DHA tienen buena fama, y con razón. Pero en la mayoría de los piensos, ese omega-3 añadido aporta bastante menos de lo que parece. Te cuento por qué lo pienso.

Lo primero es la cantidad. Cuando se busca un efecto antiinflamatorio, por ejemplo en problemas de articulaciones, de piel o de riñón, las dosis de EPA y DHA que se manejan van de unos 50 a 220 mg por kilo de peso al día.[22] Un pienso de mantenimiento, normalmente, no llega a esas cantidades. En un estudio con perros alimentados con un pienso seco de gama alta, el índice omega-3 de su sangre, que mide cuánto EPA y DHA hay

en sus glóbulos rojos, era de un 1,36 %, un valor que los propios autores describen como bajo.[23] Y en un análisis de seis piensos monoproteicos, dos de ellos de pescado, el EPA suponía de media un 0,03 % de los ácidos grasos.[24]

Lo segundo es en qué estado llega. El EPA y el DHA son grasas muy insaturadas, y esa misma estructura que los hace interesantes los hace muy sensibles al oxígeno, a la luz y al calor. Desde que se fabrica, el pienso pasa meses entre el almacén, la tienda y nuestra casa, y después la bolsa se abre y se cierra durante semanas. En un estudio con cuatro piensos guardados en su bolsa original, bien cerrada y sin luz, las grasas poliinsaturadas habían bajado en los cuatro a los siete meses, y en el que más DHA tenía al abrirlo, ese DHA bajó de forma marcada.[25]

Por eso, cuando veo "con aceite de salmón" o "rico en omega-3" en una bolsa, no lo tomo como un motivo para elegirla. Lo que me interesa es si el fabricante declara cuánto EPA y DHA lleva y, si lo declara, hago la cuenta con lo que come ese perro. "Contiene pescado" no es una dosis de omega-3. Y si no lo declara, se lo pregunto.

¿Y si el perro lo necesita?

Si hay un motivo para darle omega-3, por una patología, por la piel, por las articulaciones o por la edad, prefiero suplementarlo aparte. Así sé cuánto le estoy dando y en qué estado le llega. Pero tampoco basta con elegir un suplemento porque en la etiqueta aparezca un pez. Necesito saber cuánto EPA y DHA aporta realmente, cómo está protegido frente a la oxidación y qué controles de calidad tiene detrás.

El omega-3 se oxida con mucha facilidad, también dentro del cuerpo, y el organismo usa vitamina E para protegerlo. Por eso,

cuando damos omega-3 en cantidades importantes, el perro necesita también suficiente vitamina E en su dieta. Los tocoferoles que aparecen en la etiqueta del suplemento tienen otra función: proteger el aceite para que no se estropee en el bote, y la cantidad suele ser pequeña.

> **NOTA**
>
> También busco productos que ofrezcan análisis independientes de contenido, pureza y oxidación. IFOS (International Fish Oil Standards) es una de las certificaciones que utilizo como referencia cuando está disponible,[26] porque permite comprobar el contenido de EPA y DHA, determinados contaminantes y parámetros relacionados con la oxidación.[27] No es la única manera de demostrar calidad, pero sí una herramienta útil para no tener que fiarse solo de lo que promete la parte delantera del envase.

Como criterio, prefiero formatos que expongan poco el aceite al oxígeno y a la luz, como cápsulas bien conservadas en un envase opaco, antes que grandes botellas que abrimos una y otra vez durante semanas.

Con la dosis pasa como con casi todo: más no es mejor. El omega-3 también tiene un límite máximo seguro,[22] así que antes de añadir nada hay que saber cuánto necesita ese perro, y valorarlo con el profesional que lleva el caso.

El omega-3 añadido al pienso rara vez llega a las cantidades que buscamos cuando un perro lo necesita de verdad. Si hace falta, mejor suplementarlo aparte, sabiendo cuánto damos y en qué estado le llega.

Mohos y micotoxinas

Las condiciones de conservación importan también por otra razón. Algunas materias primas que se usan en alimentación animal pueden contaminarse con hongos capaces de producir micotoxinas, entre ellas las aflatoxinas, que producen algunas especies de Aspergillus.[28] Ha habido retiradas de alimentos para animales por contaminación con aflatoxinas.[29]

Lo que pasó antes de que la bolsa llegara a casa no está en nuestra mano, pero lo que pasa después sí. Un pienso guardado con calor o humedad se estropea antes.

Ácaros de almacenamiento

Y todavía queda un invitado bastante menos conocido. Los alimentos secos pueden contaminarse con ácaros de almacenamiento, sobre todo cuando la temperatura, la humedad y el tiempo les favorecen.[30] Esto cobra especial importancia en perros con enfermedad alérgica.[31]

> **NOTA**
>
> Hay reactividad cruzada entre algunos ácaros de almacenamiento y los ácaros del polvo doméstico, así que en algunos perros sensibilizados pueden complicar la interpretación de un problema alérgico.[32]

Y esto puede llevar a una situación bastante frustrante: cambias el alimento, vuelves a cambiarlo, pruebas una dieta de eliminación, el perro sigue con picor, y acabas mirando una y otra vez la lista de ingredientes cuando quizá hay otra fuente de exposición que también merece investigarse.

Cuando un caso no evoluciona como esperábamos, los ácaros de almacenamiento pueden ser una de las cosas que el veterinario valore junto con el resto. Y revisar cómo guardamos el alimento es bastante más sencillo que cambiar de bolsa por quinta vez. Si se retira el alimento seco y se pasa a una alimentación húmeda o natural adecuada para ese perro, desaparece esa fuente concreta de exposición. Los alérgenos ambientales seguirán ahí, pero habremos quitado una variable de la ecuación.

> ***De mi libreta***
>
> *Lo que me llevo de este capítulo es que una etiqueta no cuenta toda la historia de un alimento: cómo se procesó, para qué se usa y cómo lo guardo en casa también forman parte de él. Que hay dietas que se salen de mi semáforo por buenas razones, y que esas razones hay que revisarlas con el tiempo. Y que la calidad que elijo en la tienda la puedo perder en mi propia despensa.*

"Algunos perros necesitan, por naturaleza, más que otros."

Delabere Blaine, 1832

"Some dogs require even naturally more than others."

6 — Aplicación práctica

Hasta aquí hemos desmontado etiquetas y hemos hablado de ingredientes, procesamiento, semáforos, fórmulas y unas cuantas cosas que probablemente no esperabas encontrar en una guía para comprar comida para perros. Ahora toca algo mucho más sencillo: entrar en una tienda y elegir.

Porque puedes saber muchísimo de nutrición y quedarte igualmente delante de una estantería con veinte bolsas pensando: "Vale. ¿Y ahora cuál cojo?". Para eso es este capítulo.

6.1 Checklist: los 10 puntos para la tienda

Puedes guardar esta lista en el móvil, imprimirla o usarla las primeras veces, hasta que hagas el recorrido casi sin pensar. Su objetivo es ayudarte a decidir si un alimento merece que sigas mirándolo.

Checklist: los 10 puntos para la tienda



- [ ] 1 ¿Qué aparece primero?
- [ ] 2 ¿Las fuentes animales están identificadas?
- [ ] 3 ¿Hay cereales?
- [ ] 4 ¿Aparecen términos "y/o"?
- [ ] 5 ¿Cómo se conserva?
- [ ] 6 ¿Hay colorantes o azúcares añadidos?
- [ ] 7 ¿De dónde sale la proteína?
- [ ] 8 ¿Una misma fuente vegetal aparece varias veces?
- [ ] 9 ¿Es un alimento completo?
- [ ] 10 ¿Entiendes razonablemente lo que estás comprando?

1. ¿Qué aparece primero?

Empieza por los primeros ingredientes. Busca fuentes animales claramente identificadas y fíjate en cuánto protagonismo parecen tener en la fórmula. Lee varios, no solo el primero.

2. ¿Las fuentes animales están identificadas?

"Pollo" dice mucho más que "proteína animal", y "grasa de pollo", mucho más que "grasa animal". Y recuerda el criterio con los subproductos: "subproducto de pollo" sigue siendo rojo, porque aunque conocemos la especie, "subproducto" es una declaración demasiado amplia para la trazabilidad que buscamos. Cuanta más precisión tengamos sobre las materias primas animales, mejor podremos valorar lo que compramos.

3. ¿Hay cereales?

Arroz, maíz, trigo, avena, cebada, centeno, sorgo, mijo... Ya conoces el criterio de este semáforo: el cereal es rojo. Pero no te quedes en el enorme "GRAIN FREE" de la parte delantera. Dale la vuelta, porque quitar los cereales no nos dice qué han puesto en su lugar.

4. ¿Aparecen términos "y/o"?

"Pollo y/o pavo", "arroz y/o maíz", "grasa animal y/o vegetal". Puede ser una declaración permitida, pero da menos precisión sobre lo que lleva exactamente el producto. Con los criterios de esta guía, es rojo.

5. ¿Cómo se conserva?

Busca qué antioxidantes o conservantes aparecen. En el semáforo, BHA, BHT, etoxiquina y propil galato son rojo; los

tocoferoles y otros antioxidantes que encajen con estos criterios suman a favor.

6. ¿Hay colorantes o azúcares añadidos?

Si aparecen, ya sabes dónde van: rojo. No hace falta escribir una tesis sobre ellos en mitad de la tienda.

7. ¿De dónde sale la proteína?

Mira el porcentaje de proteína y después vuelve a los ingredientes. El gluten de maíz o de trigo, la proteína de guisante, los concentrados de legumbres y otras fuentes vegetales también suman en la proteína bruta. El número puede ser perfectamente correcto; lo que quieres averiguar es de dónde sale.

8. ¿Una misma fuente vegetal aparece varias veces?

Guisante, proteína de guisante, fibra de guisante, almidón de guisante. Sin sus cantidades no podemos sumarlos, pero sí ver que una misma materia prima aparece repartida en varios ingredientes. Ámbar: sigue mirando.

9. ¿Es un alimento completo?

Sobre todo si estás mirando latas, sobres u otros alimentos húmedos. Comprueba si está formulado como alimento completo o complementario: que una composición nos guste no quiere decir que esté pensada para ser, por sí sola, toda la alimentación del perro.

10. ¿Entiendes razonablemente lo que estás comprando?

Este último punto junta casi todos los anteriores. No hace falta conocer cada proceso industrial ni ser formulador, pero después

de leer la etiqueta deberías poder responder a cosas bastante básicas: qué fuentes animales lleva, de qué especie, qué otras materias primas tienen protagonismo, cómo se conserva y qué tipo de alimento tienes delante. Si terminas de leer y sigues sin saber casi nada de lo que contiene, ya tienes una respuesta.

Un producto no tiene que "fallar" tres puntos para que lo descartes. Si aparece un rojo de los que hemos marcado como criterio de descarte, no hace falta seguir acumulando puntos negativos para justificar la decisión. Y un alimento que pase esta primera lectura tampoco es, por eso, el alimento perfecto. El checklist filtra; después queda el perro.

6.2 Cambiar de alimento: transición y observación

Elegir un alimento nuevo es solo la primera parte; después hay que introducirlo.

En muchos perros, hacer una transición progresiva ayuda a que el sistema digestivo se adapte al cambio y permite ver cómo responde al nuevo alimento. No todos necesitan el mismo número de días: un perro que lleva años comiendo la misma fórmula, otro acostumbrado a rotar alimentos y uno con antecedentes digestivos no tienen por qué necesitar la misma transición. Por eso, más que convertir "7 días" o "10 días" en una ley, prefiero hacer el cambio poco a poco y adaptarlo a cómo responde el perro: empezar con una cantidad pequeña del alimento nuevo e ir aumentándola mientras baja la del anterior.

Y mirar: las heces, cuántas veces hace, los gases, el apetito, la digestión, la piel y el pelo, la condición corporal, la energía y cualquier otro cambio que tenga sentido observar en ese perro.

Las heces, en concreto, son una ventana diaria buenísima. Los veterinarios usan escalas visuales que van de heces muy duras y secas a heces líquidas; lo que buscamos son heces formadas y firmes, que mantienen la forma al recogerlas. Si buscas «escala de heces para perros» encontrarás imágenes de referencia muy útiles. Y un truco sencillo: haz una foto cuando empieces el cambio y otra a las dos o tres semanas. La memoria engaña; las fotos, no.

Tampoco decidiría si un alimento funciona por la primera comida. Puede aceptarlo encantado, mirarte como si acabaras de traicionar una relación de quince años o comerse primero las croquetas antiguas y dejar las nuevas perfectamente colocadas alrededor del cuenco. Los perros también tienen sus preferencias.

Lo importante es no confundir que le guste con que le siente bien. Que un perro devore un alimento no demuestra que sea nutricionalmente excelente, y que al principio muestre menos entusiasmo tampoco demuestra que sea peor. Una vez hecha la transición, toca observar qué pasa, porque esa parte, la respuesta de cada perro, es la que ninguna etiqueta puede anticipar del todo.

6.3 Primera etiqueta: vamos a leerla

Imagina que cogemos una bolsa y encontramos esta lista:

"Maíz, subproducto de pollo, grasa animal, harina de trigo, digesto animal, cloruro de potasio, BHA (conservante)."

No hace falta empezar por los porcentajes; podemos hacer una primera lectura con los ingredientes.

Maíz → rojo. Es un cereal y, además, está en primera posición.

Subproducto de pollo → rojo. La especie está identificada, pero "subproducto" sigue siendo una declaración demasiado amplia para la trazabilidad que buscamos.

Grasa animal → rojo. Sabemos que es de origen animal, pero no de qué especie.

Harina de trigo → rojo. Otro cereal.

Digesto animal → rojo. Otra fuente animal inespecífica.

Cloruro de potasio → sin problema. Cumple una función nutricional en la fórmula, aunque su nombre nos resulte menos familiar.

BHA → rojo. Es un conservante sintético que he decidido dejar fuera de mis criterios de selección.

Llegados aquí, no hace falta sumar nada: ni contar seis rojos de siete, ni calcular un porcentaje de aprobado, ni dar una puntuación final. En el primer ingrediente ya habíamos encontrado un criterio de descarte.

Lo interesante del ejercicio es que ahora sabemos explicar por qué descartamos esta fórmula: aplicando los mismos criterios que habíamos definido antes de tener la bolsa delante. Eso es justo lo que buscaba.

6.4 Segunda etiqueta: cuando casi todo es genérico

Vamos con otra. Esta vez no es una lista inventada: es la declaración de ingredientes de un pienso de venta habitual. No menciono la marca, porque aquí lo importante es aprender a leerlo.

La etiqueta decía:

"Cereales, carnes y subproductos animales, subproductos de origen vegetal, sustancias minerales, aceites y grasas, levaduras."

Después venía una lista de aditivos nutricionales con cantidades concretas de vitaminas y minerales, y también esto: "Antioxidantes, conservantes, colorantes.", sin especificar cuáles.

Vamos a leerla.

Cereales → rojo. Y aquí tenemos aún menos información que en el ejemplo anterior, porque ni siquiera sabemos qué cereal o cereales lleva.

Carnes y subproductos animales → rojo. No conocemos las especies ni qué materias primas concretas se usan.

Subproductos de origen vegetal → ámbar. Es una declaración genérica que nos dice poco sobre qué materias primas vegetales lleva el producto. Sin llamarlas "relleno": simplemente, sabemos poco.

Sustancias minerales → seguimos leyendo. Su presencia, por sí sola, no es un problema; nos interesa qué información dan después la declaración nutricional y los aditivos.

Aceites y grasas → rojo. Otra vez falta especificidad: no sabemos qué aceites ni qué grasas se usan.

Levaduras → ámbar. Como vimos en el semáforo, la palabra puede abarcar ingredientes y funciones diferentes.

Antioxidantes, conservantes y colorantes → necesitamos saber cuáles. Este es uno de los problemas principales de esta etiqueta: no sabemos qué compuestos son. Y si uno de mis criterios es poder valorar cómo se conserva un alimento, esta declaración no me da la información que necesito.

Fíjate en lo que acaba de pasar. Hemos terminado de leer y seguimos sabiendo muy poco sobre una parte importante de la fórmula. Para elegir, también importa reconocer cuándo una etiqueta no nos deja averiguar lo suficiente.

Cuando empezaste esta guía, una lista de ingredientes seguramente era solo eso, una lista. Ahora ya sabes buscar en ella la fuente animal y la especie, cómo se ha procesado, si hay cereal o proteína vegetal repartida en varios nombres, cómo se conserva y hasta dónde se puede seguir el rastro de cada materia prima. Al principio lleva su tiempo, pero con un poco de práctica se hace en un par de minutos.

Tampoco hace falta encontrar el alimento perfecto. Si puedes comparar dos opciones y saber por qué una encaja mejor con tus criterios, ya has avanzado mucho. Lo que queda después lo decide tu perro, porque un alimento puede parecer muy bueno sobre el papel y no sentarle bien. Si pasa, se revisa y se cambia. En el apartado 6.6 te cuento cómo observarlo.

6.5 ¿Cuánto le doy?

Ya sabemos leer una etiqueta. Ahora falta la pregunta que casi todo el mundo se hace con la bolsa en la mano: ¿y cuánto le pongo en el cuenco?

Las tablas del envase son un punto de partida, como vimos en el capítulo 3: dos perros del mismo peso pueden necesitar cantidades muy distintas según su edad, su actividad, si están esterilizados, su condición corporal, el clima o su estado de salud. Pero sí podemos hacer una estimación bastante mejor que "un puñado".

Antes de calcular, lo primero es saber cuál es su peso ideal. Si tu perro tiene sobrepeso, los cálculos se hacen con el peso que debería tener, no con el que tiene ahora. Si no lo tienes claro, tu veterinario puede ayudarte a estimarlo valorando su condición corporal.

Paso 1: cuánta energía necesita

Se suele empezar calculando la energía en reposo, y después se multiplica por un factor según la situación del perro[14,33]:

> **Energía en reposo (kcal al día) = 70 × (peso ideal en kg) elevado a 0,75**

La potencia de 0,75 se hace con cualquier calculadora de móvil en modo científico. Para un perro de 20 kg, la energía en reposo sale en torno a 660 kcal al día.

Para un adulto esterilizado y con una actividad normal, una referencia habitual es multiplicar por 1,6. Para un adulto sin esterilizar, por 1,8. Nuestro perro de 20 kg, esterilizado, necesitaría entonces unas 1.060 kcal al día.

Paso 2: cuántas kcal tiene el alimento

Si la etiqueta declara la energía metabolizable, perfecto: usamos ese dato. Si no la declara, podemos estimarla con los componentes analíticos y los carbohidratos por diferencia, que ya sabes calcular[14]:

> **Carbohidratos (%) = 100 − humedad − proteína − grasa − fibra − cenizas**
>
> **Energía (kcal por 100 g) ≈ 3,5 × proteína + 8,5 × grasa + 3,5 × carbohidratos**

Vamos con un pienso de ejemplo: humedad 9 %, proteína 26 %, grasa 15 %, fibra 3 % y cenizas 7,5 %. Los carbohidratos salen 39,5 %, y la energía, unas 357 kcal por cada 100 g.

Y ahora una lata: humedad 78 %, proteína 9 %, grasa 6 %, fibra 0,5 % y cenizas 2 %. Carbohidratos, 4,5 %. Energía, unas 98 kcal por cada 100 g.

Paso 3: de kcal a gramos

> **Ración (g) = kcal que necesita ÷ kcal por 100 g del alimento × 100**

Para nuestro perro de 1.060 kcal, con el pienso del ejemplo serían unos 297 g al día. Con la lata, unos 1.080 g. La diferencia impresiona, ¿verdad? La lata es, sobre todo, agua. Por eso comparar raciones en gramos, sin mirar las calorías, lleva a muchísimos errores.

Paso 4: la báscula manda

El cálculo nos da el primer número. Después es el perro quien nos dice si acertamos. Pésalo cada dos o cuatro semanas al principio y fíjate en su silueta. Si sube de peso sin buscarlo, reduce la ración en torno a un 10 % y vuelve a pesar. Si baja, auméntala en la misma proporción.

> **IMPORTANTE**
>
> Es solo una estimación. Entre perros de la misma situación puede haber diferencias muy grandes, y razas, edades y estilos de vida cambian mucho las cuentas. En cachorros, hembras gestantes o lactantes, perros de trabajo o perros con alguna enfermedad, el cálculo es otro: consulta con su veterinario.

No todas las kcal son iguales

Y aquí quiero pararme, porque es fácil quedarse con la idea equivocada. Tener más kcal no hace que un alimento sea mejor. Tampoco peor. Solo nos dice cuánta energía hay en cada gramo.

Lo que de verdad importa es de dónde vienen esas kcal. Si repartimos la energía de los dos ejemplos, el pienso obtiene alrededor de un 26 % de su energía de la proteína, un 36 % de la grasa y un 39 % de los carbohidratos. La lata, un 32 % de la

proteína, un 52 % de la grasa y apenas un 16 % de los carbohidratos. Mismo perro, misma cantidad de energía, y una forma muy distinta de llegar a ella.

¿Cuál le conviene a tu perro? Depende, como siempre, del perro que tienes delante. Un perro de trabajo o muy deportista puede aprovechar muy bien un alimento denso en energía y en grasa. Un perro sedentario, mayor o con tendencia a engordar puede necesitar lo contrario. Y un perro con determinadas patologías puede necesitar que se controle una fuente de energía concreta. Las kcal nos ayudan a calcular la ración. Elegir el alimento sigue siendo cosa del semáforo, de sus necesidades y de cómo responde.

Alimentación mixta, bien hecha

Muchos perros comen pienso y algo de húmedo, o alimento comercial y algo de comida fresca. Es perfectamente válido, con una condición: se reparte una ración, no se suman dos.

Si queremos que nuestro perro de 1.060 kcal reciba tres cuartas partes de la energía con el pienso y una cuarta parte con la lata: 795 kcal de pienso son unos 223 g, y 265 kcal de lata son unos 270 g.

Los extras también cuentan

Premios, huesos para roer, trocitos de nuestra comida, "solo un poquito de queso porque me mira así"... todo suma. Como orientación, se suele aconsejar que los extras no pasen de alrededor del 10 % de la energía diaria. En nuestro perro, unas 106 kcal. Haz la cuenta una vez con lo que le das en un día normal. Te va a sorprender.

Algunas ideas:

- Resta los extras de su ración principal los días que los reciba.
- Usa parte de su propia comida como premio, sobre todo en sesiones de educación.
- Mira las kcal en la etiqueta de los snacks. Si no aparecen, estímalas con la fórmula de antes.

El precio de verdad

El precio por kilo engaña, porque un kilo de lata y un kilo de pienso no alimentan lo mismo. Lo justo es comparar el precio por cada 100 kcal:

> **Precio por 100 kcal = precio del envase ÷ kcal totales del envase × 100**

Un saco de 12 kg a 60 € de nuestro pienso (357 kcal por 100 g) cuesta unos 0,14 € por cada 100 kcal. Una lata de 400 g a 2,40 € (98 kcal por 100 g), unos 0,61 €. Y un saco de 15 kg a 35 € de un pienso más económico, con 327 kcal por 100 g, sale a unos 0,07 €.

Ahora ya sabes cuánto más caro es uno que otro, y puedes decidir con datos. Pero vuelve a mirar el apartado anterior: el más barato por kcal no es necesariamente el que más te conviene. Ese pienso económico obtiene la mitad de su energía de los carbohidratos. A lo mejor encaja con tu perro, y a lo mejor no. El precio por 100 kcal sirve para comparar de forma justa. Lo que pongas en el cuenco lo decide todo lo demás.

Y una última cosa: el objetivo es una alimentación adecuada que puedas mantener en el tiempo. Prefiero un perro con una buena alimentación mixta durante toda su vida que un perro con un alimento maravilloso durante dos meses y vuelta a empezar porque el presupuesto no aguantó.

6.6 Seguimiento: tu perro tiene la última palabra

Una vez elegida la comida, empieza la parte más importante: observar.

Y observar bien no es tan complicado. Un pequeño cuaderno o una nota en el móvil con fecha, peso, alimento y observaciones vale oro. Cuando algo cambie, tendrás datos y no solo sensaciones. Y si un día tienes que ir al veterinario, tendrás una historia que contarle.

Un ejemplo de registro sencillo:

- 1 de octubre · 21,4 kg · Pienso A · Heces firmes, buen apetito.
- 15 de octubre · 21,1 kg · Pienso A · Más activo, pelo brillante.
- 1 de noviembre · 21,2 kg · Pienso B, nuevo · Deja algo de comida, heces algo blandas.

Con tres líneas como estas ya puedes ver tendencias que, de memoria, se te habrían escapado.

Además del peso, fíjate en su silueta. Las escalas de condición corporal, que puedes encontrar en las guías de nutrición de WSAVA[33], valoran si se le notan las costillas al tacto sin presionar, si se marca la cintura vista desde arriba y si el abdomen sube

hacia atrás vista de lado. El peso solo no lo cuenta todo: un perro puede mantener el mismo peso perdiendo músculo y ganando grasa.

Un criterio que se revisa

Las necesidades de tu perro cambian con el tiempo, y su alimentación también puede necesitar ajustes. Estos son los momentos en los que te recomiendo volver a revisar su comida con todo lo que has aprendido:

- Al pasar de cachorro a adulto. En razas pequeñas suele ser hacia el año; en razas grandes y gigantes, bastante más tarde. Pregunta a tu veterinario cuándo hacer el cambio en tu perro.
- Después de la esterilización. Muchos perros necesitan menos energía tras la cirugía y, a la vez, tienen más apetito. Si no ajustamos la ración, el sobrepeso llega rápido.
- Al hacerse mayor. Es un buen momento para una revisión veterinaria con analítica y para vigilar peso, masa muscular y apetito. En razas grandes, esa etapa llega antes.
- Cuando cambia su peso sin que lo hayas buscado, o cambia su actividad: una lesión, más horas solo, más deporte o menos paseos.
- Ante cualquier diagnóstico. La dieta puede pasar a formar parte del tratamiento.
- Cuando el fabricante cambia el producto. Las recetas se reformulan. Si el envase cambia de diseño o ves "nueva receta", vuelve a leer la etiqueta aunque sea la marca de siempre.

Elegir la comida de tu perro es algo que se va revisando a lo largo de toda su vida.

> ***De mi libreta***
>
> *Lo que me llevo de este capítulo es que no hace falta analizar cada bolsa durante media hora: con unos pocos criterios claros, la mayoría de las decisiones se toman rápido. Que el cálculo de la ración es solo el primer número y la báscula dice el resto. Y que, por mucho que sepamos leer etiquetas, quien nos dice si hemos acertado es el perro.*

CÓMO ELEGIR:
EL SEMÁFORO EN UN VISTAZO

La Trampa del Peso Húmedo



El primer ingrediente puede pesar más por su agua, no por su proteína.
Por eso comparamos en materia seca.

El Semáforo en Acción



Rojo descarta. Ámbar hace seguir mirando. Verde es lo que queremos encontrar — pero ninguno decide solo.

Lo Primero que Miramos en Rojo

Cereales, en cualquier posición	Arroz, maíz, trigo, avena, cebada...	No son necesarios para formular una alimentación completa
Fuentes animales inespecíficas	"Proteína animal", "grasa animal"	No podemos saber de qué especie proceden
Conservantes sintéticos	BHA, BHT, etoxiquina, propil galato	Existen alternativas naturales
Azúcares y colorantes añadidos	Sin necesidad nutricional	Prescindibles en la formulación

Cierre



Elegir el alimento de tu perro es una decisión que repites cada vez que compras una bolsa, una lata o cualquier otro alimento, y cada vez que llenas su cuenco. Después de todo lo que hemos visto, espero que haya cambiado algo bastante sencillo: la forma en que miras una etiqueta.

Para eso no hace falta saber formular un alimento ni memorizar una lista interminable de ingredientes buenos y malos. Basta con saber dónde mirar, qué información tienes delante, cuál te falta y cuándo merece la pena seguir preguntando. Leer una etiqueta con criterio es, al final, entender mejor lo que estamos eligiendo.

Si por mí fuera, el pienso no formaría parte de la dieta de nuestros perros. Pero sé que es difícil que desaparezca: se guarda y se transporta con facilidad, hace el día a día mucho más sencillo y, en algunos momentos, te saca de un apuro. Yo misma lo he vivido. En rachas de enfermedades graves en mi familia, cuando apenas tenía vida para nada más, tiré de pienso y latas. Por eso creo que

lo más útil es tener información y aprender a elegir pensando en el perro que vive con nosotros.

Y no tenemos que hacerlo solos. Cuando hay una patología, habrá un diagnóstico, un tratamiento y un seguimiento veterinario que tener en cuenta, y la estrategia nutricional tendrá que adaptarse a esa situación y, cuando haga falta, trabajarse junto con profesionales formados en nutrición. Podemos preguntar, contrastar, pedir explicaciones, buscar otra opinión cuando algo no nos convence y cambiar de criterio cuando aparece información nueva. Todo eso forma parte de cuidar.

Antes de terminar, quiero volver a Blaine. En el primer capítulo te conté que a su propia familia le pareció una vergüenza que se dedicara a tratar perros. Tuvo que defender algo que hoy nos parece evidente: que dedicar conocimiento, tiempo y esfuerzo a la salud de los animales merece respeto.

Desde entonces han cambiado muchísimas cosas. La medicina veterinaria ha avanzado de una forma que él difícilmente habría podido imaginar, y también la nutrición, la investigación y nuestra manera de entender la relación que compartimos con los animales. Aun así, queda muchísimo por aprender. Podemos pedir que la veterinaria siga evolucionando, que mejore su formación, amplíe sus especialidades, revise lo que sabe cuando cambia la evidencia y dialogue con otras disciplinas, y podemos hacerlo desde el respeto.

Por eso me gustó tanto encontrarme con Blaine mientras escribía estas páginas. Más de dos siglos después, lo que defendía sigue teniendo algo que decirnos. El trabajo de los veterinarios sostiene la salud de nuestros animales y se cruza también con la nuestra a través de la prevención, las zoonosis, la seguridad alimentaria y la

salud pública, en ese espacio compartido donde la salud humana, la animal y la ambiental ya no pueden entenderse por separado.

A nosotros también nos toca una parte: la de elegir. Lo que se vende depende también de quienes compramos. Cuando cambia lo que buscamos, lo que preguntamos y aquello por lo que estamos dispuestos a pagar, las marcas reciben el mensaje. Una elección individual puede parecer pequeña, pero cada cuenco se llena muchas veces, y somos muchos llenándolos.

Así que, después de todas estas páginas, lo que espero es que cojas una bolsa, le des la vuelta y sepas por qué la eliges, o por qué la dejas otra vez en la estantería. Y que después mires a tu perro.

P.D. Sí, esta guía se hizo larga, bastante más de lo que tenía planeado. Después de etiquetas, cereales, hidrolizados, ácaros, aceites y unas cuantas cosas que probablemente no esperabas encontrar en una guía sobre comida para perros, si has llegado hasta aquí, gracias. Ojalá te sirva para elegir de una forma más pensada y más ajustada al perro que tienes en casa.

Pero antes de cerrar quiero dejarte algo mucho más sencillo: el agua. Podemos pasar horas hablando de porcentajes, ingredientes, procesamiento y suplementos y olvidarnos de una de las necesidades más básicas de cualquier organismo, que es estar bien hidratado. Importa el agua que bebe y también la que recibe con su alimentación. Un alimento húmedo o una alimentación natural adecuada aportan agua directamente con la comida; con una dieta basada en pienso seco esa aportación es mucho menor, y el perro tendrá que conseguir casi toda su hidratación bebiendo.

Cada perro puede comer de una manera distinta, pero en todos la hidratación forma parte de la alimentación. Observa cuánto bebe, mantén siempre agua fresca a su alcance y, cuando pienses en qué poner en su cuenco, recuerda que no todo lo importante aparece en una lista de ingredientes.

A veces nos vamos hasta la Conchinchina buscando respuestas, y resulta que una parte del cuidado estaba en algo tan sencillo como el agua.

Glosario

Términos técnicos que aparecen en esta guía, explicados en lenguaje sencillo.

Aflatoxinas

— Toxinas producidas por mohos como Aspergillus flavus, favorecidas por humedad y calor. Pueden aparecer en pienso mal almacenado tras la apertura.

Alimento completo o complementario

— Un alimento completo cubre todas las necesidades nutricionales por sí solo; uno complementario necesita combinarse con otro para lograrlo.

BHA, BHT, etoxiquina, propil galato

— Conservantes sintéticos con evidencia de acumulación y efectos adversos a largo plazo.

Cardiomiopatía dilatada o CMD

— Enfermedad del corazón que la FDA investigó en 2018 por su posible relación con dietas grain-free ricas en legumbres, sin llegar a establecer una causa clara.

Carbohidratos estimados o NFE

— Los carbohidratos de un alimento casi nunca se declaran directamente; se calculan "por diferencia", restando proteína, grasa, fibra, cenizas y humedad de 100.

Composición garantizada o analítica

— Tabla obligatoria con los mínimos y máximos de proteína, grasa, fibra, cenizas y humedad. Indica cantidad, no calidad de la fuente.

Digesto animal

— Hidrolizado no especificado, usado como saborizante en spray sobre el pienso ya listo.

EPA y DHA

— Los dos ácidos grasos omega-3 de cadena larga presentes en el aceite de pescado, especialmente sensibles a la oxidación una vez abierto el envase.

Extrusión

— Método de fabricación de pienso más común, que aplica calor y presión altos para dar forma al producto final.

Fraccionamiento de ingredientes

— Dividir un mismo ingrediente (normalmente un cereal) en varias variantes para que cada una pese menos individualmente en el listado, aunque sumadas sean el ingrediente principal.

Gluten de maíz o trigo

— Concentrado de proteína vegetal usado para inflar el porcentaje de proteína total sin aportar el perfil de aminoácidos de una fuente animal.

IFOS — International Fish Oil Standards

— Certificación independiente que analiza contenido de EPA/DHA, pureza y grado de oxidación en suplementos de aceite de pescado.

Levadura

— Término que puede referirse a ingredientes y funciones muy distintas dentro de una fórmula; sin más detalle, no permite saber cuál de ellas es ni qué papel cumple.

Materia seca

— El contenido de un alimento una vez descontada el agua. Necesario para comparar pienso y lata de forma justa, dada su diferencia de humedad.

Proteína de legumbre — guisante, garbanzo, lenteja

— Igual que el gluten de maíz o trigo, pero de origen leguminoso: infla el porcentaje de proteína en la etiqueta sin aportar el perfil de aminoácidos de una fuente animal.

Proteína hidrolizada

— Proteína fragmentada en partículas tan pequeñas que el sistema inmune no las reconoce como alérgeno. Útil en dietas de eliminación diagnóstica; no recomendable como uso indefinido en un perro sano.

Rendering

— Proceso de cocción controlada que deshidrata y concentra un ingrediente animal para convertirlo en harina.

Subproducto

— Parte del animal distinta del músculo (vísceras, huesos, etc.). Puede identificar la especie ("subproducto de pollo") o no ("subproducto animal") — la especificidad es lo que cambia su valoración en esta guía.

Ácaros de almacenamiento

— Ácaros (como Tyrophagus o Acarus siro) que pueden colonizar el pienso seco mal almacenado, con reactividad cruzada con los ácaros del polvo doméstico.

Sobre las fuentes de esta guía

Los criterios de esta guía se apoyan en formación especializada en nutrición canina especie-específica, contrastada con años de experiencia práctica acompañando a tutores en la evaluación de alimentos comerciales. No es un trabajo académico ni sustituye la consulta de fuentes científicas primarias o el criterio de tu veterinario.

Los datos históricos, regulatorios y científicos citados a lo largo del texto —especialmente los relacionados con la industria, sus organismos reguladores y la investigación sobre salud animal— proceden de estudios, publicaciones oficiales y documentos históricos de acceso público. Esta guía no afirma nada sobre ninguna entidad más allá de lo que esas fuentes documentan.

Fuentes

Cada número corresponde a las notas que aparecen a lo largo de la guía.

Capítulo 1 · Antes de las etiquetas

1. RAE — Diccionario Histórico de la Lengua Española, entrada "canil" (cita de Covarrubias, Tesoro de la lengua castellana o española, 1611, "el pan perruno llaman en algunas partes canil"): rae.es/dhle/canil
2. Archive.org — Tesoro de la lengua castellana o española (1611), ejemplar digitalizado, Biblioteca de la Universidad de Sevilla: archive.org/details/A253315
3. Blaine, D. — A Domestic Treatise on the Diseases of Horses and Dogs (1803), obra independiente y antecedente de Canine Pathology: archive.org/details/treatisedomestic00blairich
4. Blaine, D. — Canine Pathology (primera edición, 1817, con el prefacio autobiográfico; segunda edición, 1824; tercera edición, revisada, corregida y ampliada, 1832): archive.org/details/caninepathologyo00bla
5. Blaine, D. — Canine Pathology (3ª edición, 1832), sección "Feeding of Dogs", p. 69 (cita sobre la cantidad y el tipo de alimento)
6. Wikipedia — "Spratt's": en.wikipedia.org/wiki/Spratt%27s
7. Grace's Guide — "Spratt's Patent": gracesguide.co.uk/Spratt's_Patent

8. Wikipedia — "Ken-L Ration": en.wikipedia.org/wiki/Ken-L_Ration
9. The Farmer's Dog — "The History of Commercial Pet Food: A Great American Marketing Story" (fundación PFI 1958 como grupo de lobistas de la industria): thefarmersdog.com/digest/the-history-of-commercial-pet-food-a-great-american-marketing-story
10. Pet Food Institute — "Who We Are" (organización propia, representa a los fabricantes; 98% de la industria hoy en día): petfoodinstitute.org/about-us/who-we-are

Capítulo 2 · Lo que hay detrás de una etiqueta

11. AAFCO — "About": aafco.org/about
12. Wikipedia — "Association of American Feed Control Officials": en.wikipedia.org/wiki/Association_of_American_Feed_Control_Officials
13. IAMS — "AAFCO and Its Influence On Pet Food Labels": iams.com/cat/cat-articles/aafco-statements-explained
14. National Academies Press — "Nutrient Requirements of Dogs and Cats": nationalacademies.org/publications/10668
15. British Journal of Nutrition — "Challenges in developing nutrient guidelines for companion animals": cambridge.org/core/journals/british-journal-of-nutrition
16. WikiVet — "Pet Food Industry Associations" (fundación de FEDIAF en 1970): en.wikivet.net/Pet_Food_Industry_Associations
17. FEDIAF — "Nutritional Guidelines for Complete and Complementary Pet Food for Cats and Dogs", septiembre

2025: europeanpetfood.org/wp-content/uploads/2025/09/FEDIAF-Nutritional-Guidelines_2025-ONLINE.pdf

18. Abinpet — "Manual Pet Food Brasil" y "Guia Nutricional para Cães e Gatos": abinpet.org.br

Capítulo 4 · El semáforo de calidad

19. Royal Canin Vet Focus — "Dieta y cardiomiopatía dilatada en el perro": vetfocus.royalcanin.com/es/cientifico/dieta-y-cardiomiopatia-dilatada-en-el-perro

20. Blog Mascota y Salud — revisión de más de 150 estudios (Journal of Animal Science, 2022): blog.mascotaysalud.com/dietas-grain-free-cardiomiopatia-dilatada-perros-descartan-relacion

Capítulo 5 · Más allá de la etiqueta

21. Olivry, T., Mueller, R. S. y Prélaud, P. — "Critically appraised topic on adverse food reactions of companion animals (1): duration of elimination diets", BMC Veterinary Research, 2015, 11:225: doi.org/10.1186/s12917-015-0541-3

22. Raditic, D. M. y Gaylord, L. — "Fish Oil Dosing in Pet Diets and Supplements", Today's Veterinary Practice, 2020 (dosis terapéuticas de EPA+DHA de 50-220 mg/kg y límite máximo seguro): todaysveterinarypractice.com/nutrition/fish-oil-dosing-in-pet-diets-and-supplements

23. Lindqvist, H. y cols. — "Comparison of Fish, Krill and Flaxseed as Omega-3 Sources to Increase the Omega-3 Index in Dogs", Veterinary Sciences, 2023, 10(2):162 (índice omega-3 de 1,36 % con pienso seco de gama alta): mdpi.com/2306-7381/10/2/162

24. Kępińska-Pacelik, J. y cols. — "Changes in the Fatty Acid Composition and Antioxidant Properties in Mono-Protein Commercial Dry Dog Foods During Storage", Molecules, 2025, 30(17):3524: doi.org/10.3390/molecules30173524
25. Hołda, K. y Głogowski, R. — "Selected quality properties of lipid fraction and oxidative stability of dry dog foods under typical storage conditions", Journal of Thermal Analysis and Calorimetry, 2016: doi.org/10.1007/s10973-016-5543-2
26. Nutrasource — "What is IFOS™?" (International Fish Oil Standards, lanzado en 2004): certifications.nutrasource.ca/about/how-certifications-work/IFOS
27. NutraIngredients-USA — "Nutrasource puts fish oil under the microscope" (contenido activo, estabilidad y contaminantes): nutraingredients.com
28. Engormix — "México: efecto tóxico del alimento" (revisión de aflatoxinas en pienso de perro y gato)
29. LetiLab — "Guía sobre ácaros" (almacenamiento y prevención)
30. Veterinary Dermatology (2008) — Brazis et al., "Evaluation of storage mite contamination of commercial dry dog food"
31. dvm360 — "Could storage mites in pet food lead to false positive food allergy diagnoses"
32. IVIS / Royal Canin Vet Focus — "El papel de los ácaros de almacenamiento en la dermatitis atópica canina"

Capítulo 6 · Aplicación práctica

33. WSAVA — Global Nutrition Guidelines: wsava.org/global-guidelines/global-nutrition-guidelines

¿Quién soy?

Soy Angeles, formadora, asesora y divulgadora en nutrición y salud integrativa para perros, gatos y humanos, y la persona detrás de Nido del AVE®. Mi trabajo se centra en la alimentación, los hábitos y el entorno como herramientas de prevención y bienestar, y, en el caso de los animales, siempre de la mano de su seguimiento veterinario. Cada caso es único, y cada abordaje también.

Divulgar es una parte importante de lo que hago. Creo que aprender a cuidar mejor de los nuestros tiene que estar al alcance de todos, y por eso escribo guías como esta.

Llegué a España desde El Salvador en 2006, y con los años construí Nido del AVE® desde un sueño que tenía desde niña: crear algo propio, nacido de mi amor por los animales y por la biología. Hoy, además de acompañar a familias, formo a otras profesionales que quieren mirar la salud animal desde ese mismo lugar. Balder, mi bulldog francés, fue una de las razones por las que este camino tomó la forma que tiene hoy — y esta guía nace directamente de todo lo que él, y tantos otros pequeños después, me enseñaron.

Todo lo que hago nace de una convicción sencilla: cuidar bien a un animal empieza por entender por qué hacemos lo que hacemos, no solo repetirlo. Si esta guía consigue que mires el cuenco de tu perro con otros ojos, ha cumplido su propósito.

Y si te has quedado con ganas de seguir aprendiendo, tienes R-Evolución, mi formación gratuita sobre nutrición, salud y

bienestar de perros y gatos. Está pensada tanto para familias como para quienes trabajan con animales. En cada edición invito a profesionales de distintos ámbitos, y tenemos un grupo de Telegram para resolver dudas. Puedes pedir acceso en nidodelave.com/revolucion.html.

Gracias por leer hasta aquí.

Dale la vuelta a la bolsa.
Ahí empieza todo.

Cada día veo a familias que quieren hacerlo bien y se pierden entre ingredientes, porcentajes y promesas del envase. Por eso escribí esta guía: para que puedas leer una etiqueta de comida para perros con calma, entendiendo lo que dice y también lo que calla. Y para que, después de leerla, mires a tu perro, porque al final quien tiene la última palabra es él.

Nido del AVE®

nidodelave.com