

# GUÍA ANTI-ESTRÉS

*Para ayudar a tu peludo a sentirse mejor día a día.*

**Hecha con amor por Morfis,  
para ti y tu compañero fiel.**



**Incluye rutina, tips y bitácora de seguimiento.**

**Nombre de tu peludo: \_\_\_\_\_**



**MORFIS**

# ¿TU PERRO MUESTRA ALGUNO DE ESTOS SÍNTOMAS?

Desliza y descubre cómo aliviar cada uno con soluciones prácticas.”

Ladra o llora  
cuando te vas



Muerde o  
destruye cosas

Se lame las patas  
constantemente



Camina sin parar o  
jadea sin razón

# LADRA O LLORA CUANDO TE VAS



  
**¿Por qué?**

Es ansiedad por separación. No sabe cómo manejar tu ausencia.

  
**¿Qué puedo hacer?**

Juega 10 min antes de salir para que descargue energía.



**¿Con qué jugar?**

El Hueso con cuerda canaliza su ansiedad con juego de tironeo, sin lastimarte ni romper cosas



[Ver juguete](#)



# LADRA O LLORA CUANDO TE VAS



💡 Prueba esta técnica poco conocida  
(¡y muy efectiva!)

**El ejercicio es: Práctica de salidas falsas**

- Simula que sales, pero sin irte. Le enseñas que tu partida no siempre es algo estresante
- **Cómo hacerlo:**
  - Toma tus llaves o ponte los zapatos.
  - Abre la puerta y sal por 30 segundos.
  - Vuelve como si nada.
  - Repite aumentando el tiempo, sin despedidas ni fiesta al regresar. Ignóralo un par de minutos al volver. Así aprende que tu ida/vuelta no es un evento.



💡 **Recomendación:** Hazlo 1 vez al día durante una semana y observa el cambio.

# MUERDE O DESTRUYE COSAS



  
**¿Por qué?**

Es aburrimiento. Cuando no tiene estímulo, canaliza su energía rompiendo cosas.

  
**¿Qué puedo hacer?**

Dale una tarea que lo mantenga concentrado. Los juegos mentales lo cansan más que correr.

  
**¿Con qué jugar?**

La Granada rellenable transforma su ansiedad en enfoque. Puede lamer, olfatear y sacar snacks sin destruir lo que no debe.

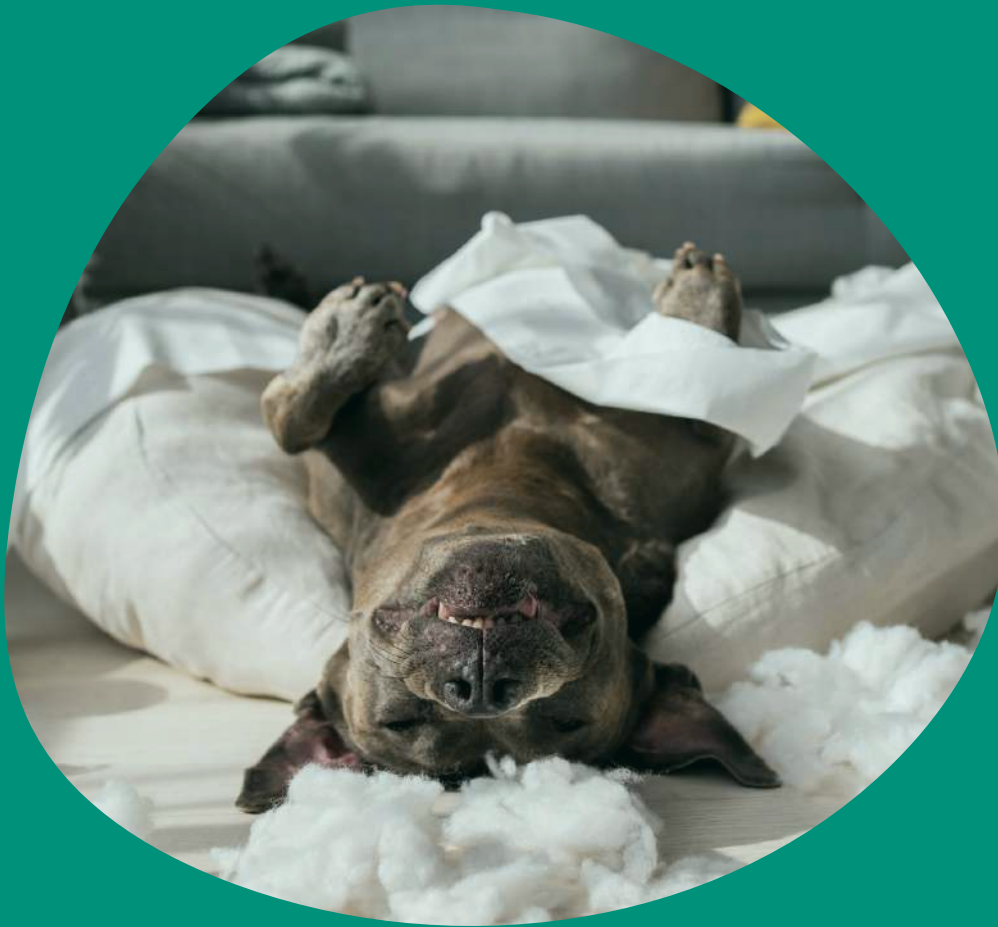
¿Tu perro ama romper cosas? Dale algo que **SÍ** pueda destruir.



[Ver juguete](#)



# MUERDE O DESTRUYE COSAS



💡 **Juguete funcional:**

## Cilindro para botella

Estimula su necesidad de morder con el sonido del plástico de manera segura, evitando que se trague el plástico de la botella

Ideal para canalizar su impulso destructor de forma segura.



[Ver juguete](#)

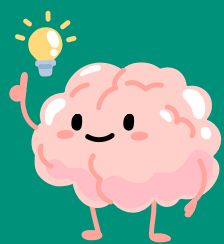


# SE LAME LAS PATAS CONSTANTEMENTE



¿Por qué?

Es una forma de calmarse. Cuando no tiene suficientes estímulos o está ansioso, el lamido se vuelve un hábito repetitivo.



¿Qué puedo  
hacer?

Ofrece actividades suaves y placenteras que desvíen su atención: caricias, juego tranquilo o tareas sencillas que lo relajen.

- Razas pequeñas: Usa el Cocodrilo para snacks, que lo entretiene mientras lame y ayuda a limpiar suavemente sus dientes.



¿Con qué jugar?

- Razas medianas o grandes: El Hueso individual es ideal para morder o rellenar.

# SE LAME LAS PATAS CONSTANTEMENTE



¿Con qué  
jugar?

- Hueso grande rellenable: Ideal para untar paté o snacks suaves. Su forma y textura invitan al lamido prolongado, ayudando a reducir el estrés.
- Cocodrilo para paté: Su diseño divertido y superficie texturizada lo hacen perfecto para mantenerlo entretenido mientras lame.



[Ver cocodrilo](#)



[Ver hueso grande rellenable](#)



# CAMINA SIN PARAR O JADEA SIN RAZÓN



## ¿Por qué?

Es una señal clara de ansiedad o sobreestimulación. Tu perro tiene exceso de energía acumulada y no sabe cómo liberarla.



## ¿Qué puedo hacer?

Haz actividades que combinen ejercicio físico con enfoque mental: lanzar, buscar, traer, o juegos de olfato.



## ¿Con qué jugar?

- Frisbee Morfis: Ideal para perros que disfrutan correr. Estimula su mente y cuerpo con un reto aerodinámico.
- Búmeran Morfis: Más suave y con rebote impredecible que lo mantiene alerta y activo sin sobrecargarlo.

# CAMINA SIN PARAR O JADEA SIN RAZÓN



💡 TIP EXTRA: "Ejercicio con pausa guiada"

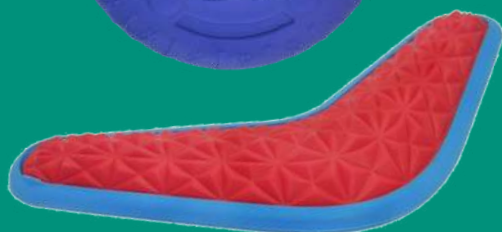
- **¿Qué es?**
- Una técnica en la que combinas momentos de juego físico intenso con pausas estructuradas de calma. Le enseñas a tu perro a regular su energía, no solo a agotarla.
- **¿Por qué funciona?**
- Muchos perros con ansiedad no saben "apagar el motor".
- Esta técnica entrena su sistema nervioso para pasar del estado activo al tranquilo, algo que no logran solos.
- **¿Cómo hacerlo?**
- Juega con tu perro (ej. lanzar el frisbee) durante 2-3 minutos.
- Luego, pide que se siente o se acueste y espera 30-60 segundos.
- Refuerza con un snack si se queda tranquilo.
- Repite este ciclo 3 o 4 veces.



[Ver frisbee](#)



[Ver búmeran](#)



# RUTINA ANTI-ESTRÉS

## 10·15·30

55 minutos para mejorar el día de tu perro



### 1. Juego de tironeo

Libera tensión rápida y fortalece el vínculo.

Usa el Hueso con cuerda o el Nudo rellenable.



### 2. Juego olfativo / mental

Lo enfoca, lo calma y lo deja satisfecho.

Granada para snacks, Cocodrilo o esconder snacks en casa.



### 3. Paseo libre

Déjalo oler, explorar y decidir el camino.

No lo jales. Déjalo ser perro.

# BITÁCORA DE CAMBIOS

| Día       | ¿Aplicaste la rutina 10-15-30? | ¿Cómo se comportó tu perro después? |
|-----------|--------------------------------|-------------------------------------|
| Lunes     | <input type="checkbox"/>       | <div></div>                         |
| Martes    | <input type="checkbox"/>       | <div></div>                         |
| Miércoles | <input type="checkbox"/>       | <div></div>                         |
| Jueves    | <input type="checkbox"/>       | <div></div>                         |
| Viernes   | <input type="checkbox"/>       | <div></div>                         |
| Sábado    | <input type="checkbox"/>       | <div></div>                         |
| Domingo   | <input type="checkbox"/>       | <div></div>                         |

 Mini reflexión de la semana:  
¿Qué cambios notaste?

 Emoción predominante:  
Tranquilo ☐ / Ansioso ☐ / Juguetón ☐ / Inquieto ☐



# GRACIAS POR HACER PARTE DE LA COMUNIDAD MORFIS

Ayudar a tu peludo a estar mejor  
también mejora tus días.

 ¿Te sirvió esta guía?

✨ Compártela, etiqueta a un amigo  
perruno y únete a nuestra comunidad  
con el hashtag:  
**#MorfisMoment**

➡  Toca el enlace en bio y encuentra  
su juguete ideal.

 [@morfis\\_co](https://www.instagram.com/morfis_co)



[www.morfis.co/store](https://www.morfis.co/store)

 [@morfis.co](https://www.facebook.com/morfis.co)



[@morfis\\_co](https://www.tiktok.com/@morfis_co)

**MORFIS**