

DIETA BARF O DIETA CRUDA

Las siglas significan: **B** Biologically **A**ppropriate **R**aw **F**ood.

Se trata de una dieta cruda biológicamente adecuada, es decir, adaptada a la biología y evolución del animal, a lo que está anatómica y fisiológicamente hecho para digerir y nutrirse.

COMPONENTES PRINCIPALES

CARNE CRUDA MUSCULOSA (40-45%)	Fuente principal de proteína y grasas
HUESOS CARNOSOS CRUDOS (40-45%)	Fuente natural de calcio y fósforo, además de favorecer la salud dental.
VÍSCERAS (5-10%)	Aporte de vitaminas y minerales
VERDURA/FRUTAS (5-10%)	Aporte de fibra
SUPLEMENTOS	Iodo, omega 3

DIETA COCINADA

Similar a la dieta BARF pero en este caso cocinada.

Esta opción es más adecuada para animales con problemas digestivos, renales o inmunológicos en los que ya hay una alteración del metabolismo que no permite funcionar correctamente con dieta cruda.

COMPONENTES PRINCIPALES

CARNE/PESCADO (80-90%)	Fuente principal de proteína y grasas
VÍSCERAS (5-10%)	Aporte de vitaminas y minerales
VERDURA/FRUTAS (5-10%)	Aporte de fibra
SUPLEMENTOS	Calcio, iodo, taurina y omega 3

CÓMO CALCULAR RACIÓN

CACHORRO	GATO
DESTETE A LOS 2 MESES	10%
DE 2 A 4 MESES	8%
DE 4 A 6 MESES	6%
DE 6 A 8 MESES	4%
DE 8 MESES A ADULTO	3%

ADULTO	GATO
RAZAS PEQUEÑAS	4%
RAZAS SIN PELO	5-6%
RAZAS GRANDES	3%
GATOS QUE SALEN AL EXTERIOR	6-7%

Se calcula la porción diaria en gramos multiplicando:

KG DE PESO X % INDICADO

Ejemplo: gato de 3 meses que pesa 2kg:

2kg x 8% = 0,160kg = 160 g de alimento diario

De esa cantidad total tendríamos que calcular el % de cada grupo de alimentos según elijamos una dieta cruda o cocinada.

Ejemplo para este mismo gato con dieta cruda:

- CARNE (40-45%): 64 - 72 g diarios
- HUESO CARNOSO (40-45%): 64 - 72 g diarios
- VÍSCERAS (5-10%): 8 - 16 g diarios
- VEGETALES (5-10%): 8- 16 g diarios

DIETA CRUDA VS DIETA COCINADA

	DIETA CRUDA	DIETA COCINADA
SEGURIDAD SANITARIA	Mayor riesgo de bacterias y parásitos si la higiene no es estricta.	Reduce significativamente microorganismos y parásitos con adecuada cocción.
DIGESTIBILIDAD Y BALANCE NUTRICIONAL	Muy alta, nutrientes intactos	Buena, aunque algunos nutrientes pueden perderse por cocción.
RIESGOS FÍSICOS	Riesgo de obstrucción/perforación por huesos	Bajo riesgo de obstrucciones por huesos
PALATABILIDAD	Algunos animales prefieren texturas y olores del crudo.	A otros les resulta más palatable el alimento cocido, sobre todo gatos más neófilos.
PRACTICIDAD	Requiere mayor control en la cadena de frío y manipulación.	Más fácil de manejar para tutores, menos preocupaciones de contaminación cruzada.
ASPECTO ÉTICO	Se asemeja al comportamiento predador natural.	Más aceptado culturalmente por muchos tutores humanos.

LA IMPORTANCIA DE LA VARIEDAD EN LA DIETA

Una dieta **completa en nutrientes no la crea un solo alimento**, ni siquiera una sola receta "perfectamente formulada". La crea **el conjunto de alimentos a lo largo del tiempo**.

Cada ingrediente tiene un perfil nutricional distinto:

- Algunos son ricos en ciertos minerales, pero pobres en otros.
- Otros aportan vitaminas clave, pero no cubren todo el espectro.
- Algunas carencias no se notan a corto plazo, pero sí con el tiempo.

Si quisiéramos que **un único menú** cubriera absolutamente **todos los micronutrientes en cantidades adecuadas**, necesitaríamos:

- Muchas carnes diferentes
- Varias vísceras
- Diversas fuentes de grasa
- Suplementación muy precisa

Esto lo vuelve **poco práctico y más rígido**, y además se aleja de cómo se alimenta un carnívoro en la naturaleza.

En lugar de un menú "perfecto", trabajamos con: **varios menús simples, bien planteados que se van rotando**.

De esta forma:

- Un menú compensa lo que otro no aporta tanto
- Se cubre el espectro de micronutrientes a medio plazo
- Se reduce el riesgo de déficits y excesos

La variedad no es un extra, es una herramienta de equilibrio nutricional.

CARNES	
POLLO	Vitamina B6, niacina (B3), fósforo
PAVO	Selenio, zinc, vitamina B6
CERDO	Hierro hemo, zinc, vitamina B12
TERNERA	Tiamina (B1), fósforo, selenio

HÍGADOS	
HÍGADO DE POLLO	Vitamina A, folato, hierro
HÍGADO DE PAVO	Vitamina A, B12, cobre
HÍGADO DE CERDO	Vitamina A, B12, cobre, hierro
HÍGADO DE TERNERA	Vitamina A, hierro, zinc

CORAZONES	
CORAZÓN DE POLLO	Taurina, hierro, zinc
CORAZÓN DE PAVO	Taurina, selenio, vitamina B12
CORAZÓN DE CERDO	Taurina, hierro, coenzima Q10
CORAZÓN DE TERNERA	Taurina, vitamina B1, hierro

LuuVet

PASO 1

¿ESTÁ TU GATO EN LA CONDICIÓN CORPORAL ADECUADA?



Si valoramos la condición corporal de tu gato según esta escala del 1 al 9, el 5 corresponde al peso ideal. Por encima de ese valor hablaríamos de sobrepeso y por debajo de delgadez. Una vez tengas clara la puntuación aproximada, pésalo en la báscula.

En función de estos datos pregúntate:

- **¿Está mi gato en su peso ideal?**
 - Si la respuesta es que sí quédate con este peso para el siguiente paso
 - Si la respuesta es que no...
- **¿Qué peso aproximado debería tener mi gato?** (*Quédate con este peso para el siguiente paso*)

PASO 2

CALCULA LOS GRAMOS DE ALIMENTO DIARIO QUE NECESITA

CACHORRO	GATO
DESTETE A LOS 2 MESES	10%
DE 2 A 4 MESES	8%
DE 4 A 6 MESES	6%
DE 6 A 8 MESES	4%
DE 8 MESES A ADULTO	3%

ADULTO	GATO
RAZAS PEQUEÑAS	4%
RAZAS SIN PELO	5-6%
RAZAS GRANDES	3%
GATOS QUE SALEN AL EXTERIOR	6-7%

Fórmula: kg de peso (el que has calculado en el paso 1) multiplicado por el % de tu caso según la tabla.

PESO CORPORAL x PORCENTAJE

El resultado te saldrá en kilos. Solo tienes que multiplicarlo por 1.000 para obtener los gramos diarios.

PASO 3

ELIGE SI QUIERES DAR CRUDA O COCINADA

En este punto toca decidir cómo quieres alimentar a tu gato.

Este paso es muy importante, te recuerdo que si tu gato no está sano, tiene alguna patología o síntomas digestivos o de cualquier otro tipo, aunque no esté diagnosticado, es mejor que agendes una consulta y valoremos su caso.

No todas las dietas valen para todos los gatos.

Dicho esto, si tu gato está totalmente sano, elige la dieta que quieres darle en función de lo que hayas valorado con el vídeo de la guía, sus pros y sus contras.

PASO 4

CALCULA CANTIDADES POR GRUPO DE ALIMENTOS

DIETA CRUDA

CARNE CRUDA MUSCULOSA (40-45%)
HUESOS CARNOSOS CRUDOS (40-45%)
VÍSCERAS (5-10%)
VERDURA/FRUTAS (5-10%)

DIETA COCINADA

CARNE/PESCADO (80-90%)
VÍSCERAS (5-10%)
VERDURA/FRUTAS (5-10%)

Multiplica los gramos diarios que calculaste en el paso 2 por el porcentaje de cada grupo de alimentos y obtendrás los gramos diarios que tienes que dar de cada uno.

GRAMOS DIARIOS TOTALES X % GRUPO DE ALIMENTO

PASO 5

CREA 4 MENÚS DIFERENTES

Cada menú debe llevar un alimento diferente por grupo de alimento.

Ten en cuenta que cada menú tiene que tener **2 vísceras**: 1 tiene que ser hígado y la otra la puedes elegir tú.

Los **huesos carnosos** es otro tema muy extenso, así que si te has decidido por la cruda, es mejor que agendemos una consulta e incluso te recomiendo el acompañamiento, ya que para hacerlo bien y sin riesgos se requiere de analizar diferentes factores.

Te pongo un ejemplo de menú cocinado, tendrás que hacer 4 de estos para aportar variedad a la dieta y todos los nutrientes necesarios.

MENÚ DE POLLO

Pechuga de pollo

Hígado de pollo

Corazón de pollo

Zanahoria

PASO 6

AÑADE SUPLEMENTACIÓN NUTRICIONAL

DIETA CRUDA	IODO Y OMEGA 3
DIETA COCINADA	IODO, OMEGA 3, CALCIO Y TAURINA

Espero que toda esta info te haya servido para hacerle a tu compi una dieta mucho más equilibrada.

Como ya te comento en el vídeo, la manera más segura de cerciorarse de que la alimentación es completa y está adaptada a las necesidades de tu gato es mediante un programa de formulación que nos permita medir macros y micronutrientes y un acompañamiento que nos permita adaptarlo e individualizarlo en función de la evolución de tu michi.

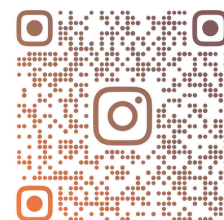
Si quieres estar 100% segura de que lo que estás haciendo bien puedes agendar una consulta desde aquí 🐾 <https://www.nutriluvet.com/consultanutricional>



FELICIDADES POR
LLEGAR HASTA AQUÍ

Si te apetece puedes mandarme un mensajito por instagram y contarme qué te ha parecido esta guía.

Un abrazo gigante 🤗



LUU.VETT