



NAMASTE
Dog Lovers

A Transição Calmã



-

Uma abordagem gentil...

Bem-vindo(a)



Ajudando o seu cão a se adaptar a um novo lar

Mudar de casa é uma grande transição — não apenas para você, mas também para o seu cão.

Enquanto nós entendemos o que está acontecendo, os cães vivenciam as mudanças de uma forma muito diferente.

Novos cheiros, novos espaços, novas rotinas... tudo ao mesmo tempo.

Este guia vai ajudar você a criar uma transição calma, segura e estruturada, para que o seu cão consiga se adaptar com mais confiança e tranquilidade.

Tudo aqui é baseado em experiência real

Pontos Importantes

- Se possível, organize para que o seu cão fique em outro lugar durante o dia da mudança
- Evite levar o seu cão para o meio da bagunça de caixas, barulho e movimentação
- Evite receber visitas na primeira semana após a mudança

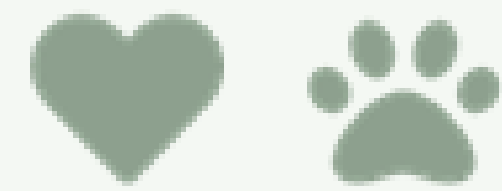
Mantenha as coisas simples e calmas — você não precisa fazer tudo perfeitamente.

“

Pense sobre isso

**O SEU CÃO NÃO ESTÁ
SENDO DIFÍCIL —
ELE ESTÁ APENAS
TENTANDO SE SENTIR
SEGURO NOVAMENTE**

Entendendo o seu cão durante uma mudança



Os cães vivenciam as mudanças através de:

- Perda de cheiros familiares
- Confusão em um novo ambiente
- Mudanças na rotina
- Sensibilidade emocional à sua energia



PRIMEIRA SEMANA

Menos é mais



- Limite os espaços da casa no início
- Mantenha o ambiente silencioso e calmo
- Evite visitas
- Permita que o seu cão descanse bastante

O QUE EVITAR

-
- ✗ Passeios excessivos para “cansar o cão”
 - ✗ Estímulos em excesso ou muitas brincadeiras dentro de casa
 - ✗ Receber visitas muito cedo
 - ✗ Dar liberdade demais logo no início
 - ✗ Esperar uma adaptação imediata

Essas situações podem aumentar a ansiedade ao invés de reduzi-la

PRIMEIRA SEMANA

Consistência gera confiança
Quanto mais previsível e calma for a
rotina, mais seguro o seu cão vai se
sentir.



MANHÃ

- PASSEIO CALMO, SEM PRESSA
- COMECE DEIXANDO O SEU CÃO SOZINHO POR PERÍODOS CURTOS — ATÉ 10 MINUTOS NO INÍCIO
- *ISSO NÃO SE APLICA A CÃES COM ANSIEDADE DE SEPARAÇÃO JÁ EXISTENTE.

MEIO DO DIA

O DESCANSO É UMA PARTE MUITO IMPORTANTE DA ADAPTAÇÃO.

TARDE

- ATIVIDADE LEVE
- AUMENTE GRADUALMENTE O TEMPO SOZINHO AO LONGO DA SEMANA (10–30 MINUTOS)
- *ISSO NÃO SE APLICA A CÃES COM ANSIEDADE DE SEPARAÇÃO JÁ EXISTENTE.

NOITE

- PASSEIO TRANQUILO + DESACELERAR O AMBIENTE

CALCULADORA DE TREINO CANINO ENCONTRE O MELHOR MOMENTO

 100% GRATUITO — SEM NECESSIDADE DE REGISTO

É agora o *momento certo*
para treinar o seu cão?

Responda a 5 perguntas rápidas. Obtenha a sua resposta em segundos.



O treino não falha maioritariamente por causa do método — falha por causa do **momento escolhido**. Um cão sobreestimulado, ansioso ou cansado simplesmente não consegue aprender. Esta ferramenta diz-lhe se este é o momento certo.

5

Perguntas rápidas

60s

Para completar

Grátis

Sempre

Construindo independência no novo lar durante a primeira semana

COMECE GRADUALMENTE

Tempo sozinho por dia: 30, 40 min up to 1 hour.

- Mantenha as saídas e chegadas calmas e neutras.
- Evite criar muita emoção ao sair ou voltar para casa.

USE UMA CÂMERA PARA OBSERVAR

- Latidos
- Choros
- Esperando na porta
- Incapacidade de relaxar

caso o seu cão não tenha ansiedade de separação. Este treino NAO e valido

Mariella Thamara Pollo

TRACKER DIÁRIO DA PRIMEIRA SEMANA

Dias da semana	cafe da manha	caminhada manha	Tempo sozinho manha	DESCANSO AS 12PM	BRINCAR COM CALMA	Jantar	caminhada fim da tarde	Fcou sozinho a noite após caminhada	domiu durante a noite
Segunda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>
Terça	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>
Quarta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>
Quinta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>
Sexta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>
Sábado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>
Domingo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>

Confie no processo

Mudar de casa não precisa ser algo tão estressante para você e para o seu cão. Com calma, paciência e uma estrutura gentil, a maioria dos cães consegue se adaptar lindamente a um novo ambiente na primeira semana

Mantenha as coisas simples



Sobre este guia

Este guia foi criado durante a primeira semana de Maio de 2026, enquanto Mariella estava passando pessoalmente por uma mudança de casa e observando de perto a adaptabilidade, individualidade e as respostas emocionais de sete cães diferentes durante a adaptação a um novo ambiente.

Durante essa transição, Mariella mudou-se para uma casa muito menor e sem jardim, enquanto continuava cuidando e apoiando cães de diferentes famílias de clientes. Apesar da mudança de ambiente, muitos dos cães se adaptaram de forma incrível — às vezes já nos primeiros dias e, em alguns casos, quase instantaneamente.

Essa experiência reforçou a importância da calma, da estrutura, da segurança emocional e da rotina durante períodos de transição, além de mostrar como cada cão responde de maneira diferente de acordo com sua personalidade, sensibilidade e experiências anteriores.

Incluídos neste guia estão 7 áudios desenvolvidos para guiar você durante todo o processo e ajudar a compreender melhor o seu cão durante essa fase de adaptação.

Este guia também pode ser utilizado como uma rotina de reset emocional para cães que estejam passando por sobrecarga de estímulos, ansiedade ou mudanças ambientais



Mariella Pollo
Hospedagem Familiar &
Treinamento para Cães

www.namastedoglovers.co.uk
www.coursesmariellapollo.com