

Dieta BARF

BARF fue desarrollada por el veterinario australiano Ian Billinghurst.

La **Dieta B.A.R.F.** (acrónimo de **B**Biologically **A**Appropriate **R**Raw **F**Food) es la práctica de alimentar a los perros, gatos y otros animales domésticos una dieta principalmente compuesta de alimentos crudos.

En castellano se utiliza el término **ACBA** que quiere decir “**A**limentos **C**rudos **B**iológicamente **A**propiados” o “**A**limentación **C**ruda **B**iológicamente **A**decuada”. Es decir, se trata de alimentar a los perros y gatos con alimentos crudos biológicamente adecuados a ellos.

Mitos



- No se debe dar carne cruda porque tu perro se vuelve agresivo, le gustará el sabor de la carne y puede atacarte a ti o a algún miembro de la familia, otros animales, ganado...
- No se debe dar carne cruda a tu perro porque puede infectarse por bacterias, lombrices, etc..
- Los huesos están prohibidos porque son peligrosos.
- Pueden atragantarse con los huesos y morir.
- Este tipo de alimentación es mucho más cara que los piensos.
- Se tarda mucho tiempo en preparar la comida del perro.
- Un exceso de proteínas en un perro sano no es ningún problema de salud, no son humanos, su cuerpo está diseñado para comer

un alto nivel de proteínas, modificarlas en otros nutrientes o acumularlas para cuando no haya, y en un último caso eliminarlas por orina sin ningún problema. En cambio el defecto de proteína animal sí que puede generar problemas de salud serios.

- Los perros/gatos/hurones pueden vivir a base de una alimentación vegana. Sintiéndolo mucho y sin entrar en ideologías, estos animales están diseñados para comer carne, solo hay que ver su boca, garras, digestivo completo, etc... e incluso su clasificación científica como CARNIVOROS.
- Si tu doberman come alimento natural le crecerá la masa cerebral. El crecimiento anormal del cerebro de un doberman no fue más que un ridículo mito que por supuesto no tiene que ver con la alimentación, ni con la raza en sí, si no con un problema de salud llamada hidrocefalia que no es que causara el aumento del cerebro de animal, si no que causaba un aumento de líquido que producía dolor en el perro haciéndole más reactivo ante situaciones como el contacto físico. Por supuesto esta dolencia se puede tratar y no tiene nada de real que se vuelvan locos.

Frases célebres

“La mejor medicina es la buena comida”

“Uno es lo que come”.

"Todo es veneno, nada es veneno, la dosis hace el veneno" (Paracelso)
Gran científico del s.XVI.

La base

Las siglas BARF significan “**Bones and raw food**”, que en castellano quiere decir: **Huesos y carne cruda**.

La **cantidad de comida** que debemos darle a nuestro perro cada día depende de su edad y de su estilo de vida, esto significa que un cachorro deberá ingerir mayor cantidad de alimento que un adulto del mismo peso. O que un perro con una vida activa comerá más que otro que no realiza grandes esfuerzos y vive de forma más relajada.

Tampoco come lo mismo uno que vive en el exterior que otro que vive la mayor parte del tiempo en casa, el cuerpo gasta más calorías si el perro tiene que soportar el tiempo natural de cada estación.

En general, un perro adulto deberá ingerir diariamente **entre un 2% y un 3% de su peso corporal óptimo** de alimentos, mientras que un cachorro deberá ingerir entre el 10% y el 3% de su peso corporal dependiendo de su edad.

Otra cuestión que nos solemos plantear cuando comenzamos con la dieta natural es qué alimentos podemos darle a nuestro compañero y en qué cantidad, existen unas **proporciones ampliamente aceptadas**, de manera que debemos dar una serie de alimentos en unas determinadas proporciones. Por ejemplo, cada día nuestro compañero debería ingerir entre un 50% y 70% de ración diaria en huesos carnosos. La **progresión** a la hora de **introducir los huesos carnosos** en función de su dureza sería: carcasas pollo (huacales) - cuellos pollo - alitas pollo, conejo - pecho cordero - muslos pollo - costillas de cerdo - espinazo cerdo...

El secreto está en la variedad.

60-75% Huesos Carnosos.

Carnes 20%.

Vegetales 5%.

Vísceras 8% (se puede repartir la cantidad semanal en menos días siempre y cuando no le sienten mal al animal).

Un perro de 30 kilos con energía alta deberá comer unos 900 gr de comida natural al día.

La grasa en la dieta

Hay que tener cuidado con las proporciones cuando alimentamos a un perro con BARF para controlar el tema de las grasas. Hay muchas personas que inician a su perro en ella y al poco tiempo observan que han adelgazado, que qué están haciendo mal. Y la mayoría de veces es porque no añaden suficiente grasa el menú.

Huesos carnosos es un término amplio que abarca muchos tipos de huesos. Algunos de ellos cuentan con piel o grasa y otros no.

Recreemos por un momento una composición muy típica de la dieta a la que recurren muchos al iniciarse, que es usar carcasas (o caparazones) de pollo para el 70% y un poco de su pechuga (o carne de ternera magra por ejemplo). Tendremos probablemente suficientes

proteínas, ¿pero y la grasa? ¿Dónde está en este menú? La parte vegetal muy poca podrá aportar.

A este individuo le estaremos privando de calorías, de ácidos grasos esenciales y de vitaminas liposolubles que se encuentran en las grasas.

Los perros no necesitan carbohidratos, y si decidimos no administrarlos, es importante que formen una parte considerable las grasas en su dieta.

Algunas personas que no están empezando sino que llevan tiempo con BARF también siguen cayendo en este error. Vieron cómo al principio adelgazaba su perro aún dándole el 3% de su peso corporal en alimento y añadieron más huesos carnosos o carne magra a la dieta. Con esto corrigen el déficit de calorías pero no sólo importa eso en la dieta. El perro mantiene su peso corporal pero no recibe una dieta óptima, que era el objetivo al abandonar el pienso.

Nos han metido en la cabeza con un bombardeo publicitario que para el humano hay que estar restringiendo constantemente las grasas y a veces caemos en el error de trasladarlo también a los perros. Así que revisa el menú que le estás haciendo para ver si estás dándole suficiente aporte. Para corregir por ejemplo la cena basada en la carcasa y parte de la pechuga, una solución fácil y buena es añadir la piel del pollo, entera o fraccionada según el tamaño del perro.

[Tablas de composición nutricional de carnes y vísceras](#)

Si se lleva un control de las proporciones y una variedad no son necesarios suplementos o complementos alimenticios, de todas formas hay alimentos que no hacen ningún mal sino todo lo contrario, como fortalecer el aparato digestivo, ayudar contra alergias, repeler de insectos, fortalecer articulaciones... os dejo un listado muy interesante de algunos hierbas naturales:

Os dejo también un capítulo muy interesante de "La Enciclopedia de la nutrición clínica canina" que nos explica cómo mejorar la calidad de vida de un perro que acarree cáncer y/o sufra caquexia (estado de extrema desnutrición, atrofia muscular, fatiga, debilidad).

Ventajas de la comida natural

Necesitan beber menos agua al comer comida natural, el pienso (alimento deshidratado) da mucha sed al perro.

Las heces son más pequeñas ya que el organismo aprovecha más nutrientes y produce menos desechos.

Mejoras físicas, psíquicas y fisiológicas.

Más natural, más sano, SIEMPRE.

Mismo o menor precio que un pienso de calidad alta.



Inconvenientes

Antes de dar el paso hay que informarse debidamente sobre este tipo de nutrición para garantizar a nuestro perro una dieta equilibrada. Calcio, fósforo, proteína y fibra. Es mejor quedarse en el pienso que desequilibrar la alimentación del perro sin preocuparse de mantener unos porcentajes y variedad.

30 minutos semanales para la preparación. Yo tardo una hora en preparar las porciones para dos semanas, no me parece un gran inconveniente, tratándose de la alimentación de mis perros.

Lugar en el congelador para las porciones. Normalmente se acaba comprando un arcón congelador, que a su vez da servicio para la comida humana.

Comprar en establecimientos, encontrar lugares fijos con buenos precios, hablar con carnicerías para conseguir buenos tratos, etc...

Grupos básicos de alimentos

Carnes y pescados

La carne es el alimento más natural para los carnívoros: aporta un mayor contenido proteico y es rica en muchos otros nutrientes también. **Se deben incorporar en la dieta tanto carnes de músculo cómo de vísceras.**

Las enzimas sólo se encuentran en los alimentos crudos, ya que las temperaturas superiores a los 35°C las destruyen, y por tanto, cualquier alimento procesado con calor carece de ellas.



Grupos de carnes que se pueden intercambiar entre sí :

Carnes Magras: Pavo, hígado (vacuno, pollo o pavo), caballa, pollo, atún, corazón (vacuno, pollo o pavo), riñón, mollejas de pollo, carne picada magra (pollo, vacuno), pato (sin piel), venado, conejo (y otras carnes o aves de caza) u otros pescados.

Carnes Grasas: Pollos broiler (con piel), corazón de vacuno con grasa, sesos, hamburguesas, añejo, cordero o cerdo.

Y en cuanto a toxii infecciones alimentarias tipo salmonelosis o E. coli :

Al tener el tracto digestivo más corto, no da tiempo a que dichas bacterias fermenten y por tanto son mucho menos susceptibles a estas afecciones.

El pescado debe darse crudo y entero por lo menos una vez a la semana. Es un alimento muy completo que proporciona proteína y ácidos grasos esenciales además de vitaminas y minerales.

El pescado debe congelarse durante 10 días para eliminar posibles parásitos. También se puede cocinar pero pierde muchas propiedades.

Calcio

Los perros tienen un alto requerimiento de calcio, por ello **se deben dar huesos en su dieta y/o espinas del pescado (se da el pescado entero crudo) u otro suplemento de calcio.**

Otros hueso que es bueno darles no cómo alimento en sí, pero sí cómo entretenimiento para roer y como fuente de calcio son los huesos

grandes de vacuno cómo la rodilla o la caña por ejemplo. Estos se llaman Huesos recreacionales (HR).

Los huevos tienen la proteína más completa de todos los alimentos, es decir, el máximo valor proteínico. Es importante recordar que los depredadores en estado salvaje comen huevos crudos en su dieta.

Una proporción de calcio y fósforo de 1:1 . El calcio (huesos) baja el nivel de fósforo (vísceras) y viceversa. Las cantidades han de estar equilibradas (según la tabla de cantidades).

Verduras y hortalizas

Son fuente de vitaminas y minerales, además de fibra.

También necesitan algo de "predigestión", pero en este caso mejor que el cocinado, que les hace perder muchos nutrientes, se deben dar ralladas o picadas muy finas, o hechas puré.

Los lobos comen vegetales, a veces cómo parte del contenido gástrico de sus presas (con frecuencia la primera parte de la presa que comen) y a veces directamente. Es difícil pero se puede intentar comprar tripa verde sin limpiar (de rumiante) en casquerías, esta tiene enzimas vivas y pro-bióticos (*Lactobacillus acidophilus*) muy beneficiosos para su flora intestinal.



Se debe evitar la **cebolla**, pues contiene tiosulfato, el cual altera y destruye los glóbulos rojos de la sangre del perro causando anemia hemolítica y a veces la muerte.

El **Ajo** es muy bueno darlo pues les limpia el aparato digestivo, además de prevenir de forma natural lombrices y otros parásitos, incluso pulgas y garrapatas. Es particularmente potente si se da fresco y crudo 1 o 2 dientes de ajo semanalmente. No es beneficioso dar más a la semana, pues también contiene tiosulfato, aunque en menor cantidad que la cebolla.



Las frutas

Las **frutas** son excelentes golosinas, premios o tentempiés y una gran fuente de vitaminas, minerales y energía vital.

Para una digestión óptima deben darse separadas de las comidas, aunque se pueden mezclar en la mezcla vegetal también.

No es recomendable abusar de las frutas demasiado dulces.



