

Ana BENAVIDES  
Welcome home.

¡LA TÍA ANA LE PONE LA CASA EN SUS MANOS!




Ana Benavides, agente de bienes raíces y su equipo le van a guiar en todo lo que usted debe saber cuando compra o vende una propiedad



www.welcomewithana.com  
anarbenavides@gmail.com

**602-989-1142**

2221 W. Baseline Rd. Suite 101  
Tempe Arizona



# Vida de mascotas



## 6 IDEAS PARA TENER UN AÑO SALUDABLE CON SU MASCOTA

LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS VEN EL MES DE ENERO PARA PERDER UN POCO DE ESE PESO FESTIVO. ASEGÚRESE DE INCLUIR EN ESE PROPÓSITO A SUS MASCOTAS.

Era de esperarse que algunas personas hayan sido un poco despreocupadas con la alimentación de sus mascotas durante las vacaciones. Es probable que las mascotas hayan recibido una o dos golosinas extras, y que todos esos paseos que se solían dar fueron reemplazados por actividades más cálidas bajo techo. Si ese es el caso, no tema ayudar a su mascota a perder peso, no tiene por qué ser difícil. "El principio del nuevo año es el momento perfecto para introducir pequeñas modificaciones en tu vida y la de tu mascota," dijo Elizabeth Gomez, portavoz de Best Friends Animal Society. "Las mascotas nos muestran por qué es bueno proponerse ciertos cambios"

Best Friends Animal Society destaca algunos cambios que puede hacer en su rutina diaria que probablemente ayudarán a su mascota no solo a perder peso, sino a mantenerlo saludable.

**Haga ejercicio con su mascota**  
¿Tiene un perro activo? Caminar a un ritmo vigoroso durante solo 30 minutos, cinco veces a la semana, puede proporcionar el ejercicio cardiovascular moderadamente intenso que recomiendan la mayoría de los médicos. A algunos gatos incluso les gusta salir a pasear con correa y arnés o en un cochecito.

**Elija galletas saludables**  
Dele a su mascota una opción más saludable y baja en calorías, como golosinas con bajo contenido de grasa. Los perros pueden comer semillas crudas de girasol o calabaza, así como sandía, moras, arándanos, plátanos, rodajas de manzana y zanahorias pequeñas. Sin embargo, manténgase alejado de las uvas y las pasas, que pueden ser tóxicas. Los gatos también pueden disfrutar de pescados como el salmón o la caballa, el pollo hervido e incluso un poco de queso o huevo. Asegúrese de no echarle ningún condimento a estas comidas.

**Juegue un juego rápido con su mascota**  
Si el clima está frío, resista la tentación de acurrucarse con su mascota en el sofá. Un par de minutos de ejercicio un día puede marcar una gran diferencia en la salud de su mascota. Propóngase cambiar 10 minutos de tiempo de relajación dentro de su casa por 10 minutos de juegos.

**Sea más organizado con los documentos de su mascota**  
Es importante mantener toda la documentación de su

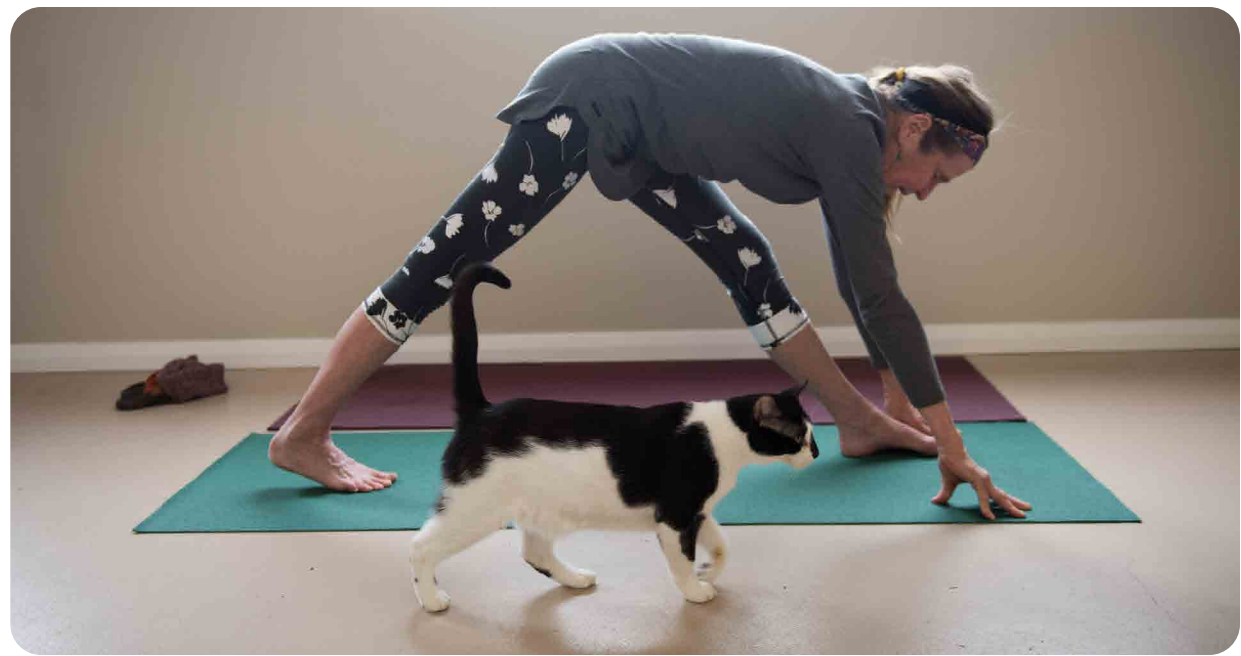


Fotografías: Cortesía Best Friends Animal Society.

mascota organizada y en un mismo lugar. Esto incluye todos los documentos de su veterinario, cartilla de vacunación, seguro, alimentación, medicamentos que deba tomar, etc. todo tiene que estar en una carpeta donde indique el nombre de su mascota y que esté a mano en el archivo con el resto de tu documentación.

**Lleve a su mascota al veterinario anualmente**  
Un error muy común entre dueños de mascotas es no llevarlos a sus chequeos con el veterinario. Así como sucede con los humanos, nuestros mejores amigos deben visitar al médico anualmente.

**Intente algo nuevo.**  
¡Esto es un buen propósito porque suele ser lo más divertido! Las mascotas son curiosas y les gusta aprender cosas nuevas. A los gatos les gusta trepar, por lo que es bueno tener un árbol para gatos y, si lo pone cerca de una ventana, su gato observa el mundo exterior, lo cual les encanta hacer. Enséñele a su perro un truco nuevo, pero tenga cuidado con el consumo de las golosinas.



Visite [Salvaunamascota.org](http://Salvaunamascota.org) para más información o las redes sociales de la organización líder en bienestar animal, Best Friends Animal Society  
Facebook: @bestfriendsanimalsocietynespanol o Instagram: bestfriends\_enespanol