



*Escuela Internacional  
de Naturopatía*



# Todo lo que necesitas saber sobre

Actividad Física y Ejercicio

para Mascotas





## ACTIVIDAD FISICA Y EJERCICIO PARA MASCOTAS

*¿Y si te dijera que el secreto para una mascota sana, feliz y equilibrada está en algo tan simple –y tan poderoso– como el juego y el movimiento?*

*Detrás de cada ladrido inquieto o de cada mirada felina llena de misterio, hay una necesidad vital que solemos pasar por alto: el ejercicio.*

*Este no es un curso más sobre mascotas. Es una invitación a cambiar la forma en la que te relacionas con tu perro o tu gato. A entender que moverse no es solo agotar energía, sino despertar instintos, equilibrar emociones y fortalecer ese lazo invisible que os une.*

*Aquí descubrirás cómo convertir un paseo en una aventura, un juego en una terapia, y un simple objeto en el juguete favorito de tu animal. Porque ellos no necesitan mucho, pero sí necesitan lo esencial. Y tú estás a punto de aprenderlo.*

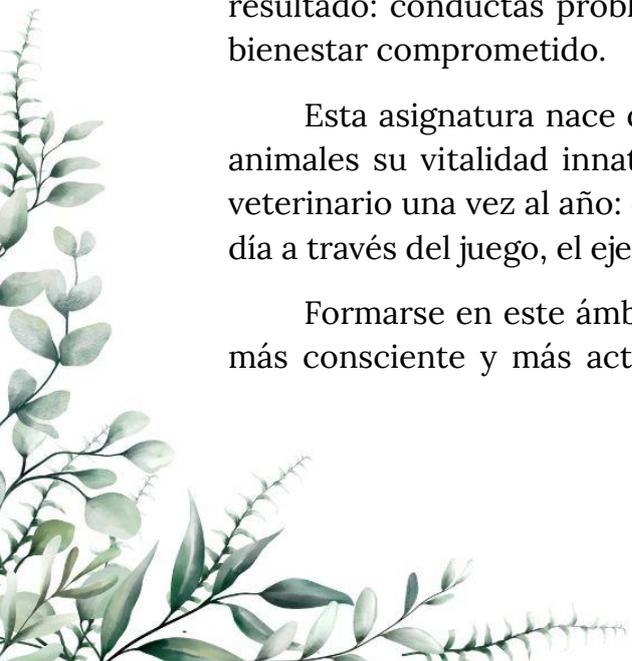
### **Fundamentos y Justificación**

El movimiento es vida. Esta afirmación, tan simple como contundente, aplica tanto a los humanos como a nuestras mascotas.

En la naturaleza, ningún animal está hecho para la inactividad prolongada. Sin embargo, la domesticación y la vida moderna han transformado a perros y gatos en compañeros sedentarios, muchas veces privados del estímulo físico y mental que necesitan para prosperar. El resultado: conductas problemáticas, ansiedad, obesidad, frustración... y un bienestar comprometido.

Esta asignatura nace de la necesidad urgente de devolverle a nuestros animales su vitalidad innata. No basta con alimentarlos bien o llevarlos al veterinario una vez al año: el equilibrio emocional y físico se construye día a día a través del juego, el ejercicio y la conexión auténtica con su tutor.

Formarse en este ámbito es adquirir una nueva mirada: más empática, más consciente y más activa. Comprender las necesidades específicas de



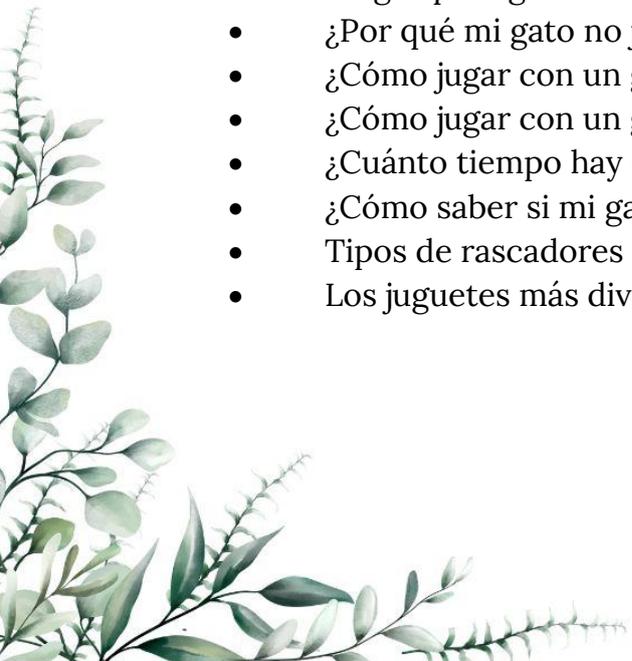


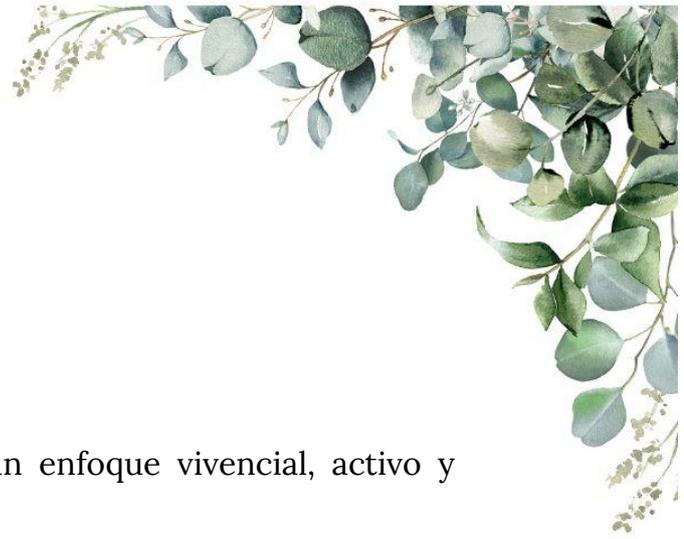
cada especie, etapa de vida y temperamento nos permite prevenir trastornos de conducta, mejorar la salud general del animal y enriquecer la convivencia.

Esta no es solo una asignatura sobre actividad física. Es una herramienta poderosa para fomentar el vínculo humano-animal, para despertar el instinto natural del juego y para ofrecer una vida más plena a quienes nos acompañan con lealtad y sin condiciones.

### **Contenidos**

- INTRODUCCIÓN
- Cuidados básicos de las mascotas
- Perros, ¿Cuánto ejercicio debe hacer un perro al día?
- Beneficios del ejercicio en los perros
- ¿Cuánta actividad física necesita un perro?
- ¿Cómo debe ser una sesión de ejercicio para perros?
- Tipos de ejercicios para perros
- Ejercicio para perros adultos
- Beneficios del ejercicio y consejos básicos
- Ejercicios para perros hiperactivos
- Tu energía debe ser calmada
- Gatos, su ejercicio saludable.
- El gato que vive en el interior:
- El gato que disfruta del exterior
- ¿Cómo jugar con un gato?
- ¿Por qué es tan importante jugar con un gato?
- ¿Con qué juegan los gatos?
- ¿Cómo hacer que un gato juegue?
- Juegos para gatos caseros
- ¿Por qué mi gato no juega solo?
- ¿Cómo jugar con un gato pequeño?
- ¿Cómo jugar con un gato adulto?
- ¿Cuánto tiempo hay que jugar con un gato?
- ¿Cómo saber si mi gato está jugando o peleando?
- Tipos de rascadores para gatos
- Los juguetes más divertidos para gatos





## **Metodología**

La propuesta pedagógica se basa en un enfoque vivencial, activo y participativo.

Cada herramienta será experimentada en primera persona por el estudiante, lo que garantiza una integración profunda y genuina del aprendizaje.

Se utilizarán clases teóricas, ejercicios prácticos, dinámicas grupales y recursos audiovisuales.

## **Modalidades de Estudio**

- **Online Flexible:** acceso libre a clases grabadas con acompañamiento docente.
- **Online Grupal:** clases en directo con interacción entre estudiantes y docentes.
- **Mentoría Individual:** sesiones personalizadas para profundización individual.
- **Presencial:** encuentros vivenciales en fechas programadas.

Todas las modalidades incluyen acceso a las grabaciones para consulta permanente.

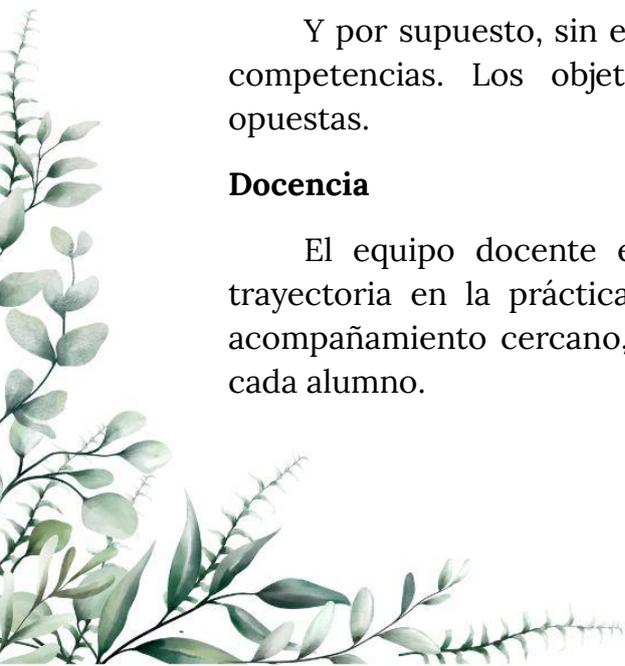
## **Dirigido a...**

Dirigido a estudiantes de Naturopatía, terapeutas, veterinarios, auxiliares de veterinarios, profesionales del ámbito del bienestar animal, y personas interesadas en su desarrollo y la sanación de mascotas, siempre con estrategias de índole natural.

Y por supuesto, sin entrar en conflicto con personal veterinario y sus competencias. Los objetivos y las herramientas son diametralmente opuestas.

## **Docencia**

El equipo docente está conformado por profesionales con amplia trayectoria en la práctica y enseñanza de la asignatura. Se prioriza un acompañamiento cercano, respetuoso y comprometido con el proceso de cada alumno.





### **Duración**

Si la estudias dentro del programa de Formación Profesional Estructurada será 1 mes con varias clases. Y si la estudias como Curso Modular la duración será igualmente de 1 mes con clases semanales.

El alumno puede solicitar siempre que lo crea oportuno una ampliación de la materia y de los meses de estudio. Sería un abono a parte del acordado.

### **Certificación**

Este curso forma parte del programa de Formación Profesional Estructurada en Naturopatía. Superar las pruebas de evaluación otorga una certificación acreditativa y permite su integración en itinerarios formativos más amplios.

### **Créditos ETCS: 4,35**

\*\*\*Recuerda que esta formación no es universitaria en España, pero cuando lo sea deberás presentar tu certificado de créditos ETCS

