

Diez planes para mejorar el vínculo con tu perro

05/10/2026

10 planes para mejorar el vínculo con tu perro

Rosario Peiró

Bienestar emocional humano y animal

www.nevadosiempresonrie.com

Cuando pensamos en mejorar el vínculo con nuestro perro, quizá imaginamos que necesitamos hacer algo

extraordinario. Una gran excursión, una actividad especial o muchas más horas juntos.

Sin embargo, los vínculos más profundos suelen construirse en lo cotidiano. Nacen de los paseos, el juego, los momentos de descanso y nuestra forma de comunicarnos. También crecen cuando aprendemos a observar, respetar y conocer al perro que tenemos delante.

Con Nevado lo aprendí compartiendo nuestra vida. Nuestro vínculo se construyó a través de miles de pequeños momentos hasta llegar a una conexión extraordinaria.

Pero ¿qué podemos hacer para cuidar esa relación?

Un vínculo basado en la seguridad

Tener un buen vínculo no significa que nuestro perro deba permanecer siempre a nuestro lado. Tampoco consiste en conseguir que obedezca todo lo que le pedimos.

Hablamos de confianza, seguridad, comunicación, respeto y experiencias compartidas.

En 2013, Lisa Horn, Ludwig Huber y Friederike Range, investigadores vinculados a la Universidad de Viena y al Messerli Research Institute, quisieron comprobar si las personas podían actuar como una base segura para sus perros. Observaron cómo afrontaban una tarea cuando su persona estaba presente o ausente.

Los perros interactuaron durante más tiempo con la tarea cuando su persona estaba presente. Una persona desconocida no produjo el mismo efecto, por lo que los investigadores encontraron evidencias de un efecto de base segura asociado a la persona de referencia.

Nuestra presencia, por tanto, puede proporcionar seguridad sin necesidad de controlar constantemente lo que hace nuestro perro.

También importa cómo lo educamos. En 2020, Ana Catarina Vieira de Castro y su equipo, vinculados principalmente a la Universidad de Oporto, estudiaron a 92 perros para analizar cómo diferentes métodos de entrenamiento podían afectar a su bienestar.

Los perros expuestos en mayor medida a métodos aversivos mostraron más comportamientos relacionados con el estrés durante el entrenamiento. También presentaron un mayor aumento del cortisol después de las sesiones y respuestas más pesimistas en una prueba de sesgo cognitivo.

Fortalecer el vínculo implica, por tanto, educar desde el respeto y evitar el miedo, la intimidación y el castigo.

Diez planes para disfrutar juntos

No necesitamos complicarnos demasiado. Podemos empezar incorporando pequeños momentos de calidad a nuestra convivencia:

1. Un paseo para olfatear. No todos los paseos tienen que servir para recorrer kilómetros. Permitir que nuestro perro explore, huela y se detenga también forma parte de su bienestar.

2. Una pequeña excursión. Descubrir un parque, una ruta tranquila o un entorno diferente puede proporcionar nuevas experiencias compartidas, siempre adaptándonos a las preferencias de cada perro.

3. Un juego de búsqueda. Podemos esconder pequeños premios o un objeto conocido. Utilizar el olfato convierte una actividad muy sencilla en una experiencia estimulante.

4. Jugar de verdad. Durante unos minutos podemos guardar el teléfono y participar plenamente. Observar qué tipo de juego prefiere nuestro perro también nos ayuda a conocerlo.

5. Aprender algo juntos. Una habilidad sencilla, enseñada mediante refuerzo positivo y sin presión, puede convertirse en un pequeño proyecto compartido.

6. Permitirle elegir. Cuando sea seguro, podemos dejar que escoja entre dos juguetes o decida qué camino quiere explorar. Afecto y autonomía son perfectamente compatibles.

7. Compartir contacto físico respetando sus señales. Las caricias son maravillosas cuando ambos queremos participar. Observar si nuestro perro busca el contacto, permanece relajado o decide apartarse también es comunicarnos.

8. Aprender su lenguaje. Su cuerpo nos proporciona información constantemente. Conocer sus señales nos ayuda a identificar cuándo está tranquilo, incómodo, preocupado o necesita distancia.

9. Descansar juntos. No todo tiene que ser actividad. Compartir un momento tranquilo también forma parte de un vínculo profundo.

10. Crear pequeños rituales. Un paseo determinado, unos minutos de juego o un momento antes de dormir pueden acabar formando parte de vuestra propia historia.

Lo que Nevado me enseñó

Cuando pienso en mi relación con Nevado, no encuentro un instante concreto en el que nuestro vínculo se hiciera tan profundo.

Encuentro miles de momentos: paseos, juegos, miradas, descanso y situaciones difíciles. Años aprendiendo a conocerlo y todo el tiempo que él dedicó también a conocerme.

Nevado me enseñó que querer a un perro no consiste únicamente en cuidarlo. Significa conocer quién es,

respetar sus necesidades y aprender su manera de comunicarse.

Un vínculo profundo tampoco debería borrar su individualidad. Precisamente porque queremos a nuestros perros, podemos permitirles explorar, elegir cuando sea posible y expresar cuándo algo no les gusta.

Por eso, fortalecer el vínculo no siempre significa hacer más cosas con nuestro perro. Muchas veces significa algo mucho más sencillo y, a la vez, más profundo: aprender a estar mejor con él.