



# ESTRÉS Y ANSIEDAD

Miriam Olmedillo  
Daniel Turrión  
[www.atuk.dog](http://www.atuk.dog)  
[hola@atuk.dog](mailto:hola@atuk.dog)

# Atúk

Formación y Educación Canina

Esta formación te va a dar todas las herramientas y recursos para poder reducir/optimizar los niveles de estrés en tu perro.

El estrés está presente en casi todos los problemas de conducta y de convivencia. Reducir los niveles de estrés se hace imprescindible y es la primera fase para poder trabajar el resto de problemas de conducta. Así mismo, los problemas de agresividad están directamente relacionados con altos niveles de estrés. El estrés hace que se intensifiquen y se generalicen los miedos. También es clave en el trabajo de la reactividad y las conductas agresivas.

En este curso vas a aprender y detectar los síntomas de estrés, tanto físicos como de conducta. Vamos a revisar aspectos fundamentales relacionados con el estrés y lo más importante, vas a aprender, no sólo a saber cómo reducirlo mediante juegos, estimulación y ejercicios, si no que te vamos a enseñar a trabajar la base emocional que lo está generando. Si trabajas la base del problema tu perro no necesitará largas horas de desfogue en el parque ni actividades en casa. Todo ejercicio, estimulación o juego destinado a reducir estrés (que es necesario), se convierte en un parche eterno si no se trabaja la base del problema.

Con este curso queremos daros toda la información necesaria para conseguir un equilibrio y una armonía en la convivencia, sin enfados, sin castigos, que permita a tu perro vivir tranquilo, sin nerviosismo, sin obsesiones, sin que tengan la necesidad de vivir en estados de alerta, de protección o a la defensiva. Estamos seguros que este curso marcará un antes y un después en la vida con tu perro.



**Atúk**

Formación y Educación Canina

# MATERIAL DEL CURSO

---

La formación contiene **material en vídeo y en PDF**, para que puedas revisarlo las veces que necesitas y siempre puedas acudir a la información correcta.

Además, tendrás **acceso a tutorías con nosotros** por email en caso de que tengas alguna duda. Queremos que te quede todo claro.



# TEMARIO

---

## 0. INTRODUCCIÓN

### 1. DEFINICIÓN DE ESTRÉS

- EL ESTRÉS AGUDO
- EL ESTRÉS CRÓNICO

### 2. QUE ES LA ANSIEDAD

### 3. EL SISTEMA NERVIOSO SIMPÁTICO Y PARASIMPÁTICO

### 4. SITUACIONES QUE GENERAN ESTRÉS EN LOS PERROS

### 5. EL DOLOR COMO FUENTE DE ANSIEDAD

### 6. COMO DETECTARLO

- SÍNTOMAS FÍSICOS Y DE COMPORTAMIENTO

### 7. ESTADOS MENTALES Y EMOCIONALES. EMOCIONES VINCULADAS AL ESTRÉS

### 8. DIFERENTES PERCEPCIONES DE UN MISMO ESTÍMULO

### 9. DIFERENTES GESTIONES DEL ESTRÉS

### 10. EL ESTRÉS ASOCIADO A CADA RAZA

### 11. DIFERENTES PERSONALIDADES

### 12. CÓMO REDUCIR EL ESTRÉS Y EQUILIBRARLO

### 13. ELIMINAR LOS FOCOS DE ESTRÉS EN LA CONVIVENCIA

### 14. EL PASEO

- REVISAREMOS LOS PASEOS
- MATERIAL Y ZONAS PARA EL PASEO
- HORARIOS Y DURACIÓN PARA EL PASEO
- ASPECTOS A TENER EN CUENTA



## 15. EJERCICIO, ESTIMULACIÓN Y JUEGOS

- EJERCICIO FÍSICO
- JUEGOS
- ESTIMULACIÓN
  - ESTIMULACIÓN AUDITIVA
  - ESTIMULACIÓN TÁCTIL
  - ESTIMULACIÓN FÍSICA/PROPIOCEPCIÓN
  - PISTAS DE CONFIANZA/MIEDOS
  - ESTIMULACIÓN MENTAL
  - ESTIMULACIÓN OLFATIVA
  - EJERCICIOS DE CONCENTRACIÓN
  - ESTIMULACIÓN GUSTATIVA

## 16. CÓANDO ESTIMULAR A TU PERRO

## 17. LOS PERROS MAYORES

## 18. LOS PERROS JÓVENES

## 19. QUÉ TENER EN CUENTA A NIVEL DE CONDUCTA CUANDO HACEMOS ESTIMULACIÓN

## 20. BIOGRAFÍA RECOMENDADA



**La teoría se complementa con un video** para que no solo leas la información, sino que podrás escucharnos y ver algunos videos explicándote lo más importante para ayudar a tu perro.

# MÁS INFORMACIÓN

---

## PROCEDIMIENTO

Una vez hecho el pago, podrás descargar un documento "madre", en el que tendrás los enlaces para acceder al vídeo y PDF de la formación.

## DURACIÓN Y TUTORIA

La duración total del vídeo es de **3 horas**. Con información importante sobre el estrés.

En cuanto al PDF, unas **23 páginas** de información concreta, directa y útil para poder aplicarla.

Si te surge cualquier duda, puedes escribirnos a **hola@atuk.dog**, y estaremos encantados de responderte.

## PRECIO

Toda esta formación tiene un precio de **43€ + IVA**.

Si eres adoptante de **APAGUAS**, ponte en contacto con nosotras para recibir tu **código de descuento**.

**43€**

**Accede AHORA**



**Atúk**

Formación y Educación Canina

# MANTENER EL EQUILIBRIO MENTAL, FÍSICO Y EMOCIONAL DE UN PERRO, ES LA MANERA DE CONVIVIR EN ARMONÍA CON ELLOS

*Daniel Turrión*

Haz CLIC y accede ahora a todo el material de  
esta formación de cachorros y perros jóvenes

Accede AHORA



**Atúk**

Formación y Educación Canina

Miriam Olmedillo  
Daniel Turrión  
[www.atuk.dog](http://www.atuk.dog)  
[hola@atuk.dog](mailto:hola@atuk.dog)  
625461215/637448534

# Atúk

Formación y Educación Canina