



UAU by Marta Vila

# Cómo transformar tu perro en un apoyo emocional

Guía práctica para personas que desean convertir a su perro en un apoyo emocional para la vida diaria



Fortalece el vínculo



Fomenta el bienestar



Aporta calma y seguridad



Acompaña en el día a día



Porque cada vínculo puede convertirse en bienestar.



[www.uauconexion.com](http://www.uauconexion.com)

# Presentación

## Quien soy y como te voy a ayudar

Guía práctica para **fortalecer el vínculo**, fomentar el **bienestar emocional** y desarrollar **habilidades de acompañamiento**



*¡Hola! Soy **Marta Vila** y quiero darte la bienvenida a esta guía. Si estás aquí es porque compartes tu vida con un perro o porque sueñas con hacerlo algún día. En ambos casos, has llegado al lugar adecuado.*

*Desde hace más de 10 años acompaño a personas, familias y profesionales a través de las terapias asistidas con perros, descubriendo el enorme potencial que tienen para mejorar nuestro bienestar emocional.*

*En estas páginas te mostraré cómo fortalecer el vínculo con tu perro y cómo ayudarlo a convertirse en un verdadero apoyo emocional para ti y para las personas que te rodean.*

*Gracias por confiar en mí y en este proceso.*

### ¿Empezamos?

*Un perro no cambia tu vida por arte de magia; cambia la forma en que la vives.*



# ¿Qué es un perro de apoyo emocional?

Guía práctica para **fortalecer el vínculo**, fomentar el **bienestar emocional** y desarrollar **habilidades de acompañamiento**



Un **perro de apoyo emocional** es aquel que, gracias a un entrenamiento específico y a un vínculo sólido, brinda **compañía, seguridad y bienestar emocional** a su persona.



Está preparado para **ofrecer apoyo** en situaciones de estrés, ansiedad, tristeza o desafíos emocionales.



Su presencia aporta **calma, conexión y estabilidad** en el día a día.



**No es un perro de servicio:** su función principal es el apoyo emocional, no realizar tareas específicas.



Se basa en la confianza, el respeto y el entrenamiento positivo para crear un **vínculo transformador**.



Con el entrenamiento adecuado, tu perro puede convertirse en tu **mejor compañero** y en un **gran apoyo emocional**.

*Tu perro no necesita ser perfecto,  
solo aprender a acompañarte de verdad.*



# ¿Quién puede beneficiarse?

Un perro de apoyo emocional puede convertirse en una fuente de bienestar, seguridad y acompañamiento para personas que atraviesan diferentes momentos o circunstancias vitales.

Puede resultar especialmente beneficioso para personas con:



Ansiedad y estrés crónico



Depresión o bajo estado de ánimo



Autismo nivel 1 (TEA)



TDAH



Procesos de duelo o pérdida



Soledad no deseada



Cambios vitales importantes

(separaciones, mudanzas, jubilación, nuevas etapas, etc.)



## Metodología UAU by Marta Vila

Esta guía forma parte de la metodología UAU by Marta Vila.

Su objetivo es ayudar a las personas a desarrollar una **relación segura, respetuosa y beneficiosa** con su perro, potenciando el vínculo emocional y promoviendo el bienestar de ambos.



*A veces, el mejor apoyo llega en silencio caminando a tu lado sobre cuatro patas.*



# Características de un perro de apoyo emocional

Guía práctica para **fortalecer el vínculo**, fomentar el **bienestar emocional** y desarrollar **habilidades de acompañamiento**

Un **perro de apoyo emocional** se distingue por una serie de **cualidades** que le permiten **acompañar y brindar bienestar** en diferentes situaciones.



**Estabilidad emocional:** gestiona bien diferentes entornos, ruidos, personas y situaciones sin alterarse fácilmente.



**Sociable y amigable:** disfruta del contacto con las personas y muestra una actitud positiva y relajada.



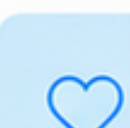
**Empático y sensible:** percibe el estado emocional de su persona y responde de forma natural y reconfortante.



**Confiable y seguro:** tiene una buena educación básica y responde a las indicaciones con calma.



**Paciente y tolerante:** acepta caricias, abrazos y momentos de cercanía sin incomodarse.



Estas cualidades no son innatas, se desarrollan con amor, **entrenamiento y una relación basada en la confianza.**



*Un perro conectado contigo, puede convertirse en un refugio en los días difíciles*



# Algunas de las mejores razas para ser un perro de un apoyo emocional

Guía práctica para fortalecer el vínculo, fomentar el bienestar emocional y desarrollar habilidades de acompañamiento

No es necesario que un perro sea de raza para ser un excelente apoyo emocional. Cualquier perro que tenga las características descritas en la página anterior puede cumplir esta función y transformar tu vida.

Si estás pensando en comprar, estas razas destacan por su temperamento equilibrado, su sensibilidad, su facilidad para aprender y su gran disposición para acompañar a las personas.

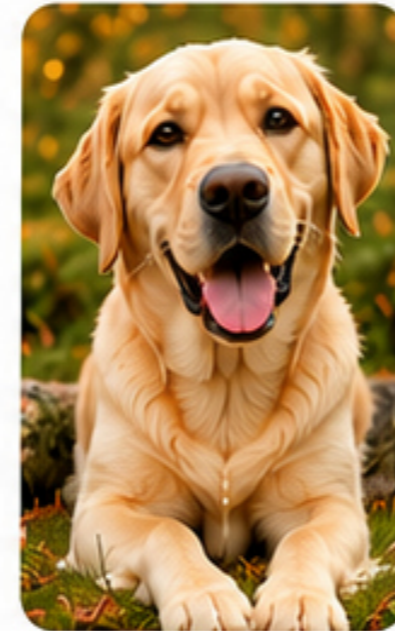


## RAZAS CONOCIDAS POR SU TEMPERAMENTO IDEAL PARA EL APOYO EMOCIONAL






### Golden Retriever

-  Amigable, leal e inteligente.
-  Muy paciente y empático.
-  Ideal para familias y personas de todas las edades.






### Labrador Retriever


-  Equilibrado, cariñoso y fácil de entrenar.
-  Disfruta ayudando y está siempre dispuesto a acompañar.
-  Se adapta muy bien a distintos entornos.



### Labradoodle

-  Alegre, cariñoso y muy adaptable.
-  Inteligente y con gran capacidad de conexión.
-  Ideal para personas con alergias leves (según el pelaje y cuidado).



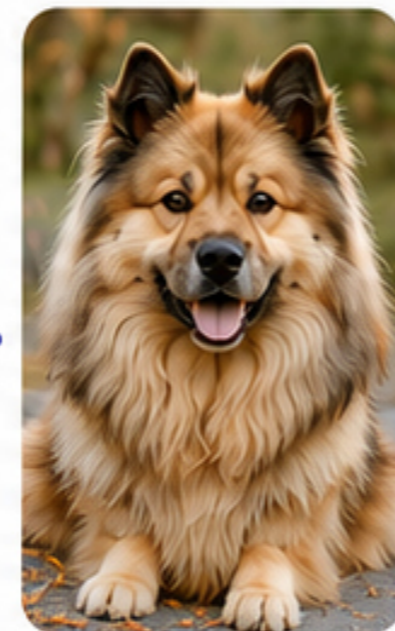
La adopción salva vidas y también puede cambiar la tuya. 

Si eliges adoptar, es fundamental que un **profesional de la educación canina** evalúe el temperamento y las necesidades del perro para asegurar que sea un buen candidato como apoyo emocional.



### Cavalier King Charles Spaniel

-  Dulce, delicado y muy afectuoso.
-  Busca el contacto humano y se adapta muy bien a distintos estilos de vida.
-  Perfecto para ofrecer consuelo y compañía.



### Eurasier

-  Equilibrado, tranquilo y muy apegado a su familia.
-  Muy sensible a las emociones de su persona.
-  Ideal para quienes buscan un compañero calmado y leal.



### Shih-tzu del Tíbet

-  Afectuoso, tranquilo y muy leal.
-  Muy intuitivo y empático con las emociones humanas.
-  Ideal para la vida en interiores y para brindar compañía constante.

*No importa la raza de tu perro, pero sí el vínculo que realizas con él.*









# ¿Y si mi perro es mestizo?

Muchas personas creen que para tener un perro de apoyo emocional es necesario que pertenezca a una raza concreta. Sin embargo, la realidad es que la raza no determina por sí sola la capacidad de un perro para acompañar emocionalmente a una persona.

**Lo más importante es su temperamento, su estabilidad emocional, su capacidad para relacionarse de forma equilibrada con las personas y el vínculo que construye con su familia.**

De hecho, muchos perros mestizos poseen cualidades excepcionales para convertirse en grandes compañeros de apoyo emocional cuando reciben una educación adecuada, un entorno estable y una relación basada en la confianza.

## Lo que realmente importa

-  **Temperamento equilibrado**
-  **Capacidad de adaptación**
-  **Sociabilidad y confianza**
-  **Buena gestión emocional**
-  **Vínculo positivo con las personas**
-  **Educación basada en el respeto**



## Metodología UAU by Marta Vila

En UAU valoramos a cada perro por quien es, no por la raza a la que pertenece.

El objetivo de esta metodología es identificar las capacidades individuales de cada perro y ayudar a desarrollar una **relación segura, respetuosa y beneficiosa** para ambas partes.

Un perro mestizo puede convertirse en un excelente apoyo emocional cuando cuenta con las características adecuadas y recibe la orientación necesaria.



*La mejor raza no siempre tiene pedigree, a veces tiene una historia que merece una segunda oportunidad*



# Señales de estrés canino que debes conocer

## Señales de estrés o incomodidad que debes observar:



### Bostezos repetidos

Cuando tu perro bosteza varias veces seguidas y no está cansado, puede estar liberando tensión o intentando calmarse.



### Evitación

Apartar la mirada, girar la cabeza o alejarse son formas de decir "no me siento cómodo".



### Lamido de labios

Si lo hace con frecuencia y no hay comida de por medio, probablemente esté gestionando estrés o incomodidad.



### Jadeo excesivo

Si jadea sin haber hecho ejercicio, con la boca muy abierta y de forma constante, puede estar sobreestimulado o ansioso.



### Rigidez corporal

Un cuerpo tenso, patas rígidas, cuello duro o cola alta y fija indican que tu perro está en alerta y no se siente relajado.

Los perros se comunican constantemente, y muchas veces lo hacen a través de señales sutiles que buscan informarnos de cómo se sienten. Reconocer estas señales es fundamental para prevenir el estrés, evitar situaciones que les sobrepasen y fortalecer la confianza en la relación.



## ¿Por qué es importante detectar estas señales?

Un perro de apoyo emocional necesita sentirse seguro y comprendido para poder desempeñar su papel de forma equilibrada y positiva.

Si ignoramos las señales de estrés, podemos aumentar su malestar, afectar su bienestar emocional y debilitar el vínculo de confianza.

Detectar a tiempo estas señales nos permite actuar antes de que el estrés se intensifique, adaptar el entorno o la situación y ofrecerle la ayuda que necesita.

Observar, escuchar y respetar su lenguaje corporal no solo cuida de su bienestar, sino que también **construye una relación más sólida, segura y basada en el respeto mutuo.**

*Conocer el lenguaje de tu perro te permite tener un mayor control de su bienestar.*



# PASO 1 Y 2

## Crear vínculo y establecer una zona segura

El vínculo es la base de toda relación sólida y de confianza.

Para que tu perro pueda acompañarte y apoyarte emocionalmente, necesita sentirse seguro a tu lado y confiar plenamente en ti.

Crear ese vínculo no se trata de imponer, sino de conectar, respetar sus tiempos y construir una relación positiva día a día.

Una zona segura es un espacio físico y emocional donde tu perro puede relajarse, descansar y sentirse protegido. Tener su propio lugar le ayuda a gestionar el estrés, recuperar la calma y saber que, pase lo que pase, siempre tendrá un refugio al que acudir.

*Un perro que confía en ti estará mucho más receptivo, todo el trabajo tiene que ser desde la calma y en positivo, para ir aumentando cada vez más los tiempos de conexión.*



*La confianza no se pide, se construye.  
Tu perro necesita saber que contigo  
va a estar bien.*

### 1 Paso 1: Crear vínculo

- ✓ **Pasa tiempo de calidad juntos**  
Comparte momentos tranquilos y agradables sin prisas ni distracciones.
- ✓ **Refuerza lo positivo**  
Elogia, recompensa y valora los comportamientos que deseas ver más.
- ✓ **Respetar sus tiempos**  
Deja que tu perro se acerque cuando esté listo y no lo fuerces a interactuar.
- ✓ **Comunica con claridad y coherencia**  
Usa un tono calmado, señales claras y sé coherente en tus respuestas.
- ✓ **Genera experiencias positivas**  
Asocian juntos cosas buenas: paseos, juegos, caricias, descanso...



### 2 Paso 2: Establecer una zona segura

- ✓ **Elige un lugar tranquilo**  
Debe ser un espacio donde haya poco tránsito y ruidos molestos.
- ✓ **Hazlo cómodo y acogedor**  
Usa una cama o manta cómoda, algún juguete y, si lo desea, algún objeto con tu olor.
- ✓ **Respetar su espacio**  
Enséñale a que ese lugar es suyo y evita invadirlo cuando esté descansando.
- ✓ **Asócialo con calma y seguridad**  
Puedes recompensarlo cuando vaya por iniciativa propia a su zona segura.
- ✓ **Úsala en momentos de estrés**  
Anímale a ir a su lugar seguro cuando notes que lo necesita o cuando el entorno sea muy demandante.







# PASO 3 Y 4





## Reforzar la calma y socializar progresivamente

Tu perro de apoyo emocional te ayuda cada día, por eso es fundamental que se sienta equilibrado, seguro y preparado para acompañarte en diferentes situaciones.

### ¿Por qué es tan importante?

-  **Un perro en calma piensa mejor y toma mejores decisiones.**  
Cuando está relajado, puede ayudarte de forma efectiva y responder a tus necesidades.
-  **Reduce el estrés y la ansiedad.**  
Un perro que aprende a relajarse en casa y en la calle, transmite tranquilidad y te da más seguridad.
-  **La socialización progresiva previene miedos.**  
Le enseña que el mundo no es peligroso y que puede adaptarse a nuevos entornos, personas y situaciones.
-  **Fortalece vuestro vínculo.**  
Cada pequeño avance que logre tu perro junto a ti, refuerza la confianza y la conexión entre ambos.

### Consejos para ti como guía:

-  **Ten paciencia:** cada perro necesita su propio tiempo para aprender.
-  **Sé constante:** las rutinas y la repetición le dan seguridad.
-  **Premia lo positivo:** refuerza los comportamientos calmados con cariño, premios o juego.
-  **Cuida tu propio estado emocional:** tu calma le ayuda a estar en calma.

### Paso 3: Reforzar la calma



Enséñale a tu perro que los momentos tranquilos son valiosos. Esto le ayudará a regularse mejor y a sentirse seguro en su entorno.



#### Recompensa la calma

Refuerza cuando tu perro esté tranquilo, relajado o descansando. Usa caricias, palabras suaves o premios.



#### Crea rutinas y estructura

Los horarios y rutinas aportan seguridad y ayudan a reducir la ansiedad.



#### Enséñale a relajarse

Puedes usar una palabra clave como "tranquilo" o "relax" y asociarla a la calma con refuerzos.



#### Gestiona el entorno

Reduce estímulos excesivos cuando sea necesario para ayudarle a mantener la calma.



#### Sé un modelo de calma

Tu energía influye en tu perro. Respira, mantén la calma y transmítele seguridad.

### Paso 4: Socializar progresivamente



Preséntale nuevas personas, perros, lugares y situaciones de forma gradual, positiva y siempre respetando su ritmo. Tú eres su guía y su seguridad.



#### Empieza poco a poco

Introduce nuevas personas, perros, lugares o situaciones de forma gradual y controlada.



#### Respetar su ritmo

Observa su lenguaje corporal y avanza solo cuando esté cómodo y relajado.



#### Asocia con experiencias positivas

Cada nuevo encuentro debe ir acompañado de algo positivo: premios, juegos, caricias...



#### Evita la sobreexposición

Demasiados estímulos o experiencias negativas pueden generar miedo o inseguridad.



#### Varía los contextos poco a poco

Amplía los entornos y situaciones de forma gradual para que gane confianza.

*Cada pequeño paso de tu perro,  
es un triunfo para todos, celébralo!*



# PASO 5 Y 6

## Trabajar el contacto físico y la permanencia junto a la persona

El contacto físico y la permanencia son pilares fundamentales en la relación entre tú y tu perro de apoyo emocional.

Un perro que disfruta del contacto físico y elige quedarse a tu lado, se convierte en un apoyo constante y confiable en tu día a día.

### ¿Por qué es tan importante?

- Fortalece el vínculo: el contacto físico genera confianza, seguridad y conexión emocional.
- Aporta regulación emocional: el tacto puede ayudar a reducir el estrés, la ansiedad y favorecer la calma en ambos.
- Fomenta la permanencia voluntaria: un perro que elige quedarse contigo, está más disponible para apoyarte cuando más lo necesitas.
- Mejora la comunicación: el contacto y la cercanía facilitan la comprensión mutua y la respuesta a tus señales.



### Consejos para familias y cuidadores

- Deja que tu hijo/a participe: puede ofrecer caricias, cepillar o dar premios.
- Enséñale a respetar: explica cuándo el perro quiere contacto y cuándo necesita espacio.
- Hazlo divertido: convierte los ejercicios en juegos y rutinas positivas.
- Sé constante: la repetición y la rutina crean seguridad.
- Refuerza siempre lo positivo: premia los momentos de calma, cercanía y permanencia.

## 5 Paso 5: Trabajar el contacto físico

El contacto debe ser siempre positivo, respetuoso y elegido por el perro. Observa su lenguaje corporal y respeta sus límites.



### Señales de que disfruta el contacto



Relajación corporal



Se queda cerca



Ojos suaves o parpadeo lento



Cola suelta y movimiento relajado

### Ejercicios prácticos

- Caricias conscientes**  
Acaricia suavemente en zonas que le gusten (pecho, cuello, detrás de las orejas).
- Cepillado relajante**  
Convierte el cepillado en un momento de conexión y calma.
- Masajes suaves**  
Realiza masajes cortos y suaves en hombros o espalda.
- Premia el disfrute**  
Refuerza con premios o palabras cuando tu perro disfrute del contacto.

## 6 Paso 6: Fomentar la permanencia junto a la persona

El objetivo es que tu perro elija quedarse a tu lado, incluso en diferentes ambientes y situaciones.

### Ejercicios prácticos

- Lugar de descanso**  
Enséñale un lugar cómodo (alfombra, cama) y refuerza cada vez que elija quedarse allí.
- Aumenta el tiempo**  
Empieza con pocos segundos y ve alargando gradualmente la permanencia.
- Permanencia en movimiento**  
Practica que te acompañe en casa, en paseos y en diferentes entornos.
- Refuerza la elección**  
Premia cuando el perro elige quedarse a tu lado sin que se lo pidas.
- Gestiona distracciones**  
Comienza en ambientes tranquilos e introduce estímulos poco a poco.
- Involucra a todos en casa**  
Todos los miembros deben reforzar la permanencia y las mismas reglas.

**Meta:** que tu perro elija estar contigo, disfrute de tu compañía y se sienta seguro a tu lado en cualquier momento del día.




### Ideas para el día a día

- Leer juntos en el sofá
- Ver una película
- Hacer tareas escolares
- Caminar juntos al aire libre

**Objetivo principal:**  
Que el perro disfrute al lado de la persona.





Un perro de apoyo emocional aprende a leer cómo te sientes y a adaptarse a tus necesidades. Las rutinas claras y predecibles le dan seguridad y le permiten acompañarte mejor cada día.

### 7 Reconocer estados emocionales

 Ayuda a tu perro a identificar cómo estás y a responder de forma adecuada.




#### Cómo trabajan estos pasos:

-  **Observa y refuerza señales**  
Cuando tu perro detecte cambios en tu estado emocional.
-  **Responde con apoyo adecuado**  
Puede acercarse, apoyar su cabeza, quedarse cerca o darte espacio.
-  **Diferencia situaciones**  
Enséñale cuándo necesitas calma, consuelo, compañía o tranquilidad.
-  **Refuerza el reconocimiento**  
Premia sus respuestas adecuadas con cariño, calma o un premio.

#### Ejemplos de estados emocionales que puede reconocer tu perro:







### 8 Construir rutinas estables

 Las rutinas dan seguridad a tu perro y le permiten anticipar lo que va a ocurrir.



#### Ejercicios prácticos

-  **Rutinas diarias claras**  
Establece horarios de paseos, comidas, juegos, descanso y momentos de trabajo.
-  **Anticipación**  
Usa siempre las mismas señales (palabras, objetos o gestos) para cada actividad.
-  **Transiciones suaves**  
Enséñale a esperar y a adaptarse a cambios de actividad sin ansiedad.
-  **Entornos diferentes**  
Practica las rutinas en casa y fuera de casa para generalizar lo aprendido.
-  **Refuerzo de la estabilidad**  
Premia la calma, la espera tranquila y la adaptación a la rutina.



#### Consejos para familias y cuidadores

- ✓ Comprende las señales de tu hijo/a y del perro.
- ✓ Usa rutinas visuales si es útil (horarios, pictogramas).
- ✓ Evita cambios bruscos en la rutina siempre que sea posible.
- ✓ Incluye momentos de juego, descanso y conexión.
- ✓ Celebra los pequeños avances cada día.



La estabilidad, la comprensión mutua y las rutinas predecibles crean un vínculo seguro, respetuoso y beneficioso para ambos.

La rutina como gran aliada de la educación del perro.



# PASO 9 Y 10

## Generalizar habilidades en diferentes entornos

Para que tu perro sea un verdadero apoyo emocional, es importante que las habilidades que ha aprendido contigo funcionen también en otros lugares, con otras personas y en situaciones distintas.

### ¿Por qué es tan importante?






Porque la vida sucede en muchos contextos. Generalizar le da seguridad a tu perro y te permite contar con su apoyo donde más lo necesitas.

### Ideas que te pueden ayudar

- ✓ Lleva lo que aporta seguridad a tu perro (cama portátil, juguete, premios especiales...).
- ✓ Usa siempre las mismas señales o palabras clave.
- ✓ Observa el lenguaje corporal de tu perro y ajusta la dificultad.
- ✓ Haz sesiones cortas y positivas.
- ✓ Termina siempre con algo que tu perro haga bien.



### Claves para la generalización

-  **Vamos paso a paso**  
Introduce cambios de uno en uno para evitar sobrecarga.
-  **Reforzamos los éxitos**  
Premia cada logro, por pequeño que sea, en el nuevo contexto.
-  **Adaptamos sin perder el objetivo**  
Puedes ajustar la dificultad, pero mantén la esencia de la habilidad.
-  **Paciencia y constancia**  
Cada perro tiene su ritmo. La repetición en diferentes escenarios crea confianza.
-  **Calidad antes que cantidad**  
Mejor pocas repeticiones con éxito que muchas con frustración.

### Ejemplos de habilidades a generalizar

-  **Permanecer a tu lado con calma**  
en lugares tranquilos y con más actividad.
-  **Aceptar el contacto físico**  
en casa, en la calle, en transporte, etc.
-  **Caminar juntos sin tirar de la correa**  
en diferentes superficies y entornos.
-  **Relajarse en su cama o zona segura**  
en distintos espacios.
-  **Responder a su nombre**  
cuando hay distracciones.
-  **Manejar los estímulos del entorno**  
como ruidos, personas o animales.

### Practica en estos entornos (de menos a más desafío)



#### En casa

Donde todo es familiar y predecible.



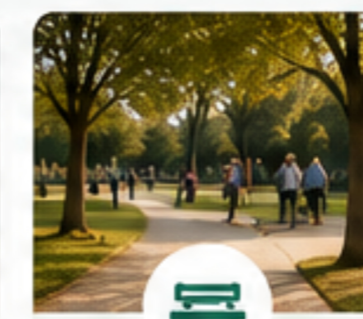
#### En el jardín o patio

Con nuevos olores y sonidos.



#### En la calle tranquila

Pocos estímulos y movimiento.



#### En lugares públicos

Parques, plazas, bibliotecas, etc.



#### En lugares con más estimulación

Tiendas, transporte, colegios, eventos...



#### En entornos desafiantes

Horas punta, ruidos altos, multitudes, imprevistos.

## 3 MESES BASES SÓLIDAS

Construimos el vínculo, la confianza y las habilidades fundamentales en entornos controlados.



- ✓ Fortalecer el vínculo y la zona segura
- ✓ Aprender a relajarse y autorregularse
- ✓ Socialización controlada y positiva
- ✓ Reconocer señales básicas de estrés
- ✓ Primeras rutinas diarias
- ✓ Introducción al contacto físico y permanencia



### Resultado esperado

Perro seguro en casa, con buena conexión y respondiendo a rutinas simples.

## 6 MESES CONSOLIDACIÓN Y GENERALIZACIÓN

Consolidamos habilidades y empezamos a generalizarlas en diferentes entornos y situaciones.



- ✓ Aumentar la permanencia y la calma en distintos entornos
- ✓ Mejorar la tolerancia a estímulos y cambios
- ✓ Reforzar el reconocimiento de estados emocionales
- ✓ Seguir y acompañar sin tirar de la correa
- ✓ Generalizar rutinas en casa, calle y lugares públicos
- ✓ Fortalecer el contacto físico y la confianza



### Resultado esperado

Perro estable en distintos entornos, capaz de acompañar y apoyar en más situaciones cotidianas.

## 12 MESES MAESTRÍA Y FIABILIDAD

Perfeccionamos y afianzamos todas las habilidades para lograr un perro de apoyo emocional fiable.

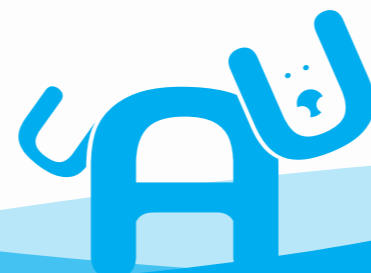


- ✓ Respuesta consistente en múltiples contextos y con distracciones
- ✓ Apoyo emocional proactivo y adaptado
- ✓ Rutinas estables y bien integradas en el día a día
- ✓ Manejo avanzado de situaciones desafiantes
- ✓ Confianza total en la persona y en sí mismo
- ✓ Mantenimiento y enriquecimiento continuo



### Resultado esperado

Perro de apoyo emocional fiable, equilibrado y preparado para acompañar a largo plazo.










### 3 MESES BASES SÓLIDAS

Sentamos las bases del vínculo, la confianza y las habilidades fundamentales en entornos controlados.

#### ★ OBJETIVOS PRINCIPALES

- ✓ Fortalecer el vínculo y la zona segura.
- ✓ Aprender a relajarse y autorregularse.
- ✓ Socialización controlada y positiva.
- ✓ Reconocer señales básicas de estrés en uno mismo y en el entorno.
- ✓ Establecer las primeras rutinas diarias.
- ✓ Iniciar el contacto físico respetuoso y la permanencia.

#### QUÉ TRABAJAREMOS

-  **En casa**  
Ambiente tranquilo, sin distracciones. Sesiones cortas y lúdicas para crear confianza y seguridad.
-  **Vínculo**  
Juegos, caricias, contacto positivo y comunicación clara. El perro aprende a buscarte y confiar en ti.
-  **Relajación**  
Enseñamos al perro a relajarse en su cama o zona segura con una señal o palabra clave.
-  **Socialización básica**  
Exposición a una persona de confianza o entorno tranquilo, siempre de forma positiva.
-  **Rutinas iniciales**  
Paseos, juegos, descansos y comidas en horarios similares para dar estructura y previsibilidad.

#### 🐾 RESULTADO ESPERADO

Perro seguro en casa, con buena conexión y respondiendo a rutinas y órdenes básicas en entornos tranquilos.






### 6 MESES CONSOLIDACIÓN Y GENERALIZACIÓN

Consolidamos habilidades y empezamos a generalizarlas en diferentes entornos y situaciones.

#### 🎯 OBJETIVOS PRINCIPALES

- ✓ Aumentar la permanencia y la calma en distintos entornos.
- ✓ Mejorar la tolerancia a estímulos y cambios.
- ✓ Reforzar el reconocimiento de estados emocionales.
- ✓ Acompañar sin tirar de la correa y caminar con calma.
- ✓ Generalizar rutinas en casa, calle y lugares públicos.
- ✓ Fortalecer el contacto físico y la confianza en nuevos contextos.

#### QUÉ TRABAJAREMOS

-  **Entornos variados**  
Parques tranquilos, calles poco transitadas, tiendas pet-friendly, terrazas. Aumentamos gradualmente la dificultad.
-  **Paseos conscientes**  
Caminar sin tirar, parar, esperar y mantener la calma ante estímulos (personas, ruidos, otros perros...).
-  **Estados emocionales**  
El perro aprende a identificar cambios en tu estado y a responder con apoyo adecuado.
-  **Rutinas generalizadas**  
Mantenemos descansos, alimentación y actividades en diferentes lugares y horarios.
-  **Contacto y permanencia**  
Mayor duración en el contacto calmado y permanencia junto a ti en diferentes escenarios.

#### 🐾 RESULTADO ESPERADO

Perro estable en distintos entornos, capaz de acompañar y apoyar en más situaciones cotidianas con menos ayudas.






### 12 MESES MAESTRÍA Y FIABILIDAD

Perfeccionamos y afianzamos todas las habilidades para lograr un perro de apoyo emocional fiable.

#### 🏆 OBJETIVOS PRINCIPALES

- ✓ Respuesta consistente en múltiples contextos y con distracciones.
- ✓ Apoyo emocional proactivo y adaptado a cada persona.
- ✓ Rutinas estables y bien integradas en el día a día.
- ✓ Manejo avanzado de situaciones desafiantes.
- ✓ Confianza total en la persona y en sí mismo.
- ✓ Mantenimiento y enriquecimiento continuo.

#### QUÉ TRABAJAREMOS

-  **Entornos exigentes**  
Centros comerciales, transporte público, grandes aglomeraciones, eventos... siempre de forma progresiva.
-  **Situaciones desafiantes**  
Ruidos fuertes, imprevistos, cambios de planes, interacciones complejas con personas u otros animales.
-  **Apoyo emocional avanzado**  
El perro anticipa necesidades, interviene con calma y ofrece estrategias de regulación emocional.
-  **Rutinas automáticas**  
Las rutinas están integradas, el perro entiende horarios, transiciones y límites con fiabilidad.
-  **Mantenimiento y bienestar**  
Seguimos reforzando, variando y cuidando su bienestar físico y emocional para mantener su motivación.

#### 🐾 RESULTADO ESPERADO

Perro de apoyo emocional fiable, equilibrado y preparado para acompañar a largo plazo en cualquier situación.



# Una relación segura, respetuosa y beneficiosa con tu perro

Esta sección forma parte de la metodología **UAU by Marta Vila**. El objetivo es ayudar a las personas a desarrollar una **relación segura, respetuosa** y **beneficiosa** con su perro.

## RECOMENDACIONES CLAVE DE LA METODOLOGÍA UAU

1



### Utilizar siempre refuerzo positivo

Premia las conductas que quieres **fomentar** con algo que tu perro valora: **caricias, palabras amables, juego, snacks** saludables o acceso a algo que le guste.



#### ¿Por qué es importante?

El refuerzo positivo motiva, genera confianza y hace que tu perro **quiera** repetir las conductas aprendidas.

2



### Respetar las señales emocionales del perro

Aprende a observar su **lenguaje corporal** para identificar **señales** de estrés, miedo, incomodidad o relajación. Adapta el entrenamiento a cómo se siente en cada momento.



#### ¿Por qué es importante?

Comprender sus **emociones** previene situaciones de estrés, **fortalece el vínculo** y nos permite **ayudarlo** a sentirse **seguro**.

3



### Evitar castigos físicos o intimidación

No uses métodos basados en el miedo, la fuerza o la intimidación. Gritar, tirar de la correa o cualquier forma de agresión daña la confianza y el bienestar emocional de tu perro.



#### ¿Por qué es importante?

El castigo puede generar miedo, ansiedad y conductas no deseadas. El **respeto** construye un perro **seguro** y **equilibrado**.

4



### Trabajar sesiones cortas y consistentes

Realiza entrenamientos breves (**5-10 minutos**), varias veces al día. Es mejor la calidad y la constancia que la duración.



#### ¿Por qué es importante?

Sesiones **cortas** mantienen la **motivación**, evitan la frustración y **favorecen un aprendizaje positivo** y **duradero**.

5



### Priorizar el bienestar animal en todo momento

Asegúrate de que tu perro tenga sus **necesidades físicas y emocionales cubiertas**: descanso, ejercicio, buena alimentación, contacto social y estabilidad emocional.



#### ¿Por qué es importante?

Un perro **feliz, descansado y equilibrado** tendrá más capacidad para **aprender, colaborar** y acompañarte en tu día a día.



**Recuerda:** El objetivo no es conseguir un perro perfecto, sino construir un compañero emocionalmente equilibrado, feliz y capaz de acompañarte desde la **confianza** y el **respeto mutuo**. ❤️

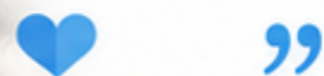


# ¿Necesitas acompañamiento personalizado?

Cada perro y cada persona son únicos. Si necesitas orientación profesional para avanzar con seguridad y confianza, estaré encantada de acompañarte en el camino.



“  
Detrás de cada perro de apoyo emocional hay una relación construida con paciencia, confianza y respeto.  
”



## ¿Cómo puedo ayudarte?



### Formación y asesoramiento online

Si vives fuera de Cataluña, podemos trabajar juntos mediante sesiones online adaptadas a tus necesidades y a las de tu perro.



### Sesiones presenciales

Si resides en Cataluña, también puedes acceder a sesiones presenciales de valoración, educación canina y desarrollo de habilidades de apoyo emocional.



### Programas para familias

Especialmente indicados para familias con niños, adolescentes o personas que necesitan apoyo emocional adicional en su día a día.

## Contacta conmigo



### WhatsApp

Escribeme directamente y te responderé lo antes posible.

+34 633 58 37 35



### Instagram

Sígueme para más consejos, recursos y contenido sobre perros de apoyo emocional.

@uabymartavila



### Web

Visita mi web para conocer mis servicios, programas y recursos gratuitos.

www.uau.cat



### Email

Escribeme para consultas o para solicitar más información.

uaumarta@gmail.com



## Un mensaje importante



Si en algún momento sientes que necesitas más ayuda de la que te ofrece esta guía, te animo a buscar el apoyo de un profesional de la educación canina respetuosa y el bienestar animal en tu zona.



Trabajar acompañado puede ayudarte a avanzar más rápido, evitar errores y construir una relación más sólida y equilibrada con tu perro.



UAU by Marta Vila

+34 633 583 735

www.uau.cat

# ¿Necesitas ayuda personalizada?

*Cada perro es único y cada familia tiene necesidades diferentes.  
Si después de leer esta guía tienes dudas o quieres avanzar con el acompañamiento de una profesional, estaré encantada de ayudaros.*

## **Sesión de valoración personalizada + Guía completa**

*Incluye una sesión de 60 minutos con valoración personalizada y plan de acción inicial. - 70 €*

**Clases online - 50 € / sesión**

**Clases presenciales - 100 € / sesión a 40 km de girona ciudad**

## **Programa de Apoyo Emocional Familiar**

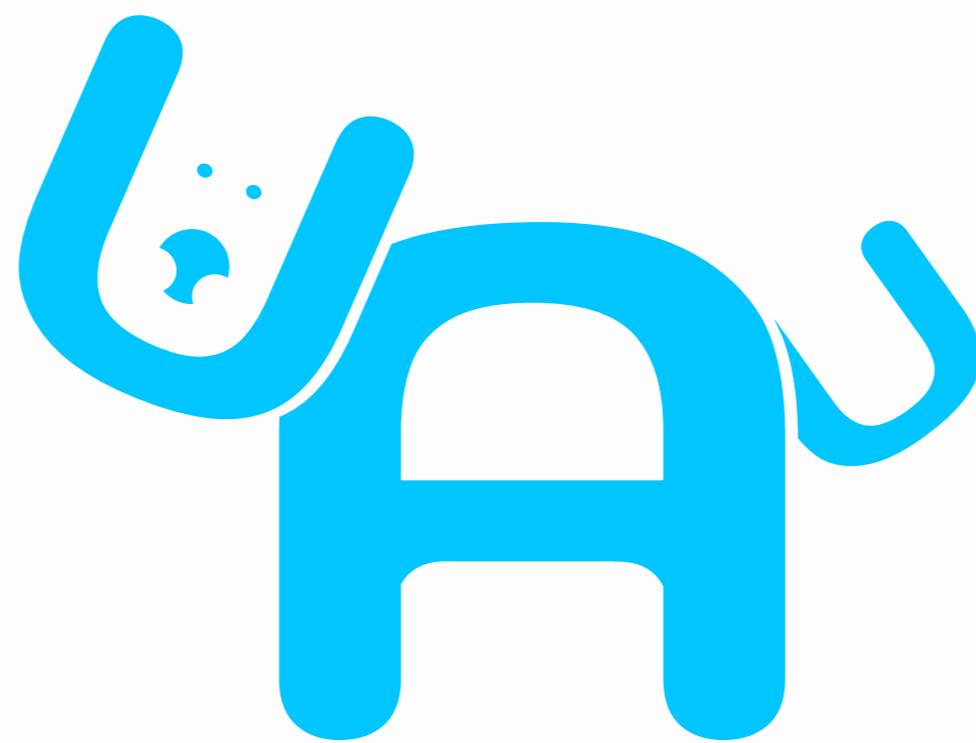
*Sesión de valoración + guía + cinco sesiones de seguimiento personalizado. - 250 €*

*Contacto por WhatsApp - 34 633 583 735*

*Contacto por mail: [uaumarta@gmail.com](mailto:uaumarta@gmail.com)*

*No tienes que recorrer este camino solo.  
Con el acompañamiento adecuado, tu perro  
puede convertirse en un gran apoyo emocional para ti y tu familia*





**UAU by Marta Vila**

Uns amics únics

**[www.uau.cat](http://www.uau.cat) - + 34 633583735 - [uaumarta@gmail.com](mailto:uaumarta@gmail.com)**

**PODCAST: !UAU! ¿Pero qué me dices?**

Síguenos en

