

“

Programa resolve
REATIVIDADE

PORTAL TUDO DE CÃO TRANSFORMA

”



Como estabelecer uma rotina saudável para os treinos de reatividade

Marcelo Eckmann

O QUE É UMA ROTINA SAUDÁVEL?

É algo particular, não existe uma idealização do que seria uma rotina saudável. Precisa ser pensada e montada para o indivíduo e suas particularidades.

COMO MONTAR ESSA ROTINA SAUDÁVEL:

- 1 Organizar rotina de necessidades básicas.
- 2 Desenvolver habilidades importantes.
- 3 Diminuir níveis de estresse.

1

Organizando a rotina de necessidades básicas:

Sono, descanso e relaxamento
Alimentação e Saúde
Atividade física, mental e social

➤ SAÚDE

Precisamos levar em consideração a saúde! Não adiantará iniciar os treinos se tiver algo clínico influenciando a reatividade.

Quando estamos falando de saúde, precisamos entender que existem situações em que doenças ou algum aspecto específico podem gerar ou influenciar comportamentos agressivos.



Leve seu cão regularmente ao veterinário e faça check-ups.

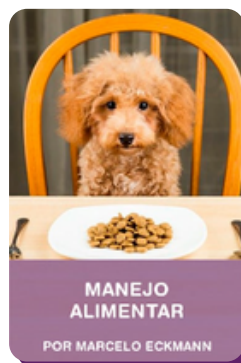
Como estabelecer uma rotina saudável para os treinos de reatividade

▶ ALIMENTAÇÃO

Em algumas etapas do treino iremos utilizar comida e é importante que seu cão coma bem, por isso, é essencial que o seu cão tenha bom manejo alimentar e apetite mental.



Temos duas aulas completas no portal sobre manejo alimentar



▶ SONO E RELAXAMENTO

Fisiologicamente um cão dorme ao longo do dia e precisamos proporcionar ambientes para ele descansar e relaxar. Quando um cão dorme mal, os níveis de estresse aumentam e isso prejudica os treinos.

▶ ATIVIDADE FÍSICA, MENTAL E SOCIAL.

Nesse comecinho precisaremos focar nos pontos citados acima:

saúde, manejo alimentar, sono e relaxamento.

E para gastar energia, iremos aproveitar as refeições treinando (refeições em treino)!

2

Desenvolvendo habilidades importantes:

1º BOA RELAÇÃO COM EQUIPAMENTOS DE PASSEIO.

Quando falamos de uma boa relação com o equipamento de passeio, não basta somente o cão não ter medo dele mas também ao ver o equipamento o cão entrar no “modo treino”.

O que é “modo treino”?

É importante o cão estar calmo para que quando for sair na rua não aconteçam erros ocasionados pela excitação.

Por isso o cão precisa estar calmo, tranquilo e saber o que fazer.

É ele estar pronto pra treinar.




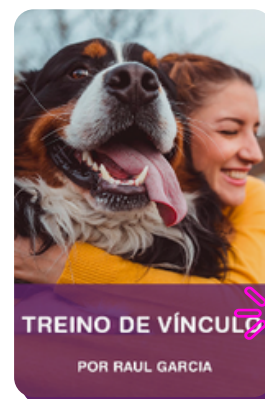
Vídeo de exemplo aos 27:31 da aula

2º TREINO DE VÍNCULO.

Também é preciso que o cão esteja pronto pra treinar e calmo.

O treino de vínculo começa dentro de casa.

 Temos uma aula aqui no portal com o passo a passo do treino de vínculo



3°

ANDAR AO LADO

Basicamente o mesmo objetivo do treino de vínculo, só que com o equipamento de passeio e na rua.



Temos uma aula aqui no portal com o passo a passo do treino de vínculo



4°

COMANDO BÁSICOS

Por que é importante pedir comando básicos pro cão?
Iremos treinar pensando em: **gasto de energia** (atividade física e mental) e para **estreitar o laço entre vocês**.
Não é pra você ficar pedindo comandos durante os treinos de reatividade nessa etapa. Nesse começo é para construir o comportamento e melhorar a **conexão** e **comunicação** entre vocês.

**Foque em construir conexão com o seu cão.
Se divirtam juntos.**

5°

CONTATO VISUAL

Comece a treinar e mesmo que seu cão já tenha contato visual, treine mais. Evolua até o seu cão estar com o equipamento de passeio fazendo contato visual.



Temos uma aula aqui no portal com o passo a passo do treino de contato visual



6°

COLLAR GRAB

O collar grab será muito importante pros nossos treinos, iremos utilizar ele para:

- Tirar de uma situação que está muito difícil e se não tirarmos irá acontecer um erro,
- Fazer o collar grab quando o erro já aconteceu.

Precisamos treinar pro cão não encarar como algo aversivo e se tornar uma punição positiva.

7°

BRINCADEIRAS DE BOLINHA, FRISBEE E CABO DE GUERRA

Links das aulas abaixo.

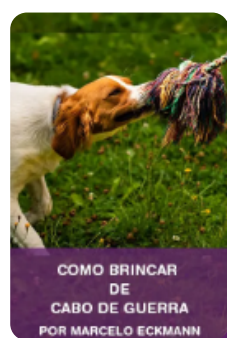
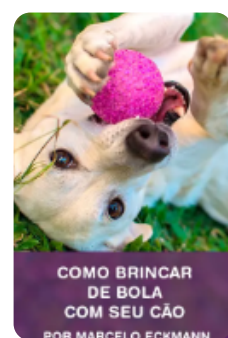
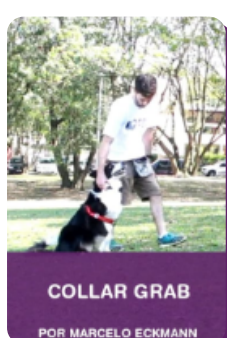
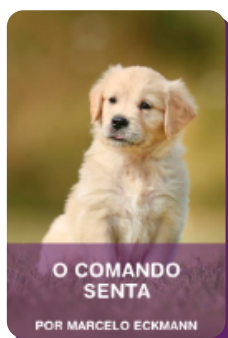
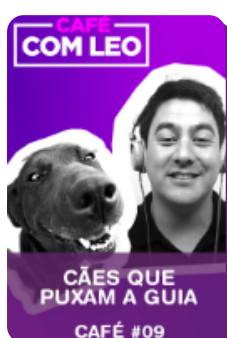
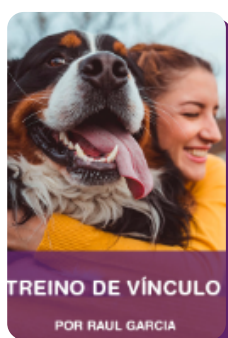
8°

AVALIAR A POSSIBILIDADE DE FOCINHEIRA E CAIXA DE TRANSPORTE

AULA 01

Como estabelecer uma rotina saudável para os treinos de reatividade

São habilidades simples de serem desenvolvidas dentro de casa. Iremos unificar a criação conexão, construção de novos comportamentos e não sair pra rua porém continuar suprindo as necessidades básicas.



3

Diminuição de níveis de estresse:

Existe o estresse bom e o estresse ruim.

Estresse bom: são doses “homeopáticas” de estresse, onde é de forma bem pontual e o cão consegue lidar com a situação.

Estresse ruim: Que é desproporcional, que acontece rotineiramente e o cão não consegue resolver. E pode se tornar crônico.

Causas do estresse ruim:

Físico:

- Doença.
- Enfermidade (machucados).
- Dor.
- Privação de sono, sede ou fome.
- Alimentos (tóxicos, estragados e etc).

Emocional:

- Exposição ao medo.
- Conflitos sociais.
- Frustração.
- Consequências imprevisíveis (imprevisibilidade).
- Privação social.
- Mudança de rotina.



Lembre que cada cão tem um estressor em particular. É importante que você identifique qual fator é estressante pro seu cão.



Temos uma aula completa aqui no portal sobre estresse, vale a pena conferir.



➤ Perguntas importante pra se fazer com o objetivo de diminuir os níveis de estresse do cão:

1. Onde o cão dorme? - é um ambiente adequado para proporcionar relaxamento pra ele?
2. Onde o cão fica durante o dia? - ele fica exposto a estímulos estressores durante o dia?
3. Como é a vizinhança e o que você pode fazer caso os seus vizinhos sejam um fator estressante pro seu cão?
4. Ele se sente seguro?
5. Como ele se sente com a rotina da casa?
6. Como ele se sente com você?
7. Não sair pra rua → nessa fase do treinamento recomendamos não sair.

➤ Possíveis cenários de dificuldades em não sair na rua:

Só fazer xixi fora de casa.

- Sair em locais que seu cão não encontre com o estímulo estressor (cão, pessoa).
- Ensinar o cão a fazer xixi dentro de casa.

Meu cão tem muita energia.

- Foque em treinos de auto controle como Dog zen e Faro e generalize o máximo que conseguir.

Meu cão tem problemas de saúde.

- Faça tudo que estiver ao seu alcance para que a situação seja a menos estressante possível.

Meu cão já sabe todos os exercícios que você passou.

- Aproveite para treinar coisas novas.



**TUDO
DE
CÃO**



[instagram.com/tudodecao/](https://www.instagram.com/tudodecao/)



[youtube.com/c/tudodecao](https://www.youtube.com/c/tudodecao)

**Este material foi carinhosamente desenvolvido
pelas adestradoras da Tudo de Cão:**

[@jaquelinepompeu](https://www.instagram.com/jaquelinepompeu)

[@thays.andradef](https://www.instagram.com/thays.andradef)

OBRIGADA!