

BRUMA CONNECTION

# JUEGOS PARA PERROS MIEDOSOS

Guía práctica para construir seguridad desde el vínculo

---

2026 | [www.brumaconnection.com](http://www.brumaconnection.com)

# Un cambio desde el respeto

---

No vamos a cambiar quién es tu perro, ni convertirlo en un perro seguro de repente. Pero podemos ayudarlo a **gestionar mejor sus miedos**.

Estos juegos le ofrecen experiencias tranquilas donde no pasa nada malo, y donde puede elegir acercarse, parar o marcharse. Esa **posibilidad de elegir** es la clave.

*"Acompañar a un perro miedoso no va de eliminar el miedo, sino de hacer que no le desborde. Y eso ya es un cambio enorme."*



# 01. Búsqueda de tesoros aromáticos



## LA ESENCIA

Usar su nariz le conecta con su esencia. Este juego le permite explorar su entorno desde la seguridad de hacer algo que domina de forma innata, estimulando la calma profunda.

## HOJA DE RUTA

- Esconde trocitos de comida por diferentes rincones.
- Al principio, hazlo fácil: lugares visibles. Usa "busca".
- Deja que explore a su ritmo, sin dirigirle.

### LUZVERDE

Olfatea con interés, cola relajada, respiración tranquila.

### LUZROJA

Jadeo excesivo, se queda quieto o se pega a ti.



**Consejo Bruma:** Si tu perro es muy inseguro, empieza esparciendo los premios en una alfombra de olfato cerca de su zona de descanso.

## 02. Toca con tu nariz



### LA ESENCIA

Construye una comunicación positiva. Tu perro aprende que acercarse y tocar algo concreto voluntariamente siempre trae buenas consecuencias.

### HOJA DE RUTA

- Presenta tu mano abierta cerca de su nariz (sin forzar).
- Si toca, celebra con un premio delicioso.
- Invítale a seguir tu mano a diferentes alturas con calma.

#### LUZVERDE

Inicia él mismo los acercamientos, te mira con expectación.

#### LUZROJA

Retrocede o evita el contacto. Tienes la mano demasiado cerca.



**Consejo Bruma:** El "target" es una herramienta de seguridad; si se asusta en la calle, el "toca" puede redirigir su mente hacia ti.

## 03. Explorando mi cuerpo



### LA ESENCIA

Cuando un perro sabe dónde están sus patas y cómo mover su cuerpo, el mundo le da menos miedo. El dominio físico se traduce en confianza emocional.

### HOJA DE RUTA

- Ofrece superficies: cojines, plataformas bajas o túneles suaves.
- Coloca premios encima para invitarle a acercarse.
- Celebra cada intento, aunque no suba del todo.

#### LUZVERDE

Pone una pata y luego otra probando la superficie con curiosidad.

#### LUZROJA

Tiembla, jadea o busca constantemente la salida de la zona.



**Consejo Bruma:** No ayudes físicamente. Si no sube, el reto es muy grande. Simplifica con algo más bajo.

## 04. Ahora tú, ahora yo

### LA ESENCIA

Construye interacciones basadas en el respeto mutuo. Enseña que las relaciones pueden ser predecibles y justas.



**Consejo Bruma:** El silencio es poderoso. Haz tu gesto, espera su respuesta con calma. Sin prisa.



### HOJA DE RUTA

- Haz tú algo primero (tocar un objeto, sentarte).
- Invita a tu perro a hacer algo sencillo (sentarse, dar pata).
- Alternáis con calma, respetando los tiempos de cada uno.

## 05. Encuéntrame



### LA ESENCIA

"Incluso si me pierdes de vista, siempre me encuentras. Y cuando me encuentras, pasan cosas buenas". Fortalece el apego seguro.

### HOJA DE RUTA

- Escóndete en un lugar cercano y fácil (tras una puerta).
- Llamáله suavemente para ayudarlo al principio.
- Cuando te encuentre, celebra con alegría genuina y premios.

#### ÉXITO

Te busca moviendo la cola y pide repetir el juego.

#### ESTRÉS

Llora o se angustia al no verte. Estás muy lejos.

# 06. Los umbrales amigos

## LA ESENCIA

Transforma los cambios de espacio (puertas, escalones) en experiencias seguras. Reduce la ansiedad de transición.



## HOJA DE RUTA

- Coloca un premio justo al otro lado del umbral.
- Deja que decida cuándo cruzar, sin tirar de la correa.
- Repite hasta que el paso sea fluido y natural.

Cruza sin dudar, cuerpo relajado.

Se planta o retrocede. No fuerces nunca.

## 07. Caminar en cámara lenta



### LA ESENCIA

Conecta con el presente. Desarrolla autocontrol desde la calma, no desde la represión. Calma el sistema nervioso de ambos.

### HOJA DE RUTA

- Durante el paseo, camina muy lento por tramos.
- Alterna con pausas completas.
- Celebra suavemente cuando se sincronice contigo.



**Consejo Bruma:** Si tira de la correa, el entorno es demasiado estimulante. Busca un lugar más tranquilo.

# 08. Mi refugio seguro

## LA ESENCIA

Crea un ancla emocional de seguridad. Un lugar donde volver cuando el mundo resulta demasiado intenso.



## HOJA DE RUTA

- Elige un lugar concreto (su cama o manta).
- Refuerza con premios cada vez que vaya por voluntad propia.
- Usa la palabra "descansa" solo para nombrar el espacio, no como orden.

Se tumba y suspira relajado.

Evita el lugar o se pone nervioso cerca.

## 09. Tú decides



### LA ESENCIA

Permitir elecciones devuelve la confianza. El poder de este juego reside en la libertad del perro frente a su entorno.

### HOJA DE RUTA

- Ofrece dos opciones (juguetes, caminos, superficies).
- Deja que elija libremente cuál explorar.
- Sea cual sea su elección, celébrala positivamente.



**Consejo Bruma:** Si se paraliza, simplifica. Quizá las opciones son demasiado parecidas.

# 10. Texturas amigas

## LA ESENCIA

Reduce la hipersensibilidad táctil. Prepara para manipulaciones futuras desde la calma y la curiosidad.



## HOJA DE RUTA

- Usa toallas o mantas de diferentes texturas.
- Coloca premios sobre ellas para que las pise o explore.
- Deja que él decida si quiere tocarlas o tumbarse.

Olfatea y explora voluntariamente.

Se pone rígido o se aleja de la tela.

# 11. Estar contigo es suficiente

---



## LA ESENCIA

Tu presencia tranquila es el mejor refuerzo. Construye un apego seguro basado en la calma compartida sin exigencias.

## HOJA DE RUTA

- Siéntate en el suelo relajado, lee o simplemente está.
- No le llames. Deja que él tome la iniciativa de acercarse.
- Cuando se acerque, susúrrale algo bonito o dale un premio.



**Consejo Bruma:** Si nunca se acerca, dale más espacio. Tu cercanía puede ser aún un reto.

# 12. Mirar desde la seguridad

---

## LA ESENCIA

Mirar no implica interactuar. Permite procesar el mundo a su ritmo desde un lugar protegido.



## HOJA DE RUTA

- Busca un lugar donde se sienta protegido (ventana, escalón).
- Deja que observe estímulos lejanos.
- Refuerza cada mirada tranquila con voz suave o premio.

Curiosidad sin tensión corporal.

Ladra o intenta huir. Estímulos muy cerca.

# 13. Bailando a cámara lenta

---

## LA ESENCIA

Danza de confianza que sintoniza vuestras señales corporales.  
Mejora profundamente la lectura mutua.



**Consejo Bruma:** Siente tu propia respiración. Si tú te calmas, él se calmará.

## HOJA DE RUTA

- Camina extremadamente lento, como bajo el agua.
- Alterna con pausas completas y miradas suaves.
- Honra cada sincronización como un acto de amor.



# 14. Lo nuevo puede ser interesante



## LA ESENCIA

Transforma la neofobia (miedo a lo nuevo) en curiosidad. Enseña que lo desconocido no es necesariamente peligroso.

## HOJA DE RUTA

- Introduce un objeto nuevo (caja, botella vacía).
- Déjalo en el suelo sin darle importancia.
- Celebra cualquier aproximación curiosa, por mínima que sea.

Lo olfatea o lo toca con curiosidad.

Ladra o evita el objeto completamente.

# 15. Tu nombre es música

## LA ESENCIA

Convierte su nombre en la palabra más hermosa. Base sólida para el recall incluso en momentos de estrés.



## HOJA DE RUTA

- Di su nombre con voz dulce y tranquila.
- Inmediatamente después: premio o caricia suave.
- Jamás uses su nombre para regañarle o en momentos de enfado.

Gira la cabeza y te mira con alegría.

Se pone nervioso o agacha la cabeza.

## 16. Si yo estoy tranquilo...



### LA ESENCIA

"Si mi humano está tranquilo, debe ser seguro". Los perros aprenden observando nuestra reacción emocional ante los retos.

### HOJA DE RUTA

- Ante un estímulo temido, acércate tú primero con calma.
- Interactúa con el objeto como si fuera aburrido.
- Retrocede y espera su decisión sin presionar.



**Consejo Bruma:** Tu calma debe ser auténtica. Si finges, él detectará tu tensión interna.

# Gracias por cuidar

El ritmo lo marca siempre tu perro. No hay metas, solo el placer de verle ganar seguridad a tu lado.

Tu perro no necesita ser "corregido". Necesita ser visto, respetado y acompañado.

BRUMA CONNECTION  
Educación Canina basada en el vínculo  
[www.brumaconnection.com](http://www.brumaconnection.com)

# Image Sources

---



[https://images.ctfassets.net/sfnkq8lmu5d7/2dVvvVSDE5cYcVCDAZgfcE/d0a9e805fa92c8e73de3387cfad07e3e/The\\_Wildest\\_Will\\_My\\_Dog\\_Ever\\_Love\\_Me?w=1000&h=750&fl=progressive&q=70&fm=jpg](https://images.ctfassets.net/sfnkq8lmu5d7/2dVvvVSDE5cYcVCDAZgfcE/d0a9e805fa92c8e73de3387cfad07e3e/The_Wildest_Will_My_Dog_Ever_Love_Me?w=1000&h=750&fl=progressive&q=70&fm=jpg)

Source: [www.kinship.com](http://www.kinship.com)

---



[https://img.freepik.com/premium-photo/full-length-portrait-irish-setter-dog-sniffing-floor-home-with-dog-food-bowl-foreground-cop\\_236854-35223.jpg](https://img.freepik.com/premium-photo/full-length-portrait-irish-setter-dog-sniffing-floor-home-with-dog-food-bowl-foreground-cop_236854-35223.jpg)

Source: [www.freepik.com](http://www.freepik.com)

---



<https://www.battersea.org.uk/sites/default/files/inline-images/A%20pug%20touching%20their%20nose%20to%20a%20Battersea%20staff%20member%27s%20hand.jpg>

Source: [www.battersea.org.uk](http://www.battersea.org.uk)

---



<https://i.ytimg.com/vi/cLzBPgWhhs4/maxresdefault.jpg>

Source: [www.youtube.com](http://www.youtube.com)

---



<https://cdn.create.vista.com/api/media/small/783923158/stock-video-smiling-woman-playing-cute-puppy-dog-border-collie-couch-home?videoStaticPreview=true&token=>

Source: [create.vista.com](http://create.vista.com)

---



<https://specialtydogtraining.com/wp-content/uploads/2024/08/hide-and-seek-640x959.jpg>

Source: [specialtydogtraining.com](http://specialtydogtraining.com)

# Image Sources

---



<https://i.redd.it/gx4j53n2zoy81.jpg>

Source: [www.reddit.com](https://www.reddit.com)

---



[https://media.istockphoto.com/id/496259610/photo/young-man-walking-his-dog-in-a-park.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=Rh5eO4kSjABUaoaFqCcFO1eX5KNr\\_UP2jYM78X1co2g](https://media.istockphoto.com/id/496259610/photo/young-man-walking-his-dog-in-a-park.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=Rh5eO4kSjABUaoaFqCcFO1eX5KNr_UP2jYM78X1co2g)  
=

Source: [www.istockphoto.com](https://www.istockphoto.com)

---



<https://www.collaredcreatures.com/cdn/shop/files/grey-dog-cave-bed-collared-creatures-in-living-room.jpg?v=1758833534&width=1946>

Source: [www.collaredcreatures.com](https://www.collaredcreatures.com)

---



[https://cdn.shopify.com/s/files/1/0520/0566/6992/files/shadowman8619\\_a\\_dog\\_playing\\_with\\_lots\\_of\\_toys\\_-\\_v\\_6.1\\_2cd67bde-cfa7-42e9-a49b-36599ccafb57\\_0\\_480x480.png?v=1725886042](https://cdn.shopify.com/s/files/1/0520/0566/6992/files/shadowman8619_a_dog_playing_with_lots_of_toys_-_v_6.1_2cd67bde-cfa7-42e9-a49b-36599ccafb57_0_480x480.png?v=1725886042)

Source: [realpetstore.co.uk](https://realpetstore.co.uk)

---



[https://contentgrid.homedepot-static.com/hdus/en\\_US/DTCCOMNEW/Articles/best-carpet-for-pets-2022-hero.jpg](https://contentgrid.homedepot-static.com/hdus/en_US/DTCCOMNEW/Articles/best-carpet-for-pets-2022-hero.jpg)

Source: [www.homedepot.com](https://www.homedepot.com)

---



[https://petscare-assets-prod.s3.amazonaws.com/media/original\\_images/cocker-spaniel-rainy-window-blooming-garden-83750.webp](https://petscare-assets-prod.s3.amazonaws.com/media/original_images/cocker-spaniel-rainy-window-blooming-garden-83750.webp)

Source: [www.petscare.com](https://www.petscare.com)

# Image Sources

---



<https://i.ytimg.com/vi/HAYE8GH25a4/oar2.jpg?sqp=-oaymwEYCUJUDENAFSFqQAghyq4qpAwcIARUAAIhC&rs=AOOn4CLBX1GjN020HNfmglGpqQKhMtc90BQ>

Source: [www.youtube.com](https://www.youtube.com)

---



[https://st.focusedcollection.com/16485780/i/650/focused\\_199747018-stock-photo-smiling-man-petting-dog-indoors.jpg](https://st.focusedcollection.com/16485780/i/650/focused_199747018-stock-photo-smiling-man-petting-dog-indoors.jpg)

Source: [focusedcollection.com](https://www.focusedcollection.com)

---



<https://cdn.whole-dog-journal.com/wp-content/uploads/2019/02/p1bj878per1cbb1ljq9k85q1i5mc.jpg.optimal.jpg>

Source: [www.whole-dog-journal.com](https://www.whole-dog-journal.com)