





Olivas Tan nuestras y tan desconocidas

nos es tan próximo, tan propio de nuestra cultura mediterránea, es sin embargo lo que podríamos llamar ése "gran desconocido": el olivo. Un árbol que está tan plenamente arraigado en nuestra Historia y en nuestro terruño y del que apenas sabemos que produce aceitunas y que de estas se extrae el aceite que usamos para las ensaladas del verano y para cocinar multitud de platos y poco más.

Nace la revista BullMastiff's ToDay

En ella os iremos informando de las novedades de la web Castro-Castalia y de alguna otra cosa de interés para el mundo del perro y, También sobre la raza de nuestros amores.

Señor Yahvé: "... en las riberas del río, a una y otra orilla crecerá toda clase de árboles frutales: su follaje no se marchitará y su fruto no se agotará. Cada mes traerán frutos primiciales, porque sus aguas salen del Santuario. Sus frutos servirán de alimento y sus hojas de medicina...". Y ya muy al final del Nuevo Testamento se habla nuevamente de un "árbol de la vida" cuyas hojas "están ahí para curar a las naciones", que muy bien podría ser el olivo. El caso es que la Medicina moderna empieza a tomarse muy en serio las propiedades curativas de las plantas, cuyo uso --como luego veremos-- se pierde en el origen de los Tiempos.

Hay evidencias más que probadas de la importancia que los Egipcios dieron a este árbol, de cuyas hojas extrajeron un aceite esencial utilizado en la ceremonia de momificación de sus faraones y que más tarde emplearon también para curar a los vivos. Pallas Athenea (que los romanos llamaron Minerva), una de las más importantes divinidades griegas, que formó con su padre Zeus y su hermano Apolo la Tríada Suprema, fue la creadora del árbol del olivo según la mitología griega, y plantó el primero entre los terrenos rocosos de la Acrópolis, confiriéndole el poder de iluminar la oscuridad, aliviar las heridas y proveer alimento. Y el propio Hipócrates --siempre él-- recetaba el aceite de oliva para tratar úlceras, problemas musculares e incluso el cólera y la malaria.

Pero el tiempo pasó y como ocurrió con tantos otros "tesoros" que la Naturaleza pone a nuestra disposición, la propiedades curativas de este árbol parecieron caer en el olvido; se continuaron comiendo sus frutos y se siguió extrayendo su aceite para propósitos culinarios y también para otros bien distintos (iluminación, lubricación, etc. tal y como habíamos aprendido de los Romanos) pero poco más.

Tuvieron que pasar muchos siglos hasta que a mediados del XIX un tal David Hanbury escribió un informe que fue publicado en el Pharmaceutical Journal británico, en el que se incluía una sencilla receta que servía para tratar a los colonos que regresaban enfermos de allende los mares, convencido de que la tintura madre que se extraía con este procedimiento era una auténtica panacea para tratar las fiebres tropicales, añadiendo que el la había estando empleado con éxito durante más de quince años. Según él, era una sustancia amarga que se extraía de las hojas la que exhibía tales propiedades. Y según explicó entonces, bastaba con "hervir un puñado de hojas de olivo en un litro de agua, hasta reducir la cocción a la mitad de su volumen original y, una vez enfriada la pócima, administrar al paciente y por boca el líquido resultante a razón de un vasito de vino cada tres o cuatro horas hasta que la fiebre desapareciera".



Esa sustancia amarga a la que Hanbury no supo dar nombre es la misma que cien años más tarde los científicos han denominado Oleuropeína, un compuesto presente en el árbol que le hace especialmente robusto y resistente a los insectos y las bacterias. Poco después investigadores holandeses determinaron que el ingrediente activo de la Oleuropeína es una sustancia que se ha llamado ácido elenólico y ya hacia finales de los años sesenta, la empresa farmacéutica Upjohn demostró que este ácido presenta un importantísimo efecto inhibidor en el desarrollo de los virus y no solo esto sino que además no tiene efectos secundarios ni produce toxicidad alguna en los

CASTRO-CASTALIA BULLMASTIFFS





sujetos sometidos a tratamientos a altas dosis; más tarde se ha comprobado además que el elenolato cálcico tiene además sendas propiedades anti bacterianas y anti protozoarias, lo que explica que antiguamente las hojas del olivo se emplearan para tratar fiebres, catarros e infestaciones por endoparásitos. No iban pues muy desencaminados nuestros antepasados...

El caso es que en los últimos años se ha comenzado a prestar una atención cada vez mayor a los llamados fitonutrientes (fito, del griego = planta) que se encuentran en las raíces, los tallos, las ramas, las hojas, las semillas, etc. de los árboles y arbustos, los vegetales y los frutos y que han sido bautizados con distintos nombres como carotenoides, flavonoides, flavonoles, glucosinolatos, isoprenoides, pignogenoles, polifenoles, proantocianidinas, tocotrienoles, entre muchos otros. Y hace menos de una década se puso a punto una sustancia que se registró con el nombre comercial de "Olivir" que no es otra cosa que un preparado a base del extracto de ciertos químicos derivados de las hojas de algunas especies de olivos (*Olea europea* L.) y que tiene importantes propiedades desintoxicantes y curativas como viricida y bactericida, además de mejorar la actividad inmune de los sujetos que lo consumen.

Lo cierto es que a la vista de todo lo anterior nos debe quedar claro que el uso continuado del aceite de oliva como suplemento natural a la dieta de nuestras mascotas es esencial para procurar su óptima salud y también podría ser adecuado, en casos puntuales, la suplementación con extracto de hojas de olivo (Oleuropeina) en cantidades adecuadas a la talla del animal a tratar y a las necesidades específicas de cada caso. Es importante tener en cuenta, sin embargo, que debido al alto poder limpiador de este producto, en ocasiones y en individuos altamente "tóxicos" (especialmente aquellos que arrastran cualquier dolencia crónica), se produce una reacción inicial que se conoce con el nombre de "Efecto-Die off" y que produce una serie de reacciones (fatiga extrema, diarrea, malestar, dolores musculares y de las articulaciones y otros síntomas similares a los de un enfriamiento) que se prolongan incluso durante varios días y que están íntimamente relacionados con el proceso de desintoxicación que se produce a nivel de todo el organismo. Estos efectos colaterales desaparecen a medida que el organismo se va limpiando, pero puede ser aconsejable disminuir la dosis recomendada a la mitad durante unos días o, incluso interrumpirla y recomenzar de nuevo una semana mas tarde, con una dosis mínima que se irá incrementando paulatinamente a lo largo de varios días hasta alcanzar la dosis total recomendada en función del peso, edad y dolencia del animal a tratar.

PROPIEDADES CURATIVAS DE LA OLEUROPEINA

- Interfiere la producción de aminoácidos esenciales para los virus.
- Interrumpe la multiplicación y diseminación de los virus, conteniendo la infección vírica.
- Penetra en las células infectadas interrumpiendo la replicación vírica.
- Neutraliza las acciones enzimáticas de los retrovirus, previniendo la alteración del RNA de las células sanas.
- Estimula la fagocitosis, que es la respuesta inmune del organismo mediante la cual los glóbulos blancos "engullen" los microorganismos dañinos.

Quedadas Bullmastifferas

A petición de muchos de los propietarios de Bullmastiffs Castro-Castalia y de algunos otros, ponemos en marcha la posibilidad de realizar quedadas por zonas geográficas, si queréis apuntaros, mandar un correo a quedada@castro-castalia.com, organizaremos grupos por zonas geográficas (listas de correo) en las que podréis estar en contacto y así continuar fomentando la socialización de vuestros "peques" con familiares y amigos

CASTRO-CASTALIA BULLMASTIFFS





Lo Natural... ¿Mejor que lo Artificial??

Algunos expertos afirman que el noventa por ciento de las patologías caninas están directamente relacionadas con una nutrición deficiente. Ya hemos visto que, efectivamente, en los últimos cincuenta años parecen haberse multiplicado los problemas de salud en los perros, y no solo porque se diagnostican muchas enfermedades de las que antes apenas se había oído hablar sino y sobretodo porque aparecen más temprano, en animales relativamente jóvenes de apenas cuatro o cinco años de edad, que no han alcanzado todavía la etapa senescente. Los perros de hoy no parecen estar del todo bien, ni física ni emocionalmente y los problemas del sistema inmune, los defectos genéticos y las enfermedades crónicas están al orden del día.

Por eso son cada vez más los propietarios y los criadores que se están sumando a las nuevas teorías que abogan por el uso de alimentos frescos y naturales con los que nutrir a sus perros; hay una corriente, casi una revolución, sobretodo en los Estados Unidos y en Canadá, y también en Australia, que está incorporando cada vez más adeptos a una forma de nutrición mucho más cercana a la que es connatural al canido salvaje y que debiera serlo también al perro doméstico.

En pocos años las estantes de las librerías se han visto inundadas con cientos de nuevas obras que abogan por la alimentación a base de productos cárnicos frescos, de huesos, de verduras y hasta de frutas. En casi todos los casos los autores recomiendan que además de emplear alimentos naturales, en crudo o levemente cocinados al vapor, se suplemente la dieta con distintos tipos de vitaminas y minerales, de algas y de otros productos de lo más variados y variopintos.

Y, realmente, si nos paramos a pensar en lo que ya hemos visto al principio, de cómo se alimentan los primos salvajes de nuestras mascotas peludas, no parece que vayan tan desencaminadas estas teorías de volver a una alimentación más natural y más racional.

¿Dónde está entonces el problema? Indudablemente a todos se nos ocurren varias respuestas. Por un lado, la falta de tiempo para ponerse a preparar, a diario, unas dietas adecuadas y equilibradas, variadas, sabrosas y nutritivas para nuestros perros, cuando la mayoría de nosotros ni siquiera tiene tiempo para cocinar para sí mismo algo especialmente delicioso y atractivo. De otra parte, la falta de conocimiento específico de la materia, que propicie el hacerlo y hacerlo bien. También, el temor a que ciertos productos frescos (sobretodo carnes y vísceras), si ingeridos crudos, pudieran significar que los animales se infesten de parásitos intestinales. La lista de dudas es realmente interminable...

Claro que los autores de muchos de esos libros nuevos, comparten con sus lectores y seguidores una buena cantidad de recetas, explicando por qué se debe utilizar tal o cual ingrediente y por qué ese otro no, indicando incluso las cantidades aproximadas recomendadas según la talla, el peso y la edad de los perros, etc., etc.; es decir que puestos a buscar sugerencias sobre dietas y respuesta a nuestras inquietudes, indudablemente las vamos a encontrar. Y más de una... y ahí radica otro de los problemas. Que son varias las teorías disponibles, que cada maestrillo parece tener su librito y que, así las cosas, si nos ponemos a leer no uno sino varios de los libros disponibles, acabamos con las ideas todavía más confusas, porque entre unos y otros existen muchas disparidades de criterio y son incluso, demasiadas veces, contradictorios.

De lo que no hay duda es de que casi cualquier perro acostumbrado durante años a una alimentación monótona, que sale de un saco o de una lata, cuando finalmente acepta y se acostumbra a comer alimentos frescos (algunos los aceptan desde el primer momento, pero otros no tanto y pueden ser incluso bastante reticentes al menos en primera instancia), se ve más vigoroso, más activo, más saludable en muy poco tiempo. El cambio a mejor es radical y sobretodo muy rápido e incluso esos perros que ya parecían estar sanos, se ven todavía más sanos, más esplendorosos, más relucientes. E irradian una nueva vitalidad que asombra a todos.

Los fabricantes de piensos, una industria que mueve miles de millones en todo el Mundo, advierten de las posibles carencias que una alimentación natural puede tener para el animal, y es lógico que lo hagan, porque indudablemente





tendrían mucho que perder si de la noche a la mañana aumentaran significativamente los detractores de la alimentación preparada y, como consecuencia de ello, su negocio se viniera abajo. Y es cierto que si al perro se le alimenta exclusivamente con cuatro ingredientes, siempre los mismos, pueden generarse ciertas carencias nutricionales. Pero no lo es menos que, alimentados con pienso, también acaban por presentar esas y otras carencias.

Quizás por ello la respuesta esté en el término medio; en conseguir un equilibrio justo entre la dieta comercial y los aportes suplementarios a base de alimentos frescos, aportados de forma regular.

Sorprende constatar que no haya ningún grupo de papilas específicas para detectar los sabores salados, pero ello puede deberse casi con certeza al hecho de que, en estado salvaje, reciben el necesario aporte de sodio a través de la carne que consumen y no tienen pues que procurar sal en ninguna otra fuente alimenticia.

LOS PROS DE LA COMIDA CASERA

- Mejora de la calidad de vida, vitalidad, salud en términos generales y longevidad
- Mejora del sistema inmunológico
- Posibilidad de adecuar la dieta de forma individualizada y acorde a las necesidades de cada animal, en función de su sexo, talla, edad, raza y características específicas
- Significativa reducción en la cantidad de agua ingerida, dado que gran parte de la que necesita la aportan directamente los ingredientes frescos
- De ello se deduce que disminuye drásticamente el riesgo de torsión de estómago
- Mucho mayor digestibilidad
- Y por tanto, disminución de las heces
- Ralentización del crecimiento en cachorros, de lo que se derivan importantes ventajas al disminuir el riesgo de padecer ciertos problemas musculoesqueléticos derivados del crecimiento rápido
- Desaparición casi total del riesgo de padecer cierto tipo de alergias alimentarias directamente relacionadas con los aditivos empleados en los piensos comerciales

CONTRAS DE LA COMIDA CASERA

- Mayor dedicación, al ser necesario prepararla a diario, cada dos días o cada semana, en cantidades más o menos elevadas dependiendo del perro o perros que conviven en el hogar.
- Necesidad de tener disponibles los distintos ingredientes que componen la dieta, en condiciones de frescor y óptima conservación
- Si se opta por elaborar las raciones para toda la semana, quince días o mes completo, será necesario congelarlas y hacerlo en condiciones óptimas para no alterar sus cualidades nutricionales
- Si se emplean productos congelados, saber manejarlos para no romper la cadena de frío
- Disponer de un arcón congelador específico para este fin
- Tener un conocimiento suficiente sobre los distintos componentes que intervienen en la dieta casera, para combinarlos adecuadamente y así nutrir correctamente al animal
- En su caso será necesario administrar al animal una serie de suplementos dietéticos que no siempre son asequibles al bolsillo, ni fáciles de encontrar

LA DIETA NATURAL PARA PERROS UN EJEMPLO PRÁCTICO

Carne: Debe constituir tres quintas partes del menú diario.

Cruda y picada de pollo, pavo, cordero, ternera, vaca buey (pero no cerdo ni conejo); también sirven las vísceras especialmente corazón, lengua, callos, hígado, riñones, mollejas y glándula del timo.

Una o dos veces por semana puede sustituirse la carne por pescados azules frescos o enlatados, conservados en aceite de oliva (bien sean sardinas, como atún, bonito, caballa, etc.)

Hortalizas: Crudas y muy picadas deberían constituir una quinta parte del menú diario.

Especialmente zanahorias, brócoli, la mayoría de las verduras de hoja oscura, espárragos blancos y verdes frescos, guisantes, remolacha, coles de Bruselas, coliflor, repollo, lombarda, berza, apio, col rizada, lentejas, calabaza, brotes de alfalfa, y de soja, calabacines, batata dulce, nabos, etc. (pero no lechuga, ni pepino, ni espinacas, ni rábano).

CASTRO-CASTALIA RULLMASTIFFS





Hay que tener en cuenta que el perro que es alimentado con una dieta natural de estas características, consumirá una muchísimo menor cantidad de agua fresca al día, por lo que la producción de orina se reducirá significativamente al igual que sus heces, dado que asimilará gran parte de lo que consume!

En cuanto a las cantidades, realmente lo esencial es comprobar a lo largo de varios días, el aspecto externo del animal e ir las ajustando poco a poco de manera que no esté excesivamente delgado ni tampoco gordo (las costillas deben poder palparse pero no verse a simple vista al igual que ocurre con las vértebras).

El cambio de una dieta a base de alimentos comerciales a otra como esta, totalmente natural, debe realizarse muy poco a poco, para acostumbrar al animal a los nuevos sabores.

Es esencial tener en cuenta que los alimentos frescos no deben ser administrados a la par que el pienso o la comida de lata, sino siempre por separado y en tomas distintas.

pueden mezclarse con el resto de los alimentos sin problemas.

Manzanas, aguacates, naranjas, limones, limas, mandarinas, pomelos, melones, melocotones, nectarinas, albaricoques, uvas y plátanos.

Los frutos secos más habituales (nueces, avellanas, piñones, almendras) son también excelentes.

Cereales:* Pueden constituir una quinta parte de la dieta

Pero no a diario, sino alternándolos con huevos y derivados lácteos (ver más abajo). Personalmente me decanto por el arroz integral, casi exclusivamente y siempre muy bien cocido para facilitar su digestión. Otras alternativas puede ser el cous-cous y la quinoa.

Huevos: Pueden constituir una quinta parte de la dieta

Siempre alternándolos con los cereales y los derivados lácteos, de tal manera que a la semana el perro pequeño no consuma más de un huevo, el mediano dos y el de talla grande/gigante un máximo de tres. Siempre cocidos (durante 4-5 minutos), CON SU cáscara, que deberá ser triturada hasta reducirla a un polvo denso.

Derivados lácteos: Pueden constituir una quinta parte de la dieta

Siempre alternandolos con los huevos y los cereales. La leche de vaca no es recomendable pues causa problemas digestivos (recordemos que en estado salvaje los perros sólo beben leche durante la lactancia!).

Sin embargo una excelente opción es la leche kefirada, el yoghurt natural con lactobacilos, el queso blando, el queso "Cottage" y la cuajada natural.

Aceites: A diario

Un chorrito de aceite de oliva, a diario y otra de aceite de hígado de bacalao (esporádicamente) mezclado con el alimento es una excelente fuente de grasa vegetal de la mejor calidad, lo mismo que una nuez de mantequilla fresca (a diario) en sustitución del aceite de oliva.

La cantidad debe ser igual a una cucharada de café para perros pequeños, de té para perros medianos, media cucharada de sopa para perros grandes y una cucharada de sopa para perros gigantes.

Suplementos:

A todo lo anterior habría que añadir uno o más de los siguientes suplementos, teniendo en cuenta que incluso la comida fresca y cruda de hoy día (debido al uso y abuso de insecticidas, pesticidas, etc.) no es todo lo "natural" que se quisiera.

Vitamina E (hidrosolubles), aptas para el consumo humano, en cantidad igual a la dosis recomendada para niños o adultos, dependiendo de la talla. Complejo Vit B, Algas marinas, Enzimas digestivas, MSM

Tomates, patatas, pimientos y berenjenas están desaconsejados en perros que padezcan cualquier síntoma de artritis, procesos respiratorios o cualquier otra condición inflamatoria o que afecte a las mucosas y también si están altamente parasitados tanto interna como externamente; pero si no es así, también pueden añadirse de forma esporádica a la dieta.

Los ajos son excelentes y sería conveniente que todos los perros tomaran 1-2 dientes de ajo al día, en función de su peso.

Las cebollas están sin embargo contraindicadas en la mayoría de los casos por lo que no se recomiendan.

Frutas: Pueden alternarse con las hortalizas

Para una mayor variedad y sobretodo por la comodidad del propietario y de lo que tenga más a mano cada día en su cesta de la compra.

No obstante es importante tener en cuenta que dado que se digieren en poco mas de 20-30 minutos es esencial que las frutas no se den al mismo tiempo que cualesquiera otros ingredientes de la dieta diaria, para evitar causar problemas gástricos. Deberán pues darse siempre por separado, con excepción de manzanas y aguacates, que sí





Fotos de la Camada Chuches (con 7 semanas)



CASTRO-CASTALIA RULLMASTIFFS

