CUIDA TU PERRO VIEJO · HOJA PARA IMPRIMIR

# Registro de calidad de vida de tu perro mayor

Adaptación de la escala HHHHHMM de la Dra. Alice Villalobos. Puntúa cada área de 0 a 10 con lo que has visto, a la misma hora del día, y lleva la hoja a la consulta. Lo que más ayuda al veterinario es ver cómo cambia cada fila con el tiempo.

Nombre del perro _____ Edad _____ Veterinario y teléfono _____

**No esperes a rellenarla** si tiene dificultad para respirar, dolor intenso o se desploma: busca atención veterinaria inmediata. Si marcas 0 en dolor, llama a tu veterinario aunque el resto de las áreas estén bien.

| Área (0 a 10) | Fecha ___/___ | Fecha ___/___ | Fecha ___/___ | Fecha ___/___ | Fecha ___/___ | Fecha ___/___ | Fecha ___/___ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Dolor**<br>¿Control adecuado del dolor y la respiración?<br>0 = Mucho dolor · 10 = Sin dolor | | | | | | | |
| **Apetito**<br>¿Come por su cuenta o necesita ayuda?<br>0 = No come nada · 10 = Come con ganas | | | | | | | |
| **Hidratación**<br>¿Bebe suficiente agua?<br>0 = Deshidratado · 10 = Bien hidratado | | | | | | | |
| **Higiene**<br>¿Se mantiene limpio?<br>0 = Sucio/Llagas · 10 = Limpio | | | | | | | |
| **Felicidad**<br>¿Muestra alegría?<br>0 = Deprimido · 10 = Feliz | | | | | | | |
| **Movilidad**<br>¿Puede moverse solo?<br>0 = Inmóvil · 10 = Camina solo | | | | | | | |
| **Balance**<br>¿Hay más días buenos que malos?<br>0 = Lucha constante · 10 = Plenitud | | | | | | | |
| **Suma (0 a 70)**<br>Orientativa: no es un diagnóstico. | | | | | | | |
| **Notas del día**<br>Cambios, medicación, un día malo… | | | | | | | |

CÓMO USAR LA HOJA

## Qué mirar en cada área

- **Dolor.** Si el dolor está controlado y puede respirar con facilidad.
- **Apetito.** Si come lo suficiente por su cuenta o necesita que le ayudes. Anota lo que deja en el plato.
- **Hidratación.** Si bebe lo suficiente. Cualquier cambio en la sed se comenta en consulta.
- **Higiene.** Si se le puede mantener limpio y seco, y si tiene llagas por estar mucho tiempo tumbado.
- **Felicidad.** Si muestra interés por la familia, responde a las caricias y disfruta de pequeños placeres.
- **Movilidad.** Si se levanta y camina solo o necesita ayuda, arnés o rampa, y si tiene ganas de moverse.
- **Balance.** Si en la semana hubo más días buenos que malos. Marca los días malos en la fila de notas.

## Cómo leer la suma

- La suma va de 0 a 70, pero **no es un aprobado ni un suspenso**. Esta adaptación no fija cortes para decidir nada.
- Un 0 o un valor muy bajo en un área importa por sí solo: una suma alta no lo compensa.
- Lo útil es la tendencia: qué filas bajan de una semana a otra y desde cuándo.
- No cambies ni retires un tratamiento por lo que salga en la hoja. Coméntalo en la consulta.

## Notas para la consulta

La escala HHHHHMM (Hurt, Hunger, Hydration, Hygiene, Happiness, Mobility, More good days than bad) fue desarrollada por la Dra. Alice Villalobos. Esta hoja es una adaptación de Cuida tu Perro Viejo para registrar observaciones en casa: ordena lo que ves y no sustituye la valoración veterinaria. Versión de octubre de 2026. Versión interactiva y fuentes: cuidatuperroviejo.com/herramientas/calculadora-calidad-vida-perros