

¡A comer! La alimentación de los periquitos

La alimentación del periquito no es especialmente complicada, pero tampoco basta con un poco de mijo y alpiste y de vez en cuando una hoja de lechuga.

¡Cuanto más variada sea la alimentación, menos probable es la aparición de carencias nutricionales y otras enfermedades como la obesidad! Además los periquitos te agradecerán un menú variado y sabroso, ellos también tienen sus gustos, y se alegrarán de no tener que comer todos los días lo mismo. Pero ten en cuenta que no todos los alimentos son aptos para nuestro pequeños amigos, hay algunos perjudiciales o incluso venenosos.

Un componente imprescindible de la dieta son las frutas y verduras. Aparte de su contenido en vitaminas y sustancias minerales aportan mucha variedad: todos los frutos son diferentes en cuanto a consistencia y sabor. Al ser pobres en calorías y grasas (por lo menos la mayoría) previenen la obesidad y ayudan a que no aparezca.

Semillas

Los periquitos son principalmente granívoros (aunque también las frutas y verduras son una parte imprescindible de su dieta). Siempre deben tener una buena mezcla de semillas a su disposición.

¿De dónde?

En principio, puedes dar una mezcla como las que venden en cualquier supermercado, pero no son las mejores: suelen ser poco variados, contienen tres o cuatro tipos distintos de semillas, que es muy poco. Además con frecuencia están caducados, y por tanto pobres en vitaminas.

Es recomendable que con cualquier mezcla hagas la prueba de la germinación: cuenta 100 semillas y déjalos cubiertos de agua durante unas ocho horas. Después los lavas (en un colador) bajo el grifo y los dejas 24 horas en un lugar oscuro, pero de modo que les llegue el aire. Al día siguiente empezarán a germinar. Nunca germinarán todos, pero cuantos más, mejor. Una mezcla es buena si germinan más del 80 % de las semillas, si germinan menos de la mitad la mezcla no se debería utilizar.

Puedes comprar semillas sueltas, y mezclarlos en proporciones adecuadas (haz también la prueba de la germinación). Un ejemplo de mezcla es:

40 % de Alpiste

20 % de Mijo plateado

10% de Mijo de Plata

15 % de Mijo de Japón

5 % de Mijo de Senegal (Panizo)

Los 10 % restantes: Escanda, Avena, Cafamo, Linaza, Amapola...

Cuanto?

La mezcla debe estar siempre a libre disposición de los periquitos. Como regla general, se puede decir que un periquito come aproximadamente una cucharada de semillas por día, pero esta cantidad depende también de la edad, del ejercicio que hace, y de la cantidad de otros tipos de alimentos que come diariamente (frutas, verduras...).

En cualquier caso, si notas que tu periquito está más gordo de lo que debera estar, la solución no está en restringir la cantidad de comida. Ningún periquito normal come más de lo que le conviene si no tiene una buena razón, como puede ser: aburrimiento (periquitos sin pareja suelen sufrir obesidad con mucha más frecuencia que aquellos que viven en pareja o en grupos), falta de movimiento (ijaulas muy pequeñas!), enfermedades, etc. la solución está en remediar la causa y ofrecer más frutas y verduras, que no engordan.

Semillas que debera contener la mezcla

Alpiste (Phalaris canariensis): semillas grises y alargadas, miden unos 3 mm. Son fáciles de abrir (ideal para periquitos jóvenes) y bastante nutritivos. La mezcla puede contener hasta un 40 % de esta semilla.

Mijo (Setaria, Panicum): hay distintas especies, es la semilla para periquitos por excelencia. Suelen ser semillas redondeadas, que varían en tamaño y color.

Mijo plateado: semillas redondeadas y grisáceas. Fácilmente digestibles y nutritivos, una buena mezcla contiene por lo menos un 20 %.

Mijo de Plata o mijo amarillo: semillas parecidos a la anterior, pero más pequeñas y amarillentas. Es el mijo más barato y suele ser el componente mayoritario de las mezclas comerciales, pero si tú mismo fabricas la mezcla, es recomendable que contenga como mucho un 15 %.

Mijo rojo: semillas redondeadas y rojizas oscuras. Son duros (dificiles de pelar) y no demasiado nutritivos, pero se suelen aanadir a mezclas comerciales por ser "bonitos". Son prescindibles.

Mijo de Japón: semillas grisáceas y triangulares. Son muy nutritivos y fáciles de pelar, además a los periquitos les gusta mucho su sabor. Por desgracia, al ser bastante cara, las mezclas comerciales no la suelen llevar. Si preparas tu propia mezcla, procura aanadir por lo menos un 10 %.

Mijo de Senegal o Panizo: semillas pequeñas y redondas, amarillas o rojizas. A los periquitos les encantan, pero son bastante calóricos. Como mucho la mezcla debera contener un 5 %. También se vende en racimos, una golosina especial para los periquitos.

Escanda (Triticum spelta): Es un cereal parecido al trigo, las semillas son alargados y verdosos. Son muy nutritivos y pobres en grasa, y una vez que los periquitos lo hayan descubierto les suele encantar.

Avena (*Avena sativa*): semillas alargadas y bastante grandes. La mayoría de las mezclas comerciales contienen un cierto porcentaje de avena, pero este nunca debería pasar del 5%: la avena es muy calórica y rica en grasas, es decir, engorda bastante.

Cañamón (*Cannabis sativa*): semillas redondeadas, grandes y verdosas. La mayoría de los periquitos no se comen las semillas, simplemente porque son muy duros y difíciles de pelar. Pero para aquellos periquitos que lo aprenden suelen ser una auténtica golosina. (El cáñamo de las mezclas para pájaros por supuesto no es el mismo del que se obtiene hachís. El cáñamo para pájaros no es ni alucinógeno, ni es ilegal tener las semillas, ni siquiera las plantas si los haces germinar.)

Linaza: semillas aplanados, canelos y pequeños. Son muy ricos en grasa (hasta el 35%), pero muy sabrosos. La mezcla habitual no debe contener más del 2% aprox., pero durante la época de cría, enfermedades, estrés, etc.; se puede aumentar la proporción de linaza de la mezcla.

Amapola: semillas negro-grisáceos, pequeños y redondeados. Igual que la linaza, son sabrosos pero muy ricos en grasas, por ello, tampoco conviene que haya más de un 2% en la mezcla. (Las semillas de amapola comerciales provienen de la amapola roja, y no de la adormidera, que contiene opiatos. Por ello, solo los compres, no los colecciones tú mismo, los de la dormidera, de flores blancos, son venenosos).

Semillas germinadas

¡La golosina especial para tus periquitos! Al germinar, en las semillas se producen procesos bioquímicos que aumentan su valor nutritivo y el contenido en vitaminas. Además, una vez que los periquitos hayan descubierto esta comida, les encantará.

Lo ideal sería que por lo menos una vez a la semana se ponga a disposición de los periquitos. La cantidad adecuada es media cucharada por periquitos (de semillas secas), pero un exceso no hace daño. ¡Cuidado! Es muy importante que retires las semillas germinadas después de como mucho cuatro horas, se pudre con mucha facilidad y echa mohos. ¡Nunca ofrezcas semillas germinadas a tus periquitos si observas trazas de moho o huelen raros (fuertes, a mohos, desagradables)!

Puedes hacer germinar la mezcla de semillas habitual. Pero retira las semillas de avena (suelen estar pelados, y en vez de germinar, se pudren), linaza (se recubren con una especie de moco al mojarse, los periquitos los suelen rechazar entonces). Otras semillas ideales para hacerlos germinar son:

Amaranto (*Amaranthus caudatus*): semillas pequeñas, redondas y duras de distintos colores, desde el amarillo al negro. Altamente digestibles, pero más que como componentes de la mezcla son ideales para hacerlos germinar.

Trigo (*Triticum*): el trigo se puede dar a los periquitos, pero siempre remojado en agua, como golosina, si no es demasiado duro. Es muy rico en vitamina B, además de nutritivo.

Quínoa: semillas redondeados verde - grisáceos, procedentes de Sudamérica. Son ideales para hacerlos germinar, pero en forma seca son demasiado duros y de sabor amargo. Germinados son una auténtica golosina.

Con mucha facilidad germina el alpiste.

Para hacer germinar las semillas: lávalos bajo agua corriente en un colador. A continuación, déjalos en un recipiente abierto cubiertos de agua de cinco a ocho horas (nunca más). Luego se vuelven a lavar, y se dejan en un colador (para que les llegue aire de todas las direcciones) encajado dentro de un recipiente, cubiertos pero de forma que entre el aire, durante 24 - 36 horas. Se lavan cada 12 horas. Pasados este tiempo asomarán los brotes, entonces los puedes ofrecer a los periquitos.

¿Pienso en "pellets"?

Hay unas mezclas en forma de bolitas o "pellets" que venden para periquitos y cualquier clase de aves. Seguramente, contienen todos los nutrientes necesarios en la proporción adecuada, pero lo más común es que los periquitos pasen de ellos.

Para algo son granívoros, y lo que comen en libertad son precisamente semillas y hierbas. Hay miles de criadores y dueños que alimentan a sus periquitos con la "dieta tradicional" y consiguen muy buenos resultados. Mientras las semillas sean de buena calidad, la mezcla contenga las semillas en la proporción adecuada, y el dueño además proporciona frutas y verduras a sus periquitos, es una opción perfectamente válida.

¿A ti te gustaría comer todos los días lo mismo? Por muy completa que sea la dieta con el pienso, es aburrida y monótona para los periquitos.

Además no puedes comprobar en qué condiciones se transporta y almacena el pienso, por muy completa que sea la mezcla cuando sale de la fábrica, hay vitaminas que se desnaturalizan con el calor, el frío, la luz solar o simplemente con el tiempo. Así que, la mezcla, mal almacenada, puede perder mucho de su valor nutritivo.

Y esto, con una dieta variada rica en frutas, verduras, semillas germinadas, etc. se puede evitar en medida de lo posible.

Si a pesar de todo quieres alimentar a tus periquitos con este pienso (suponiendo que lo comen), no dejes por ello dar frutas y verduras todos los días. Incluso es recomendable combinarlo con una mezcla de semillas, para que los periquitos puedan elegir lo que más les guste.

Frutas y verduras

Las frutas y verduras son tan importantes como las semillas en la alimentación de los periquitos. Aportan vitaminas imprescindibles y aportan variedad al menú diario.

¿Qué cantidad?

Tanto como quieren. Las frutas no engordan, ni tienen ningún otro efecto perjudicial. Tampoco es cierto que provocan diarreas (ver más abajo).

Como mínimo, es recomendable que ofrezcas a tus periquitos todos los días un trocito de fruta o verdura diferente. Si les puedes dar varias variedades a la vez, mejor que mejor, pero por lo menos intenta ofrecérselos a diario.

¿Cómo?

Lo más fácil es cortar las frutas o verduras en trocitos un poco más anchos que la separación entre las rejas de las jaulas y engancharlos, esto solo es posible con frutas más o menos duros como manzanas o peras. Frutas más blandas mejor se ofrecen dentro de un comedero aparte, contados en pequeños trocitos, a modo de bocados. También los puedes poner encima de un pequeño plato en el suelo de la jaula, nunca debajo de una percha donde les pueden caer excrementos. También puedes rallar las frutas o verduras, a mis periquitos les encanta la zanahoria rallada.

Antes de ofrecer cualquier fruta o verdura, lávala bien con abundante agua. La mayoría de las frutas están tratados con pesticidas, que incluso en pequeñas cantidades pueden resultar fatal para nuestro periquito. Para estar en el lado seguro, incluso es recomendable ofrecerlos sin cáscara, si no estás seguro de que provienen de cultivos biológicos.

Sobra decir que las verduras se ofrecen crudos, nunca cocidos.

Nunca ofrezcas nada que venga directamente de la nevera, puede provocar trastornos digestivos. Espera a que tenga temperatura ambiente.

Retira cualquier resto de fruta o verdura que los periquitos no hayan comido por la noche, nunca dejes que se pudra dentro de la jaula.

¿Las frutas no provocan diarreas?

No. Las frutas y verduras son sanos e importantes y NO provocan diarreas, tampoco en grandes cantidades. Pero esta falsa creencia es de fácil explicación:

Las semillas que estamos acostumbrados a ofrecer a nuestros periquitos contienen poca cantidad de agua, en cambio, gran parte de las frutas y verduras es agua pura. Entonces un periquito que come muchas frutas tomará más líquido que uno alimentado solo con semillas. El agua que sobra se excreta con la orina. Pero las aves no tienen vejiga urinaria, sino que la orina se excreta junto con las heces. La mancha blanca en el centro de una "bolita" en realidad es la orina, el anillo oscuro las heces. Si el pájaro toma mucho líquido lógicamente habrá más orina, y este más de líquido también licua las heces, pareciendo que el periquito sufre diarreas. Esto es falso, no hay que preocuparse, es un fenómeno completamente normal y lejos de ser peligroso. Pocas horas después de dejar de tomar las frutas las bolitas volverán a su estado normal.

Si el periquito no quiere comer fruta...

Los periquitos parecen vivir según el lema: lo que no conocen, no se lo comen. Es normal que la primera vez que les ofrezcas algo nuevo ni lo prueban. Pero con paciencia y una serie de trucos puedes convencerlos:

Prueba con rallar las frutas: funciona muy bien con zanahorias. Mezclas un poquito de zanahoria rallada dentro de las semillas, o la ofreces en un comedero aparte cubierto de semillas. Puede que el periquito lo pruebe, más bien por casualidad, y le coja el gusto.

Ata un trozo de fruta a una cuerda y cuélgalo del techo de la jaula, a lo mejor junto a un cascabel. Probablemente el periquito se acercará al supuesto juguete y acabará mordiéndolo, notando que no sabe tan mal...

Los periquitos son terriblemente envidiosos: si ven a otro periquito comiendo algo en seguida también lo querrán. A veces funciona incluso si tú mismo te pones delante del periquito y te

comes, bien visible, un trozo de fruta. Sobre todo en periquitos mansos esta estrategia funciona bastante bien.

¡Nunca pierdas la paciencia! Llegará el día donde el periquito se comerá la fruta que le pongas, no dejes de ponerles esta comida tan sana porque no se lo comen. Hasta ahora, todos lo han aprendido.

Frutas aptos para los periquitos

Arándanos	Cerezas	Chirimoyas*	Duraznos
Frambuesas	Fresas	Granadas*	Grosellas
Guayabas*	Higos**	Kakis*	Kivis*
Mandarinas*	Mangos*	Manzanas	Melocotones
Melón*	Moras	Naranjas*	Nisperos
Papaya*	Peras	Piñas*	Plátanos (Bananas)*
Sandía*	Tunos (higo-picos)*	Uvas **	

* Siempre pelados

** Solo frescos, nunca se deben ofrecer en forma de frutos secos, estos suelen estar sulfurados (vale para cualquier otra fruta también)

Verduras aptas para los periquitos

Acelgas (las hojas)	Achicorias*	Apio*	Berenjenas*
Calabacines*	Espinacas	Guisantes	Hinojo
Lechugas**	Maíz (Mazorcas frescas)	Pepino	Pimientos
Tomates	Zanahorias*		

* Siempre pelados

** Las lechugas tienen algo de mala fama en la alimentación de los periquitos, se dice de ellos que provocan diarreas (lo que no es verdad, simplemente son muy ricas en agua, ver apartado "¿la fruta no provoca diarreas?"). Su única "pega" es que suelen provenir de cultivos intensivos, sometidos a fuertes tratamientos con pesticidas, de los que pueden quedar residuos que no siempre se pueden eliminar con un simple lavado. Para no correr riesgos es recomendable comprar lechuga proveniente de cultivos ecológicos, aunque sea un poco más cara. No des cantidades excesivas y siempre combinado con otras frutas y verduras, ya que la combinación de nutrientes de la lechuga (en cuanto a la relación calcio/fósforo) no es la más adecuada y si la dieta restante es pobre en calcio puede favorecer una carencia de este mineral.

Frutas y verduras perjudiciales o venenosas para los periquitos

Dátiles	Ruibarbos
Pomelos	Ciruelos en grandes cantidades
Limonos y Limas	Aguacate** N
Maracuyas (parchitas)	Patatas crudas
Alubias	Judías N
Perejil*	Cebollas

*Hay distintas opiniones sobre si el perejil es venenoso o no para los periquitos. Contiene myristicina, una sustancia potencialmente venenosa, pero en cantidades muy bajas. Pero las concentraciones de esta sustancia dependen de la variedad (las de hojas lisas son más venenosas), de las condiciones de cultivo, etc. Yo prefiero no arriesgar, hay muchas alternativas al perejil.

**El aguacate es muy peligroso para los pájaros, por un lado porque (sobre todo cerca del hueso) es venenoso para las aves, y también porque es prácticamente grasa pura, por tanto muy calórico.