



Koolhydraten in kattenvoer

Hoeveel is gezond voor jouw kat?

Kort antwoord 

Katten hebben **geen grote hoeveelheid koolhydraten nodig**. Een beetje is niet erg, maar heel veel ook niet. Voor een gezonde kat is een voeding met ongeveer **5 tot 25% koolhydraten (op energiebasis)** een mooie richtlijn. Kijk daarbij altijd naar het totaalplaatje, niet alleen naar één cijfer.

Waarom zitten er eigenlijk koolhydraten in kattenvoer?

Veel mensen denken dat koolhydraten alleen maar "vulling" zijn.

Dat klopt niet helemaal.

Bij droogvoer zijn koolhydraten nodig om de brok stevig te maken. Zonder zetmeel zou een brok uit elkaar vallen tijdens de productie.

Natvoer bevat meestal vanzelf al veel minder koolhydraten.

Kan een kat koolhydraten verteren?

Ja, maar minder goed dan bijvoorbeeld een hond.

Een kat is van nature een vleeseter. Zijn lichaam is vooral gemaakt om eiwitten en vetten uit vlees te gebruiken.

Dat betekent niet dat een kat helemaal geen koolhydraten kan verwerken, maar wel dat grote hoeveelheden minder goed bij hem passen.

Hoeveel koolhydraten zijn een goede richtlijn?

Je hoeft echt niet ieder percentage uit je hoofd te leren.

Deze eenvoudige tabel is voldoende.

Situatie	Richtlijn
Gezonde kat	5 - 25%
Mijn voorkeur	12 - 14%
Boven de 25%	Liever vermijden
Kat met overgewicht Zo laag mogelijk binnen een complete voeding	

Staat dit op de verpakking?

Helaas niet.

Fabrikanten hoeven het percentage koolhydraten niet op de verpakking te zetten.

Daarom lijkt het soms alsof twee voedingen hetzelfde zijn, terwijl er juist veel verschil tussen zit.

Graanvrij betekent niet automatisch koolhydraatarm

Dit is misschien wel de grootste misvatting.

Op een zak kan groot "**Graanvrij**" staan.

Maar granen worden dan vaak vervangen door:

- Aardappel
- Erwten
- Tapioca

Ook deze ingrediënten bevatten koolhydraten.

Graanvrij betekent dus niet automatisch dat een voeding weinig koolhydraten bevat.

Kijk nooit alleen naar de koolhydraten

Een voeding beoordeel je altijd als geheel.

Denk aan:

- ♥ voldoende eiwit
- ♥ gezonde vetten
- ♥ juiste hoeveelheid calorieën
- ♥ koolhydraten

Een voeding met iets meer koolhydraten kan nog steeds een uitstekende keuze zijn als de rest van de samenstelling goed is.

Wanneer worden koolhydraten een probleem?

Koolhydraten veroorzaken niet zomaar diabetes.

Maar bij katten die:

- Overgewicht hebben
- Weinig bewegen
- Aanleg hebben voor diabetes

Kan een voeding met veel koolhydraten minder geschikt zijn.

Het gewicht van de kat blijft uiteindelijk belangrijker dan alleen het koolhydraatpercentage.

Poezenliefde-tip ♥

Laat je niet misleiden door mooie teksten op een verpakking.

"Graanvrij", "premium" of "natuurlijk" zegt niet automatisch iets over de kwaliteit.

Kijk altijd naar het complete plaatje.

Veelgestelde vragen

Zijn koolhydraten slecht voor katten?

Nee. Kleine hoeveelheden zijn prima. Het gaat vooral om de totale samenstelling van het voer.

Is natvoer altijd lager in koolhydraten?

Vaak wel, maar niet altijd. Vergelijken blijft verstandig.

Is graanvrij beter?

Niet per se. Graanvrij betekent niet automatisch minder koolhydraten of een betere voeding.

Kan een kat zonder koolhydraten?

Een kat heeft geen grote hoeveelheid koolhydraten nodig. Hij haalt zijn energie vooral uit eiwitten en vetten.