

LE POIDS D'UN CHAT EN BONNE SANTÉ: QUEL EST-IL ET COMMENT LE CONTRÔLER?



## LE POIDS D'UN CHAT EN BONNE SANTÉ: QUEL EST-IL ET COMMENT LE CONTRÔLER?

Partager

- [Facebook \(opens in new window\)](#)
- [Twitter \(opens in new window\)](#)
- [Pinterest \(opens in new window\)](#)
- [Download \(opens in new window\)](#)

## CONTRÔLE DU POIDS ET ALIMENTATION DU CHAT : QUELS ENJEUX ?

Veiller à ce que votre chat ait un bon poids de forme est essentiel à son bien-être à court et à long termes. Non seulement cela contribue à sa qualité de vie en général, mais cela peut également permettre de réduire les risques pour sa santé et aider à prolonger son espérance de vie.

Malheureusement, de récentes études révèlent que 40 % des chats domestiques sont en surpoids ou obèses<sup>1</sup>. Ce pourcentage élevé est en grande partie dû au fait que les animaux domestiques n'ont pas une alimentation adaptée aux modifications de leur mode de vie dans le temps, p. ex., bienfaits nutritionnels spécifiques et/ou quantité de nourriture. Assez logiquement, et tout comme pour nous, les humains, les exigences nutritionnelles de votre animal domestique évoluent en fonction de son mode de vie. Tout est une question d'équilibre.

Toutefois, la prise de poids chez les chats dépend également d'autres facteurs, tels que :

- le sexe ;
- la stérilisation ;
- les antécédents médicaux ;
- l'âge ;
- le manque d'exercice.

Aujourd'hui, il est largement admis que le mode de vie moderne des animaux domestiques exige un régime alimentaire plus adapté. Celui-ci doit prendre en compte les facteurs les

plus importants liés à son mode de vie et à son âge.

## ARRIVER AU JUSTE ÉQUILIBRE

Vous ne savez peut-être pas quelle quantité de nourriture donner à votre chat. Vous pouvez toutefois être certain qu'en lui donnant la quantité adaptée à son sexe, à son âge, à son mode de vie et à son éventuelle stérilisation, vous l'aidez à conserver son poids de forme.

**Un mot du Dr Cornelia Ewering, expert en nutrition pour Perfect Fit** - « Si la quantité de nourriture que vous donnez à votre animal joue un rôle important dans le poids de votre chat, la manière et le moment où vous le nourrissez sont tout aussi déterminants. Votre chat consacre à son alimentation moins d'une heure par jour alors qu'il passe la plupart de son temps à dormir (entre 14 et 18 heures par jour). Par conséquent, ses repas doivent être répartis dans la journée et être donnés en petites quantités. Les distributeurs de croquettes spécialement conçus peuvent le rassasier naturellement, en espaçant de manière efficace ses repas dans la journée. Ils présentent également un avantage supplémentaire : ils stimulent mentalement votre chat qui est incité à chercher et à faire un effort pour obtenir ses croquettes.



Cela dit, le seul fait d'ajuster l'apport en calories de votre animal ne constitue qu'une partie de la solution. La nourriture pour chat recommandée par les vétérinaires peut vous être utile, mais trouver le bon équilibre de masse corporelle pour votre animal nécessite une approche globale. Celle-ci suppose un mode de vie sain, [accompagné d'exercice régulier](#), qui peut être obtenu grâce au jeu.

**Un mot du Dr Corinne Lesaine, vétérinaire conseil pour Perfect Fit** - « Votre chat reste en forme grâce à des jeux qui lui permettent de chercher et de chasser. Dans un environnement peu stimulant, votre chat considère la nourriture comme un moyen de tromper son ennui et céder à sa demande de nourriture et de friandises renforcera ce comportement. Vous pouvez choisir de réserver les friandises aux moments de jeu et d'apprentissage. Ce sont en effet d'excellentes occasions de lui faire plaisir et de tromper son ennui avec des activités ludiques et stimulantes, qui vous permettront de le récompenser de ses efforts. Afin de l'aider à maintenir son poids de forme, ses rations de nourriture doivent être adaptées à la quantité de friandises que vous lui donnez dans la

journée. »

## LE BON TRIO POUR SA SANTÉ

Chacun sait que pour bien gérer le bien-être de votre animal, il est indispensable d'adopter une approche intégrée qui associe une **alimentation saine** (en ayant éventuellement recours à des aliments de régime pour chat), **suffisamment d'exercice** et de stimulation mentale par des **interactions ludiques**. Il est possible de représenter ces trois valeurs de base par les trois piliers du bien-être que sont **la nourriture/l'exercice/le jeu**. Pour nous, ils sont indispensables pour que votre animal de compagnie reste en forme tout au long de sa vie !

Cette approche structurée part du principe que ces trois piliers vont de pair et qu'ils contribuent mutuellement à améliorer le bien-être général de votre animal. Offrir un mode de vie globalement plus équilibré ne suffit pas, et cette approche entraînera une interaction plus proche entre le propriétaire et son animal de compagnie. C'est une situation où tout le monde est gagnant !

Le contrôle du poids de votre animal exige une certaine discipline, mais il est indispensable pour qu'il reste en bonne santé et pour assurer son bien-être tout au long de sa vie. La qualité et la quantité de nourriture que vous donnez à votre chat sont deux facteurs déterminants, en particulier chez les chats stérilisés qui sont plus enclins à prendre du poids. Toutefois, lui donner la possibilité de bouger et de faire de l'exercice physique est tout aussi important. Nous sommes persuadés que le jeu sera bientôt votre meilleur allié pour motiver votre chat !

- <sup>1</sup> source : Mars

---

### Source URL:

<https://www.perfectfit.be/conseils-chat/nourrir/le-poids-dun-chat-en-bonne-sante-quel-est-il-et-comment-le-controler>