

Complementos vegetales para felinos: la lista completa de verduras que tu gato puede comer sin riesgos

13/12/2025



La **alimentación de los gatos** suele generar múltiples interrogantes entre quienes conviven con ellos. Aunque se trata de animales carnívoros estrictos, cada vez más tutores buscan complementar su **dieta con opciones naturales** que puedan aportar beneficios adicionales a su salud. En ese contexto, surge una pregunta frecuente: **¿es seguro que los gatos coman verduras?**

Los especialistas coinciden en que la proteína animal es irremplazable en la dieta felina. Los gatos necesitan nutrientes específicos que solo se encuentran de forma natural

en la carne. No obstante, esto no significa que ciertos **vegetales** no puedan ofrecerse como **complemento ocasional**, siempre que se haga de manera responsable y bajo determinadas pautas.

En cantidades pequeñas, algunas **verduras** pueden aportar **fibra, vitaminas y antioxidantes** que colaboran con la digestión y el tránsito intestinal.

Además, en gatos con tendencia al estreñimiento o con dietas muy secas, estos alimentos pueden resultar un apoyo puntual. Sin embargo, **su incorporación debe ser excepcional y nunca habitual**, ya que el sistema digestivo del gato no está diseñado para procesar grandes cantidades de vegetales.

Verduras seguras para gatos

Según expertos y el blog de bienestar de *Tiendanimal*, las siguientes verduras pueden ofrecerse de manera segura y controlada, **siempre bien cocidas o al vapor, sin condimentos ni aceites**:

- **Zanahoria:** rica en betacarotenos y fibra, ayuda a mejorar la digestión y aporta antioxidantes.
- **Calabaza:** excelente para regular el tránsito intestinal y mantener la hidratación gracias a su contenido de agua.
- **Pepino:** bajo en calorías y alto en agua, puede ser útil para mantener al gato hidratado.
- **Brócoli:** aporta vitaminas C y K, y fibra; debe ofrecerse en pequeñas cantidades para evitar gases.



los gatos pueden comer brócoli en pequeñas cantidades, ya que no es tóxico y aporta fibra, vitaminas y antioxidantes, Foto: Unsplash

- **Acelga:** fuente de vitaminas y minerales, ideal como complemento ocasional.
- **Lechuga:** ligera y con fibra, ayuda a la digestión pero no aporta nutrientes esenciales.
- **Remolacha:** rica en antioxidantes y vitaminas, se recomienda en porciones muy pequeñas.
- **Tomate:** se debe ofrecer solo la parte roja y madura, evitando hojas y tallos que son tóxicos.



Un trozo pequeño de tomate maduro, rojo y sin piel puede ser seguro. Foto: Unsplash.

- **Calabacín:** bajo en calorías y fácil de digerir, puede ser un complemento saludable.
- **Espinaca:** aporta hierro y vitaminas, aunque debe darse moderadamente debido al ácido oxálico.
- **Judías verdes:** ricas en fibra y vitaminas, contribuyen a la saciedad y al tránsito intestinal.
- **Arvejas:** ofrecen fibra y proteínas vegetales, pero siempre cocidos y en pequeñas cantidades.
- **Apio:** contiene vitaminas A y C, y ayuda a la digestión; se recomienda picado y cocido.
- **Pimiento rojo:** fuente de vitamina C y antioxidantes; se debe ofrecer sin semillas ni tallos.



Dieta felina: verduras que pueden beneficiar a tu gato. Foto: Freepik.

A pesar de estas opciones, **muchos gatos no muestran interés por las verduras**. A diferencia de los perros, suelen ser selectivos con los alimentos y rechazan sabores o texturas que no les resultan atractivos. Esta falta de curiosidad es completamente normal y **no debe forzarse**.

Por último, los veterinarios recomiendan **consultar siempre con un profesional** antes de introducir cambios en la alimentación del gato, especialmente si el animal presenta problemas de salud. Con información adecuada y moderación, las verduras pueden ser un complemento ocasional, pero nunca el eje de la dieta de un felino.

Fuente: Canal 26