

52^{ES} JOURNÉES DE
GÉRONTOLOGIE
DE L'OUEST ET DU CENTRE

COMMENT RENDRE L'ALIMENTATION DES SÉNIORS PLUS ATTRACTIVE ?

Dr Marie MATHIEU
Pôle de Gériatrie Clinique
CHU de Nantes
marie.mathieu@chu-nantes.fr



CONTEXTE

- Vieillesse de la population
- Place de l'alimentation dans la perte d'indépendance
 - 270 000 personnes âgées dénutries en EHPAD
 - 400 000 personnes âgées dénutries à domicile
 - 40% des personnes âgées sont hospitalisées pour des conséquences de la dénutrition
 - 50% des personnes âgées hospitalisées sont dénutries

CONTEXTE

- Enjeu de santé publique majeur
 - Enjeu du bien vieillir !
 - Associée à l'activité physique et à l'entraînement cognitif
- Amélioration du dépistage de la dénutrition
- Prise en charge codifiée

CONTEXTE

- Pour autant, **pas d'amélioration du statut nutritionnel !**
- Plusieurs problèmes :
 - Vision « alicament »
 - Vision « technique » de la nutrition : Alimentation parentérale, entérale,...
- Comment y associer plaisir, sociabilité, convivialité ? Qui apportent autant à notre bien-être et à notre santé que la qualité !

CONTEXTE

- **Plusieurs problématiques :**
 - Solitude et perte d'appétit à domicile...
 - Troubles neurosensoriels : quelles adaptations ?
 - Troubles de la déglutition : les enjeux de la R&D agro-alimentaire
 - Troubles bucco-dentaires : des soins accessibles ?
 - Troubles neurocognitifs : savoir être inventif !

The background is a collage of three images. The top image shows a boat docked in a harbor. The middle image is a close-up of a fingerprint. The bottom image shows a green lighthouse with a weather vane on top. The text is overlaid on the fingerprint image.

APPLICATION EN EHPAD

DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

MME MICHAUD

- Mme MICHAUD, 83 ans
- Entrée en EHPAD
- Veuve, 3 enfants
- Vivait seule à domicile, mais commençait à faire quelques chutes, enfants inquiets, décision d'entrée en EHPAD
- Pas de troubles cognitifs, pas de difficultés motrices, pas de troubles de la déglutition



Comment accueillir Mme MICHAUD sur le plan nutritionnel ?

L'INDISPENSABLE CONNAISSANCE DES RÉSIDENTS

FICHE INDIVIDUELLE

GOÛTS ET RÉTICENCES ALIMENTAIRES

Demandez à chacun quelles sont ses habitudes alimentaires

Nom: _____ Prénom: _____
 Date: _____ Sexe: _____ Age: _____ Poids (kg): _____ Taille (cm): _____

QUE MANGEZ-VOUS QUAND VOUS ÊTES EN VOYAGE ?	OUI	NON
Viande	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Poissons	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Végétal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fruits	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Céréales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Produits laitiers	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Boissons	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spécialités régionales ou locales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Épiceries exotiques ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

QUE NE MANGEZ-VOUS PAS EN FRANCE OU EN VOYAGE ?	OUI	NON
Épiceries exotiques / spécialités régionales ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Une épicerie ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Peut-être quelques spécialités / épicerie particulière ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

QUESTIONNAIRE HABITUDES ALIMENTAIRES
 Avez-vous des habitudes pour les horaires de vos repas ?
 - petit-déjeuner : _____
 - déjeuner : _____
 - dîner : _____

Avez-vous l'habitude de goûter ? Si oui, qu'avez-vous l'habitude de goûter pour le goûter ?

Que savez-vous d'habitude pour votre petit-déjeuner ?

Avez-vous des habitudes pour la température de vos repas ?
 - température des plats, légumes, épicerie, produits laitiers, etc. ?

Avez-vous l'habitude de prescrire un régime particulier à vos résidents ?

GOÛTS ET RÉTICENCES ALIMENTAIRES
 Demandez à chacun quelles sont ses habitudes alimentaires.

Nom, Prénom du résident : _____
 Étage / Service : _____
 Questionnaire rempli le ____ / ____ / ____ Par : _____

Goûts alimentaires :

Dégouts / aversions :

Habitudes alimentaires :
Petit-déjeuner : _____
Déjeuner : _____
Goûter : _____
Dîner : _____

Histoire de vie :
 (région d'origine, habitudes culturelles, religion, rituels personnels...)

Observations :

Mode d'alimentation :
 Régime : _____ prescrit par : _____ date : ____ / ____ / ____
 Texture : _____ prescrit par : _____ date : ____ / ____ / ____
 Enrichissement : _____ prescrit par : _____ date : ____ / ____ / ____
 CNO : _____ prescrit par : _____ date : ____ / ____ / ____

Enquête globale
 A remplir à la fin de la journée par l'équipe soignante, cuisine hospitalière et/ou DI

Nom, Prénom : _____
 Étage / Service : _____

Êtes-vous satisfaits de la nourriture proposée ?

	OUI	ASST	NON	Remarques
Qualité des plats				
Fait-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				
Présentation				
Fait-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				
Qualité gustative				
Fait-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				
Quantité servie				
Fait-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				
Température des plats				
Fait-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				

MME MICHAUD

- Mme MICHAUD avait l'habitude de faire ses courses chez son primeur accompagné de ses enfants
- Elle aimait beaucoup faire la cuisine

Que faire de ces éléments ?



COMMENT REFAIRE DU LIEN AVEC LES REPAS ?



Rétablir le lien avec le produit !



UCHE

A L'ESTOMAC

COMMENT REFAIRE DU LIEN AVEC LES REPAS ?

Recette de la
madeleine de Proust
de Mme DUPOND !

Rétablir le lien avec la
recette !



DE
À L'ESTOMAC

MME MICHAUD

- Mme MICHAUD confie à une nouvelle amie résidente qu'elle n'est pas pleinement satisfaite du service hôtelier...

Comment permettre à Mme MICHAUD de s'exprimer, pour pouvoir améliorer le service ?



COMMENT REFAIRE DU LIEN AVEC LES REPAS ?

Laisser une place à l'expression !

Enquête globale
Adapté d'un modèle fourni par Patrick Jolien, centre hospitalier vevey

Nom, Prénom : _____
Étage / Service : _____

Êtes-vous satisfait de la nourriture proposée ?

	OUI	ASSET	NON	Remarques
Variété des plats				
Petit-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				
Présentation				
Petit-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				
Qualité gustative				
Petit-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				
Quantité servies				
Petit-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				
Fréquence des plats				
Petit-déjeuner				
Déjeuner				
Goûter				
Dîner				
Collations				



Enquête spécifique sur un plat ou un produit, version résident
Adapté d'un modèle fourni par Anna Bandin, Bélin, Fondation Bon Souvenir d'Alby

Produit (ou plat) dégusté : _____
Date : ____ / ____ / ____ (Mois) _____

Nom, Prénom : _____
Étage / Service : _____

Qu'est-ce que vous pensez de... :

La couleur : Agréable Neutre Déplaisante

La présentation : Appétissante Neutre Peu appétissante

L'odeur : Agréable Neutre Déplaisante

La température : Trop chaude Convenable Trop froide

Bon Moyen Pas bon

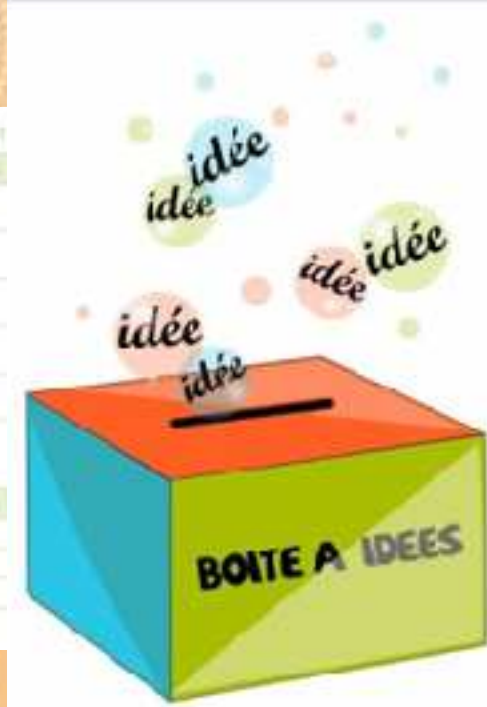
Très agréable Neutre Déplaisante

Plus avez consommée :

Votre avis :

Sur (ou plat) vous est proposé :

.....
.....
.....



MME MICHAUD

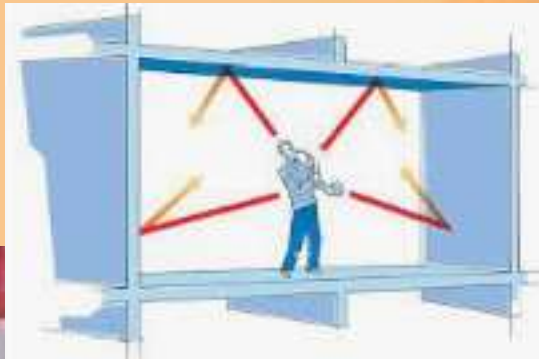
- Mme MICHAUD a intégré la commission-repas de l'EHPAD
- Elle se dit peu satisfaite de l'environnement dans lequel les résidents mangent... « On dirait une cantine, un réfectoire... et on ne s'entend pas. Et on dirait vraiment une cantine dans la présentation des repas... Cela ne donne pas vraiment envie de manger ! »

**Comment peut-on améliorer
le service ?**



AMÉLIORER LES ESPACES DE RESTAURATION

**En optimisant
l'aménagement !**



A BOUCHE
ESTOMAC

SOIGNER LA PRÉSENTATION !

Déjeuner du
1^{er} Janvier 2019

❄️ **Entrée** ❄️
Saumon fumé,
Mousseline de crème d'aneth

❄️ **Plat** ❄️
Rôti de culsot de chevreuil parfumé au poivre,
Sauce marchand de vin liée au chocolat
Purée de pommes de terre et panais maison
Légumes anciens et figues
Plateau de fromages

❄️ **Dessert** ❄️
Douceur griolette et coulis de fruits rouges,
Grillage chocolat blanc, pomme confite



Stimuler l'imagination !



DE
À L'ESTOMAC

MME MICHAUD

- Mme MICHAUD trouve le moment des repas très redondant... Elle s'ennuie, et ne trouve plus beaucoup d'intérêt à descendre en salle à manger...

Comment l'aider ?



AMÉLIORER LES ESPACES DE RESTAURATION

Encourager à se rendre en salle
à manger !

**En favorisant la
convivialité !**



L'ouverture vers
l'extérieure !



AMÉLIORER LE CONTENU DES REPAS



En variant les goûts !

Personnalisation

Buffet = choix



Carte fixe



Alternative

Sensation de liberté +++

DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

MME MICHAUD

- Mme MICHAUD veut voir son médecin. Elle est sûre qu'un de ses médicaments lui coupent l'appétit.
- « De toute façon, j'en prends beaucoup trop, comment avoir envie de manger avec tout ça ! Et puis j'ai mal dans la bouche, et je vois de moins en moins bien. »

Que faire ?



AMÉLIORER LA CONSOMMATION DES PLATS

Effets indésirables	Traitements
Dysgueusie	Métronidazole, sulfamides hypoglycémiantes, inhibiteurs calciques
Xérostomie	Médicaments à effets anticholinergiques, antipsychotiques, benzodiazépines, diurétiques
Nausées	Morphine et dérivés, antibiotiques, L-dopa, digoxine, inhibiteurs de l'acétylcholinestérase
Constipation	Morphine et dérivés, fer, inhibiteurs calciques
Anorexie	Biguanides, digoxine, L-dopa, inhibiteurs de la recapture de la sérotonine, inhibiteurs de l'acétylcholinestérase
Troubles de la vigilance	Psychotropes, somnifères
Troubles neurologiques (syndrome extrapyramidal, confusion, dyskinésies)	Antipsychotiques, médicaments à effets anticholinergiques, L-dopa

Gestion des médicaments ?

AMÉLIORER LA CONSOMMATION DES PLATS

**En assurant les
bonnes conditions de
repas !**



Compenser les incapacités
fonctionnelles constatées



- Cabinet dentaire ?
- Lien dentistes libéraux ?
- « Bucco-bus » ?

LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

MME MICHAUD

- Mme MICHAUD a bien compris qu'elle devait manger des protéines, mais elle n'aime pas beaucoup la viande.
- « Cela me dégoûte, surtout le soir... Et puis de manière générale, les portions sont énormes, ça me coupe l'appétit. »

Que peut-on proposer à Mme MICHAUD ?



AMÉLIORER LE CONTENU DES REPAS

Dégoût de la viande !



Plus de protéines le midi ?

Quelques particularités

Apports en fibres ! (30 g)

- 150-200 g de légumes cuits
- Ou de légumes crus
- Ou de fruits

Apports calciques ! (1000-1200 mg)

Yaourts, fromage blanc, fromage, lait, desserts lactés...
Eau minérale riche en calcium
GLACE

Céréales, lait, œuf, légumineuses, oléagineuses, ...
Semoule au lait, pain-perdu, quiche...

NUTRITION PROTÉIQUE PULSÉE ?

Exemple de répartition protéique pour une résidente pesant 51 kg

Apports recommandés :

1760 calories et 77 g de protéines/jour

Apports protéiques du déjeuner nécessaires dans le cadre d'un régime pulsé :

$77 \text{ g} \times 72\% = 56 \text{ g}$

Note : exception pour les résidentes qui souffrent d'insuffisance rénale chronique en phase pré-dialyse.

Petit-Déjeuner : 8 g

- ➔ 3 biscuits (3 g)
- ➔ 15 g de beurre (0 g)
- ➔ 20 g de confiture (0 g)
- ➔ Un bol de café au lait (5 g)
- ➔ 3 œufs (0 g)

Déjeuner : 56 g (85 g de protéines soit 75% des AJR.)

- ➔ 20 g de viande moyeu blanc (4 g)
- ➔ 100 g de rillettes de porc (20 g) + 100 g de sauce béchamel au pain blanc (20 g)
- ➔ 100 g de jambon cru séché (8 g)
- ➔ 100 g de fromage blanc 20 % (8 g)
- ➔ 100 g de truite froide (60 g de crème anglaise enrichie en protéines) (11 g)
- ➔ Une tranche de pain de mie (0 g)

Goûter : 2 g

- ➔ Un café et 1 dt. (biscuits) (2 g)
- ➔ Un verre de jus de fruit (0 g)

Dîner : 10 g

- ➔ Fromage (2 g)
- ➔ 100 g de haricots verts au beurre (5 g)
- ➔ Un yaourt (5 g)
- ➔ 100 g de compote (0 g)

AMÉLIORER LE CONTENU DES REPAS

En ajustant les quantités !



- Service à table si possible
- Dialogue avec le résident
- Fiche personnelle (portions)

Pour le résident anorexique :

- Diminuer les portions
- En maintenant les mêmes contenants (espace)
- Quitte à resservir

DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

MME MICHAUD

- « On mange à l'heure des poules ici ! »

Mais que faire ?



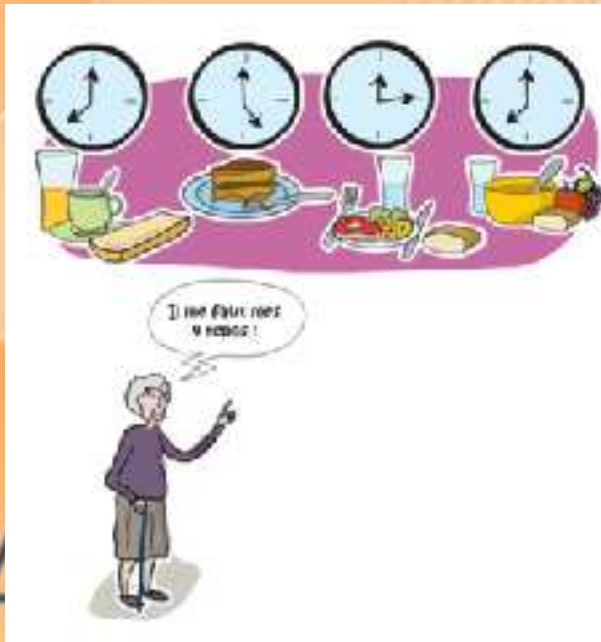
AMÉLIORER LA CONSOMMATION DES PLATS

Jeûne nocturne < 12h

Respecter les
lève-tard !
(9h30 max...)

**En optimisant les
horaires des repas !**

7h30 – 19h30
Organisation ?



Minimum 3h
entre chaque
repas !

Logistique...
ANAP
Cabinet-conseil

AMÉLIORER LA CONSOMMATION DES PLATS



Collation « plaisir »



- A disposition
- Espace de liberté



FRACTIONNEMENT +++

ACTIVITE PHYSIQUE

Collations nutritives



Propositions
d'activités ludiques :

- Parcours des sens
- Atelier du goût
- Produits de saison





S'ADAPTER AUX INCAPACITÉS

DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

MME MICHAUD

- « Mon amie, Mme BLANLOEIL, ne voit vraiment pas grand-chose avec sa DMLA. Elle met des petits pois partout... Vous pouvez l'aider ? »



LES TROUBLES VISUELS



DE LA ... À L'ESTOMAC

MME MICHAUD

- « Et Monsieur DUPONT, qui a fait un AVC ? Et Mme THOMAS avec son arthrose ? »



LES TROUBLES MOTEURS

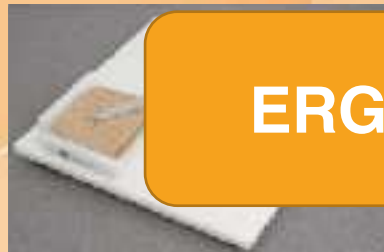
N'utilise qu'une seule main



Difficultés à tenir les couverts



ERGOTHEREPEUTE +++



LES TROUBLES MOTEURS

Aide aux repas !

Troubles praxiques :

- Montrer
- Expliquer
- Ne pas faire à la place



Les bonnes attitudes :

- N'aider qu'une seule personne
- Se mettre à la hauteur
- En contact non verbal
- Langage verbal

Attention à ne pas faire
à la place !

LES TROUBLES COGNITIFS ET SYMPTÔMES PSYCHO-COMPORTEMENTAUX

Quelles difficultés ?

- Grande dépendance : assistance importante
- Troubles du comportement alimentaire
- Troubles de la communication verbale (pas d'expression de dégoût, de préférence,...)
- Perte de la pensée abstraite (ne reconnaissent un aliment qu'en le voyant)
- Apraxie : perte de l'utilisation des ustensiles
- Déambulation

MONSIEUR DURAND

- Monsieur DURAND, 81 ans
- Maladie d'Alzheimer à un stade sévère
- Entrée en unité protégée
- Troubles praxiques, déambulation



Sa famille voudrait savoir quelles vont être les conditions des repas. Elle voudrait que Monsieur DURAND soit remis dans un cadre...

LES TROUBLES COGNITIFS ET SYMPTÔMES PSYCHO-COMPORTEMENTAUX

Libertés +++

Atmosphère rassurante

Salle à manger
Ou
Espace de
déambulation

CALMES

Pas de sources de
distraction

COLLATIONS +++

- Mélanger les éléments du repas
- Manger dans le désordre
- Manger avec les doigts
- Grignoter des aliments mis à disposition
- Manger en déambulant



LA BOUCHE

À L'ESTOMAC

LES TROUBLES COGNITIFS ET SYMPTÔMES PSYCHO-COMPORTEMENTAUX

Observation

Les malades Alzheimer sont attirés par les couleurs douces et chaudes et effrayés par les couleurs vives.

Les malades Alzheimer sont effrayés par les motifs.

Les malades Alzheimer portent tout au nez avant de les porter à la bouche : les odeurs sont très importantes pour eux.

Le résident a peur de la foule.

Adaptation

→ Choisissez des nappages et de la vaisselle aux couleurs pastel, et privilégiez les tons cassis, jaunes ou orangés.

→ Utilisez des nappes (ou sets) et de la vaisselle unis, même si les versions à motif vous semblent plus agréables à l'œil.

→ Faites appel aux odeurs pour les stimuler à manger.

→ Isolez-le pour le repas, même si vous considérez que le lien social est important.

DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

MONSIEUR DURAND

- Vous constatez que Monsieur DURAND a d'authentiques troubles praxiques.
- Il est aussi très déambulant, et ne peut pas se poser au moment des repas.

Comment s'adapter ?



LES TROUBLES COGNITIFS ET SYMPTÔMES PSYCHO-COMPORTEMENTAUX

Proposer des aliments qui se consomment debout



Ne peut plus utiliser de couverts / Déambule ou ne s'assoit pas



Le manger-mains



Picorage encadré

LA BOUC
À L'ESTOMAC

ECHELLE DE BLANDFORD : DESCRIPTION DES TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

COMPORTEMENT DE RÉSISTANCE	OUI	NON
Déclenche la tête à la vue de la cuillère		
Repousse la nourriture ou la personne qui veut la nourrir		
Mett les mains devant la bouche		
Agrippe, frappe ou mord celui qui essaie de le nourrir		
Grache ou jette la nourriture		
COMPORTEMENT ANXIEUX	OUI	NON
A besoin d'être cajolé pour manger		
Tire le doigt plutôt que la fourchette		
Incapable d'utiliser les couverts		
Préfère se étaler avec la nourriture plutôt que de l'avaler		
Rate de façon continue pendant le repas de sorte qu'il ne s'alimente pas (sauf des choses non comestibles (verre, etc.))		
Quitte la table et va marcher pendant le repas		
Sembler ne pas reconnaître les aliments		
COMPORTEMENT SELECTIF	OUI	NON
A besoin de compléments nutritionnels spécifiques, sinon ne mange rien		
A besoin de compléments nutritionnels spécifiques, les pâtes, se plaint plus les refuse		
Refuse de manger une grande variété d'aliments et ne mange que ce qu'il aime (du pain, des desserts)		
Ne prend que des petites quantités de nourriture même mangés plus, même si on le fait manger		
Préfère les liquides (jus, etc.) à des (soupe)		
Refuse les solides mais accepte les liquides		
INADAPTATION EN TANT QU'IL MANGE LA NOURTURE	OUI	NON
N'ouvre pas la bouche spontanément quand on lui présente la nourriture		
Présume de la nourriture et se met à l'heure de la nourriture		
Forme la bouche, serre les dents et les lèvres		
Est très mal à l'aise continuellement de la langue ou de la bouche qui empêchent l'ingestion des aliments		
Accepte la nourriture puis la grache		
Accepte la nourriture mais ne la mâche pas et ne l'avale pas		
La nourriture dégouline de la bouche		
RAUSSEMENT	OUI	NON
Tousse ou bien s'étouffe en mangeant		
« Ça va aller » à la fin de la zone (voix humide)		
DIFFICULTÉ ALIMENTAIRE	OUI	NON
Présente un problème de comportement alimentaire mais certainement pas		
A besoin d'être distrait de temps en temps pour s'alimenter		
Ne s'alimente que si on le fait manger		

MONSIEUR DURAND

- Monsieur DURAND commence à développer des troubles de la déglutition.
- Il commence aussi à perdre du poids. Il déambule moins.

Que faire ?



LES TROUBLES DE LA DÉGLUTITION

Causes :

- Vieillesse
- Causes neurologiques (AVC, maladie de Parkinson,...)
- Médicaments
- Post-chirurgie

Prévalence de 30 à 40 % chez les personnes âgées vivant en institution +++

Conséquences :

- Déshydratation
- Dénutrition
- Fausses routes
- Infections respiratoires
- Dépression, isolement



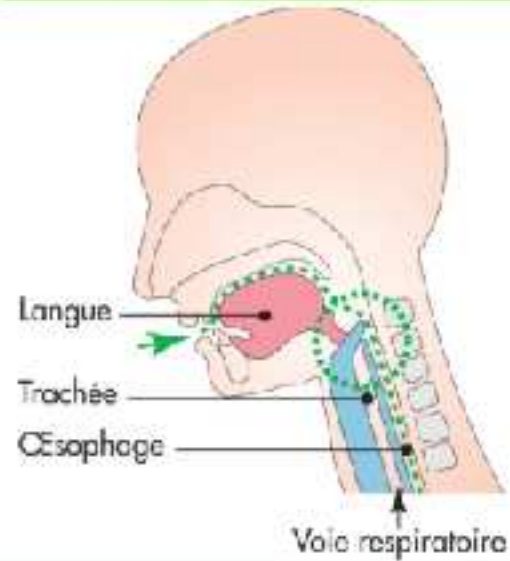
LES TROUBLES DE LA DÉGLUTITION

Appareillage dentaire

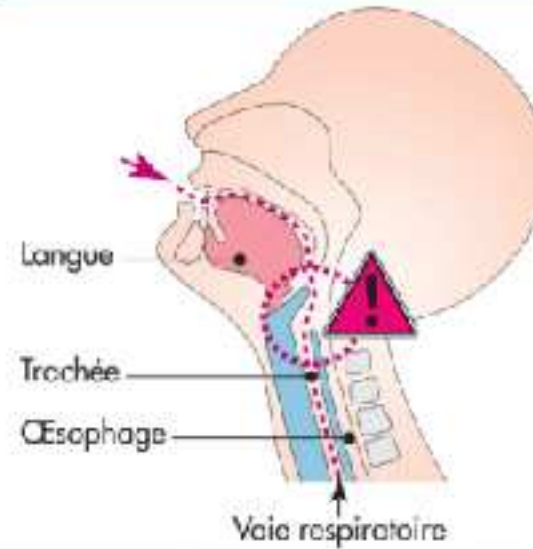
Buste droit

Tête penchée en avant

FAIRE : BAISSER LA TÊTE



NE PAS FAIRE : LEVER LA TÊTE



Eviter les distractions

Prendre le temps

Attendre 30min-1h
avant de recoucher le
patient



DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

LES TROUBLES DE LA DÉGLUTITION

Texture modifiée



A BOUCHE
A L'ESTOMAC

LES TROUBLES DE LA DÉGLUTITION

Menu standard	Version « Manger mains »	Version « Mixé »
<ul style="list-style-type: none"> • Carottes râpées • Steak-frites • Poire 	<ul style="list-style-type: none"> • Petits fans de carottes • Steak découpé en morceaux et trilles • Tartelette aux poires 	<ul style="list-style-type: none"> • Jus de carottes + poudre de lait • Purée de pomme de terre et viande hachée en verine • Glace à la poire et crème anglaise
<ul style="list-style-type: none"> • Tomates vinaigrette • Poisson sauce meunière, carottes vapeur • Île flottante 	<ul style="list-style-type: none"> • Tomates cerise farcies au thon • Croquette de poisson et de carottes • Crème anglaise et biscuits à tremper 	<ul style="list-style-type: none"> • Jus de tomates enrichi à la poudre de lait • Mousse de poisson et mousse de carottes • Île flottante
<ul style="list-style-type: none"> • Avocat sauce cocktail • Côte d'agneau, gratin dauphinois et haricots • Éclair au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> • Billes d'avocats et crevettes • Cake à l'agneau et pommes Dauphine • Éclair au chocolat découpé en morceaux 	<ul style="list-style-type: none"> • Verine de purée d'avocat et de crevette • Mousse d'agneau et pomme de terre écrasée • Crème au chocolat et au biscuit écrasé
<ul style="list-style-type: none"> • Salade de pâtes • Côte de porc, chou fleur • Crème caramel 	<ul style="list-style-type: none"> • Pâtes farcies aux herbes • Nems au porc et bouquets de choux fleurs • Croquettes au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> • Vermicelle aux herbes • Verine de mousses de porc et de choux fleurs • Crème caramel



LES TROUBLES DE LA DÉGLUTITION

Bouchers enrichies



DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

LES BOUCHÉES ENRICHIES

PLAISIR ALIMENTAIRE

EHPAD Foyer Notre Dame de Pyuraveau Deux-Sèvres
De 2007 à 2012

Taux de dénutrition passé de 50 à 6%

Gain en termes d'autonomie fonctionnelle pour les patients



LES TROUBLES DE LA DÉGLUTITION : INNOVATIONS ?

PLAISIR ALIMENTAIRE

Programmes portés par des prestataires « Mixons moins, manger mieux »
=
Comité d'experts pluridisciplinaires pour décliner des textures plus stimulantes
(croustillant, bulles,...)



LES TROUBLES DE LA DÉGLUTITION : INNOVATIONS ?

PLAISIR ALIMENTAIRE

Concours « Silver fourchette »

=

Préparation de menus en cuisine
traditionnelle et déclinaison en texture
modifiée





APPLICATION AU DOMICILE

DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

MME MICHELLE

- Madame MICHELLE, 87 ans
- Seule à domicile
- Vient de perdre son mari (et son chat...)
- Pas d'enfant
- Son mari la conduisait pour aller faire les courses. Elle fait habituellement la cuisine, mais se sent seule, et n'y voit plus d'intérêt...

Comment peut-on l'aider ?



LUTTER CONTRE L'ISOLEMENT

Aides à domicile !



BOUCHE
A L'ESTOMAC

LUTTER CONTRE L'ISOLEMENT

Préférences /
Habitudes

**Formations pour les
aides à domicile !**

Liste de courses

Capacités
fonctionnelles

Conservation des
aliments

Soigner la présentation
(y compris pour plats
préparés)

Cuisiner / Faire
réchauffer (odeurs) /
Exhausteurs

Installation

LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

MME MICHELLE

- REBONDISSEMENT DE SITUATION !!!
- Mme MICHELLE a en fait une fille, très aidante !
- Mais sa fille est complètement perdue, elle ne sait pas comment l'accompagner pour la prise alimentaire...

Comment l'aider à mieux appréhender son rôle d'aidante ?



SOUTENIR LES AIDANTS



**Formations des aidants
!**

**AIDER L'AIDANT FACE AUX ENJEUX DE LA
DENUTRITION CHEZ LA PERSONNE AGÉE
FRAGILISÉE (ALZHEIMER, CANCERS,
DIABÈTE')**



SOUTENIR LES AIDANTS : DES ASTUCES !



Rétablir les moments de partage



- Souvenirs, recettes préférées
- Regarder publicités, livres de cuisine
- En intégrant la collation ++
+
- Faire les courses : rapport au produit, permet de bouger



- Moment de partage
- « La cuisine, ça commence avec les yeux et le nez. »

- Livraison des courses

LA BOUCHE
'ESTOMAC

SOUTENIR LES AIDANTS : DES ASTUCES !



**Réveils nocturnes
=
COLLATION NOCTURNE +++**



DE LA LÉGÈRE
À L'ESTOMAC



SOUTENIR LES
AIDANTS : DES
RECETTES !



Alimentation enrichie à texture normale

1 ^{er} jour	2 ^e jour	3 ^e jour
Petit-déjeuner Café au lait sucré Biscottes ou pain + beurre + confiture	Petit-déjeuner Thé (sucré) Gâteau de semoule à l'orange et aux raisins	Petit-déjeuner 1 bol de chocolat chaud Brioche
Dans la matinée Fromage blanc aux framboises	Dans la matinée Jus de fruit sans sucre ajouté ou fruit pressé	Dans la matinée Salade de fruits de saison
Déjeuner Salade de mâche + dés de jambon + dés de gruyère Flan de poisson au coulis de tomate Tarte aux poires Boisson	Déjeuner Carottes râpées Émincé de volaille à la crème Pommes de terre vapeur Cantal Pain Boisson	Déjeuner Saucisson et radis beurre Jarret de veau en pot-au-feu Crème renversée Pain Boisson
Goûter Pain + Saint-Nectaire Compote Boisson	Goûter Yaourt Poire	Goûter Fromage blanc Jus de fruit
Dîner Potage de légumes enrichi (avec du jambon, du fromage, du lait...) Gratin de macaronis Fruit de saison Pain Boisson	Dîner Soupe de lentilles au lard maigre Salade de haricots verts/tomates/fromage frais de chèvre ou de brebis Pain Boisson	Dîner Jambon Gratin de courgettes au riz Yaourt Pain Boisson
Soirée Petit-suisse	Soirée Mousse de fruits frais + boudoirs	Soirée Pomme au four

SOUTENIR LES AIDANTS : DES ASTUCES !

Texture mixée

Fiche recettes



Mousse de betteraves

Pour 2 personnes

Préparation : 15 minutes

Betterave rouge cuite 300 g, 1 café de crème fraîche, sel, poivre, Maizena ou amidon de maïs, Sucre, 1 oeuf ou 1/2 litre de jus de betterave à l'aspect naturel et biologique

Mixer la betterave coupée en morceaux. Ajouter sel et crème fraîche et la poudre d'amidon ou le sucre. Servir très frais, sur une portion ou faire en ajoutant le sucre végétal.

Crème de brocolis béchamel

Pour 2 personnes

Préparation : 25 minutes. Cuisson : 10 minutes.

200 g de brocolis frais ou surgelés, 1 litre de lait, 1/2 cuillère de sel, 2 cuillères de beurre, 1/2 cuillère de farine de maïs, 30 g de beurre, 1 oeuf

Faire cuire les brocolis. Faire un roux blanc : faire fondre le beurre, ajouter la farine de maïs, dès que le beurre est fondu. Mélanger avec une spatule en bois pour obtenir un mélange riche et homogène. Laisser hors du feu. Ajouter le lait en poudre ou lait et faire chauffer le tout. Le mélange roux à l'huile d'olive. Faire chauffer le tout à feu doux en remuant sans cesse avec la spatule jusqu'à épaississement. Mixer les légumes et incorporer le sauce béchamel.

Ajouter si nécessaire de la crème fraîche.



Texture mixée enrichie

Fiche recettes

Compote de fruits

Pour 2 personnes

Préparation : 15 minutes

4 biscuits à la vanille, 1 pot de crème, 4 tranches d'orange au naturel, coupés en 2, 2 mandarines

Éplucher les fruits frais et les couper en morceaux en quantités. Frotter les biscuits. Mixer le tout. Ajouter selon le goût le sucre ou le jus d'orange. Servir très frais.



Potage de légumes enrichi

Pour 2 personnes

Préparation : 15 minutes

Cuisson : 10 minutes

1/2 kg de courgettes, 250 g de carottes, 100 g de pois chiches secs, 1 pomme de terre, 1 oignon, 1 jaune d'oeuf, 1 litre de soupe de légumes, 1/2 litre de crème fraîche ou 100 g de beurre, sel, poivre

Éplucher et laver les légumes, puis les couper en morceaux. Dans un faitout, recouvrir les légumes d'eau avec une pincée de sel et faire cuire 20 min. Mixer le potage avec la crème de gruyère. Ajouter le lait en poudre, le jaune d'oeuf, la crème fraîche et mélanger le tout au fouet. Servir bien chaud.

MME MICHELLE

- Mme MICHELLE se dispute avec sa fille, qui ne viendra plus l'aider...
- En plus, elle a de l'arthrose et commence à avoir du mal à se faire à manger.
- « Et franchement, j'en ai marre de voir tous les jours du monde chez moi... »

**Que peut-on apporter comme solution
à Mme MICHELLE ?**



LE PORTAGE DES REPAS

Recenser les goûts /
préférences → Entretien
diététicienne ?



Liaison chaude ou froide ?

Mais on bouge moins...

Remettre dans un joli
couvert

En alternance avec des
repas maison ?

Adaptations de
textures :

Mouliné
Mixé
Haché

Pas encore de
« finger-food »

The background features a collage of three distinct images. The top-left corner shows a harbor with several boats docked at a pier. The top-right corner shows a close-up of a fingerprint. The bottom-right corner shows a complex, multi-faceted wireframe structure. The overall color palette is warm, dominated by shades of orange and yellow.

EN CONCLUSION

The background features a collage of three distinct images. The top-left corner shows a harbor with several boats docked at a pier. The top-right corner shows a close-up of a fingerprint. The bottom-right corner shows a complex, multi-faceted wireframe structure. The overall color palette is warm, dominated by shades of orange and yellow.

**DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC**

Pharmacologie

Approche
sensorielle

Cuisine

Nutrition/
Médecine

Ingénierie agro-
alimentaire

Sociologie

Environnement

Approche humaine



DE LA ...
À L'ESTOMAC



PLACE AUX QUESTIONS !

DE LA BOUCHE
À L'ESTOMAC

DES INTÉRÊTS CONTRADICTOIRES EN EHPAD

Comment concilier ?

≠

Apports nutritionnels et plaisir de manger

Restauration collective et cuisine familiale

Respect du budget et alimentation de qualité

Habitudes de vie et rythme de travail

GESTION ET PRODUCTION DE LA RESTAURATION

Des choix organisationnels variés !

- Qualités des prestations variant d'un établissement à l'autre
- Dépendant du budget et des modalités d'organisation qui en découlent
 - EHPAD autonome ?
 - EHPAD intégré à un CH ?
- Conciliation des attentes des résidents et du respect des normes réglementaires en matière de sécurité alimentaire (objectifs HACCP).
 - Exemple des œufs « coquilles »

GESTION ET PRODUCTION DE LA RESTAURATION

Choix organisationnel

- Service de restauration interne ?



- Prestataire extérieur ? (Critères HACCP)

Système de liaison chaude (température de 63°C maintenue de la préparation jusqu'au service)

Système de liaison froide (refroidissement très rapide puis conservation entre 0 et 3°C jusqu'à 7 jours avant d'être réchauffé pour le service)

Une organisation de travail inadaptée à la qualité de la nutrition

- « L'obligation de s'alimenter sans réel plaisir peut être mal vécue »



Double obstacle pour le soignant

Manque de temps et de moyen qui justifie le recours au « mixé pâteux »

ET

Refus de s'alimenter par absence de convivialité et de plaisir et par sensation

« d'instant de gavage »

Sensibilisation et formation des professionnels

- Aides-soignants : accompagnement des personnes âgées dans les actes de la vie quotidienne.
 - Besoin de compétences solides dans le cadre de la préservation de l'autonomie
 - L'AS est assez bien identifiée dans le rôle d'aide à la prise alimentaire et de surveillance de l'appétit et du poids
- Ergothérapeute/APA : formation moins centrée sur la nutrition.

Sensibilisation et formation des professionnels

- Formation continue indispensable
 - Formations-rencontres en interne pour décloisonner la prise en charge
 - Plan formation
 - ✓ *Formation repas-plaisir* : proposer aux agents de goûter les repas moulinsés
 - ✓ *Formations plus opérationnelles* sur l'enrichissement, les bonnes pratiques en nutrition, l'utilisation des logiciels, des compléments alimentaires
 - ✓ *Ateliers découvertes* : découverte des cuisines, de la production alimentaire à grande échelle...

Sensibilisation et formation des professionnels

- MobiQual



Programme mis en œuvre depuis 2006 par la SFGG

Outils scientifiques et pédagogiques aux fins d'information, de sensibilisation et de formation des professionnels

Fiches pratiques : soins bucco-dentaires, activité physique, hydratation

- Formation Assistant de soins gérontologiques (ASG)