

DÉ NUTRI TION



de personnes
en situation
de **dénutrition**



des personnes
hospitalisées



des enfants
hospitalisés



des personnes
à domicile de
+ de 70 ans



des malades
atteints de
cancer

POUR S'INFORMER



WWW.LUTTECONTRE
LADENUTRITION.FR



RECOMMANDATIONS
HAS



RECOMMANDATIONS
SFNCM

LUTTE
CONTRE LA
DENUTRITION
LE COLLECTIF

METTONS
LES
BOUCHÉES
DOUBLES

SOIGNANT•ES

LA DÉNUTRITION, DES ÉLÉMENTS DE DÉFINITION SIMPLES...

La dénutrition résulte d'une insuffisance d'apports nutritionnels par rapport aux besoins de l'organisme. Elle provoque un affaiblissement généralisé en diminuant les défenses immunitaires et augmentant le risque d'infection. Elle diminue également les forces musculaires ainsi que la mobilité, augmentant le risque de chute et de dépendance. En cas de maladie chronique, la dénutrition diminue l'espérance de vie.

La dénutrition se traduit par une perte de poids, même en cas de surcharge pondérale (perte de 5% de son poids en un mois, ou 10% en six mois, ou 10% depuis le début de la maladie responsable de l'amaigrissement) et/ou par une maigreur (indice de masse corporelle inférieur aux normes pour l'âge).

COMMENT LA DÉPISTER ?

- ✎ Perte de poids $\geq 5\%$ en 1 mois ou $\geq 10\%$ en 6 mois ou 10% depuis le début de la maladie responsable de l'amaigrissement
- ✎ IMC < 18 avant 70 ans
 < 22 après 70 ans

LES SITUATIONS LES PLUS À RISQUES

	A tout âge	Chez la personne âgée
PERTE D'APPÉTIT	Cancer	Toute affection aiguë
	Insuffisance cardiaque	Dépendance
	Insuffisance respiratoire	Troubles neurocognitifs
	Insuffisance rénale	Dépression
	Insuffisance hépatique	Douleur
	Maldigestion	Polymédication
	Malabsorption	Régimes
	Pathologie inflammatoire	Trouble de la déglutition
	Pathologie infectieuse	Trouble buccodentaires
		Isolement social

LES CONSÉQUENCES DE LA DÉNUTRITION



QUE PEUT-ON FAIRE FACE À LA DÉNUTRITION ?

Les réflexes à adopter

PESER RÉGULIÈREMENT LES PERSONNES À RISQUE

noter le poids dans leur dossier et le suivre dans la durée afin de dépister les pertes de poids.

Les réponses à apporter par tous les professionnels

CONSEILLER UNE ALIMENTATION RICHE ET DIVERSIFIÉE, ADAPTÉE AUX GOÛTS DE LA PERSONNE,

- ✎ Des protéines tous les jours
(poisson, œuf, viande, produits laitiers, ...)
- ✎ Des aliments gras et sucrés
- ✎ Des collations entre les repas

CONSEILLER DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE ET QUOTIDIENNE (la marche, le vélo, la gymnastique, ...)

MAINTENIR UNE BONNE HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE

Si ces mesures ne suffisent pas, le médecin peut aussi prescrire des compléments nutritionnels oraux hyperénergétiques et hyperprotidiqes, de la kinésithérapie et/ou des vitamines/oligoéléments.

Enfin, si cette prise en charge ne suffit pas, discuter de l'indication d'une nutrition artificielle (entérale ou parentérale).