LUTTE CONTRE LA DENUTRITION

LE COLLECTIF

METTONS LES BOUCHÉES DOUBLES

SOIGNANT•ES

Soutenu par GOUVERNEMENT Liberté Égalité Fraternité

SEMAINE NATIONALE DE LA DENUTRITION

manger bouger

L'Assurance Maladie

l'assurance retraite

cnsa

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).

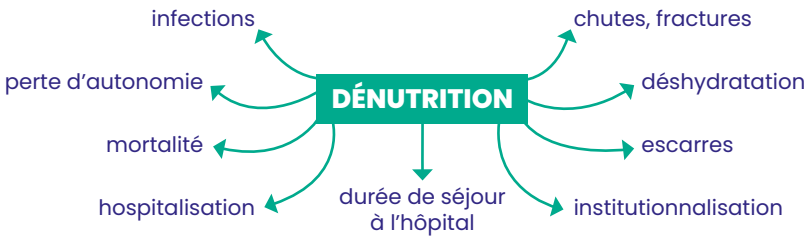
COMMENT LA DÉPISTER ?

- Perte de poids ≥ 5 % en 1 mois ou ≥ 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 Insuffisance cardiaque Insuffisance respiratoire Insuffisance rénale Insuffisance hépatique Maldigestion Malabsorption Pathologie inflammatoire Pathologie infectieuse	Toute affection aiguë Dépendance Troubles neurocognitifs Dépression Douleur Polymédication Régimes Trouble de la déglutition 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 hyperprotidiques, 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).

DÉNUTRITION



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

Collectif de lutte contre la dénutrition – 2023 © Laure Lacour

AG2R LA MONDIALE