SEMAINE NATIONALE DE LA DÉNUTRITION

# LE REPAS : LE PREMIER DES SOINS

LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION — LE COLLECTIF

## PRÉPARATION DU REPAS

### LES CLÉS

#### RENDRE LE MENU ATTRACTIF

en laissant la possibilité de choisir entre plusieurs options ou proposer une carte de remplacement

**2 OUTILS INCONTOURNABLES**

- Le contrat de séjour dans un établissement médico-social ou une résidence sénior
- La Charte du patient à l'hôpital

#### ADAPTER LE MENU

aux envies et goûts de chacun

#### SOLLICITER AUPRÈS DES SERVICES DE SOINS

l'encadrement et la réévaluation des alimentations thérapeutiques (régimes) aux situations spécifiques des personnes

## LE SERVICE ET LE REPAS

### LES BONNES CONDITIONS DU REPAS

#### INTERROGER LA BONNE INSTALLATION DES USAGERS

Exemple : la table n'est-elle pas trop éloignée ?
La personne a-t-elle tout ce qu'il lui faut pour manger ?
Le plan de table a-t-il été concerté avec elle ?

#### ADAPTER LES COUVERTS, VERRES...

aux besoins spécifiques des personnes

- un acteur clé : l'ergothérapeute

#### ÊTRE ATTENTIF AUX BONNES DISPOSITIONS

de la salle et des équipes (le bruit, la luminosité, la mise en table, la concentration et le respect des équipes...)

#### IDÉES SIMPLES POUR STIMULER LA CONSOMMATION DU REPAS

- Expliquer oralement le contenu de l'assiette lors du service
- Instaurer un temps d'échange avec les équipes au service avant la distribution du repas afin que tous connaissent la composition du menu à servir
- Adapter les portions à l'appétit des personnes
- Prévoir un deuxième tour si des personnes souhaitent être resservies

## APRÈS LE REPAS

### LES CLÉS

#### LA COORDINATION DES ÉQUIPES

Associer un représentant de l'équipe de cuisine aux transmissions des équipes de soins pour partager les observations faites lors du repas et recueillir les consignes (textures, adaptations nutritionnelles...). Rare est le maintien de régimes restrictifs chez les personnes dénutries.

#### AIDER OU CONTRIBUER AU RECENSEMENT DES INGESTA ET DU GASPILLAGE

lors du débarrassage ou de la plonge

#### CONNAÎTRE LES RÉSULTATS DES ENQUÊTES DE SATISFACTION

auprès des usagers pour ajuster les menus

## ZOOM SUR...

### LA COMMISSION RESTAURATION

**Son objectif :** Réunir au sein de votre établissement les usagers, les équipes de restauration et les équipes de soins. Elle doit par exemple **définir les moyens mis en œuvre** pour comprendre et collecter les goûts et envies de chacun afin d'**adapter les menus**.

**Des acteurs clés :**

- Le Conseil de la Vie Sociale (CVS) en Ehpad
- Le Comité de Liaison Alimentation Nutrition (CLAN) en établissement de santé
- La commission des usagers

### LA NOTION DE TEMPS

Quelques points d'attention pour le repas...

- Consacrer le temps du repas pour en **faire un rituel** apprécié, avec des horaires fixes et tenant compte des habitudes des personnes
- Respecter les rythmes de chacun suivant ses besoins, par exemple :
  - Une personne souffrant de la maladie d'Alzheimer ou apparentée consommera mieux son repas si **toutes les composantes sont présentes lors de son arrivée à table** (sinon il risque de quitter la table pendant le repas)
  - Pour les autres, il est important de **respecter les 3 temps du repas**.

La **réduction du temps de jeûne nocturne** est aussi un objectif à atteindre.

### VOUS ÊTES LES PREMIERS LANCEURS D'ALERTE

Au contact des personnes lors des repas, vous êtes en première ligne pour **prévenir les équipes de soin** sur la **perte d'appétit** ou les **difficultés** qu'une personne peut connaître pour s'alimenter.

Rédigé en collaboration avec

apf — medirest — Réseau Restau'Co — sodexo