



A table!

L'importance de l'alimentation en oncogériatrie

Caroline CATTIAUT
IDE à l'Equipe Mobile de Gériatrie
CH de DOUAI
Caroline.Cattiaut@ch-douai.fr





Constat

- La nutrition = facteur de santé et de bien-être
- Prévalence de la dénutrition en gériatrie et en oncologie
- Ses facteurs de risque en oncologie / gériatrie
- Ses conséquences
- Méconnaissance de la dénutrition chez les patients
- Idées reçues ... souvent fausses





Objectif

*Sensibiliser la personne âgée et son entourage
sur l'importance de l'alimentation
en consultation oncogériatrique*





Enquête rétrospective sur l'année 2017

- 43 patients rencontrés
- Critère d'exclusion : patient ayant une néoplasie ORL ou digestive haute
- 51% des PA présentent un critère de dénutrition
- Importance du rôle de l'entourage (51% font les courses ; 46% cuisinent)
- Singularité des situations rencontrées





Outil choisi

- Personnalisé
- Attractif
- Format pratique





FAITES-VOUS PLAISIR

- Si vous avez un régime particulier, rediscutez de l'intérêt avec le médecin.
- **Préservez une activité physique adaptée et régulière** tout au long de l'année. Elle favorise le maintien de la force musculaire, entretient la faim et réduit la sensation de fatigue.
- **Faites vos réserves** pendant la période sans trouble.
- Mangez dans un **endroit éclairé, agréable**.
- **Pensez à vous hydrater** après le repas car si vous buvez avant vous aurez plus vite la sensation de satiété.
- Réduisez la période de jeûne nocturne. Le jeûne nocturne ne doit pas dépasser 12 heures.
- Vous pouvez **fractionner les repas**. Pensez aux petits encas.
- **Favorisez l'enrichissement naturel**. N'hésitez pas à ajouter du gruyère, un œuf battu, du jambon mouliné, du fromage fondu (vache qui rit...) et à **agrémenter** votre plat en ajoutant quelques épices.
- Si c'est possible, consommez un **produit laitier et protéiné** à chaque repas.
- Si vous rencontrez des difficultés pour la préparation des repas, vous pouvez privilégier les **aliments sans préparation** : charcuterie / œuf dur / sardines...
- N'hésitez pas à **adapter la texture des aliments** (haché, mouliné).
- Les **compléments nutritionnels oraux sont à prendre à distance des repas** ou en 2ème dessert pour éviter de vous couper l'appétit pour le prochain repas. Consommez-les frais. C'est plus digeste. Il en existe de multiples. S'ils ne vous conviennent pas, n'hésitez pas à demander de changer la texture, le parfum. Prenez-les sur une courte période.

MANGEZ CE DONT
VOUS AVEZ ENVIE



Evaluation et perspective

- 90% des patients sondés sont intéressés par l'outil
- Evaluation à M+1 en cours
- Sensibilisation à plus large échelle (population gériatrique)





A table!

L'importance de l'alimentation
en oncogériatrie

Merci de votre attention

