



Poids : Toute perte de poids est à prendre en considération. Attention, un résident obèse peut être dénutri.



Alimentation : Surveillez la modification de l'appétit (questionnez le résident sur son appétit, son envie de manger, son plaisir). Observez le résident lorsqu'il s'alimente (avale de travers, sélectionne ce qu'il mange, a des difficultés à mastiquer...).



Repas : Surveillez la prise de repas
→ Aidez-vous de l'échelle des apports alimentaires.



Activité physique : Soyez vigilant face à une diminution de la mobilité du résident (reste dans son fauteuil, ne se déplace plus dans les espaces communs, est démotivé...).



Dépistez : Faites le test ou reportez-vous aux recommandations HAS.



Enrichissez les repas
Travaillez avec la cuisine pour enrichir les préparations (cf page suivante).



Encouragez le résident à rester actif au quotidien, chaque pas compte !

Pour faciliter la prise alimentaire, collaborez avec le service de restauration et le service hôtelier.



Soignez l'environnement et la présentation du repas.



Variez les menus et adaptez-les aux préférences des résidents.



Proposez des collations riches en protéines, en journée et aussi en soirée pour limiter le jeûne nocturne.



En cuisine (collectif) :

- Enrichissez les recettes :
 - avec des ingrédients riches en calories et/ou protéines comme : le beurre, le lait en poudre, la crème fraîche, le jambon mixé, l'œuf, ou le fromage râpé...
 - avec des légumes secs pour épaissir le potage (riches en protéines, ils peuvent remplacer les féculents).
- Pensez aussi à la poudre de protéines ou aux CNO* «goût neutre» pour enrichir les plats.
- Retrouvez des idées de recettes sur le logiciel EMap, sur www.sraenutrition.fr

* CNO = complément nutritionnel oral

Pour faciliter la prise alimentaire, collaborez avec le service de restauration et le service hôtelier.



Stimulez l'appétit en relevant les plats avec sel/poivre, épices et/ou herbes aromatiques.



Adaptez la texture aux capacités du patient.



Bouger stimule l'appétit. L'activité physique est indispensable pour une prise en charge efficace.



Et à table (en individuel) :

- Pensez aux fromages blancs ou petits suisses plus riches que les yaourts et/ou proposez une portion de fromage supplémentaire.
- Ajoutez dans l'assiette des ingrédients riches en calories et/ou protéines comme le beurre, le lait en poudre, la crème fraîche, le jambon mixé, l'œuf ou le fromage râpé pour enrichir les plats.
- Pensez aussi à la poudre de protéines pour enrichir les plats ou aux CNO* «goût neutre» pour remplacer, par exemple, le lait au petit-déjeuner.

Sources : HAS 2007 et 2019, Site mangerbouger.fr

Document réalisé en collaboration

avec des professionnels d'établissements médico-sociaux

Document à destination des EHPAD - 02/2021 - Réalisation : digisante.fr

Réévaluez l'état nutritionnel à 15 jours avec

en collaboration avec l'équipe médicale



Poursuite de la perte de poids
ou dégradation de l'état
nutritionnel

Maintien et/ou amélioration
de l'état nutritionnel

Ajoutez des CNO :
2 unités/jour

*Si dégradation
de l'état nutritionnel*

Poursuivez
la prise en charge
nutritionnelle
pour maintenir
des apports
nutritionnels
suffisants

Réévaluation
à 15 jours

*Si amélioration
de l'état nutritionnel*

Dégradation de l'état
nutritionnel

*Rediscutez avec l'équipe médicale
pour adapter la prise en charge*

