



Comment prévenir la malnutrition en institution?

Claudine Mertens, Diététicienne
2 octobre 2013

Plan

- 1. Différence malnutrition et dénutrition**
- 2. Détecter le risque de malnutrition/dénutrition**
- 3. Le rôle de la diététicienne**
- 4. Conclusion**



1. Différence malnutrition et dénutrition

1. Différence “Malnutrition / Dénutrition”

Malnutrition

Apports insuffisants de nutriments essentiels
Apports énergétiques suffisants

Dénutrition

Déficit d’apports nutritionnels par rapport aux besoins énergétiques (souvent protéino-énergétique)



2. Détecter le risque de malnutrition ou dénutrition

Critères diagnostiques

(selon HAS / Haute Autorité de Santé)

1 ou plusieurs des critères suivants

- Perte de poids $\geq 5\%$ du poids corporel en 1 mois ou
Perte de poids $\geq 10\%$ du poids corporel en 6 mois
- IMC < 21
- Albuminémie $< 35\text{g/L}$ (corrélé à C reactive proteine)
- MNA $< 17/30$

Dénutrition sévère

- Perte de poids $\geq 10\%$ en 1 mois ou $\geq 15\%$ en 6 mois
- IMC < 18
- Albuminémie $< 30\text{g/L}$ (corrélé avec CRP)



Le poids

- Poids d'entrée, poids habituel
- Contrôle régulier du poids (1x/mois)
- Pesée correcte dans les mêmes conditions!
- Evolution du poids! Courbe de poids
- Intervenir dès premiers signes de perte de poids

Den Alter liewen



Zeit

Datum von:

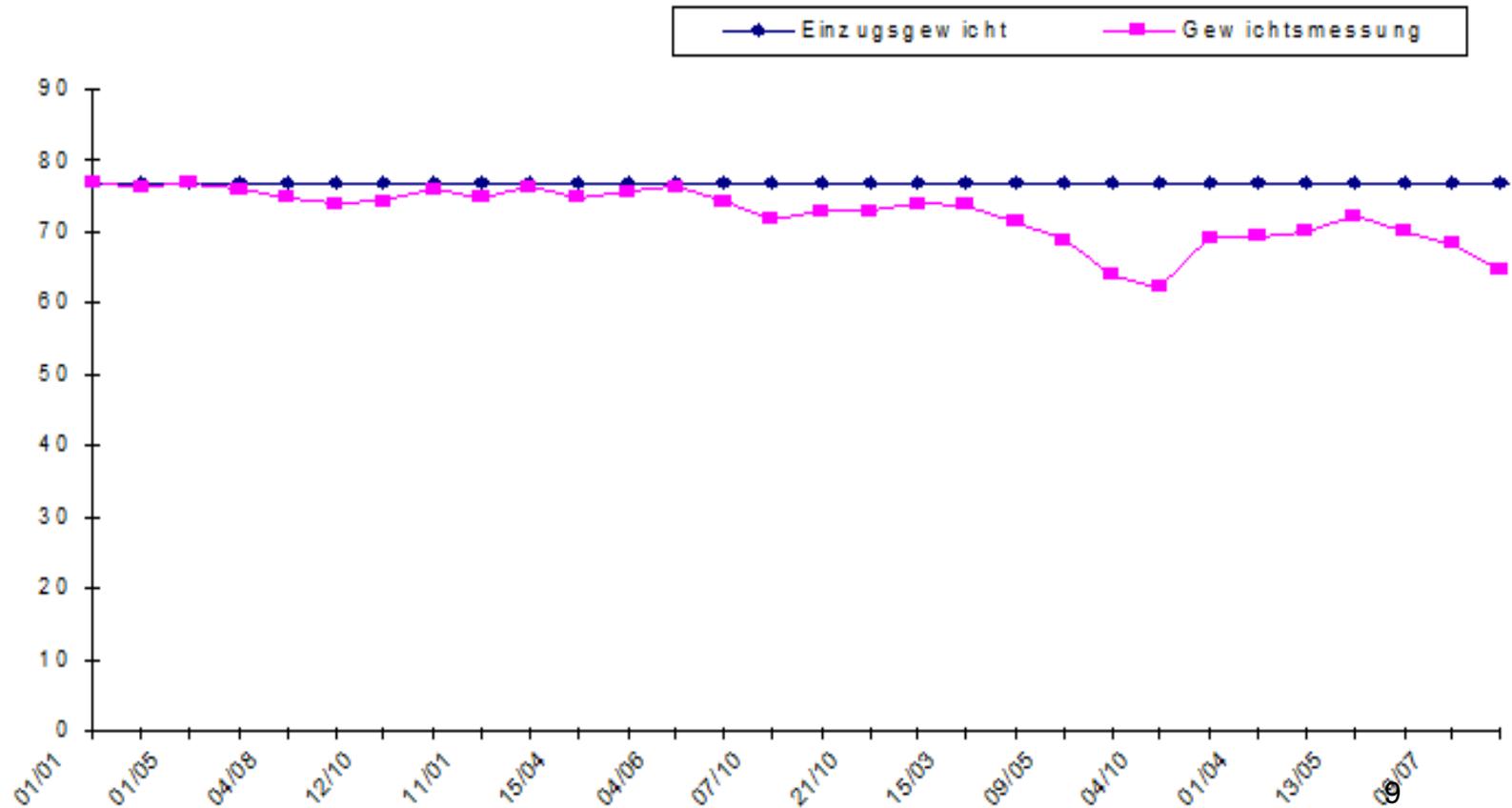
Woche bis:

gewünschte Kurve

Vitalwert:

Body Mass Index (BMI)

Aktualisieren



Den Alter liewen



Height and Inches and in Meters (m)

4'10"	1.49 m	21	23	25	27	29	31	34	36	38	40	42	44	46	48	50	52
4'11"	1.50 m	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40	42	44	46	49	51
5'0"	1.52 m	20	22	23	25	27	29	31	33	35	37	39	41	43	45	47	49
5'1"	1.55 m	19	21	23	25	26	28	30	32	34	36	38	40	42	44	45	47
5'2"	1.57 m	19	20	22	24	26	27	29	31	33	35	37	38	40	42	44	46
5'3"	1.60 m	19	20	21	23	25	27	28	30	32	34	35	37	39	41	43	44
5'4"	1.63 m		19	21	22	24	26	28	29	31	33	34	36	38	40	41	43
5'5"	1.65 m		18	20	22	23	25	27	28	30	32	33	35	37	38	40	42
5'6"	1.67 m		18	19	21	23	24	26	27	29	31	32	34	36	37	39	40
5'7"	1.70 m			19	20	22	24	25	27	28	30	31	33	35	36	38	39

Body Mass Index

$$\text{BMI} = \frac{\text{Poids (kg)}}{\text{Taille (m)} \times \text{Taille (m)}}$$

Chez la personne âgée

BMI < 21: risque de dénutrition

21 < BMI < 27: poids normal

27 < BMI < 30: surcharge pondérale

BMI > 30: obésité

Adulte

(<18)

(18 - 24,9)

(25 - 29,9)

(30)

! Taille diminue avec l'âge!

! BMI > 21 n'exclut pas une malnutrition!

1 = autonome à l'intérieur
2 = sort du domicile

D Maladie aiguë ou stress psychologique lors des 3 derniers mois?

0 = oui 2 = non

E Problèmes neuropsychologiques

0 = démence ou dépression sévère
1 = démence modérée
2 = pas de problème psychologique

F1 Indice de masse corporelle (IMC = poids / (taille)² en kg/m²)

0 = IMC < 19
1 = 19 ≤ IMC < 21

Mini nutritionnel assessment (MNA)

MNA permet de détecter des clients

- avec bon état nutritionnel
- à risque de malnutrition
- avec mauvais état nutritionnel

MNA 1: 9 Pkt Gefahr der Mangelernährung (MNA 2 durchführen) (aktuelle)

Frage	Antwort	Pkt	Datum	Bearb.
▶ Hat der B verminderten Appetit? Hat er während der letzten 3 Monate weniger gegessen?	leichte Anorexie	1	03/08/2013	vanecla
Gewichtsverlust in den letzten 3 Monaten?	Gewichtsverlust zwischen 1 und 3 kg	2	03/08/2013	vanecla
Mobilität/Beweglichkeit?	verlässt das Zimmer	2	03/08/2013	vanecla
Akute Krankheit oder psychischer Stress während der letzten 3 Monate?	nein	2	03/08/2013	vanecla
psychische Situation	schwere Demenz oder Depression	0	03/08/2013	vanecla
Körpermassenindex(Body Mass Index, BMI)	BMI<23	2	03/08/2013	vanecla

Den Alter lieuen

Hinweis: Norton-Skala: Dekubitusgefahr (20)
 ECPA: Schmerzzeichen vorhanden (2)
 MNA2: Risikobereich für Unterernährung (17,5)

MNA 2: 17,5 Pkt Risikobereich für Unterernährung (aktuelle)

Frage	Antwort	Pkt	Datum	Bearb.	Bemerkung
► Ergebnis MNA 1	9Punkte	9	15/07/2013	warkcar	
Lebt der Bewohner unabhängig im Haus?	nein	0	15/07/2013	warkcar	
Nimmt der Bewohner mehr als 3 Medikamente (pro Tag) ein?	nein	1	15/07/2013	warkcar	
Hat der Bewohner Schorf oder Druckgeschwüre?	nein	1	15/07/2013	warkcar	
Wieviele Hauptmahlzeiten nimmt der Bewohner pro Tag ein?(Frühstück, Mittag-und Abendessen)	2 Mahlzeiten	1	15/07/2013	warkcar	
Isst der Bewohner mindestens 1x am Tag Milchprodukte?	ja	0,5	15/07/2013	warkcar	
Isst der Bewohner 1-2mal wöchentlich Hülsenfrüchte und Eier?	ja	0,5	15/07/2013	warkcar	
Isst der Bewohner jeden Tag Fleisch, Fisch oder Geflügel?	nein	0	15/07/2013	warkcar	
Isst der Bewohner mindestens zweimal pro Tag Obst und Gemüse?	nein	0	15/07/2013	warkcar	
Wieviel trinkt der Bewohner pro Tag?(Wasser, Saft, Kaffee, Tee, Wein, Bier. . .)	3-5 Gläser/ Tassen	0,5	15/07/2013	warkcar	
Benötigt der Bewohner Hilfe zur Essensaufnahme?	isst ohne Hilfe, keine Schwierigkeiten	2	15/07/2013	warkcar	
Glaubt der Bewohner, dass er gut ernährt ist?	weiss es nicht/ leichte Mangelernährung	1	15/07/2013	warkcar	
Wie schätzt der Bewohner seinen Gesundheitszustand im Vergleich mit gleichaltrigen Personen ein?	weiss es nicht	0,5	15/07/2013	warkcar	
Oberarmumfang(OAU)in cm	= 21 bis 22	0,5	15/07/2013	warkcar	15
Wadenumfang(WU)in cm	< 31	0	15/07/2013	warkcar	



Examens complémentaires

Analyses sanguine

- Dosage de l'albumine
Dénutrition <35g/L; dénutrition sévère <30g/L
- CRP et orosomucoïde
Carence alimentaire ou hypercatabolisme si ↗

Enquête alimentaire

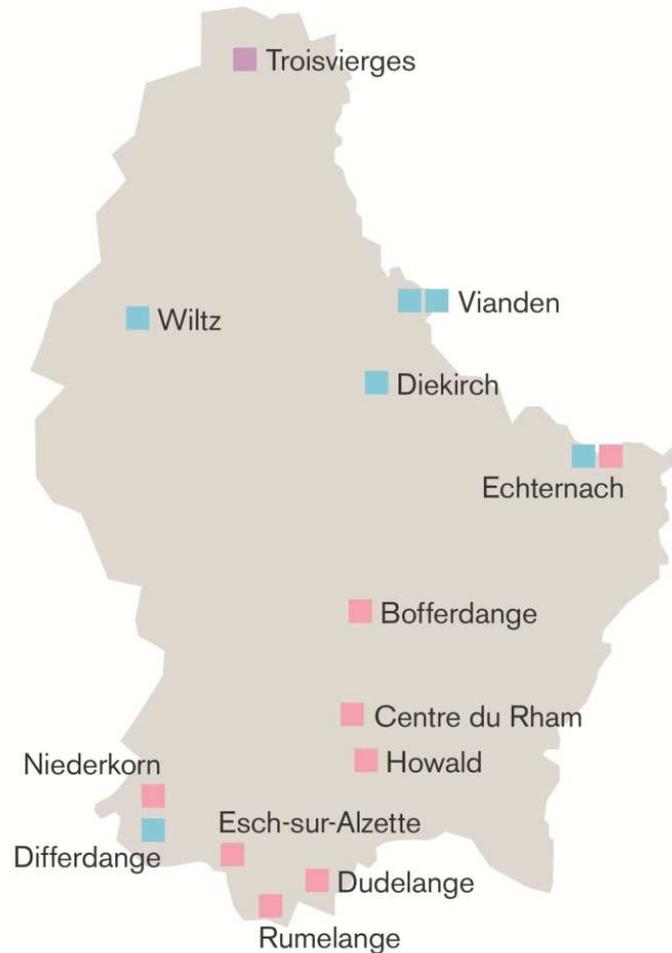
**Il ne suffit pas seulement de détecter,
mais il faut agir!**

Origine?

Pathologie, état bucco-dentaire,
effets des médicaments, isolement,
régimes restrictifs...



Le service diététique



- 1,5 ETP diététicienne
- Infirmiers référents en nutrition dans chaque centre



3. Le rôle de la diététicienne

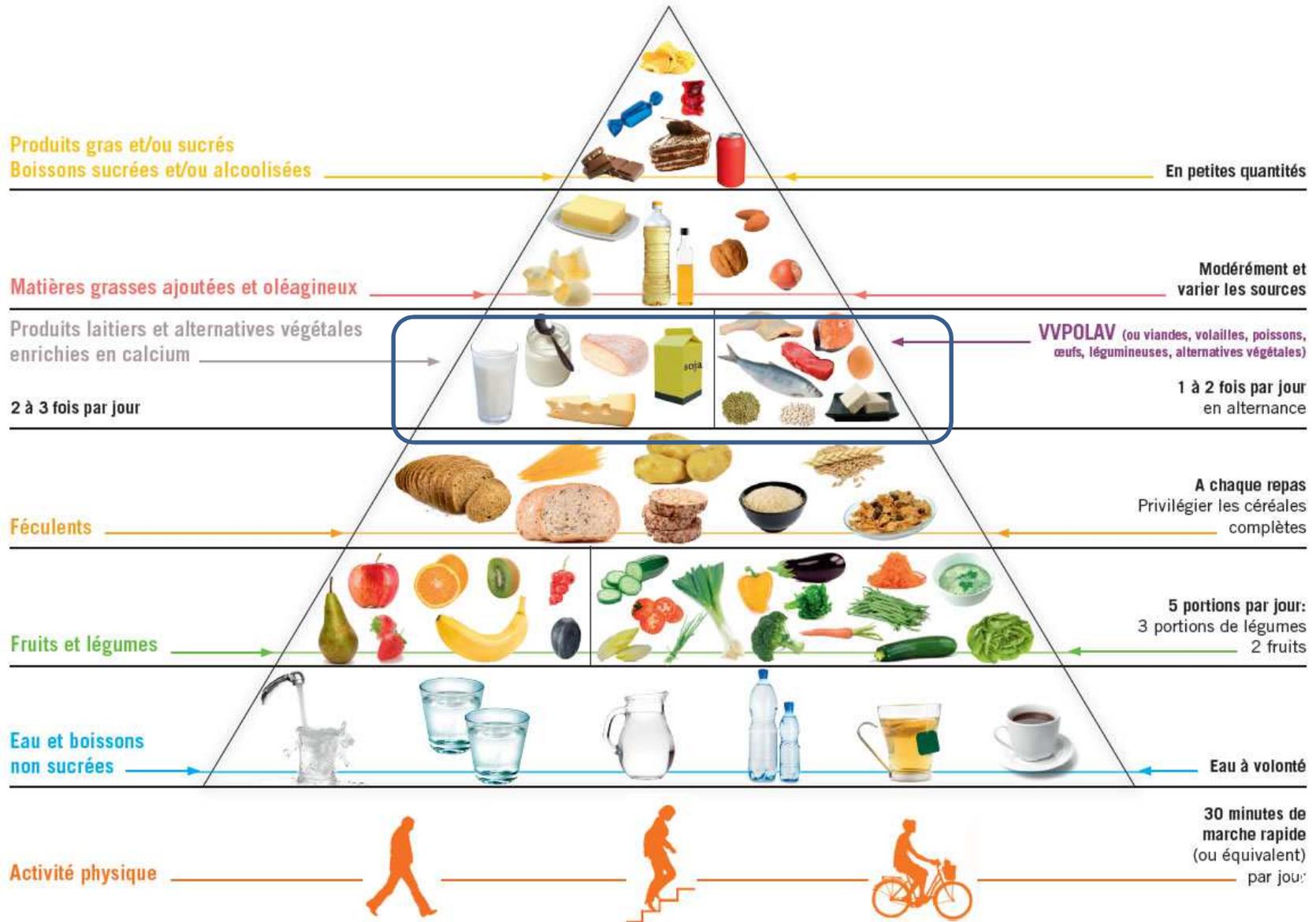
- **Evaluer les protocoles alimentaires**
- Proposer des mesures correctives
- Suivi des clients à risque
- Formation du personnel
- Alimentation équilibrée et variée
- Plaisir de manger
- Stimulation basale

Den Alter liewen



000012345

Ber.	0	1/4	1/2	3/4	1	Bezeichnung	Kcal Soll	Kcal Ist	Bearbeiter
FR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	10g Butter	0	70	turecla
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Glas Wasser (150ml)	0	1	teixana
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Scheibe Weissbrot	0	80	teixana
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Scheibe Weissbrot	0	80	teixana
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Tasse Kaffe mit wenig Milch	0	20	teixana
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Tasse Kaffe mit wenig Milch	0	20	teixana
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Tasse Kaffe mit wenig Milch	0	20	teixana
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	10g Butter	0	70	teixana
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	10g Butter	0	70	teixana
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	20g Konfiture	0	50	teixana
VO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	20g Konfiture	0	50	teixana
MI	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Glas Orangensaft (200ml)	0	90	teixana
MI	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Glas Wasser (150ml)	0	1	teixana
MI	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Teller Crème-Suppe	0	80	teixana
MI	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Mittagsmenü / normal o. Repasse	0	100	teixana
AB	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	1 Scheibe Weissbrot	0	80	turecla
AB	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	100g Quark	0	50	turecla
AB	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	20g Konfiture	0	50	turecla
Summe:							0	982	



Eiweisszufuhr: 50 Pkt Eiweisszufuhr ausreichend (aktuelle)

Frage	Antwort	Pkt	Datum	Bearb.
▶ Isst der Bewohner jeden Morgen Quark zum Frühstück?	nein	0	15/07/2013	warkcar
Isst der Bewohner jeden Morgen Käse (Streich-, Scheiben) oder 1 Fleischware zum Frühstück?	ja	10	15/07/2013	warkcar
Isst der Bewohner jeden Morgen Joghurt zum Frühstück?	ja	5	15/07/2013	warkcar
Trinkt der Bewohner mindestens 1 Glas Milch / Tag?	nein	0	15/07/2013	warkcar
Isst oder trinkt der Bewohner jeden Tag ein Milchprodukt zwischendurch?	nein	0	15/07/2013	warkcar
Isst die Person jeden Tag ein Milchprodukt zum Nachtisch?	ja	5	15/07/2013	warkcar
Isst die Person jeden Tag zu Mittag eine Handvoll Fisch/Fleisch oder 2 Eier?	ja	20	15/07/2013	warkcar
Isst die Person jeden Abend 1 Fleischware (Schinken, Wurst, Braten) oder Käse (Weich-, Hartkäse)?	ja	10	15/07/2013	warkcar
Isst die Person jeden Abend Quark?	nein	0	15/07/2013	warkcar

- Evaluer les protocoles alimentaires
- **Proposer des mesures correctives**
 - Adapter les menus en fonction des goûts, habitudes alimentaires et préférences du client
 - Fractionnement des repas / petite portion
 - Adaptation des textures des repas
 - Revoir nécessité de régimes restrictifs
 - Matériel adapté
 - Enrichissement des repas et compléments alimentaires



Adapter les textures au besoin

Repas mixés

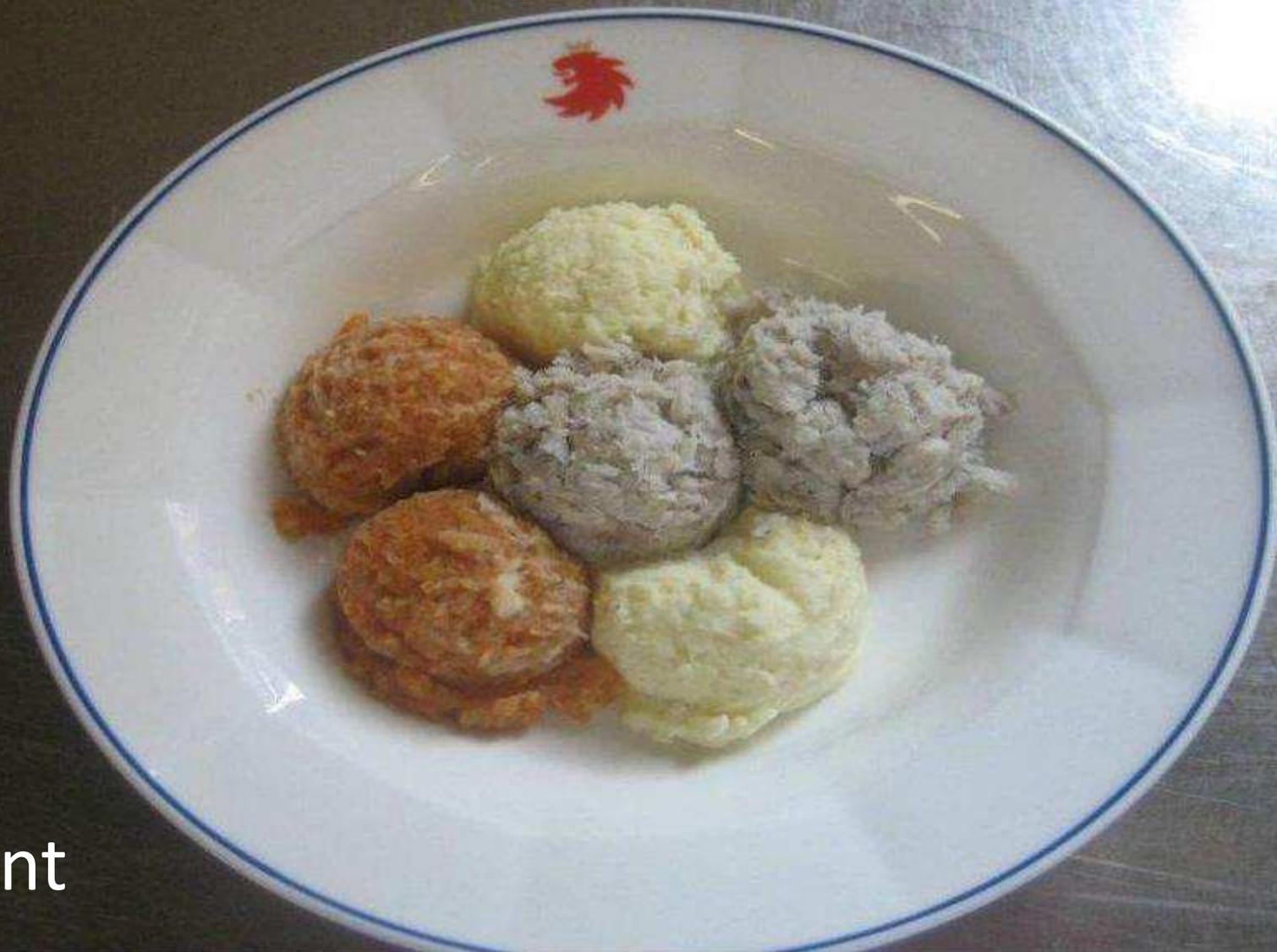
Repas mixés

Création de plats répondant aux critères suivants:

- Présentation appétissante
- Texture appropriée
- Apport nutritionnel optimal
- en cas de problèmes de déglutition

Den Alter liewen

SERVIOR 



Avant

Den Alter liewen

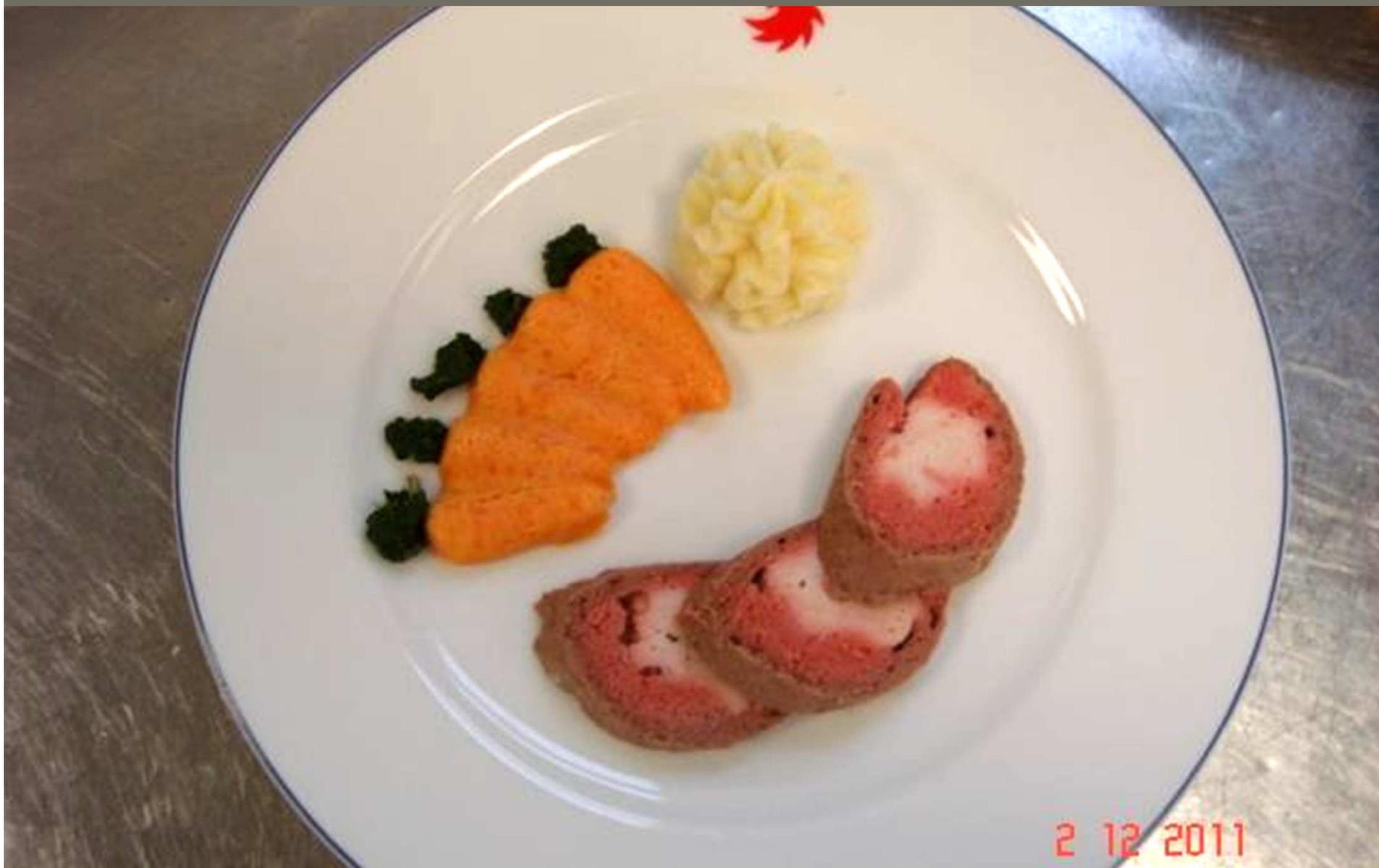
SERVIOR 



Après

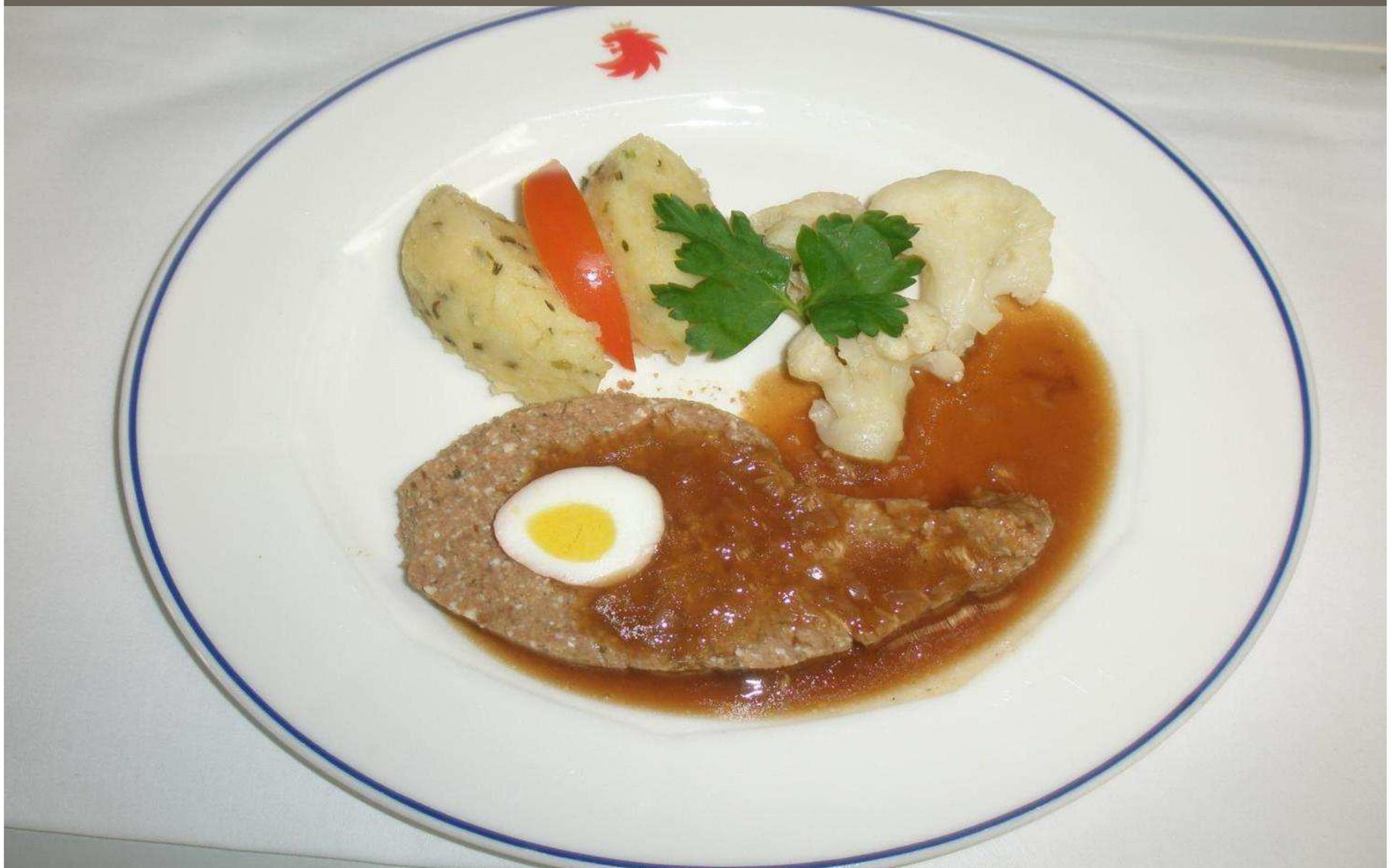
Den Alter liewen

SERVIOR 



Den Alter liewen

SERVIOR 





Matériel adapté

Den Alter liewen

SERVIOR 





L'enrichissement des repas

Enrichir les repas

- apporter plus de nutriments sous un même volume
- à l'aide d'aliments courants
- à l'aide de compléments alimentaires
- en protéines, en lipides, en glucides

L'apport en protéines

- 1,2-1,5g/kg/j (dénutrition)
- Exemple: personne de 60kg-> 72–90g par jour

Quelques exemples de plats riches en protéines sans viande

- Omelette (au fromage), oeufs sur le plat, oeufs brouillés, oeuf dur sauce béchamel
- “Paangecher”, “Kniddelen”, “Gromperen mat Brach”
- Flan, gratins ou accompagner les légumes de sauce béchamel
- Milk-shake, lait chocolaté, pudding, mousse de fromage blanc..
- Gratin de poisson, mousse de poisson, terrine de poisson
- Enrichir le potage avec du lait en poudre, du fromage, des oeufs (bouillon)
- Enrichir la purée de pdt avec des oeufs
- ...

Kost



Von	Bis	Kostform
07/07/2013		Normal
01/08/2013		angereicherte Suppe
01/08/2013		hochkalorisch

Nahrungsprotokoll (17/09/2013)

Datum	Zeit	Bezeichnung	Best.	kcal
-------	------	-------------	-------	------

Les compléments alimentaires

- riche en énergie et/ou protéines
- riche en certains nutriments spécifiques
p.ex. Zn, Se, arginine -> escarres
- petit volume
- forme liquide/crème
- seulement efficace si le bon choix du produit
- horaire d'administration!!
- en complément des repas

- Evaluer les protocoles alimentaires
- Proposer des mesures correctives
- **Suivi des clients à risque**
- **Formation du personnel**
- Alimentation équilibrée et variée
- Plaisir de manger
- Stimulation basale



Formation des cuisiniers

À la recherche de nouveaux goûts, de nouvelles techniques et de recettes

- Evaluer les protocoles alimentaires
- Proposer des mesures correctives
- Suivi des clients à risque
- Formation du personnel
- **Alimentation équilibrée et variée**
- **Plaisir de manger**
- Stimulation basale



Variété des plats

850 recettes différentes

Se rapprocher des goûts des clients

- Kichenkommissioun + Heemrot



- 1 menu traditionnel luxembourgeois
 - Alternatives variées
 - Petite carte saisonnière ou selon les désirs des clients
 - Régime spécifique
- !!Régimes restrictifs chez la personne âgée!!
- Semaine à thème, semaine Fitness

Den Alter liewen

SERVIOR 



Den Alter liewen

SERVIOR 



Den Alter liewen

SERVIOR 



Den Alter liewen

SERVIOR 





Semaine à thème

Découvrir de nouvelles recettes, souvenirs de voyage



Gesondheitswoch

“Gesond lessen méi bewegen”



- Evaluer les protocoles alimentaires
- Proposer des mesures correctives
- Suivi des clients à risque
- Formation du personnel
- Alimentation équilibrée et variée
- Plaisir de manger
- **Stimulation basale**



Show-cooking

Stimuler les sens grâce aux cuisines mobiles

Cuisiner en face des clients - Plus-values

- Sentir et voir les ingrédients
- Stimuler l'appétit
- Choix individuel du plat
- Préparation à la minute

Den Alter liewen

SERVIOR 



Den Alter liewen

SERVIOR 



Den Alter liewen

SERVIOR 





Cuisine thérapeutique

Impliquer directement le client

Atelier cuisine - Cuisiner et manger ensemble

- Développer des centres d'intérêts anciens ou nouveaux
- Dynamiser la vie des seniors
- Activer et développer la mémoire
- Créer des liens sociaux
- Maintenir l'autonomie



Den Alter liewen

SERVIOR 





4. Conclusion



**Prévenir la malnutrition en institution:
Un travail d'équipe!**

- Prévention malnutrition en institution = travail d'équipe (personnel assistance et soins, personnel de cuisine, personnel de restauration, diététicienne, kinésithérapeute, ergothérapeute, orthophoniste, médecin...)
- Cibler les clients à risque et intervenir dès premiers changements dans leurs habitudes alimentaires
- Prévenir par une alimentation saine, équilibrée et variée, tout en gardant le plaisir de manger



Merci pour votre attention