

Nutriconseil25 : 5 ans !

Créé en octobre 2005, Nutriconseil25 a pour mission première la prévention et la prise en charge de la dénutrition des personnes âgées vivant à domicile. Mais en quelques années, la dynamique générée autour de ce thème a ouvert de nouvelles perspectives à ce dispositif. Son objectif s'est élargi peu à peu et vise maintenant la promotion de comportements nutritionnels favorables à la santé auprès d'un public plus large.

Les diététiciennes de Nutriconseil25 se sont prêtées au jeu des questions/réponses.

Questions à... Marie-Pierre Clairet

domicile(s) : Marie-Pierre Clairet, vous êtes à l'origine de Nutriconseil25, comment est née cette idée ?

Marie-Pierre Clairet : J'ai exercé pendant 16 ans au CHU¹ de Besançon, en particulier au sein du service de gériatrie. Nombre de personnes âgées qui y étaient hospitalisées arrivaient dans le service en état de dénutrition. J'étais convaincue qu'il fallait intervenir au domicile des personnes, à la fois en amont, pour prévenir et en aval pour assurer, prendre le relais de la prise en charge nutritionnelle lors de la sortie. C'est en partageant ce constat avec l'assad, que nous avons travaillé ensemble sur cette problématique.

Qu'est-ce que la dénutrition et quelles en sont les conséquences ?

Il s'agit d'apports alimentaires insuffisants pour couvrir les besoins. Outre l'amaigrissement, la dénutrition a un impact certain sur l'état de santé et augmente le risque d'infections ou de troubles psychiques, de chutes, d'escarres aussi. Une dénutrition sévère peut conduire à un état grabataire, d'où l'importance de la prendre en charge et surtout de la prévenir.

Concrètement comment agit Nutriconseil25 ? Il faut prévenir et prendre en charge. Pour cela Nutriconseil25 intervient selon trois modes opératoires, il :

- assure des suivis nutritionnels à domicile en lien avec les aidants familiaux et les professionnels ;
- développe des actions de prévention et d'information (des ateliers, des conférences) ;
- propose des formations aux professionnels (médecins, infirmiers, aides à domicile, aides-soignantes...).

Nous sommes trois diététiciennes nutritionnistes et chacune de nous s'est spécialisée sur une activité. Pour ma part, outre la coordination de Nutriconseil25, j'assure les formations ainsi que l'organisation et l'animation des conférences.



Nutriconseil25 en chiffres* :

- 715 suivis nutritionnels individuels, représentant 1 600 visites à domicile
- 45 actions d'animation/prévention ou micro-conférences pour 1 700 personnes
- 4 conférences « Alimentation et troubles démentiels » sur la région Franche-Comté (640 personnes présentes)
- 660 professionnels concernés par les formations : aides-soignantes, aides à domicile, infirmiers, médecins...

*Activité réalisée en 5 ans

(1) Centre Hospitalier Universitaire
(2) Organismes Génétiquement Modifiés

Questions à... Catherine Droz

domicile(s) : Catherine Droz, vous êtes plus précisément en charge des suivis individuels. À ce titre vous avez rencontré des centaines de personnes âgées en situation de dénutrition. Quels sont les facteurs conduisant aux situations de dénutrition ?

Catherine Droz : Ils sont multiples, mais ceux le plus souvent rencontrés sont la perte d'appétit, la perte d'autonomie physique ou psychique, le veuvage, la solitude, l'état dépressif, les troubles de la déglutition, la prise de nombreux médicaments. Il y a aussi les préjugés et les idées reçues « À mon âge, je n'ai plus besoin de manger comme quand j'étais jeune », « Je n'ai pas besoin de manger beaucoup car je ne fais rien... ».

Quels conseils donnez-vous lors de vos suivis ?

Avant tout, nous respectons les habitudes alimentaires des personnes que nous suivons et nous donnons des conseils adaptés à chaque situation. Par exemple, enrichir le potage du soir avec du fromage râpé, fractionner les repas (ajouter une collation dans l'après-midi), adapter la texture des plats... ce sont des choses simples, facilement réalisables. Nous travaillons en étroite collaboration avec les aidants familiaux et professionnels (aidés à domicile) qui participent, entre autres, à la préparation des repas. Nous proposons parfois l'essai de compléments alimentaires et informons sur l'existence de matériel adapté.

Comment les personnes vous contactent-elles ?

Pour les suivis à domicile, nous intervenons à la demande d'un professionnel, par exemple une aide-soignante, une infirmière, un médecin traitant ou d'un établissement de soins (hôpital...). Puis nous prenons contact avec la personne et son entourage si nécessaire.

Votre intervention est-elle bien acceptée ?

La plupart du temps, je suis bien accueillie. Les personnes apprécient particulièrement cette attention qui leur est portée et suivent les conseils donnés. Les consultations durent en moyenne une heure, c'est un temps d'échange, un espace de parole qui s'ouvre. Les aidants familiaux vivent souvent difficilement la perte d'appétit,

l'amaigrissement de la personne dont ils s'occupent. C'est une source d'angoisse. Quand nous intervenons, un transfert de responsabilité s'opère, ils culpabilisent moins, ils se sentent épaulés.



Questions à... Christine Deforêt

domicile(s) : Christine Deforêt, vous, votre spécialisation c'est l'animation. En quoi consistent les ateliers que vous organisez ?

Christine Deforêt : Nous proposons à des groupes d'environ une quinzaine de personnes de se retrouver pendant cinq séances autour du thème de l'alimentation. Chacune des séances a un objectif bien précis. Il y est bien évidemment question de l'équilibre alimentaire, mais aussi des habitudes, des modes de consommation. Chacun est amené à s'interroger sur la façon dont il mange et éventuellement à se fixer un objectif, facilement atteignable, pour manger mieux. Mais ces ateliers c'est aussi la découverte d'entreprises agroalimentaires (visites de chocolateries, de fabrication de confitures, de fromageries...), des dégustations et des moments de convivialité autour d'un goûter préparé par les participants...

À qui s'adressent plus particulièrement les ateliers que vous animez ?

En première intention aux seniors ; mais en fonction du groupe, l'approche ne sera pas la même. Elle pourra être plus informative et intégrer des sujets tels que les produits issus de l'agriculture biologique, les OGM², les graisses oméga, tous ces sujets dont on parle beaucoup, sur lesquels les personnes souhaitent en savoir plus. Dans d'autres cas, l'accent portera davantage sur l'importance du « bien manger », mais quelle que soit l'approche, **convivialité et plaisir restent les maîtres mots.**

Infos pratiques Nutriconseil25

Vous souhaitez des renseignements supplémentaires sur les activités de Nutriconseil25, connaître les formations proposées, les ateliers prévus... Contactez :

Marie-Pierre Clairet • Tél. 03 81 41 67 34
marie-pierre.clairet@assad25.fr

Catherine Droz • Tél. 03 81 41 58 10
catherine.droz@assad25.fr

Christine Deforêt • Tél. 03 81 41 67 33
christine.deforet@assad25.fr