

Zeitschrift: Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile

Herausgeber: Spitex Verband Schweiz

Band: - (2018)

Heft: 4

Artikel: Débanaliser la dénutrition

Autor: Gumy, Pierre

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-852834>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 29.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Débanaliser la dénutrition

Veiller à une bonne alimentation permet à l'ASD d'éviter la dénutrition chez ses clients. Photo: imad/Fotolia

Nomad, l'organisation neuchâteloise d'Aide et soins à domicile, et imad, institution genevoise de maintien à domicile, se donnent toutes deux les moyens de lutter contre la dénutrition. Une problématique devenue presque trop banale, selon Nathalie Brodu, diététicienne et cheffe de projet chez Nomad. A imad, différents supports de sensibilisation ont été mis en place.

Que ce soit en famille, sur le pouce, à l'emporter ou devant la télévision, prendre son repas rythme notre quotidien. Pourtant, bien manger, c'est-à-dire se nourrir de manière équilibrée et en suffisance, peut poser problème avec l'âge, une démence, un cancer ou le suivi d'un traitement altérant l'appétit. Ce rituel banal devient alors un enjeu central pour préserver sa santé et éviter les risques de dénutrition. Les professionnels des services d'aide et de soins à domicile (ASD) rencontrent constamment des situations où la quantité et la qualité de l'alimentation font défaut. Une étude publiée dans la Revue Médicale Suisse en 2015 (vol. 11, n°494, p.2124-2128) rapporte que 4 à 10 % des personnes âgées vivant à domicile sont en état de dénutrition, 15 à 38 % de celles institutionnalisées, et 30 à 70 % des personnes âgées à l'hôpital.

Nathalie Brodu, diététicienne et cheffe de projet pour Nomad, l'organisation d'ASD du canton de Neuchâtel, travaille depuis 2016 pour élaborer un concept visant à organiser le dépistage et la prise en soins des clients dénutris et à risque de dénutrition. «Travailler pour l'Aide et soins à domicile permet d'agir en amont, par la prévention ou la cor-

rection des facteurs de risque de la dénutrition en accompagnant la personne sur le long terme.»

L'alimentation toujours en ligne de mire

Le constat principal de la diététicienne tient en un mot: «banalisation». Les besoins nutritionnels des seniors sont souvent minimisés par méconnaissance. Même si l'activité est moindre, les apports en protéines et en énergie doivent être légèrement augmentés et adaptés individuellement. Car, avec l'âge, l'organisme assimile plus difficilement les composants des aliments. Selon Nathalie Brodu, prendre conscience que «l'alimentation est un soin» permet aux soignants de se rappeler de questionner les habitudes alimentaires à bon escient et de sensibiliser la personne à leurs conséquences.

«Et c'est d'autant plus vrai à domicile», souligne-t-elle. Chez soi, la routine s'installe rapidement, tout comme les mauvaises habitudes alimentaires. Interroger ce quotidien, sensibiliser la personne et l'accompagner dans la recherche de solutions sont indispensables selon Nathalie Brodu. «Car une perte de poids involontaire n'est jamais anodine

et se fait principalement au détriment de la masse musculaire», insiste-t-elle. «Et d'autres pathologies font souvent le lit de la dénutrition. Une dépression expose au risque de perte de poids par manque d'appétit. Cet amaigrissement peut conduire à l'affaiblissement, augmenter les risques de chute et donc les causes d'hospitalisation.»

La diététicienne a élaboré un concept pour le dépistage et la prise en soins de la dénutrition à domicile qui servira de base à un futur projet pilote à Neuchâtel. La formation du personnel, la sensibilisation des clients et des proches ainsi qu'un travail en interdisciplinarité avec les médecins traitants représentent des mesures incontournables pour pallier le problème. Le fonctionnement des centres médico-sociaux (CMS) vaudois prouve, selon Nathalie Brodu, la pertinence de mélanger les compétences au sein des équipes d'Aide et soins à domicile.

«Des diététiciens font partie intégrante des équipes soignantes, ce qui permet aux autres soignants de toujours rester attentifs aux questions de l'alimentation et de trouver rapidement une réponse en cas de problème.»

Dans le canton de Genève, l'institution de maintien à domicile (imad) a fait les mêmes constats. Le RAI-HC utilisé au quotidien par les 650 infirmières de imad sert à évaluer les besoins requis des clients, avec plus de 11 000 évaluations par an, ce qui a permis de réaliser une analyse de large envergure: près de 30% des clients risquent des carences dans leur alimentation ou sont touchés par la dénutrition. Et ces chiffres tendent à augmenter, détaille Catherine Busnel, responsable de l'unité de recherche et développement à imad.

L'importance de la vigilance

En partenariat avec les Hôpitaux universitaires de Genève et la Haute école de santé de Genève, imad a réalisé une étude sur la dénutrition permettant ensuite l'édition d'un guide destiné à sensibiliser ses quelque 1600 collaboratrices et collaborateurs. Le personnel d'Aide et soins à domicile doit pouvoir signaler les situations où les risques de dénutrition apparaissent en observant certains détails: les aliments présents dans le réfrigérateur, les restes des repas ou des changements significatifs dans les listes de courses. Le personnel infirmier complète désormais son évaluation des besoins du client grâce à un questionnaire dédié spécifiquement à la dénutrition, le mini nutritional assessment (MNA-SF). Car les symptômes de cette carence prennent de multiples formes. La perte de poids est la plus évidente, mais une personne souffrant d'obésité peut également se retrouver en état de dénutrition. La fatigue, les troubles de l'appétit ou encore l'isolement

social sont autant d'éléments à prendre en compte lorsqu'il s'agit d'alimentation.

Les professionnels de l'aide et des soins à domicile se réfèrent depuis le début de l'année 2018 à un guide de bonnes pratiques qui synthétise les causes de la dénutrition, ses conséquences et les actions à mettre en place. Ce guide met en avant le travail interdisciplinaire en indiquant, à chaque étape, qui est en mesure d'intervenir et vers qui s'orienter le cas échéant (diététicienne, infirmière spécialiste clinique, ergothérapeute). Et, ici aussi, les proches aidants se profilent comme des partenaires incontournables. Informer

l'entourage de la personne suivie par les services d'ASD fait donc partie intégrante du programme proposé par imad. «Notre personnel distribue un livret lors de leur visite pour aborder les questions liées à la dénutrition. C'est l'occasion de rompre avec certaines idées reçues,

comme celle prétendant qu'avec l'âge nos besoins nutritionnels diminuent.» Le quiz (voir encadré) proposé dans ce livret permet d'aborder de manière concrète la dénutrition tout en plaçant la thématique de l'alimentation au centre de la visite à domicile. Une approche simple et ludique pour débanaliser la dénutrition en six questions.

Pierre Gumy

Contre les idées reçues sur votre alimentation, faites le test:



Pour être sûrs d'avoir les bons réflexes nutritionnels, commandez gratuitement votre livret «Qu'y a-t-il dans mon assiette?» par tél. au 022 420 20 00 ou par e-mail à l'adresse info@imad-ge.ch.

Réponse: 1. faux 2. faux 3. faux 4. faux 5. faux 6. vrai

1. Avec l'avancée en âge, il est conseillé de manger plus léger
☐ Vrai ☐ Faux
2. Les personnes en surpoids sont à l'abri des carences alimentaires
☐ Vrai ☐ Faux
3. Avec l'âge, on a moins besoin de boire
☐ Vrai ☐ Faux
4. A partir d'un certain âge, on n'a plus besoin de consulter un dentiste
☐ Vrai ☐ Faux
5. En bougeant moins, on a moins besoin de manger
☐ Vrai ☐ Faux
6. Prendre beaucoup de médicaments modifie le goût, l'odorat et l'appétit
☐ Vrai ☐ Faux