

MAUVAISE NUTRITION, DÉNUTRITION ET DÉSHYDRATATION

MAUVAISE NUTRITION, DÉNUTRITION ET DÉSHYDRATATION

POUR LES INTERVENANTS

LES SIGNES D'ALERTE

« LES SIGNES QUI DOIVENT M'ALERTER »

⌵ Il s'agit notamment :

- du refus de manger et/ou de boire ;
- de la diminution des quantités mangées et/ou bues ;
- du rythme pour manger (par exemple, la personne mange plus lentement) ;
- d'une perte visible de poids ;
- d'une poubelle trop remplie.

⌵ ou, *a contrario* :

- de l'augmentation importante des quantités mangées ;
- d'une prise rapide de poids ;
- de grignotages fréquents (bonbons, chocolats, gâteaux etc.).

⌵ Les signes d'alerte peuvent également porter sur une situation qui se prolonge ou qui ne se modifie pas. Il s'agit notamment :

- d'un réfrigérateur qui reste vide ;
- d'un réfrigérateur qui reste trop rempli ;
- de la présence de produits périmés ;
- de repas encore intacts ou presque.

BON À SAVOIR

⌵ Facteurs socio-psychologiques et environnementaux :

- autonomie alimentaire : modification des capacités à préparer les repas, à les servir et à les manger ;
- difficultés pour s'approvisionner : commerces alimentaires éloignés, difficulté pour se déplacer, etc. ;
- souffrance psychique et dépression ;
- perte de convivialité pendant les repas : isolement, repas non préparé par la personne, durée du repas trop courte, etc. ;
- habitudes de vie alimentaire de la personne : manque de variété des aliments, apports en protéines et vitamines insuffisants (pas assez de fruits, de légumes, de viandes, de fromages, etc.), consommation plus importante d'alcool, hydratation insuffisante (bois rarement de l'eau, du café, des tisanes, de la soupe, etc.), etc. ;
- environnement de la personne : température élevée/froide du domicile, cuisine mal agencée, etc. ;
- problèmes financiers.

⌵ Facteurs médicaux ou paramédicaux (lorsque ces éléments peuvent être connus du service) :

- difficultés buccodentaires : appareil dentaire perdu, cassé ou mal entretenu, douleur dentaire, etc. ;
- difficultés d'assimilation des aliments : problème de digestion, manger, mâcher ou avaler, etc. ;
- maladies aiguës infectieuses (en particulier pour l'hydratation) : grippe, angine, gastro-entérite, etc. ;
- maladies liées au vieillissement : problèmes liés à la mémoire, à la parole, à une déficience sensorielle, etc. ;
- perte de goût et de l'envie de boire ;
- régimes ;
- prise de plusieurs médicaments à la fois.

LES FACTEURS DE RISQUE

POUR LA STRUCTURE

↘ METTRE EN PLACE UN DISPOSITIF DE VEILLE PERMETTANT D'IDENTIFIER LES SIGNES D'UNE MAUVAISE NUTRITION, DÉNUTRITION ET DÉSHYDRATATION

- En encourageant la personne et/ou son aidant à exprimer ses besoins et ses attentes.
- En pesant régulièrement la personne (une fois par mois).
- En observant les évolutions dans les attitudes, les gestes et les paroles de la personne et de ses aidants.
- En échangeant, si la personne est d'accord, avec son entourage et les partenaires qui l'accompagnent, dont son médecin traitant afin d'élaborer ensemble ce qui peut être mis en place à partir de la remontée d'informations de la personne elle-même, de son aidant et/ou des professionnels de terrain.

↘ PARTAGER L'ANALYSE DES SIGNES REPÉRÉS

- En échangeant avec la personne, son entourage, en équipe et avec les partenaires (médecin traitant, diététicien, nutritionniste, etc.) dans le respect des règles de partage d'informations.
- En prévoyant des temps et des outils spécifiques de partage d'informations.
- En organisant les remontées d'informations entre les intervenants et le responsable, et entre le responsable et les partenaires.

↘ ADAPTER LES RÉPONSES LORSQUE LES PERSONNES ACCOMPAGNÉES MONTRENT DES SIGNES D'UNE MAUVAISE NUTRITION, DÉNUTRITION ET DÉSHYDRATATION

- En recherchant des réponses en équipe, en accord avec la personne et en cohérence avec le projet personnalisé.
- En impliquant la personne et ses aidants dans la recherche de solutions.
- En sollicitant ou en orientant vers les partenaires et plus particulièrement le médecin traitant, mais aussi tous les acteurs qui proposent des actions de prévention (CLIC, mutuelles, associations, instances d'éducation et de promotion de la santé, etc.).
- En formalisant dans le projet personnalisé les solutions proposées et les éventuelles difficultés.
- En évaluant en équipe les actions mises en place et leurs limites.

↘ SENSIBILISER ET FORMER LES PROFESSIONNELS AU REPÉRAGE DES SIGNES D'UNE MAUVAISE NUTRITION, DÉNUTRITION ET DÉSHYDRATATION

- En présentant aux intervenants les principaux facteurs de risque d'une mauvaise nutrition, dénutrition et déshydratation.
- En formalisant ces éléments dans le projet de service.
- En inscrivant cette thématique dans le plan de formation.
- En encadrant l'éventuelle utilisation d'outils d'aide au repérage des signes de mauvaise nutrition.
- En organisant régulièrement des temps d'échanges, notamment pour la diffusion des recommandations de bonnes pratiques professionnelles relatives à la dénutrition.

MAUVAISE NUTRITION, DÉNUTRITION ET DÉSHYDRATATION

RÉSULTATS ATTENDUS

L'intervenant à domicile connaît les principaux facteurs de risque de mauvaise nutrition, de dénutrition et de déshydratation, il identifie les signes d'alerte. Il sait sur quels dispositifs (outils) s'appuyer pour faire remonter cette information. Les besoins et les attentes de la personne sont pris en compte. La perte d'autonomie et/ou son aggravation est prévenue. Il n'y a pas rupture dans le parcours d'accompagnement.

DES OUTILS⁵⁶ POUR ALLER PLUS LOIN...

↳ Sur l'évaluation de l'état nutritionnel

- **Échelle MNA** : Mini Nutritional Assessment (p.21, 22 et 23 du *Livret d'accompagnement destiné aux professionnels de santé des « Guide nutrition à partir de 55 ans »* et « *Guide nutrition pour les aidants des personnes âgées* ». INPES)
- Plan national alimentation : guides pratiques des ministères des affaires sociales et de la santé et de l'agriculture, de l'agroalimentaire et de la forêt « *Bien manger chez soi ! Des courses à l'assiette : des solutions pour les seniors* » (2014) et « *Guide d'amélioration du service de portage de repas à domicile pour les personnes âgées* » (2014).

↳ Sur l'ensemble des thématiques

- Programme national nutrition santé (PNNS) 2011-2015.
- INPES. *Guide nutrition pour les aidants des personnes âgées* (version 2015)
- INPES. *Livret d'accompagnement destiné aux professionnels de santé des guides nutrition à partir de 55 ans et nutrition pour les aidants des personnes âgées*. 2006
- <http://www.denuitration-formation.fr/>

⁵⁶ L'ensemble des outils sont téléchargeables, ils servent de support à la formation, l'échange...