

## Programme de sensibilisation Nutrition et dénutrition des personnes âgées « Identifier, prévenir, agir »

### Les objectifs

- > Apporter les connaissances nécessaires aux professionnels sur la dénutrition et la déshydratation.
- > Connaître les effets du vieillissement sur la nutrition et les conséquences de la dénutrition.
- > Réfléchir ensemble sur les conduites à tenir au quotidien et être en capacité d'alerter en cas de situation à risque.
- > Favoriser l'activité physique en complément d'une alimentation adaptée.

### Contenu

#### Niveau 1 : « Détecter et prévenir »

- > Dénutrition et déshydratation du sujet âgé
  - Définitions
  - Causes spécifiques
  - Signes d'alerte et indicateurs de la dénutrition et de la déshydratation
- > La prévention par une bonne alimentation
  - Les effets de l'âge sur le statut nutritionnel
  - Rappels diététiques et repères de consommation pour une alimentation équilibrée
  - Faire du repas un moment agréable, de plaisir
  - Une alimentation adaptée à chacun
- > Les régimes restrictifs
- > Autres actions de prévention :
  - Une bonne hygiène bucco-dentaire
  - Le maintien d'une activité physique

#### Niveau 2 : « Agir face aux signes de dénutrition et de déshydratation »

- > Rappels diététiques
- > Les conséquences de la dénutrition
  - La spirale de la dénutrition
  - Alerter et agir le plus tôt possible
- > La prise en charge de la dénutrition
  - Conseils nutritionnels
  - Enrichissement de l'alimentation
  - Les compléments nutritionnels
  - Suivi de l'état nutritionnel

- Les troubles de la déglutition
  
- Les aides au quotidien
  - L'aide au repas
  - Adaptation des textures en fonction des besoins
  - Matériel adapté
  - Les ressources professionnelles
  
- Analyse de cas cliniques interrogeant la pratique quotidienne
  - Signes de déshydratation
  - Signes de dénutrition

•• **Support** : Diaporama - Exposé théorique – Extrait vidéo et échanges avec les stagiaires sur les situations concrètes

•• **Public** : Professionnels intervenant au domicile des personnes âgées ou en établissement d'hébergement, quelque soit sa fonction et son niveau hiérarchique. Groupe de 12 personnes maximum.

•• **Durée** : 2 h 30 pour chaque niveau au sein de la structure.

•• **Lieu** : en Intra, au sein de votre structure

•• **Formateurs** : Diététiciens, IDE

•• **Coût** : **Gratuit** - Sessions financées par le Conseil départemental de l'Essonne.