

# La dénutrition, ce danger qui guette nos aînés

**Veillesse.** Au fil des ans, les personnes âgées mangent de moins en moins. Une maladie prise au sérieux par certains Ehpad qui s'adaptent, comme Saint-François, à Rennes.

« En finir avec la dénutrition, c'est possible. » C'est ce que proclament plusieurs spécialistes dans une tribune publiée en novembre dans le *Journal du Dimanche*. Une maladie sous-diagnostiquée qui, selon eux, touche une part alarmante des patients hospitalisés et des seniors. Environ 10 % des plus de 70 ans à domicile seraient touchés mais également 30 % des patients à l'hôpital, 40 % des malades atteints de cancer, et 30 à 40 % des résidents d'Ehpad (Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes), soit plus de deux millions de personnes chaque année.

Souvent confondue avec la malnutrition, la dénutrition correspond à une perte de poids rapide et involontaire (plus de 5 % de son poids en un mois ou 10 % en six mois). Pour mieux la repérer, « il faut peser régulièrement les personnes âgées et les patients fragiles. En cabinet médical comme à l'hôpital, la pesée et le suivi du poids ne sont pas systématiques », déplorent les signataires.

### Stimuler sans forcer

Dans l'Ehpad Saint-François, à Rennes, on ne prend pas les choses à la légère. Chaque mois, le personnel médical suit de près le poids des résidents. « Une perte de poids signifie une perte de muscle, et donc un risque accru de chutes », explique le docteur Robert, le médecin coordonnateur de l'Ehpad. On ne se rend pas compte à quel point cela peut aller vite. La dénutrition peut aussi provoquer rapidement des escarres (des plaies pouvant être très profondes N.D.L.R.).

Pour lutter contre ce phénomène, des Ehpad possèdent un service nutrition et engagé des diététiciens qui vérifient régulièrement la qualité



La dénutrition toucherait 30 à 40 % des résidents des Établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ehpad).

PHOTO : ARCHIVES THIERRY CREUX, OUEST-FRANCE

de l'alimentation. Il existe aussi des qualitiennes comme Coralie Deroche, à Saint-François : « Je goûte notamment beaucoup les plats pour contrôler. »

En outre, les soignants veillent midi et soir à ce que les personnes mangent le plus possible en fonction de leur besoin. « Si on remarque qu'une personne ne mange pas assez, on mange avec elle, on lui fait la conversation et cela leur permet de manger plus facilement », explique Fanny Guinard, agente de soin.

Si cela ne marche pas, le relais est passé à un collègue qui aura une approche différente et réussira peut-être davantage à faire manger le résident. « J'ai remarqué, par exemple,

que cela marchait mieux lorsque je passais le relais à un homme », constate-t-elle. Troisième option : l'établissement personnalise les plats. En ajoutant davantage de beurre ou du fromage, histoire de stimuler le regard et le goût.

### « Certains n'ont pas le moral »

Pour autant, le mal reste récurrent. Certains ne souhaitent volontairement plus se nourrir. Ce n'est pas le cas de Geneviève, 86 ans, résidente à Saint-François, qui se considère en forme avec un appétit suffisant. « On voit bien qu'il y a des gens qui n'ont pas le moral. Alors, j'essaie de le leur remonter, en les aidant à man-

ger. J'en vois aussi qui ne mangent que deux cuillerées avant de quitter la table. Je les ai entendus dire qu'ils en avaient marre de la vie », confie Geneviève, qui n'hésite pas à venir chercher ceux qui manquent à l'appel du déjeuner.

Le confinement a été révélateur de l'effet positif de ces moments. Isolés dans leur chambre, les résidents ont été plus nombreux à zapper le repas de midi. « Au-delà du fait de se nourrir, c'est un moment très important. C'est sûrement celui que l'on attend le plus dans la journée, car c'est convivial ! » conclut Geneviève, le regard aussi souriant que déterminé.

Geoffroy JACQUESON.