

# Alimentation et prévention de la dénutrition

3 Jours  
[21 Heures]



Formateur :

## Objectifs

Connaître :

- l'alimentation et la prévention du vieillissement
- les besoins alimentaires des personnes âgées
- la prise en charge de la dénutrition.

Agir :

- Informer efficacement les patients-résidents
- Amener les patients-résidents à amorcer des changements dans leur alimentation( par des techniques d'influence efficaces et conformes à l'éthique).

## Public et prérequis

Cette formation est accessible aux agents diplômés des secteurs sanitaire et social de niveau V, c'est-à-dire aux aides-soignants et aux aides médico-psychologiques (AMP).

## Moyens pédagogiques, suivi de l'exécution du programme et appréciation des résultats.

Alternance d'exposés, études de cas et simulation.

## Programme

### Partie 1 : Alimentation et prévention du vieillissement

- Nutrition : généralités
- Protides, lipides, glucides, vitamines, minéraux et oligo-éléments  
Groupes d'aliments
- Les besoins alimentaires spécifiques
- Les conséquences du vieillissement pathologique : (ostéoporose, maladies digestives, diabète, maladies cardio-vasculaires, escarres)
- Conséquences nutritionnelles du vieillissement physiologique sur les plans :  
Bucco-dentaire
- Gustatif
- Appareil digestif
- Tolérance au glucose
- Evolution du profil lipidique selon l'âge
- Actualité dans la prise en charge des pathologies liées à l'alimentation :  
prévention et prise en charge : de l'ostéoporose, diabète, troubles du transit  
(sans résidus, riches en fibres), des escarres
- Prise en charge des alimentations contrôlées en graisses



## Partie 2 : Besoins alimentaires de la personne âgée

- Apports nutritionnels conseillés (énergétiques et non-énergétiques)
- Prévention de la dénutrition
- Equilibre alimentaire (connaissance et répartition des aliments sur la journée)
- Besoins en énergie et hydrique Besoins en nutriments vitamines minéraux et oligo éléments
- Du nutriment à l'aliment
- Repères du PNNS et ses limites
- Technique du plan alimentaire (définition et objectif)
- Recommandations du GEM RCN\*

\*Groupe d'Etude de Marché, Restauration Collective et Nutrition. (Ce groupe a pour mission de rédiger des documents techniques, afin de faciliter les décisions des marchés publics dans le domaine de l'agroalimentaire.).

Afin d'améliorer la qualité des repas servis en collectivité, le GEM/RCN publie des repères nutritionnels basés sur les recommandations du PNNS (Programme National Nutrition et Santé).

## Partie 3 : Prise en charge de la dénutrition

- Les causes exogènes et endogènes de la dénutrition
- Les signes biologiques et cliniques
- Dénutrition, quelques chiffres
- Causes et conséquences
- Facteurs de risques de la dénutrition
- Evaluation de l'état nutritionnel et ces outils
- Signes cliniques et biologiques
- Les paramètres essentiels dans le suivi nutritionnel
- Rôle des nutriments
- Place des différents groupes d'aliments
- Les besoins des sujets dénutris
- Actualités dans les prises en charge des pathologies liées à l'alimentation chez la personne âgée
- Diabète
- Dyslipidémies
- Résidents porteurs d'escarres
- Malnutrition et insuffisance
- Alimentation et démences séniles
- Prévention de l'ostéoporose

# Alimentation et prévention de la dénutrition

**3 Jours**  
[21 Heures]



Formateur :

- Stratégies nutritionnelles et place des compléments alimentaires
- Stratégies nutritionnelles adaptées
- Alimentation à texture modifiée
- Aspect psychosocial de l'alimentation
- Préférences et symbolique alimentaire
- Troubles de conduites alimentaires chez les sujets âgés.