

« L'INSTANT T » : La Nutrition dans l'Assiette – volet solutions

Site internet [MangerBouger.fr](https://www.mangerbouger.fr),
un service de Santé publique France

<https://www.mangerbouger.fr/>

Intérêt

Permet d'alimenter des échanges en réunion d'équipe entière ou en équipes semi-autonomes / solidaires : « **Manger Mieux** », « **Bouger Plus** », « **L'Essentiel** » et « **Ressources Pro** ». Chaque chapitre propose entre 4 et 6 sous-rubriques permettant d'affiner la recherche en fonction de l'âge de la personne pour qui la recherche est effectuée, le sujet de conseils recherché (alimentation, activité physique, tests, ...) ainsi que des informations pratiques (produits de saisons, menus, s'alimenter sans se ruiner ...). Il est possible de personnaliser l'usage en créant un compte.



MANGERBOUGER

- MANGER MIEUX
- BOUGER PLUS
- L'ESSENTIEL
- RESSOURCES PROS
 - À tout âge et à chaque étape de la vie
 - Se faire plaisir en mangeant équilibré
 - S'informer sur les produits qu'on achète
 - Bien manger sans se ruiner

RESSOURCES PROS

- Les recommandations alimentaires pour les adultes
- Les recommandations et conseils avant, pendant et après la grossesse
- Jeunes enfants de 0 à 3 ans : du lait à la diversification
- Enfants et adolescents de 4 à 17 ans
- Adultes de plus de 75 ans

Une fois dans la sous-rubrique « Adultes de plus de 75 ans », vous y trouverez un article sur la dénutrition :

[Qu'est-ce que la dénutrition ?](#) [Comment repérer les signes de dénutrition ?](#) [Comment continuer à bien manger ?](#)

À noter que la page « Ressources Pro » propose des guides et documents, notamment [L'essentiel des recommandations sur l'alimentation](#) pouvant servir de ressource utile lors de réunions d'équipe sur le sujet d'accompagnement aux courses et préparation des repas de vos bénéficiaires.

Vigilance

La visite du site en format « responsive » (taille de l'écran d'un smartphone) réduit l'aisance pour les recherches, les pages n'étant pas alignées sur le haut de l'écran. Privilégier l'usage de tablette ou ordinateur en équipe.

[Visiter le site](#)

CDIET : <https://rdv.itiaki.com/CDIET> pour prise de rendez-vous

Intérêt Prise en charge nutritionnelle entre un diététicien et un bénéficiaire permettant de répondre aux besoins spécifiques d'accompagnement autour de l'alimentation, besoins ne pouvant pas être comblés par les services d'un SAAD.

Le cout du 1^{er} bilan = 40 €, d'un bilan de suivi = 25 €.

Son intégration dans l'offre OSCAR en RA étant en cours pour l'automne 2024, dès que cela se confirme, les interlocuteurs de la CARSAT RA prendront contact directement avec les structures évaluatrices. Il est tout de même possible de contacter CDIET en dehors de ce possible financement pour des bénéficiaires en accord avec le principe d'être aidé sans financement.

Accompagnement et repérage

Lorsqu'un bénéficiaire accompagné par le service CDIET montre des signes d'altération dans le suivi des consignes/conseils proposés, l'intervenant du domicile peut faire remonter ce repérage à ses responsables afin de soutenir au mieux la réussite de l'accompagnement.

➤ une altération dans le consentement de suivi des consignes = souhaitant retourner à d'anciennes habitudes alimentaires par exemple

Vigilance

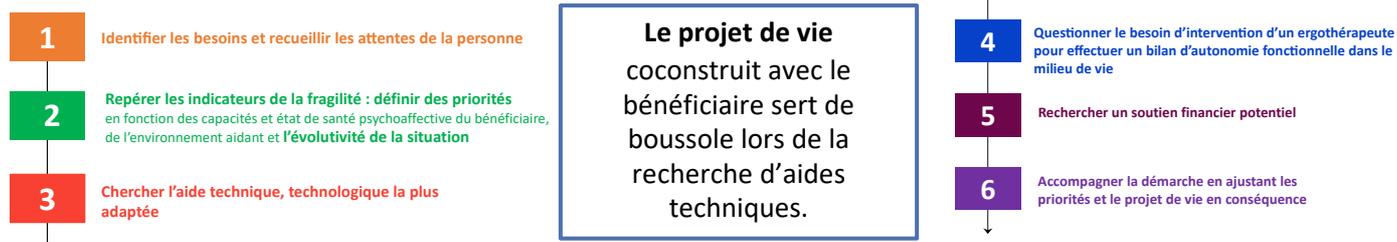
L'accompagnement se fait uniquement par le biais d'appels téléphoniques, envoi/réception de documents, et échanges mails/rencontres visios avec le bénéficiaire et les responsables des équipes d'intervenants à domicile. Cela peut s'avérer être un frein pour certaines personnes.

<https://bien-chez-soi.lassuranceretraite.fr/>



Dom'Inno <http://dominno.tasda.fr/#/>

La Nutrition dans l'assiette – volet sentinelle



Accompagnement

L'accompagnement d'un bénéficiaire en état de dénutrition peut être de longue durée !

- Encourager les AVS à repérer tout changement dans les habitudes de vie, de l'humeur, de la fatigue, du transit, de l'envie de manger, des capacités pour les déplacements à l'intérieur, à l'extérieur...
- En accompagnant les équipes semi-autonome/solidaires, l'usage du site internet Mangerbouger.fr en réunion peut s'avérer très utile afin d'alimenter les échanges entre AVS, RS. En s'informant sur un tel site (site de confiance !), les équipes peuvent être sensibilisés sur le long terme sur non seulement le sujet de la dénutrition, mais également d'autres sujets de santé.
- Une démarche de prévention est possible avec le repérage et un accompagnement adapté situés bien en amont de tout glissement de situation vers la fragilité, tout crise.



Repérage & Prévention

Sentinelle

Le repérage de signes de dénutrition peut être l'affaire de tous :
- évaluateurs pour les plans OSCAR
- responsables de secteurs et intervenants du domicile

- Lors d'une visite au domicile d'une personne en demande de financement OSCAR ou pour une réévaluation du plan d'aide, l'évaluateur peut repérer des signes tels que la date limite des aliments en conserve ou frais étant dépassée, repas non consommés, apparence physique indiquant un déséquilibre alimentaire (sous poids ou obésité)
- En réunion d'équipe, les responsables peuvent sonder les AVS sur les bénéficiaires de leur secteur pouvant être à risque de dénutrition : troubles de transit ; altération de l'apparence physique de la personne (semble « flotter » dans ses vêtements, contrairement à l'habitude) ; prise ou perte de poids en peu de temps = 2 kg en un mois ; une diminution de capacités de se déplacer (en dehors de tout diagnostic de maladie) ; changement dans les habitudes alimentaires = mangeant moins, montrant des signes de pertes d'envie de s'alimenter régulièrement ; changement d'humeur quotidienne

Lorsqu'un bénéficiaire semble en proie à un état de dénutrition, il est important qu'un lien avec le médecin traitant soit établi ; directement par le bénéficiaire et/ou son entourage aidant ou par le SAAD (avec l'accord du bénéficiaire) par le biais d'une messagerie sécurisée (idéalement), type Monsisra : <https://www.sante-ara.fr/services/monisra/>

Inspirez-vous des sites ressources !

<https://www.santepubliquefrance.fr/>
et certains de ses services :
<https://www.alcool-info-service.fr/>
<https://www.vivre-avec-la-chaueur.fr/>
<http://www.pourbienvieillir.fr/>