



Nutrition - Alimentation

Contact : Marie-Françoise TAHON
Tél. 0320877188 Fax 0320877296 formation@pasteur-lille.fr

Personnes âgées : pour que l'alimentation reste un plaisir

Contexte

Avec l'âge et la perte progressive d'autonomie, l'alimentation prend de plus en plus d'importance. Pourtant la perte d'autonomie est souvent un facteur d'entrave à ce plaisir.

Public

Personnes travaillant au contact des personnes âgées vivant à domicile ou en institution.

Objectifs

Comprendre les effets du vieillissement sur l'acte alimentaire.
Se rappeler la connaissance des aliments et de l'équilibre alimentaire.
Connaître les besoins nutritionnels spécifiques liés à l'âge.
Être capable de prendre en charge le repas de la personne âgée dans sa globalité, quelle que soit la situation.

Contenu

Jour 1

Rappel sur les différents nutriments et leurs rôles. Présentation de la classification PNNS. La complémentation des protéines. Lipides et corps gras. Besoins des personnes âgées. Equilibre alimentaire adapté aux personnes âgées. Exercices pratiques sur les menus.
Démographie du vieillissement. Caractéristiques de la personne âgée. Définition du vieillissement. Physiologie du vieillissement. Retentissement du vieillissement sur la digestion, le métabolisme, la nutrition. Impact pour les protéines, les lipides, l'eau. Poids et âge. Prévention nutritionnelle du vieillissement. Rôle du vieillissement sur les pathologies. Rôle de la nutrition sur les pathologies liées à l'âge.

Jour 2

Travail en sous-groupes autour du repas : L'anorexie. Effets du vieillissement sur la mastication, la déglutition. Troubles digestifs. La personne âgée à domicile : le portage à domicile du repas, le rôle de l'auxiliaire de vie. Composition des repas en structure d'accueil : nombre de repas, horaires, composition... Goûts et dégoûts : les plats les plus adaptés, les plats les moins appréciés. **Recherche de l'équilibre chez la personne âgée.**
Physiologie de la nutrition : apports énergétiques et apports non énergétiques ; rôle des protéines. Les besoins nutritionnels chez le sujet sain, âgé, hospitalisé, malade. Les mécanismes de la dénutrition : un cercle vicieux. Les causes de la dénutrition : facteurs favorisants, facteurs déclenchants. Les conséquences de la dénutrition : du déficit immunitaire au syndrome de glissement. Evaluation de l'état nutritionnel sur le plan clinique, anthropométrique, biologique.

Jour 3

Travail en sous-groupes : Les outils d'évaluation de la déglutition : analyse critique. Les outils de surveillance des ingestas : création d'une feuille de surveillance alimentaire adaptée aux besoins. Prévention de la dénutrition.
Quelques idées simples pour enrichir les repas.
Les situations particulières : La déshydratation : traitement et prévention. Le diabète chez le sujet âgé. L'obésité chez le sujet âgé. Les régimes sans sel.

Intervenants

Docteur Jean-Michel Lecerf, médecin nutritionniste. Diététicienne.

Méthodes pédagogiques

Animation de groupe : participation et interactivité privilégiées.
Mises en pratique.
Documents pédagogiques remis à chaque stagiaire.

Dates :
19 au 21 septembre 2011
11 au 13 juin 2012

Lieu : **Lille (59)**
Durée : **3 jours (21h)**
Prix : **760 € HT**
adaptable en INTRA

Code : **ACPA**

