

EHPAD : l'éveil des papilles au service de l'autonomie



Le 4 avril 2019, s'est tenue la 8^e Journée du Management et Coordination en EHPAD. Organisée à Nantes par l'AGREE (Association Gérontologique de Recherche et d'Enseignement en EHPAD), elle a rassemblé de nombreux professionnels de la santé venus partager leurs expériences et réflexions autour d'un thème fondamental : les libertés en EHPAD.

Partenaire de 1600 établissements médico-sociaux en France, Sodexo était présent pour faire goûter les recettes innovantes de son programme « Harmonie ».

REFUS DE MANGER ET DÉNUTRITION

La liberté de manger existe-t-elle en EHPAD ? Telle est la question que le Dr Benoît Gien, gériatre au Centre Hospitalier de Saint-Nazaire et médecin coordonnateur au sein de la Résidence Louis Cubaynes, à Piriac-sur-Mer, a adressée à son auditoire à l'occasion d'une conférence intitulée « Manger Libre ».

Il a notamment évoqué le problème du refus d'alimentation auquel le personnel soignant peut être confronté. Ce refus, a-t-il démontré, peut résulter d'un choix délibéré de la personne âgée en fin de vie mais il peut aussi découler d'une peur, d'une douleur, d'une dépression, d'une dégénérescence cérébrale, d'un environnement inadéquat ou encore d'un régime inadapté.

Quelle qu'en soit l'origine, un refus d'alimentation prolongé conduit inexorablement à la dénutrition. Révélant que 15 à 38% des personnes âgées qui résident en EHPAD en sont atteintes, contre 4 à 10% des personnes résidant à leur domicile, le Dr Gien a mis en évidence la spirale résultant d'apports nutritionnels insuffisants.

« La dénutrition est une véritable catastrophe : elle majore l'anorexie donc l'insuffisance digestive et la fragilité, favorise l'hypercatabolisme, l'épuisement des réserves nutritionnelles et les infections qui produisent des protéines de l'inflammation entretenant ce cercle vicieux.

La spirale infernale de la dénutrition (Dr M. Ferry) voit s'enchaîner les infections urinaires puis pulmonaires sous l'effet de l'immunodépression, puis surviennent les chutes et leurs complications, puis la grabatisation et les escarres qui ne guérissent pas », a-t-il expliqué.

« 15 à 38% des personnes âgées qui résident en EHPAD sont atteintes de dénutrition, contre 4 à 10% des personnes résidant à leur domicile. >>

Dr Benoît GIEN



EN FINIR AVEC LA PRESCRIPTION GÉNÉRALISÉE DE REPAS MIXÉS

Parmi les différentes causes de dénutrition, on retrouve le régime mixé qui est responsable, selon le gériatre, « d'une privation et d'une frustration sensorielles au long cours, pouvant entraîner une diminution des apports ». Prescrit à un tiers des résidents en EHPAD présentant un trouble de la déglutition d'intensité variable, « ce régime ne protège que très imparfaitement de la fausse route et sa sécurité est totalement illusoire ». La solution ? « C'est de donner envie de manger en proposant des mets beaux et bons, avec une texture adaptée, dans le meilleur environnement possible et ce, tout en étant observateur et à l'écoute des symptômes rencontrés », a affirmé le Dr Gien.

Il a notamment pris en exemple les recettes créées par Sodexo dans le cadre du programme « Harmonie », conçues pour stimuler le plaisir et éveiller l'appétit des personnes âgées dans le respect de critères de sécurité validés scientifiquement. Outre une diminution de la dénutrition et une réduction de la consommation de compléments nutritionnels, ces nouvelles recettes favorisent l'autonomie : en stimulant la mastication, elles facilitent en effet la déglutition tout en sollicitant la mémoire, l'attention et la cognition de nos aînés.

« Lorsque j'ai intégré l'EHPAD de Piriac-sur-Mer, l'offre Harmonie était déjà en place. Ces recettes, dont la texture est dite glissante et cohésive, avec des aliments tendres et enrobés découpés en petits morceaux, ont permis à certains résidents de retrouver du plaisir et des sensations qu'ils avaient perdues tout en minimisant énormément le risque de fausses routes jusqu'au moment où le trouble de déglutition, en continuant à s'aggraver, deviendra progressivement incompatible avec toute alimentation orale », a-t-il expliqué.

Toutefois, redonner l'envie de manger aux personnes âgées est une démarche qui doit s'inscrire dans une approche globale de l'amélioration de la qualité de vie en EHPAD. « Il y a donc tout un travail d'information et de formation à faire auprès des soignants, des résidents et de leur famille, mais le jeu en vaut la chandelle pour ceux qui l'acceptent », a conclu Benoit Gien.

« Regagner de l'autonomie par le plaisir de manger, quelle belle idée pour nos aînés. >>

HARMONIE : UN PROGRAMME AU SERVICE DE LA QUALITÉ DE VIE DES RÉSIDENTS ET DU PERSONNEL

Impliquer et former l'ensemble du personnel à l'amélioration de la qualité de vie des résidents en EHPAD, telle est justement l'une des vocations du programme « Harmonie ». Construit autour d'un collège d'experts pluridisciplinaires composé du grand chef étoilé Michel Bras, de médecins, d'orthophonistes, de dentistes, de conseillers culinaires et de diététiciennes, il repose sur :

- une formation exclusive des équipes soignantes afin de dépister et prévenir la dysphagie et l'hygiène bucco-dentaire,
- une formation des équipes de cuisine à la réalisation des nouvelles recettes et une formation des équipes de service pour préserver l'autonomie des convives et l'intégrité des réalisations culinaires.

Ainsi, ce n'est pas seulement la satisfaction des résidents qui s'en trouve améliorée ; c'est celle de l'ensemble du personnel qui, valorisé dans son métier et reconnu en tant qu'acteur du bien-être des personnes âgées, peut donner un sens nouveau aux gestes de son quotidien.

La conférence du Docteur Gien s'est achevée sur une séance de dégustation des différentes recettes innovantes développées par Sodexo. « Le fondant est impressionnant, c'est une très agréable surprise. On peut laisser la texture fondre dans notre bouche, le goût est omniprésent tout au long de la dégustation, il y a un très bel équilibre de saveurs », a déclaré une cadre de santé du Centre Hospitalier Sèvre-et-Loire, en dégustant une petite verrine charcutière (jambon et cornichons en petits dés, posés sur un petit pain moelleux imbibé de bouillon de légumes). « C'est très bon, et visuellement, c'est très appétissant ! C'est comme un dessert que l'on ferait chez soi... », a souligné un autre professionnel de santé en goûtant un gâteau imprégné de café, surmonté de crème façon tiramisu. Et de rajouter : « regagner de l'autonomie par le plaisir de manger, quelle belle idée pour une meilleure qualité de vie de nos aînés ».

Actuellement, 34 établissements bénéficient de ce programme inédit destiné à faire évoluer la restauration et l'accompagnement des personnes âgées au sein des EHPAD.

