

## Que faire en cas de dénutrition avérée ?

Si vous pensez que vous ou un de vos proches êtes concernés par un ou plusieurs signes de dénutrition prenez rapidement rendez-vous avec votre médecin traitant.

**À la maison**, comment pouvez-vous prévenir la dénutrition ?

- › Fractionnez votre alimentation : mangez moins, mais plus souvent.
- › Enrichissez vos préparations avec jambon, fromage râpé, œuf, crème...
- › Surveillez votre poids une fois par mois et alertez votre médecin dès que vous constatez une perte de poids importante et rapide.
- › Prenez le temps de manger, de mastiquer et de déguster votre repas.
- › Choisissez une vaisselle agréable : colorée, de petite taille et de formes diverses car le plaisir passe aussi par les yeux.
- › Apprenez à boire sans avoir soif.
- › Adapter la texture des repas à vos capacités de mastication.

**Si vous êtes hospitalisé**, une prise en charge pluridisciplinaire sera mise en place. Celle-ci implique le médecin, le diététicien, le logopède, l'ergothérapeute, l'infirmier... et le patient et sa famille.



## Nous contacter

### › Diététicienne

Mme Caroline FERAUGE  
069/25 80 65

### › Ergothérapeute

Mme Pénélope GILOT  
069/25 53 23

### › Logopède

Mme Claire VANDEKERKOVE  
069/33 18 90



Centre Hospitalier de Wallonie picarde -  
CHwapi ASBL

E.R. : Didier DELVAL - Siège social :  
9, avenue Delmée - 7500 Tournai  
N° ent. : 0876.107.364

Tél. : 069/333 111  
Fax : 069/258 015

[www.chwapi.be](http://www.chwapi.be) | [f](#) | [in](#) | [@](#)

Réf. : FI-DIET-4 version 1 / Juin 2024

© Crédits photos : Roger Job - Adobe Stock  
Ne pas jeter sur la voie publique

## La dénutrition

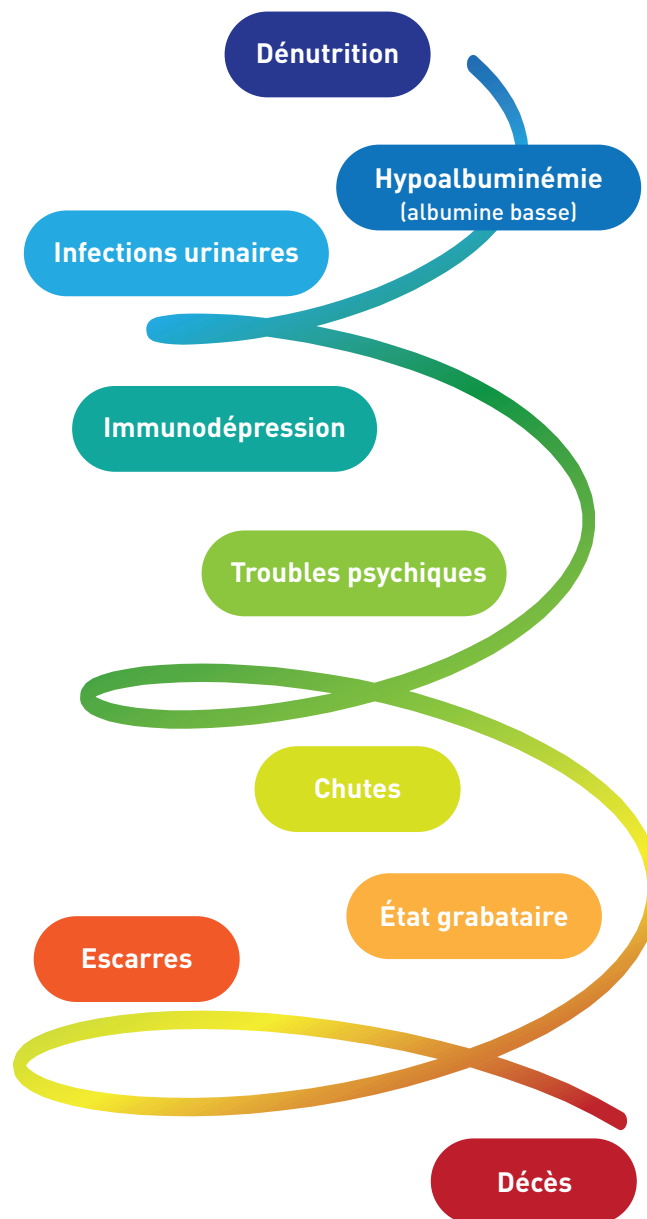
De quoi s'agit-il ? Qui est touché ?  
Quels sont les signes ?



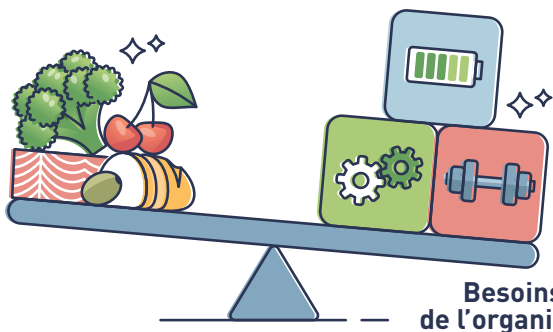
Comité Nutrition  
[www.chwapi.be](http://www.chwapi.be)



## Spirale de la dénutrition



Apports nutritionnels



Besoins de l'organisme

### Qu'est-ce que la dénutrition ?

La dénutrition résulte d'un déséquilibre causé par des apports nutritionnels insuffisants par rapport aux besoins de l'organisme.

### Qui est touché par la dénutrition ?

Tout le monde peut être concerné, quel que soit l'âge, la corpulence, la condition physique et la situation socio-économique.

### Pourquoi est-ce grave ?

Les conséquences de la dénutrition sont nombreuses et d'autant plus sévères qu'elles s'influencent les unes sur les autres. Nous parlons ainsi de spirale de la dénutrition.

## À quoi faut-il prêter attention ?

Certains signes peuvent être facilement repérés par la personne elle-même ou par son entourage. Parmi ceux-ci :

- ▶ une perte de poids involontaire (objectivée à la pesée ou observable via des vêtements devenus trop grands) ;
- ▶ une perte de force musculaire ;
- ▶ un changement des habitudes alimentaires (une inappétence, une diminution des portions alimentaires, un réfrigérateur qui ne se vide plus, un allongement du temps de repas, une éviction de certains aliments comme la viande, un régime restrictif injustifié, etc.) ;
- ▶ un changement du comportement et de l'humeur.

Certaines conditions favorisent également une dénutrition: des troubles de la déglutition, une mauvaise hygiène bucco-dentaire, une dépendance aux repas, une polymédication, des maladies chroniques, un éthylisme, un alitement, des revenus financiers insuffisants, un isolement social...

