SEMAINE NATIONALE DE LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION

Une semaine de sensibilisation • 16–22 novembre 2026

Au Centre Hospitalier de Proximité de Langogne, plusieurs temps forts ont mis en lumière la prévention de la dénutrition : plaisir de manger, enrichissement des apports, activité physique adaptée et santé bucco-dentaire.

LUNDI 16 NOVEMBRE | Un goûter hyperprotéiné

Le service restauration a donné le coup d'envoi de la semaine avec un goûter hyperprotéiné : un gâteau à base de fromage blanc. Cette préparation gourmande a permis d'illustrer comment un ingrédient riche en protéines peut trouver sa place dans une collation appréciée des résidents. Ce moment a également rappelé l'intérêt d'une alimentation suffisamment riche en énergie et en protéines, notamment lorsque les besoins augmentent ou que l'appétit diminue. Une manière simple d'associer nutrition et plaisir.

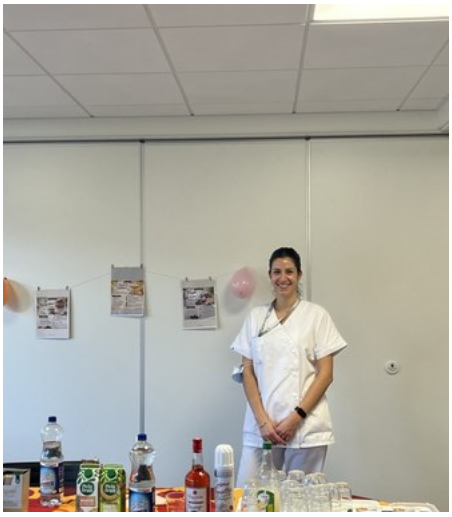
MARDI 17 NOVEMBRE | « CNO Clock » : un bar à cocktails enrichis

Le mardi, place à la découverte ! Le bar à compléments nutritionnels oraux (CNO), ouvert à tous les résidents, a proposé une autre façon d'aborder ces produits : des recettes de cocktails colorés et gourmands, présentées dans un cadre convivial. Les résidents ont pu se retrouver autour de la table et échanger sur les saveurs et les différentes façons de consommer les CNO.

Des idées de recettes, comme le « Purple Kiss », l'« Agrume pétillant » ou le « Mokagnifique », ont illustré comment varier les présentations. Les CNO peuvent contribuer aux apports nutritionnels lorsqu'ils sont indiqués par les professionnels de santé ; leur utilisation s'inscrit dans une prise en charge personnalisée.



Recettes de cocktails


Présentation du bar à CNO


Moment partagé avec les résidents

Le message de cette journée : enrichir l'alimentation peut aussi rimer avec créativité, convivialité et plaisir.

SEMAINE NATIONALE DE LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION

Les interventions, jour après jour • suite

JEUDI 19 NOVEMBRE | Bouger pour préserver sa force

L'atelier avec l'enseignant en activité physique adaptée (EAPA) a rappelé que la prévention de la dénutrition ne se limite pas à l'assiette. Les participants ont pris part à des échanges et à des exercices adaptés, notamment en position assise, afin de mobiliser leurs capacités dans un cadre accessible.

La mesure de la force de préhension à l'aide d'un dynamomètre a également permis d'aborder la notion de force musculaire. Associées à des apports nutritionnels adaptés, les activités physiques contribuent au maintien de l'autonomie et des capacités fonctionnelles.



Échanges pendant l'atelier



Dynamomètre

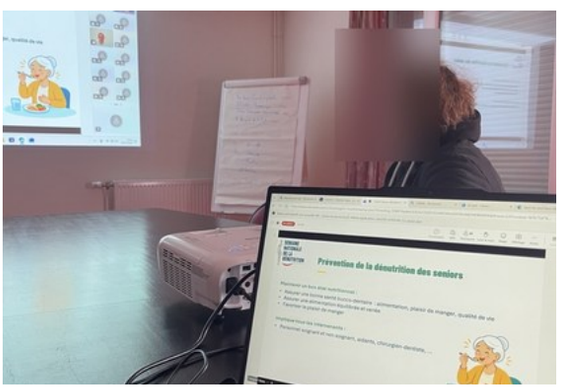


Exercices adaptés

VENDREDI 20 NOVEMBRE | Webinaire : hygiène bucco-dentaire

Pour terminer les interventions de la semaine, un webinaire a été consacré à la prévention et à l'hygiène bucco-dentaire. Une bonne santé de la bouche favorise la mastication, le confort et le plaisir de manger. À l'inverse, les douleurs ou les difficultés bucco-dentaires peuvent limiter les prises alimentaires, particulièrement chez les personnes âgées.

Ce webinaire nous a permis de recueillir de nombreuses informations, notamment grâce au site prosante.arsidf.fr, riche en fiches pratiques et en documentation qui alimenteront notre bilan d'entrée.



Webinaire de prévention

Un grand merci à tous les participants de cette semaine pour leur implication et leur enthousiasme.

Organisé par Charline VIDAL, Diététicienne-Nutritionniste
avec la collaboration de Maelys CHAUVET-JULIEN et Justine Filoche, EAPA