

## OUVRAGES

Bataille E. (coord.) Animations cuisine  
DOC Editions (Avec les personnes âgées), 2009, 65 p.  
Cet ouvrage, qui allie réflexion, méthodologie, pratiques d'animation et références à la culture des aînés, s'articule autour de trois axes : les principes de la nutrition et de l'alimentation, des notions de législation et d'hygiène ainsi que le rappel de règles de base de la cuisine en institution ; des exemples d'animations présentés et commentés par des animateurs ; des ouvertures vers d'autres animations ou activités sollicitant les fonctions cognitives, sensorielles et motrices. L'objectif de cet ouvrage est de donner aux intervenants auprès des personnes âgées, des clés pour faire retrouver, le temps de séances d'animation, des gestes, des souvenirs et des plaisirs.

**Disponibilité<sup>1</sup> : 33**

BENOIS Marie-France, Autour des repas des personnes âgées. Nutrition et santé, alimentation plaisir, animation et alimentation, Doc éditions, 2009, 153 p. Recueil d'articles parus dans les revues Doc'Animation et Doc'Domicile autour des repas des personnes âgées. Les textes de ce recueil, regroupés en trois parties - Nutrition et santé, Alimentation plaisir, Animation et alimentation - apportent des réponses pratiques et professionnelles car ils sont issus de l'expérience de géiatres, psychologues, sociologues, animateurs, diététiciennes, chefs cuisiniers...

**Disponibilité : 33**

HEBUTERNE Xavier, Traité de la nutrition de la personne âgée nourrir l'homme, Ed. Springer Verlag, 2009, 312 p.  
Près de 50 scientifiques francophones, médecins, pharmaciens, chercheurs, diététiciens, qui font autorité dans le domaine de la nutrition et du métabolisme de la personne âgée, rassemblés autour de la SFNEP (Société Francophone Nutrition Clinique et Métabolisme), ont fait le point sur leurs connaissances et leur expérience afin de connaître, comprendre, diagnostiquer et traiter les affections nutritionnelles spécifiques de la personne âgée.

TRIVALLE Christophe, Gérontologie préventive. Eléments de prévention du vieillissement pathologique, Ed. Masson, 2009, 563 p.

Hygiène buccodentaire, Ouïe, Vision, Démence, Trouble mental organique, Etat dépressif, Suicide, Incontinence urinaire, Observance, Prévention secondaire, Prévention tertiaire, Médicament, Cancer, Vaccination, Carence alimentaire, Chute, Dépendance, Structure sociale pour personne âgée, Maltraitance, Prévention des accidents, activité physique, accompagnement du mourant, Deuil. Cet ouvrage développe tous les aspects de la prévention du vieillissement pathologique à partir de 50 ans, à domicile ou en institution.

FERRY. M, ALIX .E, BROCKER F., Nutrition de la personne âgée, Ed. Masson 3<sup>ème</sup> édition, 4/2007, 336 p.

Cet ouvrage traite de tous les aspects de la nutrition chez la personne âgée, des aspects nutritionnels du vieillissement physiologique, de la dénutrition et de l'équilibre nutritionnel, des répercussions sur ses capacités fonctionnelles et son autonomie, des situations cliniques particulières et des aspects psychosociaux de l'alimentation.

**Disponibilité: 47**

THEZE Nadine, THIEBAUD Danièle, Comprendre le vieillissement. Libérer ses peurs. Apprivoiser sa vieillesse, Chronique Sociale, 06/2005, 87 p.- L'auteur nous invite à comprendre le vieillissement à travers la biologie et les neurosciences et fait le lien entre la biologie et la psychologie en abordant les émotions, la mémoire et en proposant un éclairage particulier des démences. Elle définit et différencie le vieillissement de la vieillesse. Puis, elle ouvre des pistes de réflexion du "bien vieillir" où chacun trouvera un écho à ses préoccupations et incite également les "aidants naturels" et les professionnels, à réfléchir à leur accompagnement des personnes âgées.

GINESTE Yves, PELLISSIER Jérôme, Humanitude : Comprendre la vieillesse, prendre soin des hommes vieux, Ed. Armand Colin, 2007, 319 p.- Penser l'humanité, c'est comprendre la vieillesse et proposer des outils qui permettent d'aider et de prendre soin dans le respect et la tendresse, c'est le pari réussi des auteurs de ce livre. La philosophie de l'humanité et les dernières découvertes sur les grandes pathologies de la vieillesse (du syndrome d'immobilisme à la maladie d'Alzheimer, en passant par les autres démences) les ont conduits à élaborer des techniques et des savoir-faire nombreux qui donnent à tous, familles, soignants ou proches, les éléments nécessaires pour prendre soin. Un prendre-soin permettant de toujours épauler les forces de vie de la personne, respecter et soutenir, quelles que soient les épreuves, son humanité. Pour cette nouvelle édition, le texte a été entièrement actualisé, notamment les chapitres relatifs au soin. <http://www.igm-formation.net/>

MAHLER Patrick, POUYSSEGUR Valérie, Odontologie gériatrique, Ed. CdP, 2001, 162 p.- Ce guide décrit les modifications tant générales que bucco-dentaires qui accompagnent le vieillissement avec leurs répercussions sur la santé et la qualité de vie, et il en tire les conséquences en expliquant au chirurgien-dentiste comment adapter son comportement, ses examens, ses prescriptions, ses plans de traitements et ses thérapeutiques à cette population particulière.

<sup>1</sup> Le numéro indiqué correspond à celui du Comité départemental où vous pouvez emprunter l'outil (contact tél. à la fin du document).

## ARTICLES

PREUX PM, FRAYSSE JL, DESPORT JC, Etat nutritionnel des résidents d'un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes, Revue Pratique Nutrition N° 17, 2009, pp. 58-64  
Disponibilité: 40, 47

BECQUART Paul, BENATTAR Francine, QUILLÉ Florence, Le vieillissement. Rupture, passage, continuité ? Contact santé, n° 226, 09/2008, pp. 16-49  
Disponibilité: 33, 40

BERARD Alain, BRECHAT Pierre-Henri, VOGEL Laurent, Quelles actions de prévention et quelles organisations pour un vieillissement réussi ? Santé publique, vol. 20 n° 5, 09/ 2008, pp. 475-487  
Disponibilité: 33, 40, 47

CASSOU Bernard, Prévenir les maladies et promouvoir la santé, Gérontologie et société, n° 125, 06/2008, pp. 11-235  
Ce document s'adresse aux professionnels spécialisés dans le soin aux personnes âgées. Il expose les mesures de promotion de la santé qui permettent de bien vieillir, tant au niveau nutritionnel, physique que psychologique. Il s'intéresse également à l'ergonomie de l'habitat à mettre en place afin de limiter le risque de chute et aux actions menées en institutions spécialisées.  
Disponibilité: 33

BODINEAU-MOBARAK A., GIACOBBI A., TAVERNIER J.-C ; FOLLIGUET M., Place de l'odontologue dans la prise en charge pluridisciplinaire d'un patient âgé dénutri, Revue Actualités odonto-stomatologiques, 2008, n°241, pp. 63-74.  
L'altération de l'état nutritionnel chez la personne âgée a des répercussions importantes en termes de morbidité et de mortalité. La dénutrition protéino-énergétique, dont le diagnostic repose sur des indices anthropométriques, biologiques et diététiques clairement définis, affecte majoritairement les sujets institutionnalisés. La priorité est l'assainissement de la cavité buccale afin de favoriser l'alimentation.

### Nutrition et grand âge (dossier)

Soins Gérontologie, n° 51, 01/2005, pp. 15-34  
Etat nutritionnel, comportements et repères. L'alimentation de la personne âgée. Un repas familial dans une unité de soins Alzheimer. Troubles du comportement et nutrition. Le soignant et l'alimentation de la personne âgée. La commission menu. Nutrition et vieillissement.

## RAPPORT

Drass Aquitaine, ISPED (Institut de Santé Publique Epidémiologie et de Développement), Prévention de la Dénutrition des personnes âgées en institution, n° 48 (situation en 2005) 06/2007, 74 p.  
Fin 2005, la France comptait près de 17% de personnes âgées de plus de 65 ans. Le problème de la dénutrition est encore mal connu et notamment dans cette population. Il toucherait pourtant 10% des personnes âgées vivant à domicile, la moitié de celles hospitalisées et jusqu'à 70% des résidents des maisons de retraite, unités de soins de longue durée et logements foyers. C'est pourquoi la prévention de la dénutrition des personnes âgées est devenue aujourd'hui une des cibles majeures de notre société en matière de santé publique en s'inscrivant entre autres dans le Programme National Nutrition Santé (PNNS).  
Disponibilité: 24

### Avis sur les besoins alimentaires des personnes âgées et leurs contraintes spécifiques, CNA, 12/2005, 23 p.

A partir d'une analyse des conséquences du vieillissement sur l'accès à l'alimentation, sur les consommations alimentaires et le risque de dénutrition, le Conseil national de l'alimentation émet des recommandations sur la prévention de la dénutrition, sur l'alimentation à domicile de la personne âgée dépendante et sur l'alimentation de la personne âgée en institution.  
Disponibilité : 24, 47

### Recommandations relatives à la nutrition du 04 mai 2007, Groupe d'Études des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition (GEMRCN), Observatoire Économique de l'Achat Public (OEAP), Ministère de l'Économie des Finances et de l'Industrie, 06/2007, 69 p.

Ce rapport fait état des Apports Nutritionnels Conseillés pour la population française (les ANC) pour aider les acheteurs publics -collectivités publiques, équipes de restauration...- à élaborer leur cahier des charges. Ces recommandations couvrent toutes les populations, y compris les personnes âgées en institution.

Ces conseils visent à améliorer la qualité nutritionnelle et gustative des repas. Plusieurs chapitres : les objectifs nutritionnels, la structure des repas, l'élaboration des menus et contrôle de l'équilibre alimentaire (en annexe des tableaux de référence du grammage des portions servies, càd poids net à consommer). Pour chacun de ces chapitres, chaque recommandation est observée par tranche d'âge dont les personnes âgées en institution.

<http://www.minefe.gouv.fr/>

Disponibilité : 64

## BROCHURES ET OUTILS PEDAGOGIQUES

### Le livret d'accompagnement destiné aux professionnels de santé

INPES (Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé, 2006, 67 p.

Le livret d'accompagnement, mis à disposition des professionnels de santé concernés - médecins généralistes et spécialistes, diététiciens, pharmaciens, infirmiers, kinésithérapeutes - a pour objectif de sensibiliser les professionnels à leur rôle d'éducation du patient en matière de nutrition.

Disponibilité : 24, 33, 40, 47, 64

### Le guide nutrition pour les aidants des personnes âgées

INPES (Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé, 2006, 67 p.

Ce guide s'adresse tant aux proches qu'aux professionnels dont le métier consiste à accompagner les personnes qui en ont besoin dans leur vie quotidienne. Il a pour vocation de donner des conseils pratiques, des astuces et des réponses pour soutenir au mieux la personne âgée car, quel que soit l'âge et l'état de santé, manger est un des grands plaisirs de la vie et il est important que cela puisse le rester. En complément, une affiche « pense-bête » nutrition rappelle aux personnes âgées les principaux repères de consommation nécessaires à leur équilibre alimentaire.

Disponibilité : 24, 33, 40, 47, 64

### Le guide nutrition à partir de 55 ans : « La santé en mangeant et en bougeant »

INPES (Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé, 2006, 62 p.

Le guide nutrition à partir de 55 ans apporte des conseils adaptés pour une alimentation équilibrée au quotidien car bien vieillir passe par un bon équilibre nutritionnel.

Disponibilité : 24, 33, 40, 47, 64

### Un outil simple de dépistage de la dénutrition : le Mini Nutritional Assessment

Le Mini Nutritional Assessment (MNA) est un outil validé pour le dépistage de la dénutrition des personnes âgées. C'est un questionnaire qui aborde le risque de dénutrition, avec la recherche d'un certain nombre de facteurs de risque de dénutrition, une enquête alimentaire rapide et la mesure de marqueurs nutritionnels. Il permet de distinguer les patients non dénutris, ceux à risque nutritionnel et ceux dénutris. Les 6 premières questions (« Dépistage ») permettent une première approche du risque. Ce « MNA court » doit toujours être fait pour évaluer l'état nutritionnel d'une personne âgée... Le MNA se trouve aux pages 21, 22 et 23 du Livret d'accompagnement destiné aux professionnels de santé des « Guide nutrition à partir de 55 ans » et « Guide nutrition pour les aidants des personnes âgées ».

### Stratégie de prise en charge en cas de dénutrition protéino-énergétique chez la personne âgée (HAS)

La Haute autorité de santé a, dans le cadre du PNNS, émis des recommandations regroupées dans un rapport : « Stratégie de prise en charge en cas de dénutrition protéino-énergétique chez la personne âgée ». Elles concernent la prise en charge de la dénutrition chez les personnes âgées vivant à domicile, en institution ou hospitalisées. L'objectif est d'élaborer un outil pratique de repérage et de prise en charge de la personne âgée dénutrie ou à risque de dénutrition. Ces recommandations s'adressent à tous les professionnels de santé amenés à prendre en charge une personne âgée dénutrie ou à risque de dénutrition et plus particulièrement les médecins généralistes, les gériatres, les diététiciens, les infirmiers, les médecins nutritionnistes et les gastro-entérologues.

[www.mangerbouger.fr/pro/IMG/pdf/RapportDenuitrationHAS.pdf](http://www.mangerbouger.fr/pro/IMG/pdf/RapportDenuitrationHAS.pdf)

Des dents pour la vie, Laboratoire GABA, 2005.

Les Laboratoires GABA, spécialisés en hygiène bucco-dentaire, ont soutenu la conception d'un CD-Rom intitulé « Des dents pour la vie » visant à former, informer et permettre au personnel soignant, aux médecins, aux chirurgiens-dentistes et aux proches des personnes âgées et dépendantes de se perfectionner. Ce CD-Rom se veut donc « informatif et pratique ». Il propose de donner des « informations de base pour préserver la santé bucco-dentaire des personnes âgées et dépendantes » et dispenser de nombreux conseils.

Prix : 45 euros TTC + frais d'envoi

Tel. 02 37 51 67 59. Email : info@gaba.fr

### **DOCUMENTS EN LIGNE**

#### Recommandations relatives à la nutrition du 04 mai 2007

Groupe d'Études des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition (GEMRCN), Observatoire Économique de l'Achat Public (OEAP). Paris : Ministère de l'Économie des Finances et de l'Industrie, 1er juin 2007, 69 p.

Ce rapport fait état des Apports Nutritionnels Conseillés pour la population française (les ANC) Afin d'aider les acheteurs publics -collectivités publiques, équipes de restauration...- à élaborer leur cahier des charges, ces présentes recommandations couvrent toute les populations y compris les personnes âgées en institution. Ces conseils visent à améliorer la qualité nutritionnelle et gustative des repas et se découpent en plusieurs chapitres : les objectifs nutritionnels, la structure des repas, l'élaboration des menus et contrôle de l'équilibre alimentaire (en annexe des tableaux de référence du grammage des portions servies, càd poids net à consommer). Pour chacun des ces chapitres, chaque recommandation est observée par tranche d'âge dont les personnes âgées en institution.

[http://www.minefe.gouv.fr/directions\\_services/daj/guide/gpem/nutrition/nutrition.htm](http://www.minefe.gouv.fr/directions_services/daj/guide/gpem/nutrition/nutrition.htm)

Disponibilité : 64

### Le contexte bucco-dentaire chez les seniors.

PRIGENT H., BENEDETTI N.-

U.F.R. d'odontologie de Rennes, CRAM Bretagne, URCAM Bretagne.- mai 2005.

Ce site ouvre sur un document visuel :

-Les modifications physiologiques dues à une mauvaise dentition

- les pathologies alors induites

- les difficultés fonctionnelles

L'hygiène bucco-dentaire au quotidien et entretien

Des prothèses dentaires.

[http://ancien.odonto.univ.rennes1.fr/old\\_site.urcam/context1.pdf](http://ancien.odonto.univ.rennes1.fr/old_site.urcam/context1.pdf)

### La dénutrition des personnes âgées de plus de soixante quinze ans hébergées en EHPAD

SYGULA I. (mémoire), ENSP, 2005, 40.p

La personne âgée : un sujet à risque. Le dépistage de la dénutrition. La prévention, étape incontournable. Le repas en EHPAD. Propositions visant à compléter la démarche qualité entreprise, dans la maison de retraite étudiée, en matière de restauration par une politique nutritionnelle adaptée aux besoins des résidents.

<http://www.ensp.fr>

### Santé bucco-dentaire et accès aux soins des personnes résidant en EPHAD.

URCAM Rhône-Alpes, février 2007 (revue et mis en ligne en février 2009), 56 p.

Dans la partie Études et Publications : dossier téléchargeable sur le site de l'URCAM Rhône-Alpes qui a mis en place un programme visant la prise en charge bucco-dentaire des résidents en EPHAD.

<http://www.rhône-alpes.assurance-maladie.fr/Sante-bucco-dentaire-et-acces.63141.0.html>

### **SITES INTERNET DE REFERENCE**

#### **Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (INPES)**

Immeuble "Étoile Pleyel", 42 Boulevard de la Libération, 93203 SAINT-DENIS CEDEX,

Tél. : 01 49 33 22 22

<http://www.inpes.sante.fr/>

#### **Centre de recherche et d'information Nutritionnelles (CERIN)**

45 rue Saint-Lazare, 75314 Paris Cedex 09

Tél. : 01 49 70 72 20

[www.cerim.org](http://www.cerim.org)

Retrouvez tous les outils pédagogiques disponibles au sein du Réseau aquitain des Comités d'éducation pour la santé en consultant notre site Internet : <http://www.educationsante-aquitaine.fr> > rubrique « Ressources documentaires » >> pédagogthèque.

Cette bibliographie est téléchargeable à la rubrique > Produits documentaires.

#### Contacts téléphoniques :

**CRAES-CRIPS Aquitaine (33) : 05 56 33 34 18**

**CODES 24 : 05 53 07 68 57**

**CODES 40 : 05 58 06 54 86**

**CODES 47 : 05 53 66 58 59**

**CODES 64 : 05 59 62 41 01**