



# Dénutrition : repères et moyens d'action à domicile

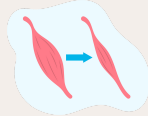
## DÉFINITION

**"La dénutrition représente l'état d'un organisme en déséquilibre nutritionnel." (HAS, 2019)**

**Et concrètement ?**



**Perte de poids  
et de force**



**Fonte des  
muscles**



**Fragilisation de  
l'état de santé**



**IDEL = acteurs phares  
de la lutte contre la  
dénutrition !**

**1**

**PRÉVENIR**

**2**

**DÉPISTER**

# Dénutrition : repères et moyens d'action à domicile

## 1

## PRÉVENIR



Connaître les facteurs de risque



Une synthèse disponible [ici](#)



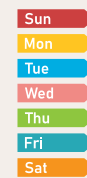
Alimentation = régulière et diversifiée



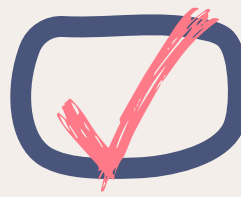
1 portion de viande/poisson ou œufs midi et soir et 3 à 4 laitages par jour.



Activité physique régulière



Chaque jour, une activité douce, adaptée à l'âge : jardinage, vélo, gymnastique...



Bonne santé bucco-dentaire



Brossage des dents 2 fois/jour  
Visite annuelle chez le dentiste



Inviter le patient à avoir une pesée régulière

## 2

## DÉPISTER

Source : [HAS, 2019](#)

POPULATION CIBLES	FRÉQUENCE DE DÉPISTAGE	OUTILS
Toutes les personnes âgées	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 fois/an en ville</li> <li>• 1 fois/an en institution</li> <li>• A chaque hospitalisation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rechercher des situations à risque</li> <li>• Estimer l'appétit/les apports alimentaires</li> </ul>
Personnes âgées à risque de dénutrition	Surveillance plus fréquente, adaptée à l'état clinique/à l'importance du risque	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mesurer de façon répétée le poids</li> <li>• Calculer l'IMC (Indice de Masse Corporelle)</li> </ul>



Vous pouvez vous référer à des questionnaires comme le Mini Nutritional Assessment disponible [ici](#) ou des outils tels que le PARAD accessible [ici](#)

# Dénutrition : repères et moyens d'action à domicile

## CRITÈRES DIAGNOSTIQUES

<b>DÉNUTRITION</b>	<b>DÉNUTRITION SÉVÈRE</b>
<b>Perte de poids</b> : $\geq 5\%$ du poids habituel en 1 mois ou $\geq 10\%$ en 6 mois	<b>Perte de poids</b> : $\geq 10\%$ en 1 mois ou $\geq 15\%$ en 6 mois
<b>IMC</b> < 21	<b>IMC</b> < 18
<b>Albuminémie</b> < 35g/l	<b>Albuminémie</b> < 30g/l
<b>MNA global</b> < 17	

### Le rôle majeur des IDEL : synthèse

- Appui à la détection des signes de dénutrition
- Signalement de toute irrégularité au médecin traitant
- Suivi des protocoles adaptés aux patients dénutris
- Appui au déploiement d'une culture préventive auprès des patients



## RESSOURCES

<https://www.luttecontreladenutrition.fr/>

[Fiche Repère HAS](#)

[Brochure Dénutrition Programme Nutrition Santé](#)