



Wanda Bosshard Taroni, médecin-adjoint, service de Gériatrie et Réadaptation Gériatrique CHUV

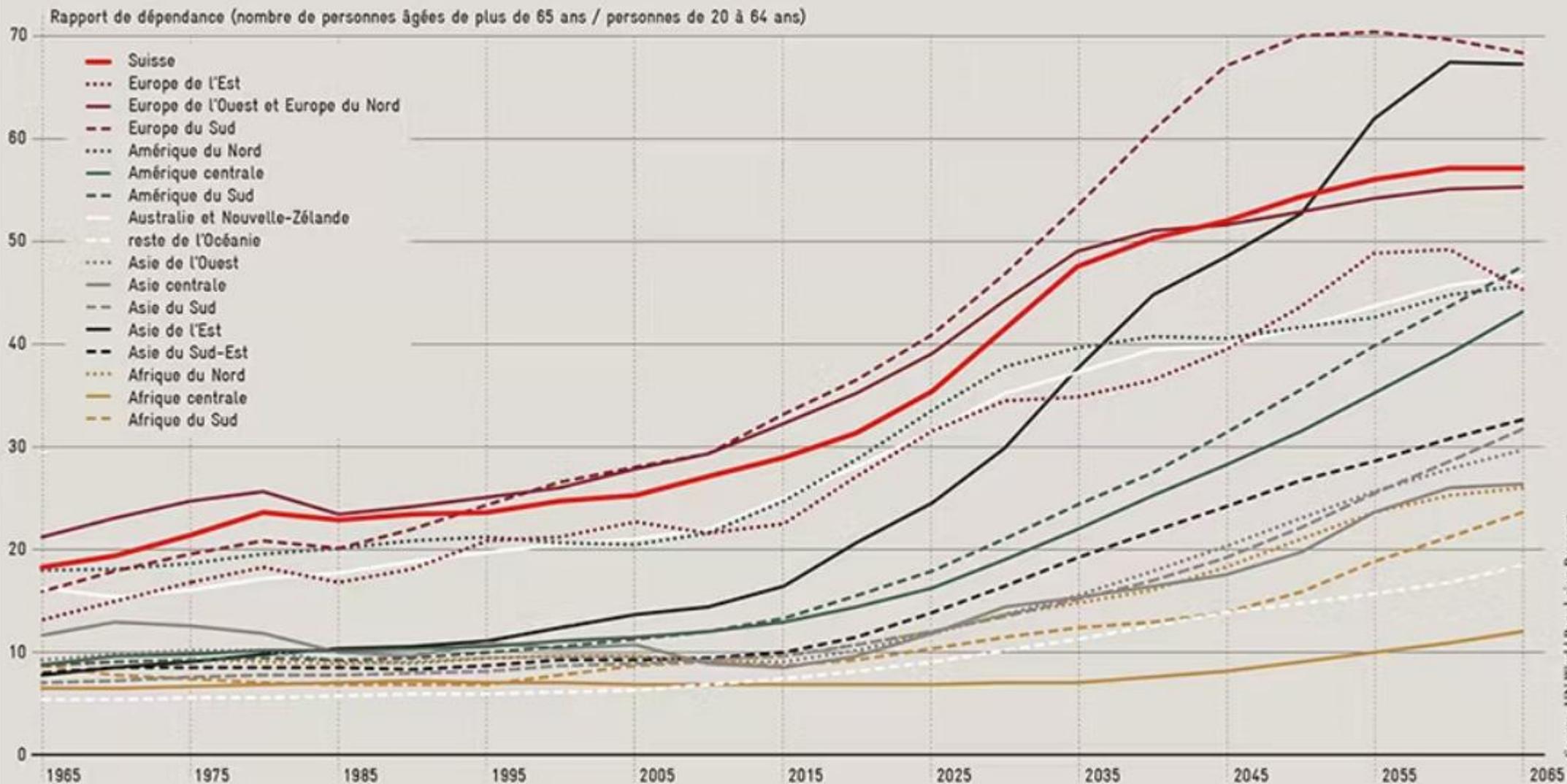
## **Prévention de la dénutrition chez la personne âgée à domicile et en institution : quels outils, quelles recommandations nutritionnelles ?**



# SOMMAIRE

- CONTEXTE général:
  - PROJECTIONS DEMOGRAPHIQUES
- Vieillir en Bonne santé
  - Liens morbi/mortalité-alimentation
- Ampleur du problème nutritionnel
- Recommandations nutritionnelles
  - Obstacles
- CONCLUSIONS

## Le grand bouleversement reste encore à venir



# LONGEVITE EN SUISSE

«20 minutes»  
29 janvier 2023

SUISSE

Publié 29 janvier 2023, 17:35

## Une personne sur deux née après l'an 2000 deviendra centenaire

**Le nombre de centenaires ne cesse de croître en Suisse. Avec une espérance de vie de 81,9 ans, les garçons nés en 2021 dans notre pays ont même la meilleure longévité du monde.**



D'après des estimations, un enfant sur deux né après l'an 2000 deviendra centenaire.  
AFP

# PERSONNES AGEES en Suisse

Réf: RAPPORT VIEILLISSEMENT ET SANTE CANTON VAUD 2012

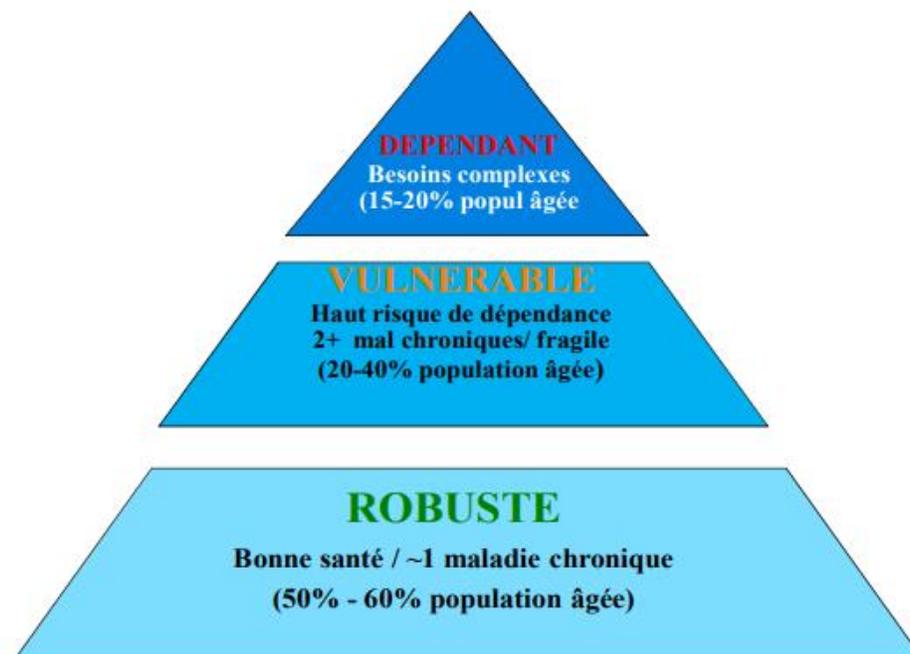


Figure 0.5 Représentation de l'hétérogénéité de la population âgée.

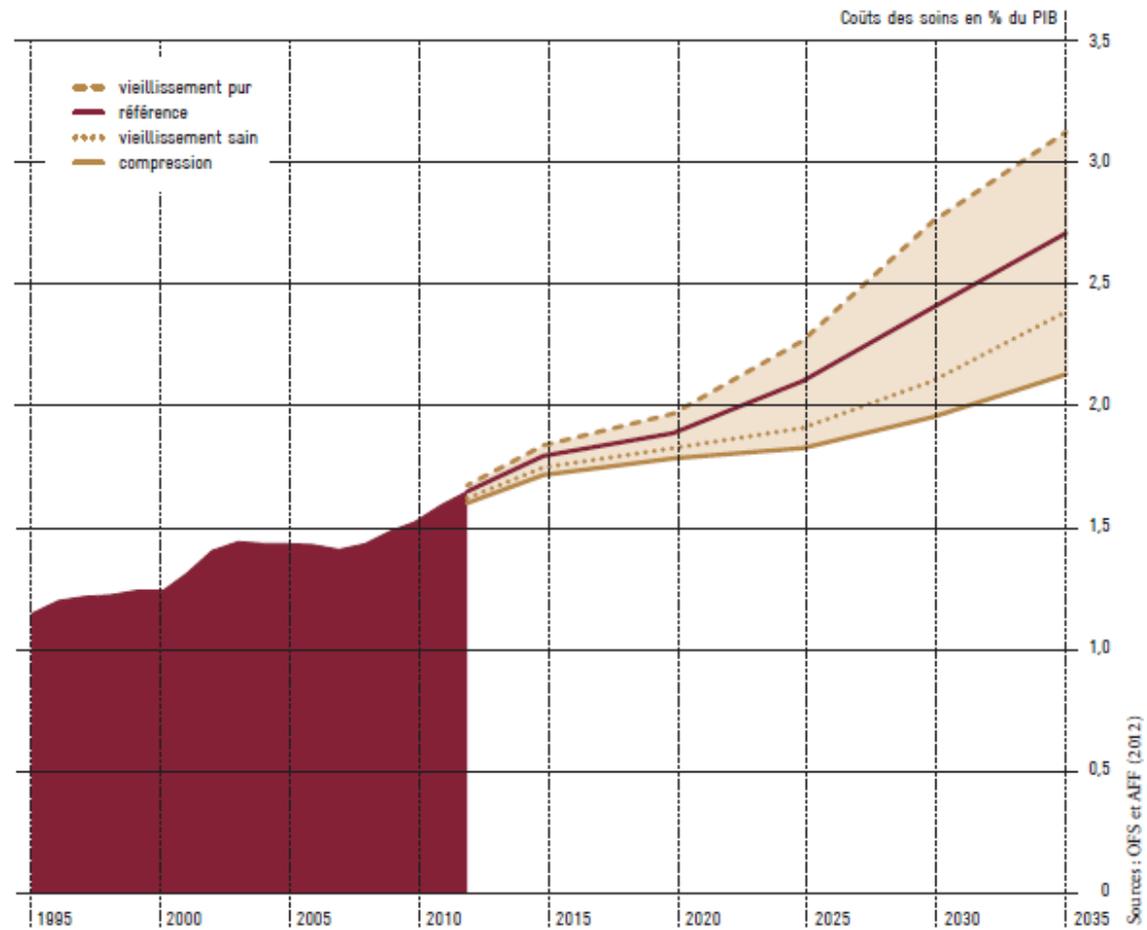
# Six components of successful ageing

B. Lunenfeld, P. Stratton / Best Practice & Research Clinical Obstetrics and Gynaecology 27 (2013) 643–659 649

---

- 1) avoidance of risk factors for disease (hygiene, absence of smoking and limiting excessive use of alcohol);
- 2) active engagement (social and emotional health);
- 3) **optimal nutrition;**
- 4) physical activity;
- 5) retaining a high level of cognitive function (by engaging in cultural and intellectual activity)
- 6) periodic medical and laboratory exams and screening methods to early detect and treat any pathological processes

## Le vieillissement se traduit par une augmentation des coûts des soins

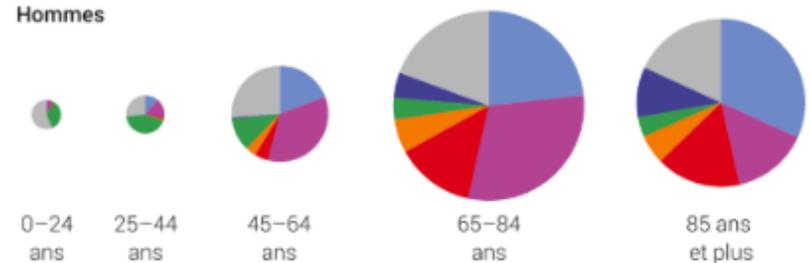


# CAUSES DE DECES en Suisse

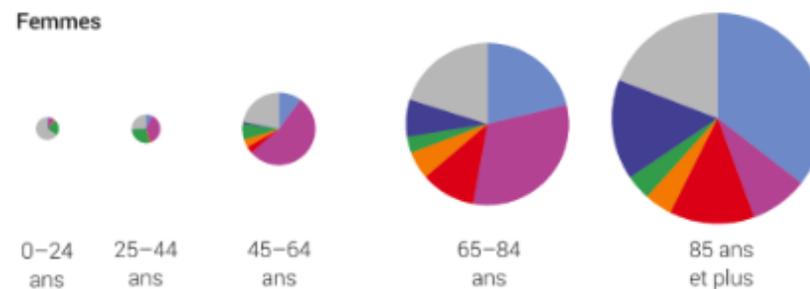
## Principales causes de décès selon le groupe d'âge, en 2020

Principales causes de décès selon le groupe d'âge, en 2020

Hommes



Femmes



Les surfaces sont proportionnelles au nombre absolu de décès.

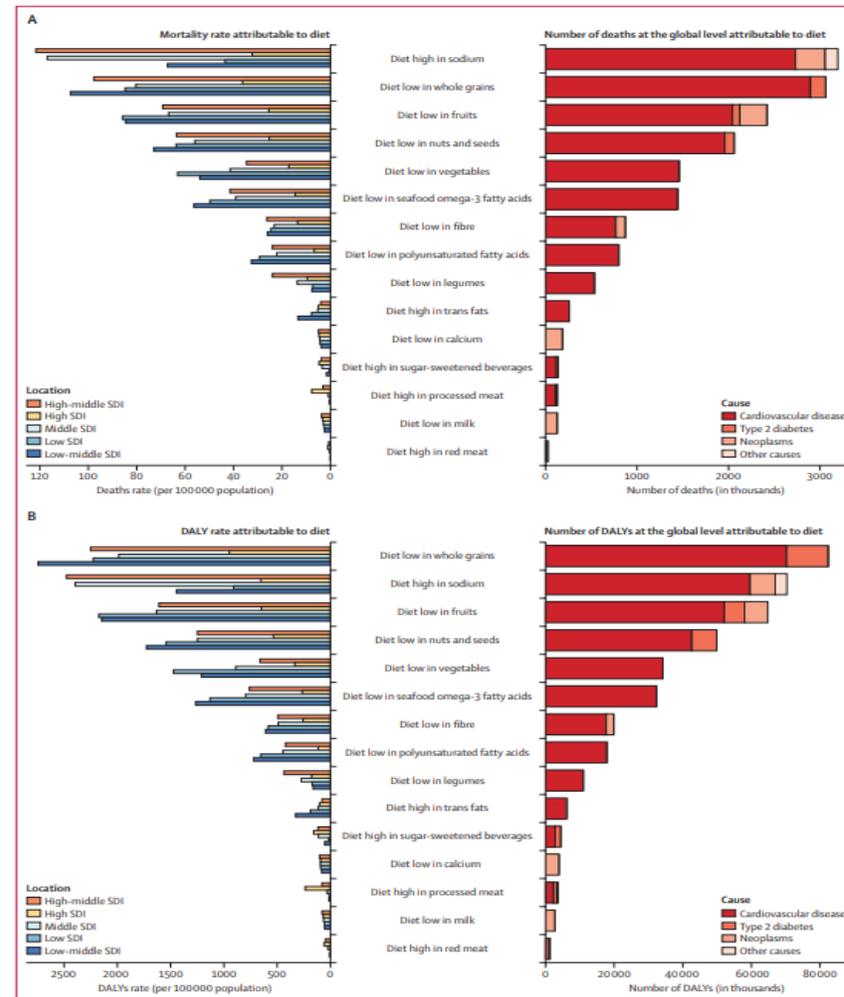
Source: OFS – Statistique des causes de décès (CoD)

© OFS 2022

# Lien entre alimentation et mortalité/morbidité

Mortality rate attributable to Diet

Disability- adjusted Life-Years (DALY) rate attributable to diet



Number of deaths at the global level attributable to diet

Number of DALYs at the global rate attributable to diet

Figure 3: Number of deaths and DALYs and age-standardised mortality rate and DALY rate (per 100 000 population) attributable to individual dietary risks at the global and SDI level in 2017. DALY=disability-adjusted life-year. SDI=Socio-demographic Index.



# Importance risque de dénutrition chez PA

réf: Kaiser MJ, Bauer JM, Ramsch C, . Frequency of malnutrition in older adults: a multinational perspective using the mini nutritional assessment. J Am Geriatr Soc 2010;58:1734–8

---

- 80% en milieu hospitalier
- 65% en EMS
- 35% dans la communauté
  
- En réadaptation gériatrique au CHUV (selon MNA –SF)
  - Env 50% de patients dénutris (MNA-SF < 8)
  - Env 40% de patients à risque (MNA-SF 8-11)

# Recommandations et réalité

PMC full text:

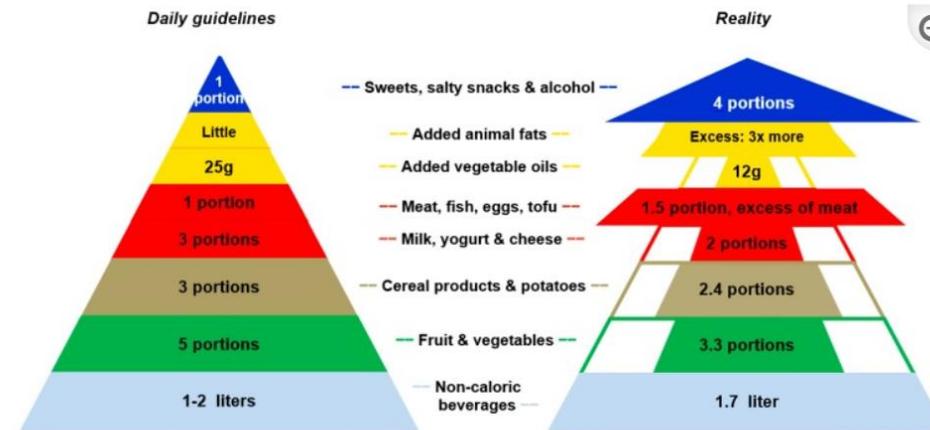
[Nutrients. 2017 Nov; 9\(11\): 1163.](#)

Published online 2017 Oct 25. doi: [10.3390/nu9111163](#)

► Copyright/License [Request permission to reuse](#)

<< Prev Figure 2 Next >>

Figure 2



The daily national food-based dietary guidelines (i.e., Swiss Food Pyramid) (left) compared to the actual food consumption for the six stages at a population level (right).

# Besoins nutritionnels chez personne âgée

---

- Adapté d'après Martin A. et coll., 2001

|                |  |
|----------------|--|
| Energie        | 35 kcal/kg/j   |
| Protéines      | 1gr/kg/j   |
| Glucides       | 50-55% de l'énergie totale                                   |
| Lipides        | 30-35% de l'énergie totale                                   |
| Fibres calcium | 20-25g/j   |
| Liquides       | 1200 mg/j  |
|                | 1,5 l  |
|                | + 500 ml en cas de fortes chaleur                            |
|                | + 500 ml/degé de température corporelle à partir de 38 degés |

# BESOINS NUTRITIONNELS PA (ESPEN 2022)

réf: D. Volkert et al. Clinical Nutrition 41 (2022) 958-989

---

- ENERGIE: 30 Kcal/kg de poids/ jour
  - BMI < 21 Kg/m<sup>2</sup>: 32-38 Kcal/kg/j
  - Ajustement individuel selon activité physique, stress métabolique, sexe, etc
- Protéines: au minimum 1g/kg/j
  - 1.2-1.5 g /kg/j pour patients avec maladie chronique ou aigue
  - 2g/kg/j en cas de maladie grave, stress metabolic sévère, malnutrition
- Fibres: 25g/j même lors de nutrition entérale
- Micronutriments: particulière attention pour B12, fer, Calcium
- Hydratation: 1,6 L/j pour les femmes-2L/j pour les hommes

# CE qui correspond à...

- Pour une personne de 50 kg 1 à 1,2g prot/kg/j=50-60gprot/j

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| <b>50 grammes de protéines</b> | <b>250 g de viande</b><br><b>250 g de poisson</b><br><b>200 g de jambon</b><br><b>5 œufs</b><br><b>750 g moules en coquille</b><br><b>1.2 l. de lait</b><br><b>175 g Emmenthal</b><br><b>500 g de fromage blanc</b><br><b>10 yaourts</b> |
| <b>1200 mg de calcium</b>      | <b>1 l de lait</b><br><b>120 g d'Emmenthal</b><br><b>8 yaourts</b><br><b>1200 g de fromage blanc</b>   |

Adapté d'après Martin A. et coll.,2001

# Pas si facile.....

---

- Budget à la retraite: **en moyenne env 60% du revenu pendant la vie active...**
- Courses : capacités cognitives, mobilité, soutien social,..
- 3 repas minimum à respecter, avec 1 produit laitier à tous les repas (yaourt, fromages ou béchamel, œuf dans les soupes)
- Légumes et fruits frais de saison ou congelés

# LA VULNERABILITE FINANCIERE >65 ans

## La pauvreté des personnes âgées en Suisse en 2022

En Suisse, bien que de nombreux retraités et retraitées disposent d'une bonne situation financière, Pro Senectute estime que **295 000 personnes** sont menacées de pauvreté à l'âge de la retraite. Parmi elles, **46 000** se trouvent dans une situation de pauvreté sans issue.

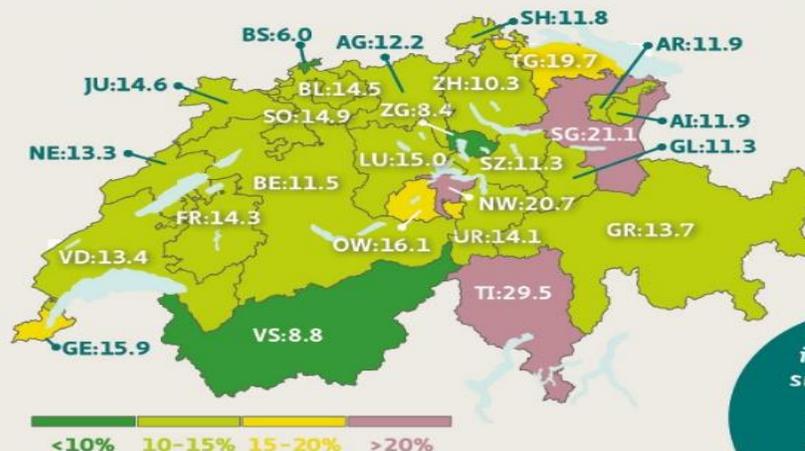
**13,9%** des personnes de plus de 65 ans ont un revenu mensuel inférieur au seuil de pauvreté absolue (2279 francs suisses).

**13,6%** ne peuvent pas se permettre une dépense imprévue de 2000 francs.

**15,7%** peinent à joindre les deux bouts.

**20,0%** des retraités et retraitées sont pauvres ou menacés de pauvreté (2506 francs suisses).

### Taux de pauvreté absolue parmi les 65 ans et plus



Plus amples informations sur l'enquête:

Organisation la plus importante fournissant des prestations dans le domaine de la vieillesse en Suisse, Pro Senectute s'engage pour les droits, le bien-être et la dignité de la population âgée. Notre vision est que les personnes puissent vivre de manière autodéterminée jusqu'à un âge avancé en tant que membres valorisés de la société, dans une Suisse exempte d'exclusion et de pauvreté.

En cas de situation financière difficile, nous proposons les services gratuits suivants :

- Consultation sociale
- Aide financière individuelle
- Calculateur de PC

### PRO SENECTUTE Observatoire

Cette fiche d'information se réfère aux résultats de l'enquête sur la pauvreté des personnes âgées menée dans le cadre de l'Observatoire national de la vieillesse de Pro Senectute Suisse. Cette enquête a eu lieu entre juin et août 2022. Il s'agit d'une collecte de données représentative réalisée au moyen d'un sondage téléphonique et en ligne.

En coopération avec :



Budget mensuel : 2506.-

- 1200.- Loyer
- 315.- Caisse-maladie
- 30.- Assurance
- 120.- Téléphone, Internet, TV/radio
- 40.- Électricité
- 140.- Impôts

= 661.- / mois  
= 21.80 / jour pour repas, habits, hygiène, santé, bus...  
**+ POUR URGENCES**

### Pauvreté des personnes âgées : facteurs de risque



Niveau de formation peu élevé



Pas citoyen ou citoyenne suisse



Commune rurale



Femmes



Veuf/veuve



Divorcé/divorcée

# La pauvreté



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI Eidgenössisches Departement des Innern EDI

Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV

Questions et réponses

| nutrition

Coût d'une alimentation saine

## 5. En moyenne, quel est le budget consacré chaque mois à la nourriture par un ménage suisse ?

Un ménage ayant un faible revenu, c'est-à-dire un couple de moins de 65 ans ayant un revenu brut inférieur à 7600 francs par mois, dépense en moyenne 612 francs par mois en aliments et boissons non alcoolisées (Office fédéral de la statistique, 2011).

## 6. Observe-t-on des différences sociales en matière de comportement alimentaire ?

Comme le montre le 6<sup>e</sup> rapport sur la nutrition en Suisse, il existe des différences sociales. Les personnes ayant un faible niveau de formation se nourrissent souvent moins sainement que celles qui ont un niveau de formation élevé.

## Seuil de pauvreté

En 2020, le seuil de pauvreté se situait en moyenne à 2279 francs par mois pour une personne seule et à 3963 francs par mois pour un ménage avec deux adultes et deux enfants de moins de 14 ans.

## «A la fin du mois, on n'a même plus 20 francs pour faire les commissions» : ces seniors qui basculent dans la pauvreté à la retraite

[Témoignage] En Suisse, une personne âgée sur cinq vit sous, ou frôle, le seuil de pauvreté. Près de 50 000 seniors n'ont pas de réserves pour compenser leurs faibles revenus. Rencontre avec Bernard et Pierrette, un couple de Neuchâtel.

Suisse

Economle



Swissinfo Rédaction  
28 janv. 2023, 08:00



612 frs/mois/2 personnes =  
env 10 frs/j/personne



### Rentes et allocations pour impotent (par mois)

|  |          |
|--|----------|
| Rente de vieillesse minimale             | 1225 fr. |
| Rente de vieillesse maximale             | 2450 fr. |
| Rente pour couple maximale (deux rentes) | 3675 fr. |

# Courses produits de base

Réf : «Bon à savoir» de JUIN 2024



# PREVENIR la dénutrition?

## LA PREVENTION: peu d'investissements

**SWI** swissinfo.ch

Swiss perspectives in 10 languages

### Spending on prevention

Switzerland may have one of the most expensive health care systems worldwide, but one area where spending is relatively low is preventive care. Around 2.2% of total health expenditures, or the equivalent of CHF1.5 billion from a  combination of public and private contributions, goes to prevention, compared with the OECD average of 3.1%, which is also how much the US spends (2013 figures).

Each Swiss resident also makes a direct yearly contribution to prevention in the amount of CHF3.60, which goes to  Promotion Santé Suisse, a prevention and health promotion body that's heavily involved in the National Prevention Strategy.

# Screening et prise en charge patient à risque ou dénutri

16

D. Volkert et al. / Clinical Nutrition 38 (2019) 10–47

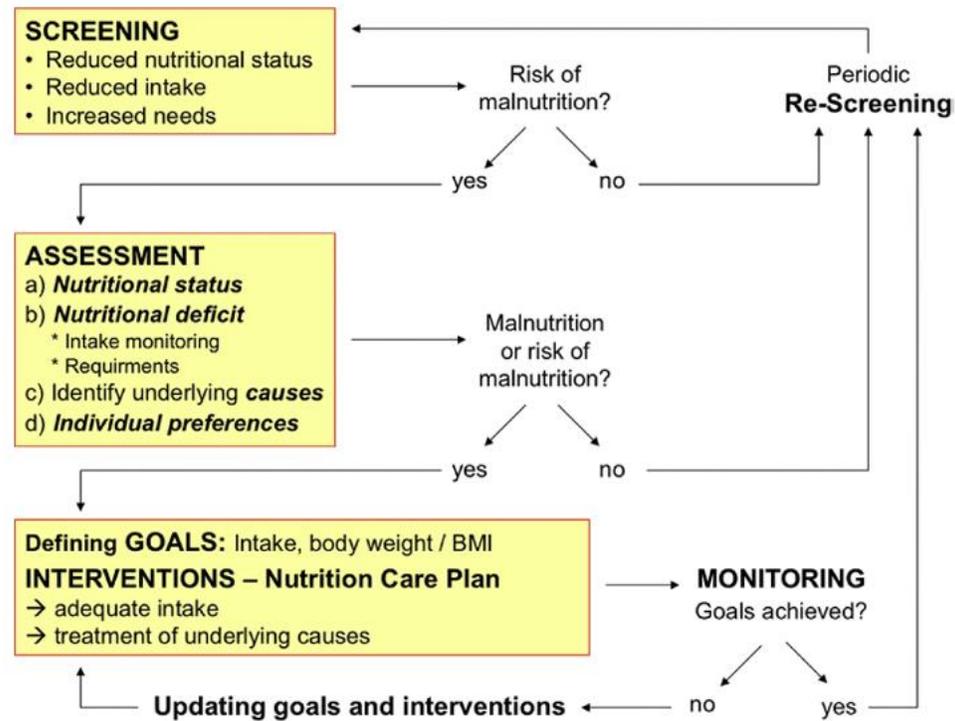


Fig. 1. Process of nutritional care for older persons. Modified from Volkert et al. [19].

# Evaluation du patient âgé à risque ou dénutri

- **EVALUATION GERIATRIQUE GLOBALE** (suivie d'interventions ciblées...)
  - Mobilité
  - Cognition
  - Thymie
  - Environnement Social (solitude...)
  - Finances
  - Diagnostiques associés et Médication
  - Et plus spécifiquement:
    - Besoins spécifiques
    - Etat bouche/dents
    - Fausses routes, etc

# SOINS nutritionnels : 11 recommandations EXPERTS ESPEN

réf: D. Volkert et al. Clinical Nutrition 41 (2022) 958-989

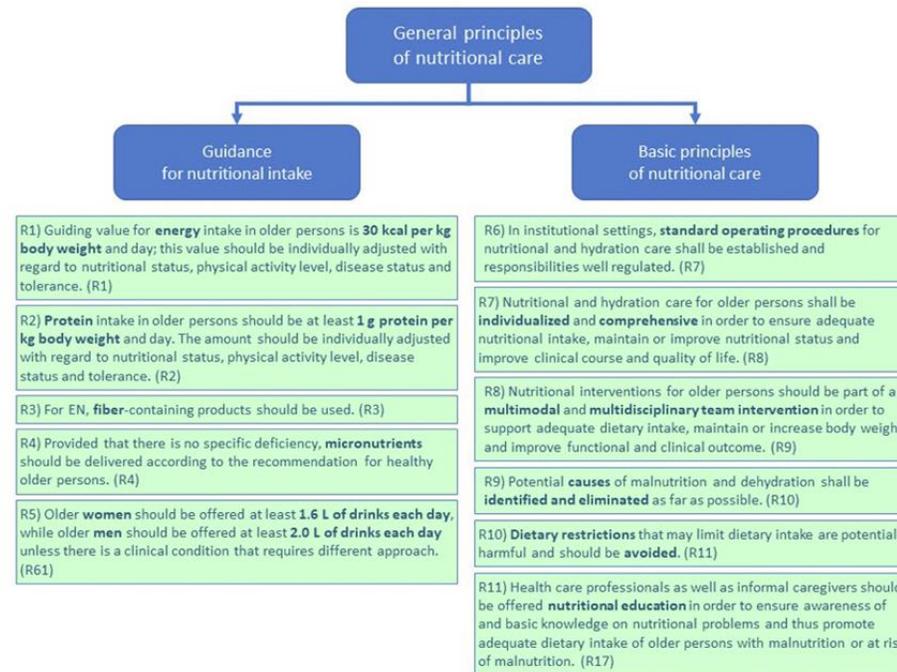
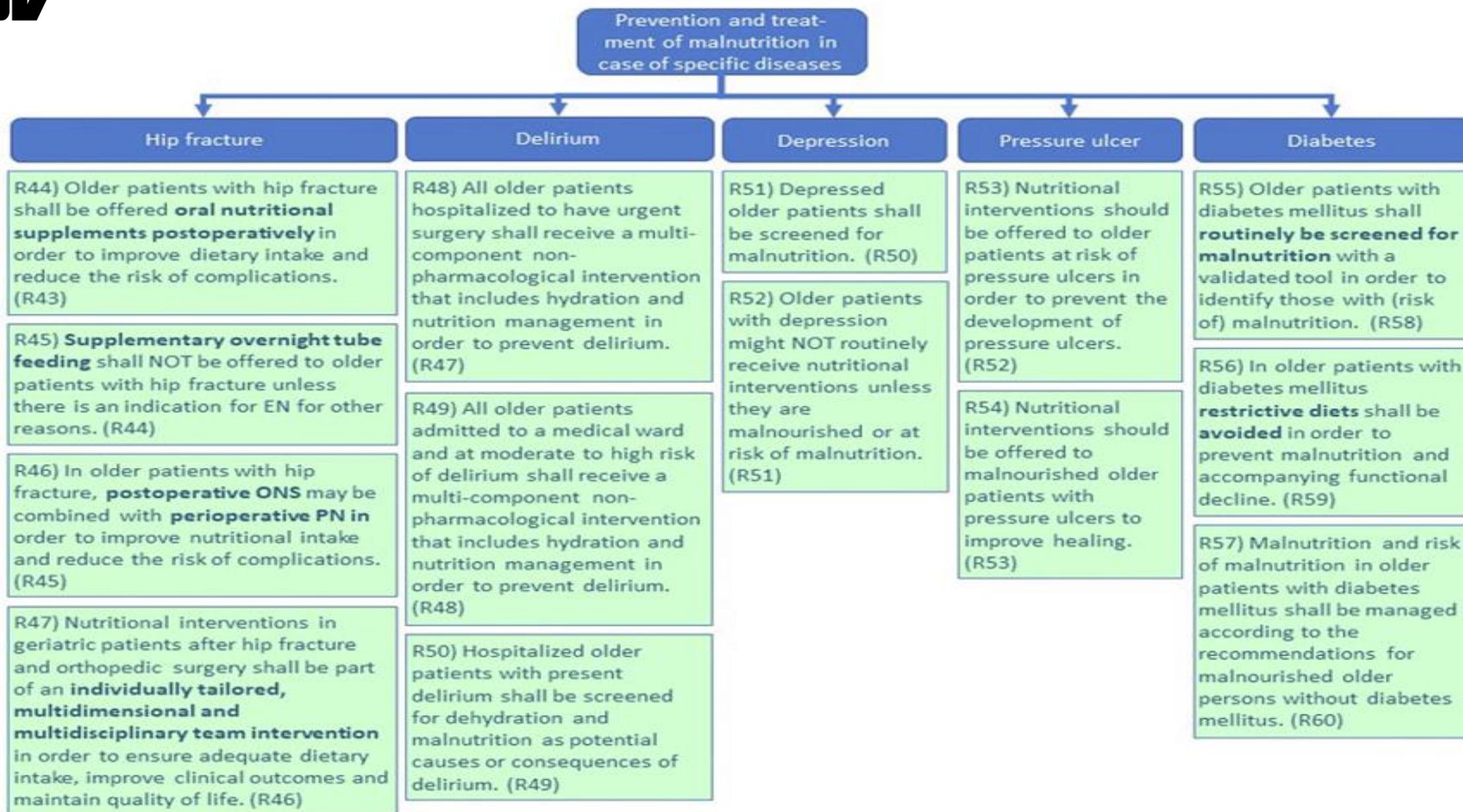


Fig. 2. General principles of nutrition care. EN, enteral nutrition.

# Comment répondre aux besoins (ESPEN 2022)

réf: D. Volkert et al. Clinical Nutrition 41 (2022) 958-989

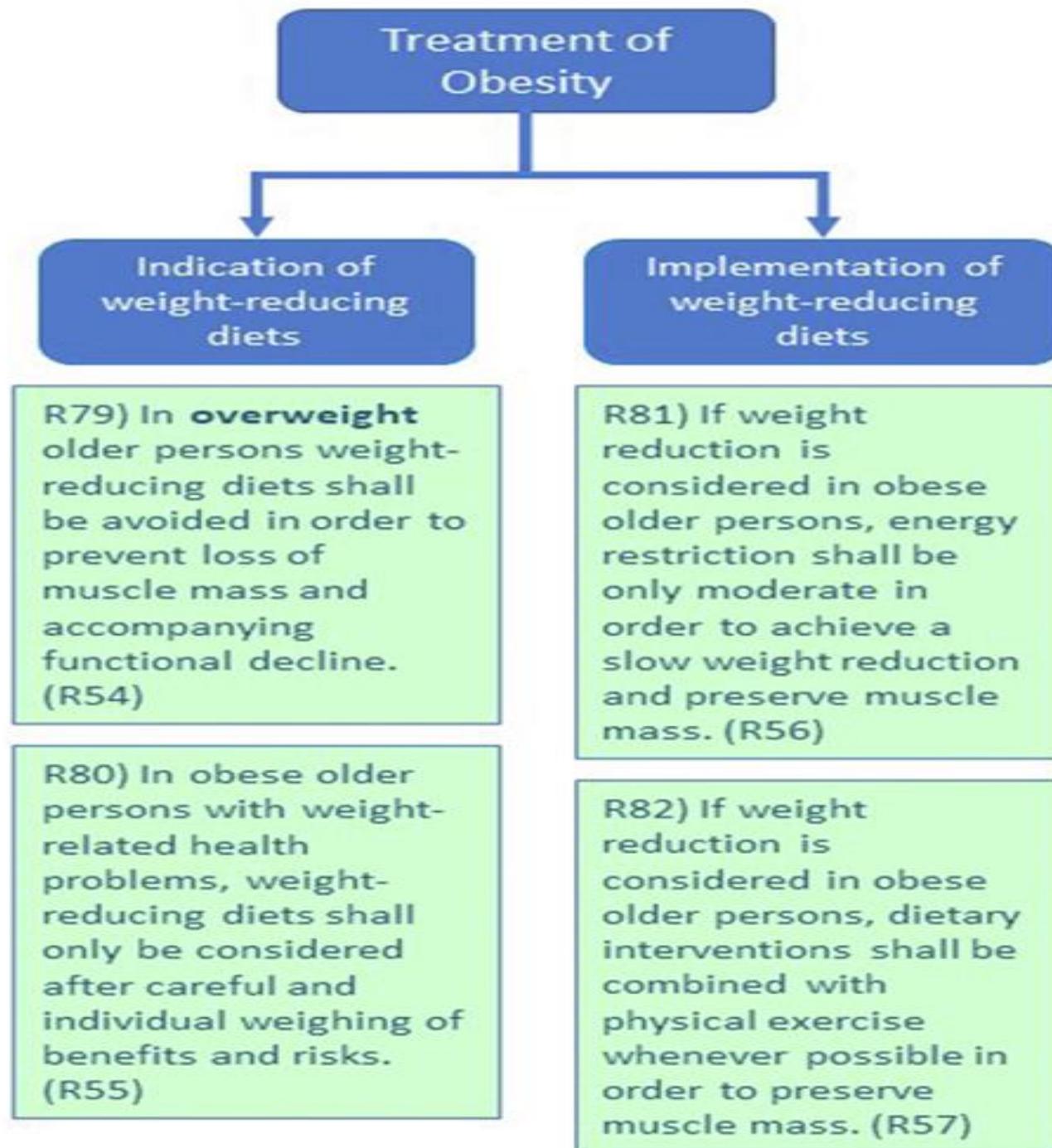
- Mise en place de TEAMS multi-professionnels
  - À l'hôpital
  - En institution
  - Soins à domicile (menus de saison petits prix, listes de courses, recettes faciles...)
- Prises en charge standardisées
  - Dépistages
  - Interventions individualisées
- OBJECTIFS
  - Maintien ou reprise pondérale
  - Maintien ou amélioration de capacités fonctionnelles
  - Diminution complications (par ex: plaies, infections)



**Fig. 8.** Prevention and treatment of malnutrition in case of specific diseases.

# OBESITE

- Déf: BMI>30 Kg/m<sup>2</sup>
- Augmentation de la mortalité
- Diminution qualité de vie: diminution de mobilité, augmentation douleurs,...
- Augmentation du risque de démence si obésité en «mid life», réduction du risque si l'obésité se développe à l'âge gériatrique
- Chez femmes post-ménopause et obèses: augmentation cancer du sein, de l'endomètre et mélanome
- Chez femme et homme augmentation cancers génito-urinaires et hépato-biliaire



# CONCLUSIONS

- Problème nutritionnel chez la personne âgée est souvent multifactoriel
- La prise en charge de ce problème est essentielle pour favoriser un vieillissement en bonne santé et devrait être précoce
- Un TEAM multi/inter-professionnel doit pouvoir intervenir après avoir mis en évidence les facteurs de risque
- L'obésité demande également réflexion et prise en charge
- La prise en charge doit être individualisée avec des objectifs explicites et atteignables

