



RESEAU LIMOUSIN NUTRITION

Résidence L'Art du Temps
16, rue du Cluzeau
87170 ISLE

Tél. : 05 55 78 64 36
Fax : 05 55 78 64 37
Mail : contact@linut.fr

www.linut.fr



Utilisation des compléments nutritionnels oraux (CNO)

DEFINITION

Les Compléments Nutritionnels Oraux sont des **aliments contrôlés destinés à des fins médicales spéciales**. Ils sont riches en calories, en protéines et vitamines sous un faible volume.

Ils doivent vous permettre de reprendre du poids ou de ne pas en perdre.



Les CNO ne remplacent pas l'alimentation habituelle mais viennent la compléter. Le CNO est en plus du repas.

UNE GAMME VARIEE DE PRODUITS

- Boissons lactées*
- Jus de fruits
- Crèmes*
- Desserts aux fruits
- Biscuits



- Potages
- Plats complets salés
- Poudres de céréales
- Poudres de protéines
- Poudres de fibres

* sucrées ou édulcorées

- Variez-les arômes, les textures et les produits en fonction de vos goûts et vos envies.
- Testez les différentes marques.
- **Votre médecin peut toutefois vous demander de prendre un complément spécifique et de ne pas en changer.**

OU SE LES PROCURER ?

- En pharmacie
- Auprès d'un prestataire de santé à domicile
- Ils sont remboursés par la sécurité sociale à un tarif fixé



Ils font partie intégrante de votre traitement.

A QUEL MOMENT LES CONSOMMER ?

- Au moins 2h avant un repas pour ne pas couper l'appétit
- Après le repas
- A l'heure du coucher
- A heure fixe pour éviter les oublis
- Les fractionner en plusieurs fois sur la journée

COMMENT LES CONSOMMER ?

- **Agitez ou remuez-les** avant consommation.
- Dans leur emballage d'origine à l'aide d'une paille ou d'une cuillère ou reconditionnés dans un verre, une tasse, un bol, une coupelle, pour une présentation plus attrayante.
- **Frais** (1h à 2h au réfrigérateur), tiédis (sans dépasser 50°C pour ne pas dénaturer le produit), chauds pour les potages et les plats complets salés ou sous forme de glace (au congélateur pour les crèmes).
- Accompagnez les biscuits d'une boisson.
- Diluez le jus de fruits dans de l'eau si besoin.
- Utilisez des boissons lactées au goût neutre comme du lait.
- **Intégrez les dans des recettes** : riz au lait, pâtisserie, purée, potage, ...
- **Consommez-les lentement** pour une bonne tolérance digestive.

COMMENT LES CONSERVER ?

- **Avant leur ouverture** : à **température ambiante**
- **Après ouverture** :
 - au **réfrigérateur pendant 24h maximum**
 - ou à température ambiante pour les biscuits et les poudres de protéines, de fibres ou de céréales