

# BIEN MANGER POUR BIEN VIVRE

*Le problème de la dénutrition*

**Jeudi 13 Juin 2019**

**De 14h30 à 17h00**

**Espace Mont Gerbassou  
Salle Molière**

**Rue Anna Beillot - 87240 AMBAZAC**



**Entrée gratuite**

Avec la  
collaboration de la  
**Mairie d'AMBAZAC**



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 : [linut@wanadoo.fr](mailto:linut@wanadoo.fr)

[www.linut.fr](http://www.linut.fr)



*LINUT a été missionné par La Conférence des Financeurs du Conseil Départemental de la Haute Vienne dans le cadre des actions en faveur de la prévention et de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus.*

Réseau LINUT  
Résidence l'Art du Temps  
16 rue du Cluzeau  
87170 ISLE

## BIEN MANGER POUR BIEN VIVRE : *le problème de la dénutrition*

**La dénutrition** est la conséquence d'un **déséquilibre entre les apports en calories et/ou protéines insuffisants et des besoins de l'organisme** qui sont souvent augmentés.

La dénutrition touche de **4 à 10% des personnes âgées à domicile**, de 30 à 50% des patients hospitalisés adultes, de 20 à 40% des résidents en EHPAD.

En **8 jours** de maladie, une personne âgée peut passer d'un état nutritionnel correct à une dénutrition. Même si elle est en surpoids, voire obèse, la perte de poids peut être préjudiciable et avoir pour conséquences une mauvaise cicatrisation, une augmentation du risque d'infections et de fractures, une atrophie musculaire, une perte de l'autonomie, une majoration d'une atteinte respiratoire antérieure, un état psychologique dégradé.

Pour limiter la dénutrition, l'alimentation doit être variée et doit apporter qualitativement et quantitativement l'ensemble des nutriments et les calories nécessaires pour satisfaire les besoins nutritionnels de l'organisme.

Afin de vous donner des informations sur ce sujet, nous vous proposons :

- **de 14h30 à 15h30** (sur inscription) un **atelier sur « l'équilibre alimentaire »** organisé par un **diététicien du réseau LINUT**
- **de 16h00 à 17h00** une **conférence « Bien manger pour bien vivre »**, animée par **Monsieur le Professeur Jean-Claude DESPORT**, de l'Unité de Nutrition du CHU de Limoges pour vous expliquer : Comment prévenir une dénutrition ? Quelles sont les conséquences de cette pathologie ? Comment la repérer ? Que faire en cas de dénutrition ?

Des fiches conseils relatives à l'alimentation seront à votre disposition lors de cette après-midi.

(Atelier + conférence le 13 Juin 2019 à AMBAZAC) Coupon à retourner **avant le 12/06/19** à LINUT par courrier ou par fax au 05.55.78.64.37 ou par mail à [linut@wanadoo.fr](mailto:linut@wanadoo.fr)

NOM Prénom	Assistera à l'atelier		Assistera à la conférence	
	Oui	Non	Oui	Non

Peut véhiculer d'autres personnes  Non  Oui si oui combien :  1  2  3

Souhaite être véhiculé(e)  Non  Oui

Adresse : .....

Téléphone ..... e-mail : .....