Nutrition de la personne âgée à domicile

Description

Cette formation aborde les différents aspects de la **nutrition à domicile** : gestion des courses, préparation des repas, aide à la prise des repas, pratique d'activité physique.

Elle s'inspire largement de la formation de Santé Publique France (ex-INPES) intitulée **« Protection de l'autonomie de la personne âgée, pratiques professionnelles des métiers de l'aide à domicile »**.

Au travers des **situations très diverses et très concrètes,** cette formation questionne les croyances, les attitudes et les pratiques des professionnels de l'aide à domicile en matière de nutrition. Elle considère l'alimentation comme un facteur de lien social, culturel et identitaire, et de fait comme un levier d'action puissant sur lequel s'appuyer pour (re)donner confiance et vie aux personnes âgées. Elle n'oublie pas l'autre composante indissociable de l'équilibre nutritionnel : la pratique d'activité physique.

Prérequis

Réaliser des interventions auprès de personnes âgées à domicile

Objectifs

- Cerner les enjeux de la nutrition à domicile
- Connaître et s'approprier les recommandations du Programme National Nutrition Santé
- Savoir adapter la mise en oeuvre de ces recommandations aux situations rencontrées
- Prévenir les pathologies liées à la nutrition

A l'issue de cette formation, les stagiaires seront capables de :

- Appliquer les recommandations du Programme National Nutrition Santé
- Détecter les situations pathologiques et adapter les régimes alimentaires

Contenu

JOUR 1 - Les enjeux de la nutrition à domicile

- Connaissances de base en nutrition
- Besoins nutritionnels prioritaires
- Recommandations du Programme National Nutrition Santé pour les personnes âgées
- Le rythme et la structuration des repas
- Idées reçues sur la nutrition des personnes âgées

JOUR 2 - La nutrition des personnes âgées en pratique

- Rôles de l'aide à domicile dans la nutrition de la personne âgée
- Déterminants des comportements et pratiques nutritionnels chez la personne âgée
- La nutrition en pratique :
  - L'achat d'aliments bons marchés et qualitatifs
  - Les règles d'hygiène des aliments
  - La réalisation de menus équilibrés en fonction des contraintes existantes (temps, matériel à disposition, régimes particuliers...)
  - La cuisson des aliments et leur impact nutritionnel
  - Le cadre des repas
  - L'aide à la mobilité
  - Les activités physiques adaptées

- Mon rapport à la nutrition : frein ou levier pour agir ?

JOUR 3 - La nutrition en situation pathologique

- Troubles alimentaires : pertes d'appétit, grignotages, problèmes de mastication et de déglutition
- Dénutrition et déshydratation
- Troubles de la mobilité : maladies chroniques, rhumatismes, prothèses
- Prévention des chutes

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques
- Mises en situation, jeux de rôles
- Ateliers culinaires et démonstrations
- Étude de cas
- Visionnage vidéo

Évaluation de la formation

La validation des acquis se fait tout au long de la formation à travers des exercices d'application et des études de cas

Durée : 3 jours
Intervenants : Nutritionniste
Publics : Intervenantes à domicile

Date des formations

- 26, 27 et 28 février 2024 à Toulouse
- 22, 23 et 24 avril 2024 à Cahuzac-sur-Vère

- 25, 26 et 27 septembre 2024 à Nancy