

# LE MANGER MAIN

12<sup>ème</sup> journée inter-CLAN du Limousin  
24 novembre 2017 - Limoges

*Baptiste A<sup>1</sup>, Guitard M<sup>1</sup>, De Magalhaes S<sup>1</sup>, Spiczzonek K<sup>1</sup>,  
Villemontheix C<sup>1</sup>, Desport JC<sup>1,2,3</sup>, Javerliat V<sup>1</sup>, Balussaud C<sup>1</sup>,  
Fayemendy P<sup>1,2</sup>, Jésus P<sup>1,2</sup>,*  
*<sup>1</sup>Réseau LINUT, <sup>2</sup>Unité de nutrition et CSO, CHU Limoges, <sup>3</sup>INSERM  
UMR 1094*

*Boucheron D, EHPAD La Juvénie, Payzac*



# Introduction

- Décrit comme réadaptation alimentaire dès 1993
- Charles-Henri Rapin (gériatre suisse) qui formalise le concept
- Manger mains ou



# Introduction

- Difficultés de prises alimentaires → Causes multifactorielles



Adaptation des repas



Manger mains



Répondre par :

**VRAI**

ou

**FAUX**

aux propositions suivantes



- 1 -

Le manger mains permet de  
lutter contre la dénutrition ?

**VRAI**

# Définition

Manger mains



Réponse aux politiques de santé publique  
pour la prise en charge de la dénutrition



PNNS 2011 – 2015



Plan Alzheimer 2008 -2012



# Définition

## PERSONNES ÂGÉES



**4% à 10%**  
chez les  
personnes  
âgées à domicile  
(+ 70 ans)<sup>4</sup>



**40%**  
des personnes âgées sont  
hospitalisées pour des  
conséquences de dénutrition<sup>5</sup>



**50%**  
des personnes  
âgées hospitalisées  
sont dénutries<sup>6</sup>

10% > 80 ans  
en couple

23% > 70 ans  
vivant seul

**Perte de poids chez 30 à 40%  
des personnes Alzheimer**

**Technique permettant d'obtenir des préparations :**

- ✓ réalisées à partir d'aliments variés
- ✓ permettant un apport nutritionnel suffisant
- ✓ enrichies

# Définition

**Technique permettant d'obtenir des préparations :**

- ✓ de faible volume
- ✓ Facilement préhensibles (ne doit pas s'écraser, se casser, fondre, glisser)





# Définition





- 2 -

Le manger mains s'adresse  
uniquement aux patients  
Alzheimer ?

**FAUX**

# Pour qui ?

## Les personnes :

- Atteintes d'une démence
- Déambulantes
- Atteintes d'akathisie (impossibilité à s'asseoir)
- Avec des tremblements
- Avec une déficience visuelle
- « Gloutonnes »

# Pour qui ?

## Les personnes :

- Avec des troubles de la préhension
- Avec des difficultés d'utilisation des couverts
- Qui refusent l'aide aux repas





- 3 -

Les couverts doivent être retirés  
dans le cadre du manger mains ?

**FAUX**

- Ne pas imposer : laisser des couverts à disposition (versatilité des comportements)



- Solution temporaire ou définitive
- Acceptation du patient et de son entourage



- 4 -

Les personnes atteintes  
d'Alzheimer peuvent consommer  
n'importe quel type de manger  
mains ?

**FAUX**

- Difficultés à différencier le comestible du non comestible



Pics



Verrines



- Tendence à avaler (« gober ») en une seule bouchée :





- 5 -

Le manger mains peut être  
proposé quelque soit la texture  
alimentaire ?

**VRAI**



**Aliments en petits morceaux  
ou facilement préhensibles  
(bouchées, billes, nuggets,  
bâtonnets...)  
Texture entière - hachée**

## **DIFFERENTES TECHNIQUES**



**! Déséquilibre alimentaire →  
excès de lipides**

**! Risque de lassitude**



**DIFFERENTES  
TECHNIQUES**



**Préparations tartinées  
sur toasts (pain, pain de  
mie, brioche, crêpe, ...)  
Textures entière - hachée**





## DIFFERENTES TECHNIQUES



**Bouchées mixées lisses  
(sans grains)  
+ agents de texture  
Texture mixée avec troubles  
de déglutition**





- 6 -

La technique du manger mains  
« mixé » nécessite du matériel  
spécifique ?

**VRAI**

# Le matériel

- Un robot mixeur



# Le matériel

- Éventuellement une centrifugeuse





# Le matériel

- Une balance de précision
- Une cellule de refroidissement et/ou un réfrigérateur
- Un micro-ondes



# Le matériel

- Du film alimentaire
- Une planche à découper
- Couteau
- Une maryse ou une corne
- Une bombe à graisse



# Le matériel



- Des gants à usage unique



- Des moules individuels en silicone



- Des bacs gastro, moules à cake ou plat



- 7 -

Les bouchées mixées peuvent  
être préparées au dernier  
moment ?

**FAUX**



Agent de texture = gélatine

**Temps de prise  $\approx$  5h au réfrigérateur**

1 feuille = 2 à 5 g

Coût =

- 70 à 90€ le kg en supermarché
- 30€ le kg en magasin spécialisé



Agent de texture = agar-agar (gélifiant, monter en T° à 90°C pendant 2 min)

### **Gélifie à froid**

2 à 4g (1 cuillère à café rase)/litre

Coût =

- 318€ le kg en supermarché
- 120€ le kg en magasin spécialisé



- 8 -

La gélatine peut être utilisée  
pour préparer des bouchées  
chaudes ?

**FAUX**

Gélatine = thermoréversible

Uniquement pour les bouchées froides





## Pour les bouchées chaudes :

- Flocons de pommes de terre
- Maïzena
- Œufs



Mousseline de légumes



Flan de légumes



Pain de viande, de poisson



Galette de purée

## Pour les bouchées chaudes :

- Agar agar
- Poudres épaississantes (pharmacie), ...



Boulettes de riz



Gallettes de semoule  
fine



Quenelles



Quiche sans pâte



- 9 -

Seuls des cubes de fromages  
peuvent être proposés comme  
produits laitiers ?

FAUX



# Exemple : Bouchées de yaourt



# Bouchées de yaourt en manger mains



**Ingrédients**



**Faire tremper la  
gélatine**

# Bouchées de yaourt en manger mains



**Mélanger les  
ingrédients**



**Essorer la gélatine**

# Bouchées de yaourt en manger mains



**La faire fondre au  
micro-ondes**



**Incorporer un peu  
de yaourt à la  
gélatine et mélanger  
le tout**

# Bouchées de yaourt en manger mains



**Verser la  
préparation dans un  
contenant adapté**



**Filmer**



# Bouchées de yaourt en manger mains



**Placer au  
réfrigérateur**



**Démouler**

# Bouchées de yaourt en manger mains



**Découper et  
déguster**



- 10 -

Le manger mains permet une  
meilleure hydratation ?

**VRAI**

# Bouchées d'hydratation en manger mains

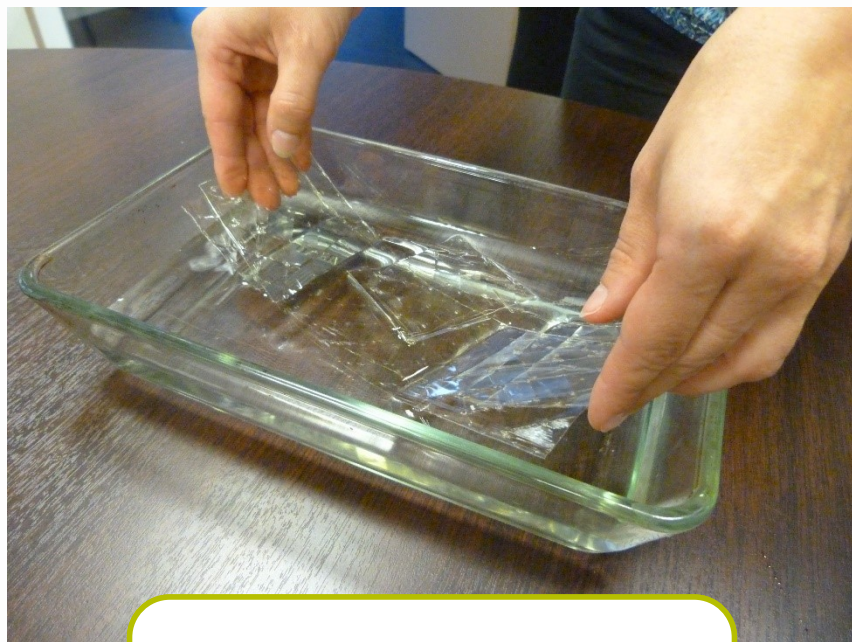


**Ingrédients**

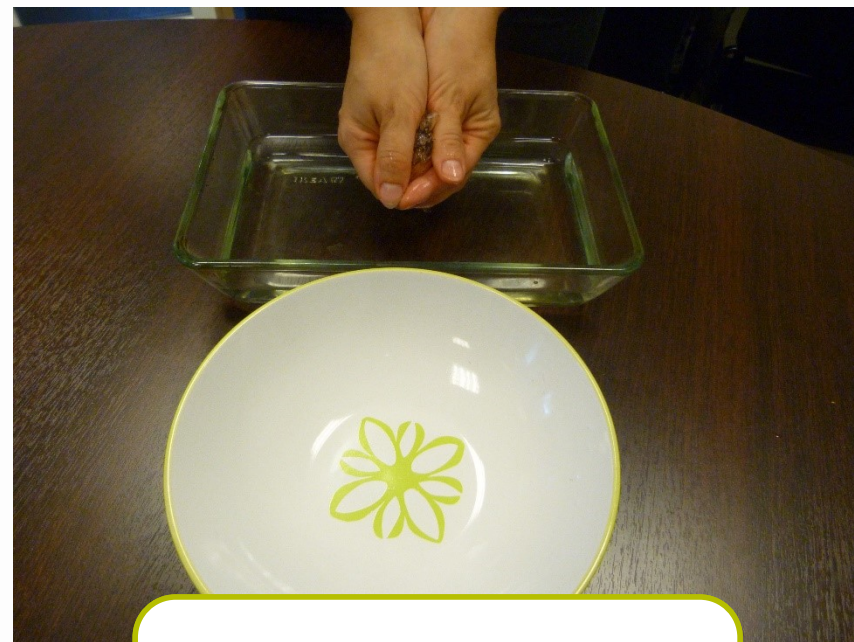


**Quantité**

# Bouchées d'hydratation en manger mains



**Faire tremper la  
gélatine**



**L'essorer**

# Bouchées d'hydratation en manger mains



**La faire fondre au micro-ondes**

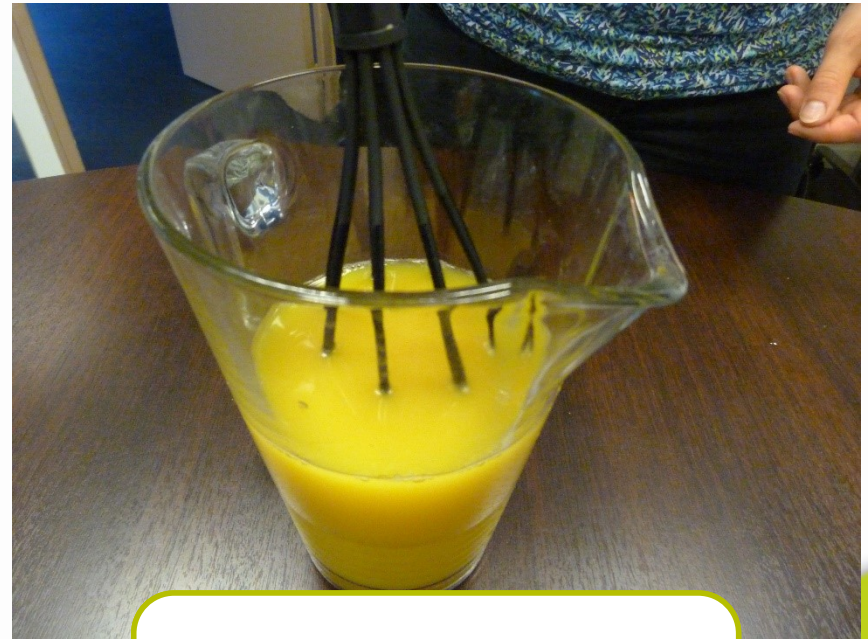


**Incorporer un peu de boisson à la gélatine**

# Bouchées d'hydratation en manger mains



**Incorporer la  
gélatine à la boisson**



**Mélanger**

# Bouchées d'hydratation en manger mains



**Verser la  
préparation dans un  
contenant adapté**



**Filmer**



# Bouchées d'hydratation en manger mains



**Placer au réfrigérateur**

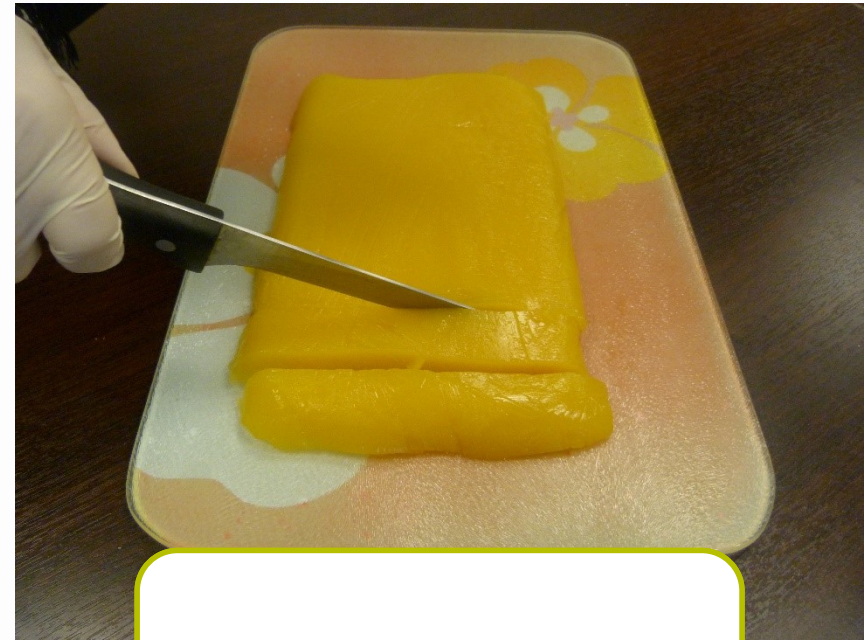


**Démouler**

# Bouchées d'hydratation en manger mains

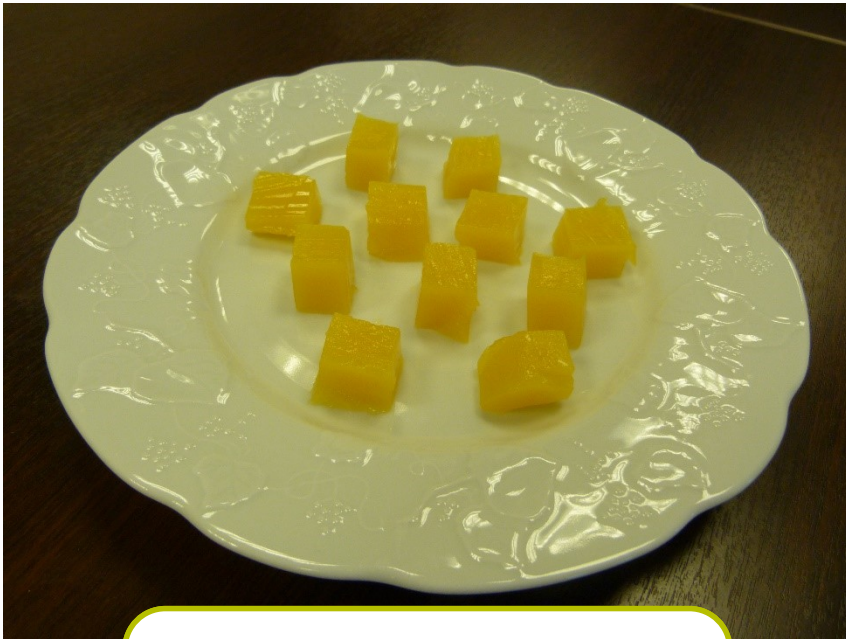


**Oter le film**



**Découper en cubes**

# Bouchées d'hydratation en manger mains



**Déguster**



**1 verre = 6 à 8  
bouchées de 2 cm<sup>3</sup>**



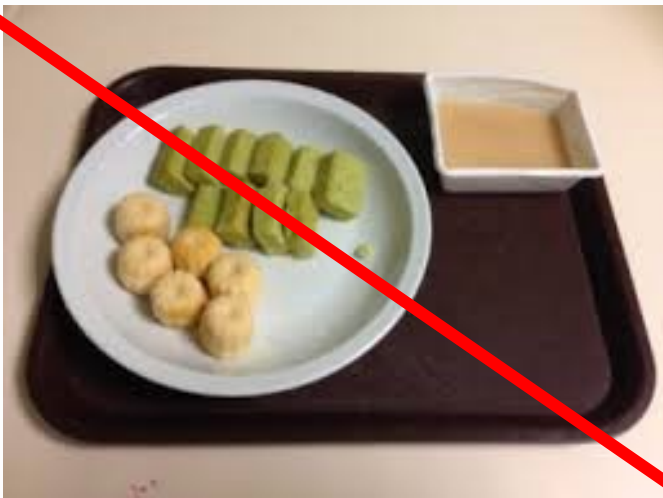
- 11 -

Les bouchées peuvent être accompagnées d'une sauce ?

**VRAI**

## La sauce :

- **Mouiller les aliments** (facilite la mastication et la déglutition)
- Donner du goût
- Ne **pas être salissante**
- Avec une **texture nappante**
- **En dessous** de la bouchée



## Personnes atteintes d'Alzheimer :

- Préférence pour les bouchées accompagnées **d'une sauce** et celles composées de **2 couches d'aliments** (contraste de couleur) Pouyet, Giboreau, Benattar, & Cuvelier, 2014
- Contraste de **2 couleurs dans l'assiette**
- **La forme** a peu d'influence sur la consommation  
Pouyet, Giboreau, Benattar, & Cuvelier, 2014



- 12 -

Il est préférable de présenter les bouchées dans un contenant avec des rebords ?

**FAUX**

- **Vaisselle plate** (sans rebords)
  - Meilleure vision
  - Préhension facilité
  
- **Température** de service adaptée

! risques de brûlures



# Conclusion

**Lutte contre  
de la  
dénutrition**

**Meilleure  
hydratation**



**Maintien de  
l'autonomie**

**Temporaire  
ou définitive**

**Quelque soit la  
texture  
alimentaire**

**Acceptation**

# Merci pour votre participation

