

Si vous saviez !

Le rendez-vous de la santé

Retrouvez notre rubrique tous les vendredis. Si vous avez des suggestions, des questions, des sujets que vous souhaiteriez voir traités autour de la prévention de la perte d'autonomie, écrivez-nous :
Rédaction "La Provence", rubrique seniors,
248, avenue Roger-Salengro, 13015 Marseille
ou par mail clucas@laprovence-presse.fr

DES SENIORS QUI RETROUVENT LE GOÛT DE MANGER AVEC... LES DOIGTS

Et si manger avec les mains permettait de redonner de l'autonomie aux résidents des maisons de retraite...

Au domaine de Fontfrède, à Château-Gombert (Marseille 13^e), on met en pratique le finger food ou manger-main depuis quatre ans déjà. Avec l'âge, les couverts peuvent devenir un obstacle pour s'alimenter de manière autonome, surtout dans le cas de maladies neurodégénératives (Alzheimer, Parkinson) ou de troubles comme l'arthrite qui entraînent des difficultés de praxie.

"Le manger-main permet au résident de se nourrir tout seul et à son rythme, explique Philippe Geiller, directeur de l'Ehpad de Fontfrède. C'est une opportunité de ne pas rester dans la dépendance et de ne pas attendre que le personnel soit disponible pour l'aider à prendre son repas."

Qui dit manger-main ne dit pas manger mal. Déjà, les résidents concernés (5 à 6 sur les 84 de l'établissement) n'ont pas de plats "spéciaux". "C'est le repas qui est fait pour tous, tous les jours, avec des produits frais, qui est transformé", poursuit le directeur. Et celui qui a acquis le tour de main pour le réaliser, c'est Gary Chauvet, le chef. "Le repas est d'abord mixé, explique-t-il. Puis, il est adapté au manger-main, en y incorporant des liants et épaississants naturels comme l'agar-agar. Il est ensuite chauffé ou refroidi dans des moules." L'exemple avec le pot-au-feu du jour est bluffant, visuellement et gustativement: la viande a pris la forme de madeleines, les légumes de canelés, le jus a été réduit pour être plus nappant... Un repas



Ci-dessus, le chef Gary Chauvet et le directeur Philippe Geiller. En haut à droite, une résidente avec son repas à manger avec les doigts. En bas à droite, le pot-au-feu classique et sa version "manger-main".



complet (entrée, plat, dessert) est proposé en finger food tous les midis, sept jours sur sept.

"Des recettes ont été rédigées pour que les plats soient reproductibles sans changement de goût, de texture, de mâche et en respectant les besoins en apports journaliers", complète Denis Mandelli, responsable de secteur chez Sogeres, la société de restauration prestataire.

"Les repas sont fabriqués le jour même, ajoute Gary Chauvet, devenu

formateur régional référent de Sogeres. Si la personne met trop de temps pour manger, ils se réchauffent facilement au micro-ondes. Et les formes correspondent à un type d'aliment. La madeleine, par exemple, pour les protéines, viande ou poisson."

Sur le plan de l'hygiène, "ils se lavent les mains avant et après le repas, mais aussi entre deux plats", souligne Zlatka Vauthourmout, cadre de soin.

Les résidents qui passent en finger food ne sont pas choisis au hasard. "Le cadre de soin repère ceux qui ont des difficultés à manger, ceux qui perdent du poids, reprend Philippe Geiller. Puis, c'est validé avec l'orthophoniste et, ensuite, le médecin traitant fait la prescription. Une fois par mois, le personnel prend son repas avec les résidents, cela permet aussi

de détecter des cas." Pour la maison de retraite, c'est un investissement de temps et d'argent. "Nous sommes la seule structure du réseau Omeris en France à le proposer, précise le directeur. Il y a quatre ans, nous étions des pionniers en Paca. Mais c'est un plus dans la prise en charge de nos résidents." Lesquels apprécient surtout de pouvoir se nourrir tout seuls. "Ça a été plus dur au départ d'en faire comprendre l'intérêt aux familles et aux aidants", sourit Philippe Geiller.

Mais la seule vue des courbes de poids qui remontent et des patients retrouvant de l'appétence devant leur assiette a vite fini de les convaincre que manger avec les mains, ce n'est pas retomber en enfance, mais vivre mieux sa vieillesse. ■

Christine Lucas

Partenaire principal



DÉPARTEMENT
**BOUCHES
DU RHÔNE**

