

L'AIDE AU REPAS : des gestes simples mais essentiels

RAPPEL

Dans quels cas une personne a-t-elle besoin de se faire aider pour prendre son repas ?

- En cas de troubles cognitifs et du comportement alimentaire (voir fiches pratiques : "Alimentation et maladie d'Alzheimer" et "Le refus alimentaire").
- En cas de difficulté à exécuter, coordonner ses mouvements (apraxie) (voir fiche pratique : "Les aides techniques pour le repas").
- En cas de limitation physique des mouvements (d'origine neurologique, traumatique ou rhumatismale) : articulaire, musculaire, paralysie, troubles de la sensibilité, tremblements, douleurs, etc.
- En cas de troubles visuels ou auditifs.
- En cas de troubles de la déglutition (voir fiche pratique : "Les troubles de la déglutition").

Comment stimuler la personne sans faire à sa place ?

Vous aidez la personne à prendre son repas ?

VOTRE RÔLE EST PRIMORDIAL.

La qualité de la relation que vous établirez avec la personne a des répercussions significatives sur la quantité d'aliments consommés.

- Identifiez les besoins réels de la personne et adaptez l'aide, qu'elle soit humaine et/ou technique.
 - Quelques gestes simples peuvent suffire... ouvrir le yaourt ; placer les couverts à portée de main ; enlever la cloche de l'assiette ; assaisonner ; beurrer la tartine ; servir l'eau dans le verre ; etc.
 - Demandez l'avis d'un ergothérapeute si nécessaire (voir aussi fiche pratique : "Les aides techniques pour le repas").
- Avant le repas, assurez-vous que la personne n'est pas préoccupée par autre chose.
 - Par exemple, une douleur ou un besoin d'uriner.
- Assurez-vous que la personne est confortablement installée pour le repas. (voir aussi fiche pratique : "Les aides techniques pour le repas").

- Laissez à la personne le temps dont elle a besoin pour prendre son repas (selon ses habitudes, ses capacités fonctionnelles, etc.).



- La durée prévue du repas doit être d'au moins 45 minutes.
- Évitez qu'elle soit dérangée pendant le repas (soin, visite, etc.).

Le savez-vous ?

LAISSER À LA PERSONNE LE TEMPS DE MANGER AUGMENTE LES APPORTS DE 25%.

- Soyez patient et disponible.

- N'aidez qu'une seule personne à la fois et ne conversez pas avec d'autres dans le même temps. Portez-lui toute votre attention.
- Parlez-lui doucement en la regardant ; par exemple, annoncez-lui le menu pour stimuler son appétit !
- Si vous devez faire manger la personne, asseyez-vous à sa hauteur, captez son regard, si besoin touchez-la (main, épaule) pour l'inciter à manger.
- Évitez de toucher d'emblée le visage, qui est une zone plus intime et peut provoquer de l'agressivité.



Aide correcte

Aide incorrecte

Si le proche d'un résident souhaite l'aider à prendre son repas :

- En cas de troubles de la déglutition, il doit demander son avis à un soignant avant de donner à manger à son proche.
- Sachez que l'aide d'un résident par des bénévoles ou des tiers qui ne sont pas ses proches, expose la personne qui aide à un risque légal en cas de fausse route.



La personne voit flou...



La personne a des troubles de la vision périphérique...



La personne a des troubles de la vision centrale...

Quelques situations pratiques...

■ La personne a des troubles de la vision.

- Favorisez les **contrastes** dans la présentation des plats.
- Présentez les éléments du repas, les déplacer en fonction du **champ visuel** de la personne (vision périphérique, centrale, déformation, altération de la vision d'un côté de l'espace, etc.)
- **Décrivez** les plats à la personne, expliquez-lui la **position** des éléments.
- Si vous devez l'aider à prendre son repas, placez-vous de telle manière qu'elle puisse vous voir, si possible.
- Soyez attentif à la placer dans une zone de la pièce dont la **luminosité** est suffisante mais sans source d'**éblouissements**.

■ La personne a des difficultés auditives.

- Réfléchissez avec la personne à sa **place** au moment du repas : choix de ses voisins, bruits ambiants (sensation d'isolement, rupture de communication, etc.).
- **Regardez la personne pour lui parler**, assurez-vous que vous avez capté son attention, et n'hésitez pas à répéter. Si possible, parlez-lui du côté qui entend le mieux.
- Vérifier le bon fonctionnement de l'**appareil auditif**.

■ La personne a un handicap physique.

- Veillez à ce que la personne soit **confortablement installée**.
- Veillez à la mise en place des **aides techniques** proposées par l'ergothérapeute (voir fiche pratique : "Les aides techniques pour le repas").

■ La personne a des difficultés à reconnaître visuellement ou par le toucher les objets (agnosie).

- Expliquez, stimulez.
- Vérifiez qu'elle a correctement identifié les éléments.
- Aidez-la à saisir les objets.

■ La personne présente des difficultés à initier ou effectuer un mouvement (apraxie).

- Montrez-lui le geste pour qu'elle vous **imite**.
- Expliquez-lui par la **parole**.