

Alimentation de la personne âgée : la question du goût et des textures adaptées

Public

Professionnels de cuisine (cuisiniers, aides de cuisine...) et personnels en charge des repas (aides-soignantes, auxiliaires de vie...).

Prérequis

Aucun.

Objectifs

Acquérir les connaissances de base en matière de diététique adaptée aux personnes âgées.

Améliorer la connaissance des aliments et des besoins en nutrition de la personne âgée.

Être en capacité d'adapter les repas et de modifier les textures.

Connaître dans quel contexte une alimentation adaptée doit être proposée (trouble de la déglutition...).

Allier texture modifiée et le plaisir d'être à table.

Programme (adaptable en fonction de vos besoins)

L'alimentation de la personne âgée

- Les besoins nutritionnels de l'être humain en général.
- Les besoins plus spécifiques de la personne âgée.
- Équilibre alimentaire de la personne âgée.

Les effets du vieillissement et nutrition

- Le vieillissement physiologique (mastication, digestion...).
- Le vieillissement sensoriel (goût, odorat...).
- Le vieillissement physique (masse musculaire).

Le rôle du sensoriel

- La découverte des cinq sens.
- Savoir utiliser ces différents sens en dégustation avec différentes textures.
- Apprendre à percevoir les saveurs de base.

L'intérêt d'une alimentation adaptée et de la modification des textures : les mixés

- Les troubles de la déglutition et la dénutrition : causes et conséquences.
 - Savoir conserver un apport énergétique suffisant.
 - La nécessité d'enrichir l'alimentation dans certaines situations.
-

Méthodes et modalités pédagogiques

En présentiel.

Recueil des attentes.

Tour de table.

Apports théoriques.

Échanges sur les pratiques professionnelles.

Ateliers pratiques.

Modalités et délai d'accès

Modalités et délai d'accès à la formation : ces informations sont transmises aux apprenants par l'employeur en amont de la formation.

Délai de mise en place de la formation : 10 jours minimum à partir de la planification des dates.

INTRA/Sur-Mesure

Durée : 2 jours (14 heures).

Intra

Lieu : dans votre structure

Dates et coût : nous contacter.

Sur-mesure

Vous souhaitez adapter ce programme à vos besoins ? Contactez notre équipe pédagogique dont la spécialité est la conception de solutions de formation sur-mesure.

Animation

Formatrice, diététicienne, analyste sensorielle.

Nombre de participants

Min : 3 | Max. : 12

Modalités d'évaluation

Evaluation de l'atteinte des objectifs en début et en fin de formation.

Evaluation de satisfaction.

Votre contact

Pôle Formation Continue, Conseil et VAE

Hélène TESSON

02 47 62 33 36

formation.continue@its-tours.com

Pour l'accueil des personnes en situation de handicap, vous pouvez adresser vos questions à l'adresse : referent.handicap@its-tours.com

N° de Déclaration d'Activité : 24 37 00082 37

Ce numéro ne vaut pas agrément de l'État.

Mise à jour du 02/03/26 v3