Zeitschrift: Curaviva : revue spécialisée

Herausgeber: Curaviva - Association des homes et institutions sociales suisses

Band: 10 (2018)

Heft: 4: Stratégies de santé : en quoi les EMS sont-ils concernés?

Artikel: Allergies et intolérances : une nouvelle thématique pour les EMS : l'époque du menu unique est révolue

Autor: Deck, Daniela

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-841477

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Allergies et intolérances: une nouvelle thématique pour les EMS

L'époque du menu unique est révolue

Les allergies et intolérances alimentaires sont en augmentation: un défi auquel les EMS sont eux aussi confrontés. Ces phénomènes alimentaires vont avoir un impact sur l'organisation des institutions qui doivent s'y préparer.

Daniela Deck

On sait que le taux de personnes âgées souffrant d'allergies aujourd'hui est plus bas que celui du reste de la population, où vingt adultes sur cent sont concernés. Mais il est clair que, dans les trente ans à venir, et parallèlement au diabète, les intolérances au lactose et autres allergies vont influer de plus en plus sur la vie quotidienne de ces institutions.

Les EMS devraient se préparer aux défis du menu personnalisé. Dans ce contexte, la collaboration entre cuisine, hôtellerie et service des soins est essentielle. C'est la conviction de Bettina Ravazzolo, en charge du service de consultation et de gestion de projets au Centre d'Allergie Suisse, aha!, et conseillère en matière d'allergies alimentaires pour les services de restauration de plusieurs institutions.

La collaboration entre cuisine, hôtellerie et service des soins est essentielle.

Les résidents ne sont pas les seuls concernés lorsqu'il s'agit d'allergies et d'intolérances. Il faut également prendre en compte l'entourage, les visiteurs et les collaborateurs. Si le personnel de restauration sait quel résident atteint de démence ne peut pas manger de produits à base de blé, par exemple, ce n'est pas toujours le cas du visiteur qui lui offre un gâteau. D'où l'importance de la formation du personnel et, le cas échéant, d'une fiche d'information sur la porte de la chambre.

Allergie ou intolérance?

Selon Bettina Ravazzolo, «le problème des allergies et des intolérances en EMS ne peut pas être géré selon des lignes directrices générales». Ceci est particulièrement vrai dans le domaine de la restauration, «où nous formons déjà les employés et aidons à mettre en œuvre les bases légales.». Sur demande, le Centre d'Allergie propose des cours et séminaires pour les collaborateurs, pour leur permettre d'intégrer les bases indispensables sur le sujet, dont la Déclaration d'Allergène (voir l'encadré) et de différencier l'allergie de l'incompatibilité (ou intolérance). «Une allergie est une réaction immunitaire du corps à des protéines animales ou végétales normalement inoffensives. S'agissant d'une intolérance alimentaire, le corps a perdu, en tout ou en partie, la capacité de digérer une substance donnée – ou ne l'a jamais possédée. Dans ce cas, le système immunitaire n'est pas impliqué.»

L'intolérance au lactose est un bon exemple d'incompatibilité alimentaire à considérer. Le corps ne peut pas – ou plus suffisamment – décomposer le sucre lactique. Ce qui provoque diarrhées, constipation et ballonnements. Or, le risque d'être atteint augmentant avec l'âge, il est important que ce type d'intolérance soit bien pris en compte dans le cadre des soins en EMS.

Identifier les allergies

«Une allergie peut se déclarer à n'importe quel âge», précise Bettina Ravazzolo. Concernant les aînés, plusieurs choses sont à prendre en considération: le ralentissement naturel de la circulation sanguine et de la digestion, la prise, ponctuelle ou à long terme, d'un ou de plusieurs médicaments, et le changement d'habitudes de vie et d'alimentation avec l'entrée en EMS. Autant de facteurs qui compliquent l'identification d'allergies non préalablement diagnostiquées.

Elle prend l'exemple des médicaments contre les renvois acides

(inhibiteurs de la pompe à protons), dont l'usage est très courant en EMS: «Lorsqu'un résident prenant ce type de médicament se plaint soudain de maux de ventre, il peut y avoir plusieurs causes possibles. Les médecins, face à des patients âgés, ne pensent pas toujours immédiatement à une allergie: ce qui prolonge leur inconfort ou leurs douleurs le temps de trouver une thérapie efficace. Or, les inhibiteurs peuvent favoriser des allergies.» Ce qui, pour la conseillère aha! justifie une étroite collaboration entre services des soins et hôtellerie.

Une polenta affinée avec des noisettes peut avoir des effets catastrophiques pour une personne allergique.

Comme les allergies et les intolérances sont encore très rares chez les seniors de 80 ans et plus, les EMS peuvent s'y préparer. Pourtant, ce qui peut, au premier abord, paraître comme une solution d'une séduisante simplicité, se révèle inconcevable: supprimer de la carte les quatorze allergènes dont la déclaration est obligatoire. Personne ne veut, ni ne peut, nourrir ses résidents exclusivement d'entrecôtes, de riz et de carottes. D'une part parce que ce serait inadapté aux végétariens et aux végans, d'autre part parce que ce type d'alimentation entraîne de sévères carences.

«Plus l'alimentation est variée, plus elle est saine», rappelle Bettina Ravazzolo. Dans ce contexte, il est intéressant de noter que si «on préconisait, il y a une vingtaine d'années, de ne pas introduire certains nutriments dans l'alimentation des bébés avant un certain âge, on sait aujourd'hui que le corps, dès qu'il supporte la nourriture solide, doit expérimenter le plus d'aliments variés possibles. C'est la meilleure prévention qui soit contre les allergies.»

Il est encore trop tôt pour savoir si ce changement de doctrine concernant les bébés va faire baisser le taux d'allergies alimentaires. Il est certain que d'autres facteurs entrent également en jeu, comme nos standards d'hygiène élevés (affaiblissement du système immunitaire) et les substances polluantes et toxiques dans notre environnement.

Mise en œuvre pratique… côté campagne

L'EMS de Buochs fait partie des établissements qui ont récemment organisé, en collaboration avec aha!, des demi-journées de formation pour l'ensemble de leur personnel de restauration. Jusqu'alors, ce home campagnard de quatre-vingt places n'avait été confronté qu'à des intolérances au lactose et au gluten. Beatrice Rohrer est en charge de l'hôtellerie: «Nous demandons au médecin de famille de chaque résidente et résident d'identifier les allergies et intolérances, que nous notons sur une «fiche d'alimentation». Le personnel soignant indique sur cette liste ce qu'un résident ne peut ou ne veut pas manger (végétariens).

L'augmentation des allergies alimentaires, elle l'observe surtout dans l'entourage des résidents: leurs proches et le personnel. Elle trouve particulièrement utile l'échange d'informations entre collaborateurs lors des cours sur la nutrition: «Cela nous a permis de découvrir que la cuisinière affinait sa recette de polenta avec des noisettes moulues. Pour une personne allergique, ça peut être catastrophique.». Résultat: un recueil de recettes a été élaboré que tous suivent désormais scrupuleusement.

… et côté ville

L'EMS Schmiedhof à Zurich (110 places) est en train d'élaborer un concept «alimentation». «Nous avons mis sur pied un groupe de travail dédié, il y a six mois», explique Biljana Burzic, responsable des soins et directrice adjointe. Ce groupe est très diversifié: outre le cuisinier, la diabétologue et la nutritionniste, il comprend aussi une spécialiste en plaies et cicatrisation. «Chez nous, chaque résident a son programme alimentaire personnalisé, où figurent tant les allergies que les interdictions religieuses, par exemple la viande de porc pour les musulmans.» Le dimanche, chaque résident reçoit son menu pour la semaine – avec la possibilité, que ce soit au repas de midi ou du soir, d'y apporter jusqu'à dix modifications. ●

Texte traduit de l'allemand

La Déclaration obligatoire

Depuis 2004, les entreprises actives dans la restauration et les vendeurs de denrées alimentaires ont l'obligation de déclarer quatorze allergènes: gluten, crustacés, œufs, poisson, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydrides sulfureux/sulfites (à partir d'une certaine concentration), lupins et mollusques.

Ce que propose aha!, le Centre d'Allergie Suisse:

- L'infoline aha!: des spécialistes répondent aux questions sur les allergies, du lundi au vendredi, de 08h30 à 12h00.
- Cours Restauration: plus de sécurité dans le contact avec les personnes souffrant d'allergies et d'intolérances alimentaires – conseils pratiques et infos sur les exigences légales en la matière.
- Cours, séminaires et conférences sur les allergies et les intolérances pour les professionnels de la santé et des soins. Sur demande. Tél. 031 359 90 00

Informations complémentaires sur: www.aha.ch