

Dénutrition post COVID : Fiche n°1 (sur 5) éditée par l'Agence Régionale de Santé (ARS)



- La dénutrition est une vraie maladie, fragilisant l'organisme, le rendant moins capable de se défendre contre les maladies

Selon l'Agence Régionale de Santé d'Ile de France (ARS), les patients COVID ou ayant été atteints de la COVID sont à haut risque de dénutrition. L'ARS vient d'éditer 5 fiches pour :

- comprendre ce que sont la COVID et la dénutrition (Fiche n°1 objet de la présente actualité)
- dépister la dénutrition, suivre le patient et lui fixer des objectifs de récupération (Fiche n°2 qui fera l'objet d'une prochaine actualité)
- mettre en place un suivi médical en fonction du degré de la dénutrition (Fiche n°3 qui fera l'objet d'une prochaine actualité)
- mieux s'alimenter et se faire suivre par un diététicien (Fiche n°4 qui fera l'objet d'une prochaine actualité)
- pratiquer une activité physique quotidienne et adaptée (Fiche n°5 qui fera l'objet d'une prochaine actualité)

- Dénutrition post COVID : en parler pour aller mieux

L'ARS rappelle que la COVID augmente les besoins en énergie et protéines de l'organisme et est associée à des difficultés à s'alimenter, à respirer, à des pertes de l'odorat, du goût, à la toux, à du stress, des diarrhées, des nausées, des vomissements... Donc les besoins de l'organisme augmentent mais les patients ont plutôt tendance à moins manger et ont plus de pertes. En conséquence, les muscles vont fondre massivement et ceci va conduire à une sarcopénie, c'est-à-dire une perte de masse, de force et de fonction musculaire, à une fatigabilité accrue, à une perte de la mobilité (avec risque de chutes) et à la dénutrition. L'ARS précise aussi que les patients touchés (ou qui ont été touchés) par les formes graves de COVID sont (étaient) déjà à risque de dénutrition puisque ce sont des patients de plus de 65 ans pouvant présenter des maladies cardiaques, pulmonaires, rénales, un diabète, une obésité, un cancer, un déficit immunitaire...

L'ARS insiste donc sur le fait que la dénutrition est une vraie maladie, malheureusement trop souvent « peu reconnue » et qu'elle aggrave les maladies chroniques existantes, elle augmente la durée d'hospitalisation et le risque de décès.

Dans sa fiche n°1, l'ARS renvoie vers :

- un article du Monde du 30 mai 2020 traitant des troubles persistants chez les patients qui ont été atteints de la COVID
- un article de la Revue du Praticien décrivant comment suivre ces patients
- des documents de l'HAS : recommandations et outils pour diagnostiquer la dénutrition.

Le principal message de cette fiche est adressé aux patients atteints ou ayant été atteints de la COVID : il est important, pour aller mieux, de parler à son médecin, ses soignants, voire à un psychologue de l'évolution de sa santé physique et psychologique.

Sources : [Fiche alerte Prévention Dénutrition post COVID](#)

[Fiche 1 COVID : encore méconnu ; Dénutrition : peu reconnue. Parlez-en pour aller mieux](#)

Source image : <https://pixabay.com/fr/illustrations/gear-engrenages-graphique-472001/>