

Conseils diététiques en cas de dénutrition post COVID - Fiche n°4 (sur 5) éditée par l'Agence Régionale de Santé (ARS).



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, dépister la dénutrition, mettre en place un suivi médical](#) mieux s'alimenter, bouger. L'objet du présent article est de présenter la [fiche n°4](#) : Les

conseils diététiques aux patients post COVID atteints de dénutrition, leur entourage et leurs soignants.

Les patients post COVID atteints de dénutrition doivent consulter un diététicien.

Les consultations avec un diététicien permettront une prise en charge adaptée, apprendront à enrichir l'alimentation, conseilleront dans le choix des aliments et leur texture, feront éventuellement le lien avec un orthophoniste en cas de difficulté à avaler et guideront dans le choix de compléments nutritionnels oraux adaptés.

Cette fiche n°4 explique donc l'intérêt de voir un diététicien et éventuellement un orthophoniste et donne également des idées de recettes enrichies.

Pour rappel, 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. Pour en savoir plus sur la prise en charge nutritionnelle de la sarcopénie, [cliquez ici](#).

Source : [Conseils diététiques aux patients post COVID atteints de dénutrition, leur entourage et leurs soignants](#)

Source image : <https://pixabay.com/fr/photos/cuisine-m%C3%A9diterran%C3%A9enne-manger-2378758/>