

Communiqué de presse – 12 novembre 2020

## Prévenir la dénutrition des personnes âgées : un guide pratique « *Grand âge et Petit appétit* » accessible à tous

La dénutrition, qui touche en France plus de 2 millions de personnes, est une situation pathologique qui menace la santé, l'autonomie et l'espérance de vie des personnes âgées. Chez la personne dénutrie, le risque de mortalité est ainsi multiplié par 4. Par ailleurs la dénutrition aggrave les maladies existantes (complications, convalescence plus longue, réhospitalisation) et conduit plus rapidement à une dépendance dans les gestes de la vie quotidienne. Grâce aux travaux menés au sein du projet RENESSENS<sup>1</sup>, des chercheurs d'INRAE et du CHU de Dijon ont produit un guide d'information et de conseils pratiques à destination des personnes âgées et de leurs aidants familiaux et professionnels. Fruit d'un travail collectif mené depuis plusieurs années, ce guide<sup>2</sup> intitulé *Grand âge et petit appétit* sort à l'occasion de la première semaine nationale consacrée à la dénutrition.

Trop souvent ignorée, la dénutrition entraîne une perte des réserves musculaires et aggrave un état de fragilité chez la personne âgée. Parmi les seniors dépendants pour leur alimentation, 7 seniors sur 10 ne mangeraient pas assez pour couvrir leurs besoins nutritionnels, essentiellement car ces personnes ne sont pas en capacité de consommer les portions correspondant à leurs besoins nutritionnels, faute d'appétit. Afin de prévenir la dénutrition chez ces seniors en baisse d'appétit, il est essentiel d'enrichir leur alimentation pour leur permettre de couvrir leurs besoins nutritionnels. Enrichir, c'est accroître la densité nutritionnelle des plats sans augmenter, voire en réduisant, la taille des portions.

### Un guide dans la prolongation des résultats du projet multidisciplinaire RENESSENS

Le projet ANR<sup>3</sup> RENESSENS, piloté par INRAE et achevé en 2018, a été construit dans un esprit collaboratif multidisciplinaire permettant de prendre en compte toutes les facettes liées à l'âge : y ont travaillé des experts dans le domaine de la gériatrie, de la nutrition, du comportement du consommateur, de la psychologie, de la sociologie, des sciences de l'alimentation et de l'industrie. La conclusion des travaux a souligné l'importance

---

<sup>1</sup> RENESSENS (2014-2018) – Réussir Ecologiquement une Nutrition Équilibrée et Sensoriellement adaptée pour Senior – est un projet financé par l'ANR, rassemblant 18 partenaires, publics comme privés. Il visait à identifier les profils des "petits mangeurs", trouver des solutions adaptées et durables pour améliorer leur prise en charge alimentaire et en évaluer le coût-bénéfice pour les résidents, les Ehpad et la société.

<sup>2</sup> Ce guide a été co-écrit par le Dr Virginie Van Wymelbeke du CHU de Dijon et le Dr Claire Sulmont-Rossé d'INRAE, avec l'appui du Dr Bruno Lesourd du CHU de Clermont-Ferrand et d'Isabelle Maître de l'ESA d'Angers.

<sup>3</sup> L'Agence Nationale de la Recherche - met en œuvre depuis 2005 le financement de la recherche sur projets, pour les opérateurs publics en coopération entre eux ou avec des entreprises. En proposant des appels à projets compétitifs, elle vise à soutenir l'excellence de la recherche française à des degrés de maturité technologique variés, à soutenir la recherche fondamentale, à encourager les partenariats scientifiques académiques et « publics-privés », et à favoriser les coopérations européennes et internationales.

de personnaliser la prise en charge alimentaire de la personne âgée afin de prévenir efficacement la dénutrition. Dans la lignée de ces résultats, il a été décidé de concevoir un guide à destination des personnes âgées et de leurs aidants familiaux et professionnels. Ce guide est l'aboutissement d'un travail collectif mené durant 6 ans et s'inscrit dans une démarche d'information auprès du grand public pour prévenir et lutter contre la dénutrition au sein de la population âgée.

## Un guide illustré et facile d'accès

Le guide, illustré et facile d'accès, intitulé *Grand âge et petit appétit* apporte des informations et des conseils pratiques pour repérer perte d'appétit chez la personne âgée et l'aider à couvrir ses besoins nutritionnels tout en respectant ses besoins, capacités et préférences. Ce guide propose des astuces et des recettes culinaires appuyées par des histoires de vie concrètes, qui accompagnent chaque étape de ce guide de 45 pages composé de 4 sections :

- I Bien manger pour bien vieillir
- II Repérer le petit mangeur âgé
- III Nourrir le petit mangeur âgé
- IV Préserver les muscles du mangeur âgé

Ce guide est consultable et téléchargeable gratuitement en ligne sur <https://www2.dijon.inrae.fr/senior-et-sens/guide.php>

### Contacts scientifiques

#### INRAE

Claire Sulmont-Rossé- [claire.sulmont-rosse@inrae.fr](mailto:claire.sulmont-rosse@inrae.fr)

Unité mixte de recherche Centre des Sciences du Goût et de l'Alimentation

Département scientifique ALIMH

Centre INRAE Bourgogne-Franche-Comté

#### CHU DIJON

Virginie Van Wymelbeke- [virginie.vanwymelbeke@chu-dijon.fr](mailto:virginie.vanwymelbeke@chu-dijon.fr)

Pôle Personnes Âgées

CHU Dijon Bourgogne

### Contact presse :

Service de presse INRAE : 01 42 75 91 86 – [presse@inrae.fr](mailto:presse@inrae.fr)

---

**INRAE**, l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement, est un acteur majeur de la recherche et de l'innovation créé le 1er janvier 2020. Institut de recherche finalisé issu de la fusion entre l'Inra et Irstea, INRAE rassemble une communauté de 12 000 personnes, avec 268 unités de recherche, service et expérimentales implantées dans 18 centres sur toute la France. L'institut se positionne parmi les tout premiers organismes de recherche au monde en sciences agricoles et alimentaires, en sciences du végétal et de l'animal, et se classe 11ème mondial en écologie-environnement. Il est le premier organisme de recherche mondial spécialisé sur l'ensemble « agriculture-alimentation-environnement ». INRAE a pour ambition d'être un acteur clé des transitions nécessaires pour répondre aux grands enjeux mondiaux. Face à l'augmentation de la population, au changement climatique, à la raréfaction des ressources et au déclin de la biodiversité, l'institut construit des solutions pour des agricultures multi-performantes, une alimentation de qualité et une gestion durable des ressources et des écosystèmes.

**Le CHU Dijon Bourgogne** assure 3 missions principales : i) un service public d'accueil des Urgences, de diagnostic, de soins et de prévention ; ii) une dynamique universitaire, sur la base d'une convention avec la Faculté de Médecine lui permettant de former de futurs médecins généralistes et spécialistes ; et iii) des programmes de recherche qu'il développe seul ou dans le cadre de partenariats avec d'autres établissements de santé, organismes scientifiques, ou avec le secteur industriel avec un total de 150 personnes à l'appui des projets

Communiqué de presse – 7 octobre 2020

## Nanoparticules de dioxyde de titane : le E171 traverse la barrière placentaire

Qu'est-ce que le dioxyde de titane ? C'est un additif alimentaire phare largement utilisé à l'échelle mondiale pour ses propriétés colorantes (pigment blanc) et opacifiantes. Plus connu en Europe sous le nom de E171, l'utilisation de cet additif sur le marché des denrées alimentaires est suspendue en France depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2020, par principe de précaution<sup>1</sup>. Les travaux<sup>2</sup> de chercheurs INRAE en 2017 ont apporté les preuves scientifiques nécessaires à cette mesure ponctuelle instaurée pour une durée d'un an. En collaboration avec le Laboratoire national de métrologie et d'essais, le Groupe de Physique des Matériaux (CNRS/INSA Rouen/Université de Rouen Normandie), le CHU de Toulouse, l'Université de Picardie Jules Verne et l'École Nationale Vétérinaire de Toulouse, ces mêmes scientifiques ont poursuivi leurs travaux chez l'Homme et apportent maintenant la preuve que des nanoparticules de dioxyde de titane présentes dans l'additif E171 peuvent traverser le placenta et atteindre l'environnement fœtal. Leurs résultats, parus le 7 octobre dans la revue *Particle and Fibre Toxicology* alertent sur l'importance d'évaluer le risque quant à la présence de nanoparticules dans cet additif commun face à l'exposition avérée de la femme enceinte.

Leurs travaux antérieurs<sup>2</sup> avaient permis d'alerter sur les risques liés à la consommation d'E171, celui-ci étant capable de passer dans le sang sous forme de nanoparticules depuis l'intestin<sup>2,3</sup> pour ensuite s'accumuler dans les organes tels que le foie ou la rate<sup>4</sup>. Après une exposition chronique, un risque d'initiation et de promotion des stades précoces de la carcinogenèse colorectale avait été observé, ainsi que des modifications des réponses immunitaires<sup>2</sup>. En réponse à ces résultats obtenus chez le rat (bien que non transposables directement à l'Homme), la France a suspendu pour un an la mise sur le marché de produits alimentaires contenant du E171 à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2020.

D'autres études scientifiques l'avaient montré chez l'animal : des nanoparticules de dioxyde de titane (non alimentaire) passent le placenta et perturbent, entre autres, le développement du fœtus. Mais la question d'un passage transplacentaire de nanoparticules n'avait jamais été