Zeitschrift: Curaviva : revue spécialisée

Herausgeber: Curaviva - Association des homes et institutions sociales suisses

Band: 1 (2009)

Heft: 4: L'alimentation en EMS : entre besoin vital et plaisirs de manger

Artikel: Textures modifiées ou "manger mains" : des solutions qui respectent l'autonomie et l'individualité de chacun : innovations culinaires et saveurs d'antan

Autor: Nicole, Anne-Marie

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-813894

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: 09.12.2025

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

Textures modifiées ou «manger mains»: des solutions qui respectent l'autonomie et l'individualité de chacun

Innovations culinaires et saveurs d'antan

Le vieillissement altère les capacités à s'alimenter correctement et émousse les sens, notamment gustatif et olfactif. Pour pallier aux handicaps et déficits de l'âge qui gâchent le plaisir de l'assiette, les équipes interdisciplinaires, cuisine en tête, font preuve d'initiative et de créativité. Des techniques de préparations culinaires ont été développées ces dernières années, jouant sur les couleurs, les formes et les textures.

Anne-Marie Nicole

Hervé Simonet est cuisinier à l'EMS genevois Eynard-Fatio. Il est aussi le bras droit du chef de cuisine. Ses journées débutent généralement par la mise en place des menus adaptés aux résidants qui souffrent de problèmes de mastication et de déglutition. Mais il n'est plus question ici de réduire les différents aliments du plat du jour en purées fades, insipides et peu appétissantes, qui finissent toujours par se mélanger au fond de l'assiette en une grande flaque brunâtre. Il y a une année, l'équipe de cuisine s'est en effet initiée à une technique de préparation des mets, sous forme de textures modifiées, qui «repousse les limites de l'impossible», pour reprendre l'expression de Régis Prongué, directeur du marketing et développement du groupe DSR.

Créée en 1919, l'entreprise DSR est active dans le domaine de la restauration de collectivités et travaille depuis une trentaine d'année en EMS. Elle gère actuellement les brigades de 55 établissements romands, principalement à Genève, dont celui d'Eynard-Fatio. «Notre expérience dans le secteur des EMS nous a fait comprendre l'importance de l'alimentation de la personne âgée, avec les repas spéciaux, les régimes particuliers, les aversions, les incapacités, les besoins nutritionnels», explique Régis Prongué. «Nous développons en permanence nos pratiques professionnelles dans ce secteur, en lien avec l'évolution des personnes âgées, leurs capacités fonctionnelles et leurs comportements alimentaires.» Ainsi, il y a trois ans, DSR a fait appel aux compétences de Gabriel Serero, chef de cuisine indépendant – qui expérimente avec bonheur les dernières tendances gastronomiques – pour concevoir de nouvelles approches culinaires dans le domaine des textures modifiées.

Identifier tous les goûts

Le travail du concepteur a commencé par une plongée dans l'univers de l'EMS pour mieux comprendre les besoins des personnes âgées et des établissements. Ont suivi plusieurs mois d'essais pour travailler les matières, identifier les différents texturants qui permettent de varier la qualité des textures, tout en gardant à l'esprit les contraintes de temps et d'argent. La formation des cuisiniers a démarré en 2008 auprès de trois établissements pilotes. Le programme s'articule sur quelques journées, entre formation théorique et formation sur site, avec la mise en place de l'organisation du travail adaptée à la mission de chaque établissement. Aujourd'hui, une douzaine d'EMS sont en mesure de proposer à tous leurs résidants le même menu, sous une forme ou sous une autre. La formation dans les autres établissements se poursuivra en 2010.

Si la technique s'en inspire, ses résultats n'ont rien à voir avec les mousses, les nuages et les performances vaporeuses et théâtrales de la cuisine moléculaire. «La vraie révolution, nous dit Hervé Simonet, c'est d'avoir utilisé les nouvelles technologies culinaires pour permettre à des personnes de manger à nouveau des plats traditionnels et de retrouver les saveurs d'antan.» Outre la structure fondante de l'aliment, la conservation de sa valeur nutritive, et le jeu des formes et des couleurs pour le plaisir des yeux, il est en effet possible d'identifier le goût

Photos: amn

Au menu du jour: rôti de porc aux petits oignons, semoule de blé au parmesan et carottes Vichy.

de chaque produit dans l'assiette: la pomme de terre rissolée, les carottes Vichy, le saucisson à la pistache, la salade verte, la truite à l'oseille, le poulet rôti, le cocktail de crevette, la tarte Tatin… «Tout peut se traiter en texture modifiée, il n'y a pas de limite technique», affirme Gabriel Serero. «En outre, les texturants n'ont pas d'effets bourratifs et ne modifient pas le goût des aliments. L'essentiel reste la qualité du produit que l'on a dans l'assiette, quelle que soit la préparation.»

Retour sur investissement

S'il a fallu consentir un investissement de départ dans l'acquisition de chariots de services qui permettent de garder les mets à la bonne température, de moules et de quelques ustensiles, le coût des texturants se noie finalement dans le budget global. Et selon Pascal Blum, l'effort financier en vaut largement la peine: il y a certes moins de déchets qu'avant, mais surtout une plus-value aussi bien pour les résidants que pour le personnel.

Pour les quelque 20% des résidants de l'EMS Eynard-Fatio qui ont des difficultés à se nourrir d'aliments solides, le pari est en effet réussi, preuve à l'appui: il n'y a désormais plus rien sur les assiettes à leur retour en cuisine. Pour les équipes, «c'est très gratifiant et valorisant», se réjouit le cuisinier. Cette démarche offre aux professionnels l'opportunité de développer de nouvelles compétences, d'expérimenter des solutions inédites avec de nouveaux produits, et d'échanger des recettes originales avec leurs collègues. Hervé Simonet partage volontiers sa tâche avec les employés polyvalents de la cuisine. «C'est une activité qui

permet de valoriser la fonction de chacun; elle a un côté ludique aussi, qui apporte une variété dans le travail quotidien», dit-il. Tous se donnent de la peine pour dresser les assiettes avec soin, fiers d'apporter une contribution très concrète à la prise en charge des personnes âgées dépendantes, leur redonnant ainsi une certaine dignité et leur permettant de se réjouir à nouveau du moment du repas.

«La démarche que nous avons entreprise n'est pas réservée à la cuisine. C'est un véritable projet d'établissement qui implique tous les professionnels», rappelle Pascal Blum. Et tout le personnel a goûté à ces nouvelles préparations, histoire de se convaincre et de s'approprier le concept. •

Les textures modifiées

Les textures modifiées sont des préparations culinaires qui sont destinées en premier lieu à des personnes souffrant de problèmes de mastication ou de déglutition. Ce sont des aliments hachés, moulinés ou mixés, reconstitués ensuite sous des formes diverses, à l'aide de texturants. L'agar-agar est celui que l'on rencontre le plus fréquemment dans ce contexte. C'est un gélifiant naturel à base d'algues, sans colorant, ni conservateur, ni additif. Fréquemment utilisé en pâtisserie, l'une de ses propriétés est de résister à des hautes températures.

Hervé Simonet en pleine préparation du menu du jour en texture modifiée.

«Manger Mains»

Né des réflexions de professionnels en milieu psychogériatrique et des proches de personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer, le projet «manger mains» – de l'anglais «hand fooding» – a pour but de permettre à des personnes qui ne sont plus capables de manier le couteau et la fourchette d'utiliser tout simplement leurs doigts pour manger. Cette méthode a été introduite dans un EMS vaudois à la fin des années 90 par Anira Launaz, animatrice en EMS, formée en gestion d'équipe, et qui se lance aujourd'hui dans le brevet de formatrice d'adultes: «Au vu de mes origines indiennes et de mon expérience en psychogériatrie, le médecin responsable de l'établissement pour lequel je travaillais alors m'avait demandé de lancer le projet». La démarche s'étend vite ensuite à d'autres établissements, sous l'impulsion de l'association vaudoise ARPEGE (Association pour la recherche et la promotion en établissements gérontopsychiatriques), qui confie à Anira Launaz la rédaction d'une publication sur le sujet. L'ouvrage est agrémenté de recettes montrant de quelle façon apprêter les mets pour en faire des bouchées que l'on peut facilement saisir avec les doigts pour les manger. La méthode est donc aussi bien adaptée pour des personnes souffrant d'autres pathologies, telles que la malvoyance ou la maladie de Parkinson, par exemple.

Malgré tous les bienfaits pour les personnes âgées – autonomie, plaisir du repas, estime de soi et liberté de choix – cette pratique s'est vite heurtée à un certain nombre de résistances. «Il a fallu lutter contre les préjugés du monde occidental, selon lesquels manger avec les mains constitue une régression et revêt l'idée de saleté», raconte Anira Launaz. La démarche implique également une adaptation de l'organisation du travail, aussi bien en cuisine que du côté des soignants, pour qui donner à manger à un résidant a valeur de soin. Elle a suscité des discussions avec certaines familles qui voyaient là une bonne occasion pour l'établissement de faire des économies de personnel... Il en fallait plus cependant pour ébranler les convictions de l'animatrice qui estime qu'une telle approche doit faire partie d'un projet d'établissement. De 2001 à 2005, elle voyage beaucoup pour promouvoir cette méthode, fréquente les salons internationaux, s'invite dans les EMS.

Aujourd'hui, après quelques années de mise en veilleuse pour des questions de disponibilité des uns et des autres, les réflexions ont repris au sein d'ARPEGE pour envisager la tournure à donner à ce projet, qui mérite que l'on s'y intéresse, sans jugement ni préjugés. Il s'agit là à nouveau d'une approche de l'alimentation des personnes dépendantes qui est valorisante pour les professionnels en EMS – créativité culinaire, dressage d'assiettes appétissantes, résidants qui retrouvent le goût des choses... Et le groupe DSR, une nouvelle fois, l'a bien compris, lui qui a formé tous ses cuisiniers en EMS au «manger mains». (amn)

Anira Launaz, cheville ouvrière du projet «manger mains» en Suisse romande.