

DU 12 AU 20 NOVEMBRE 2021

# SEMAINE DE LA DÉNUTRITION

## LA DÉNUTRITION : QU'EST-CE QUE C'EST ?

### C'EST UNE MALADIE.

On est dénutri quand on ne mange pas assez par rapport à ses besoins, parfois même sans s'en rendre compte. On perd du poids, des muscles et de la force. La dénutrition concerne tous les âges : enfants, adultes et personnes âgées. Sont plus particulièrement touchées les personnes qui ont une maladie chronique, une maladie aiguë grave, une perte d'autonomie, les personnes hospitalisées.



## 4 CONSEILS POUR PRÉVENIR LA DÉNUTRITION

- Bien s'alimenter
- Surveiller son poids
- Avoir une activité régulière
- Une bonne hygiène dentaire

Les diététiciennes seront à votre disposition pour répondre à toutes vos questions dans le hall :

- lundi 15 novembre 2021 de 10h à 15h
- le jeudi 18 novembre 2021 de 14h à 16h

et toute la semaine dans les services  
auprès des équipes soignantes.