



# Patient - Soignant - Aidant

## Pourquoi cette fiche ?

### L'alimentation, un acte essentiel

S'alimenter est un acte essentiel qui, en dehors du plaisir procuré par les aliments, contribue à maintenir ou à restaurer la santé.

### Une vigilance particulière

Pour vérifier si vos apports alimentaires couvrent vos besoins nutritionnels, compte tenu de vos problèmes de santé, **la surveillance de vos consommations est nécessaire**. En effet, certaines situations exigent des **apports en énergie et en protéines (colonne P) augmentés** (viande, poisson, œufs, fromage ou laitage). **L'hydratation** est également essentielle au **maintien de l'équilibre corporel (colonne B)**. Les apports en eau doivent être augmentés en cas de fièvre ou de forte chaleur.

### Une évaluation globale et continue de vos consommations

L'utilisation de cette fiche permet une évaluation globale et continue de votre alimentation, au fil de la journée.

Vous-même ou votre entourage et l'équipe soignante complètent la fiche **après chaque repas ou collation** en se reportant aux indications de la colonne de droite (équivalence).

### Un ajustement en fonction de vos besoins

Le médecin détermine avec vous la **quantité minimale de protéines à consommer**. L'équipe soignante, votre entourage ou vous-même pouvez vérifier si l'objectif fixé est atteint. Le niveau de consommation obtenu permet aux différents soignants de vous guider dans les choix des goûters ou des repas suivants.

### Votre participation

Votre participation active lors de la prise des repas contribue à l'efficacité du traitement entrepris.

