

## Introduction et buts de l'étude :

Les troubles de déglutition sont fréquents en institutions pour personnes âgées (PA)(1,2), et font courir un risque de déshydratation et de dénutrition, en l'absence de prise en charge adaptée, et en particulier en première intention d'apport d'aliments à texture adaptée. Cependant, l'eau gélifiée n'apporte ni énergie, ni minéraux et est d'acceptabilité médiocre. Les yaourts ou fromages blancs pourraient être mieux acceptés, plus efficaces et modifier de manière favorable la flore digestive. L'étude avait pour buts, lorsque ces produits sont mis à disposition à volonté en établissements médico-sociaux de tester : 1) leur consommation 2) la consommation des eaux gélifiées 3) l'évolution des troubles digestifs 4) l'évolution des consommations de médicaments à visée digestive.

## Matériel et méthodes :

Une maison de retraite (EHPAD) et une structure de soins de jour (« Cantou ») pour PA, placées sous la même direction, étaient étudiées en deux séquences successives de 3 semaines (T1 et T2). A T1, les habitudes alimentaires étaient inchangées. A T2, il y avait une mise à disposition à volonté et sur toute la journée de yaourts et fromages blancs de diverses saveurs. Pour T1 et T2 étaient relevés de manière informatisée : les nombres hebdomadaires d'unités de yaourts, fromages blancs et eaux gélifiées consommés, les nombres et types de selles, ainsi que de traitements contre la constipation et la diarrhée. Les tests statistiques utilisés étaient les tests de Mann Whitney, de Student et de Wilcoxon.

## Résultats :

34 résidents de l'EHPAD et 16 résidents du Cantou étaient étudiés, après accord éclairé de leur part ou de celle de leurs ayants droits. Entre T1 et T2, la consommation de yaourts et fromages blancs augmentait de 1,8 +/- 0,4 à 10,6 +/- 4,3 unités/semaine/résident ( $p < 0,0001$ ) (Figure 1). Cette augmentation était présente aussi bien en EHPAD qu'au niveau du Cantou ( $p < 0,0001$  dans les deux cas).

La progression la plus forte portait sur le petit déjeuner et le déjeuner ( $p < 0,0001$ ) (Figure 2). L'effet était majoré durant les deux dernières semaines de l'étude (données non présentées).

Entre T1 et T2, la consommation d'eau gélifiée baissait de 4,9 +/- 8,6 à 2,5 +/- 5,6 unités/semaine/résident,  $p < 0,0005$  (Figure 3). Cette réduction était présente aussi bien au niveau de l'EHPAD ( $p < 0,01$ ) que du Cantou ( $p = 0,01$ ).

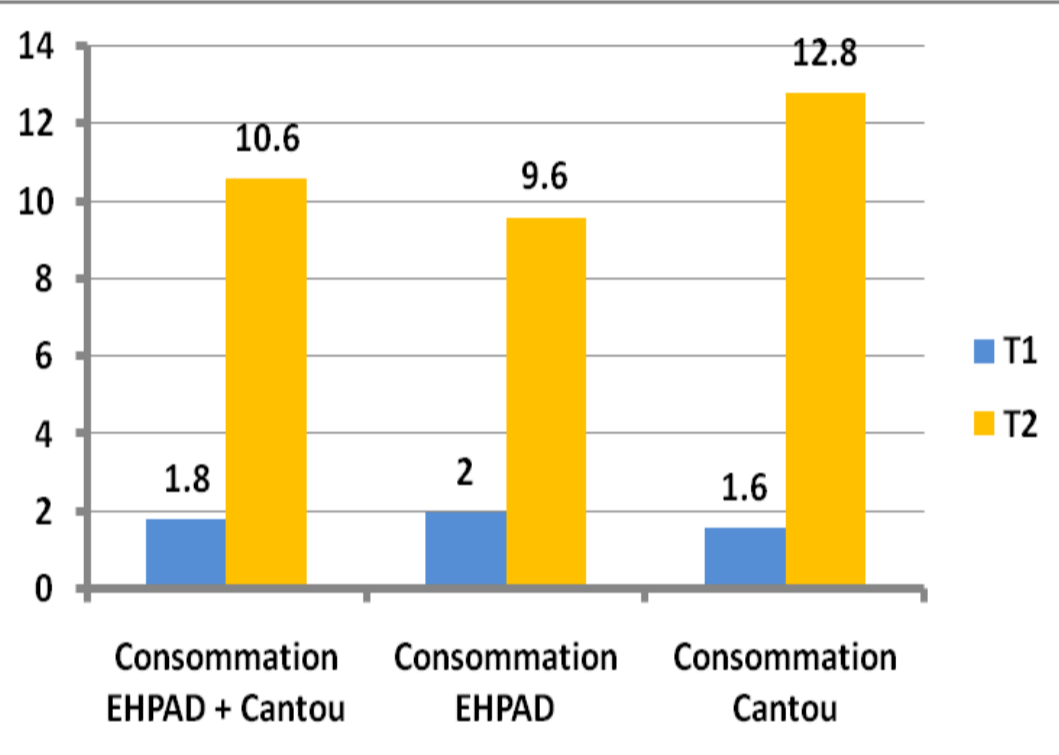


Figure 1 : Consommation moyenne hebdomadaire et par résident de yaourts et fromages blancs aux deux temps de l'étude (T1 et T2), pour l'ensemble de la population étudiée, pour l'EHPAD et pour le Cantou.

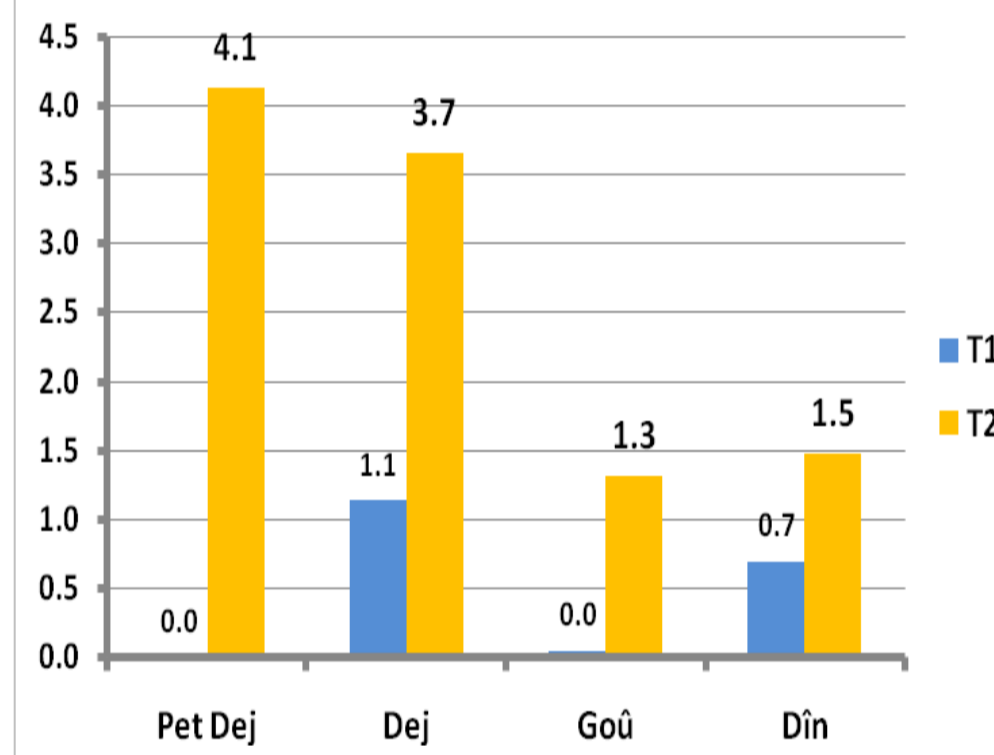


Figure 2 : Consommation moyenne hebdomadaire et par résident de yaourts et fromages blancs aux deux temps de l'étude (T1 et T2), pour le petit déjeuner (Pet Dej), le déjeuner (Dej), le goûter (Goû) et le dîner (Dîn).

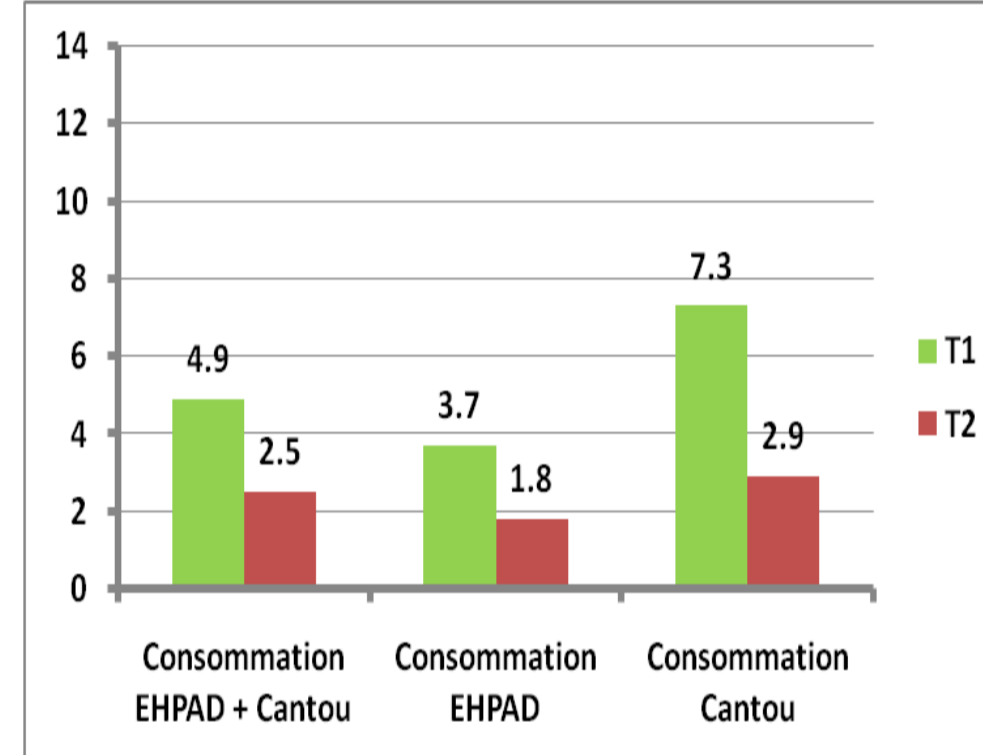


Figure 3 : Consommation moyenne hebdomadaire et par résident d'eaux gélifiées aux deux temps de l'étude (T1 et T2), pour l'ensemble de la population étudiée, pour l'EHPAD et pour le Cantou.

| Critère                                                                         | Valeur à T1 | Valeur à T2 | p       |
|---------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|---------|
| Nombre de traitements luttant contre la constipation par semaine EHPAD + Cantou | 6,4 +/- 5,8 | 2,6 +/- 2,9 | <0,0001 |
| Nombre de traitements luttant contre la constipation par semaine EHPAD          | 6,1 +/- 6,5 | 1,4 +/- 2,3 | <0,0001 |
| Nombre de traitements luttant contre la constipation par semaine Cantou         | 7,1 +/- 3,6 | 5,0 +/- 2,4 | 0,007   |

Il n'y avait pas de modification du nombre ou du volume des selles, on notait une baisse du nombre de traitements anti-constipation de 6,4 +/- 5,8 à 2,6 +/- 2,9 /semaine/résident ( $p < 0,0001$ ) (Tableau), mais pas de modification pour les antidiarrhéiques ni pour les antispasmodiques. Aucun problème de déglutition n'était signalé en rapport avec la prise des yaourts ou fromages blancs.

## Conclusions

- . L'apport à volonté de yaourts et de fromages blancs dans les établissements médico-sociaux étudiés a entraîné une augmentation majeure de la consommation de ces produits.
- . Celle-ci a été profondément modifiée dans ses modalités, avec l'apparition d'une consommation conséquente au petit déjeuner et au goûter.
- . Il n'y a pas eu de phénomène d'épuisement de la consommation de yaourts et fromages blancs durant les trois semaines d'apport, ce qui suggère une très bonne acceptation des produits mis à disposition.
- . Il y a eu une baisse modérée de consommation d'eaux gélifiées en même temps qu'une forte hausse de consommation de yaourts et fromages blancs, et par conséquent le bilan hydrique net des personnes âgées a été amélioré, de même que les apports en sels minéraux et micronutriments.
- . Les effets de la consommation augmentée de yaourts et fromages blancs sur les selles sont très faibles ou nuls, mais on note une forte baisse des traitements luttant contre la constipation. La modification de consommation a donc probablement permis une baisse du risque médicamenteux, ainsi qu'une économie financière notable.
- . Il n'y a pas eu d'effet sur la consommation de médicaments antidiarrhéiques ou antispasmodiques.