



Sensibilisation au lycée Napoléon.

Les jeunes, un public à risque face à la dénutrition

La dénutrition toucherait plus de deux millions de personnes en France. Aussi, depuis quatre ans et sur l'initiative du Ministère de la Santé, se déroule au mois de novembre la semaine nationale de la dénutrition.

À L'Aigle, une équipe du centre hospitalier et de l'IFSI a investi le lycée Napoléon à cette occasion.

La dénutrition, c'est des apports alimentaires insuffisants pour couvrir les besoins journaliers. Autrement dit, il s'agit d'un déséquilibre, bien souvent diagnostiqué par une perte de poids et d'appétit.

Si la dénutrition concerne absolument tout le monde, certains publics sont plus à risque. C'est le cas des jeunes.

Tout au long de la matinée du vendredi 10 novembre, les diététiciennes et étudiantes infirmières de L'Aigle sont donc allées à la rencontre des lycéens.

« **Nous sommes déjà intervenues l'an dernier pour sonder près de 400 élèves. Nous nous sommes aperçues qu'il y avait beaucoup de préjugés et une alimentation parfois restreinte, notamment pour la population féminine et les sportifs** », relèvent Cindy Dormant et Dominique Chauvois, diététiciennes du centre hospitalier de L'Aigle. Ces derniers sont nombreux à s'infliger des régimes stricts ou à suivre une alimentation végétane ou végétarienne. « **Sans apporter aucun jugement, nous voulons les avertir, leur faire prendre connaissance des risques sur leur santé** », ajoute Cindy Dormant.

La dénutrition entraîne une perte musculaire et par conséquent de la fatigue et une baisse d'autonomie. Le système immunitaire se fragilise alors peu à peu. « **Une personne dénutrie va tomber plus fréquemment malade** », assure Dominique Chauvois. Pour corriger la dénutrition, la consommation de viande, de poisson et d'œuf est préconisée, car riche en protéines animales.

Pour sensibiliser sans réprimander et de façon ludique, des questionnaires sur la dénutrition sont distribués aux adolescents, ce matin-là. Ces derniers écoutent avec

beaucoup d'attention les conseils des nutritionnistes et échangent avec elles sur leurs habitudes alimentaires.

Pour éveiller davantage les consciences, l'équipe intervient parfois aussi dans les supermarchés ou au sein des Ehpad, car les seniors représentent eux aussi un public à risque.

Thomas ADAM

Le centre hospitalier et l'IFSI de L'Aigle au lycée Napoléon, vendredi 10 novembre, pour une action sur la dénutrition