



2<sup>ème</sup> édition

# LE MANGEUR FRAGILE AU CŒUR DE L'ALIMENTATION DURABLE

PARIS

23 NOVEMBRE

2021



# LE MANGEUR FRAGILE AU CŒUR DE L'ALIMENTATION DURABLE

## #RencontresIN2021

Les 2<sup>èmes</sup> Rencontres de l'Institut Nutrition, la Fondation d'entreprise Restalliance, ont réuni le 23 novembre 2021 à Paris un large panel d'experts en nutrition, des sociologues, des chefs, des gériatres, des nutritionnistes et des chercheurs... afin d'échanger autour du thème « Le mangeur fragile au cœur de l'alimentation durable ». Apports en protéines végétales, Loi Egalim, Agriculture durable, Transition nutritionnelle, Plaisir de manger et même questions sur l'éthique et la responsabilité, en tant que professionnels de santé, en lien avec le contenu de l'assiette... un beau contenu pour des Rencontres enrichissantes ! Cet évènement a également été l'occasion de remettre le **Prix de l'Institut Nutrition** au lauréat 2021, prix récompensant un projet innovant de recherche-action. Bref, tout ce que vous devez retenir de cette 2<sup>ème</sup> édition des Rencontres est synthétisé ici.

### EN RÉSUMÉ

Avec la crise Covid, l'alimentation et les choix alimentaires des Français ont fait couler beaucoup d'encre et **ont beaucoup évolué** : les circuits courts, le boom du local et du bio mais également l'avènement des protéines végétales dans nos assiettes... Une sorte de **mini-révolution alimentaire** s'est opérée...

Face aux défis de durabilité de l'alimentation, comment la restauration collective arrive-t-elle à tirer son épingle du jeu ? Et en particulier lorsqu'elle s'adresse aux mangeurs fragiles, c'est-à-dire les personnes âgées, en situation de handicap ou hospitalisées ? Que comprennent-ils, ces mangeurs, de la transition alimentaire ?

Les **Rencontres de l'Institut Nutrition** vous proposent un **état des lieux** suivi d'échanges pour mieux **comprendre les enjeux et perspectives de cette évolution vers une alimentation plus durable** sans oublier de replacer le mangeur fragile et son plaisir de manger au centre des discussions.



Retrouvez l'essentiel des **échanges** de cette matinée à travers cette synthèse. Un **replay** est d'ores et déjà disponible **ici**. Le replay sera également en consultation libre à partir du 8 décembre sur la chaîne YouTube de l'Institut Nutrition.

Retrouvez les tweets de l'évènement en suivant l'hashtag **#RencontresIN2021**.



## Nicolas BRICAS

Socio-économiste, chercheur au CIRAD et titulaire de la chaire Unesco Alimentation du Monde

### QUELLE TRANSITION VERS UNE ALIMENTATION DURABLE ? ENJEUX ET PERSPECTIVES

Pour Nicolas Bricas, le constat est clair : « Il y a un véritable **problème** dans l'**extension mondiale du système alimentaire industriel** »

En effet, depuis le milieu du 19<sup>e</sup> siècle et la révolution industrielle, un système alimentaire **industrialisé** s'est développé et a permis une incroyable **augmentation de la productivité du travail et de la production alimentaire**, ce qui est venu démentir les propos de Malthus qui affirmait que si l'accroissement de la population était bien exponentiel, celui de la production était quant à lui linéaire.

Ce système industriel, qui est passé de l'usage d'une énergie exclusivement solaire à une énergie minière a permis, avec l'arrivée de la chimie et des biotechnologies de faire exploser la production alimentaire et a engendré, depuis les années 1980, une nette **surproduction**. Ce système a supporté un **contrat social** construit après la Seconde Guerre Mondiale, consistant à **produire des aliments le moins cher possible** avec un **minimum de garantie** en termes de qualité sanitaire, c'est-à-dire n'ayant pas de répercussions à court terme.

Bien que ce système ait permis une explosion de l'urbanisation au début du 20<sup>e</sup> siècle, il est aujourd'hui **au cœur de toutes les critiques**. Il est inimaginable de généraliser ce système à l'ensemble de la planète et il devient **impératif de faire évoluer les tendances** car un certain nombre d'externalités deviennent très problématiques et commencent aujourd'hui à faire apparaître des situations d'effondrements localisés.



« Il va falloir trouver ses systèmes alimentaires capables de gérer les ressources renouvelables durablement »

*Quels vont alors être les enjeux permettant de se tourner vers une alimentation durable afin de faire évoluer ce système ?  
Un consensus mondial les a résumés en 5 points.*

## L'ENJEU ENVIRONNEMENTAL

Il y a une **surexploitation** et un **épuiement des ressources** (effondrement incroyable de la biodiversité, disparition de la forêt, des mines de phosphates miniers...). Nous devons trouver des systèmes alimentaires qui permettent de gérer des ressources renouvelables durablement.

Le **changement climatique** et les **pollutions** (aux plastiques, aux pesticides ...) entraînent une saturation des milieux (le système alimentaire représente aujourd'hui ¼ des émissions de gaz à effets de serre).

## LE VOLET SOCIAL ET LA DIMENSION CULTURELLE

Depuis les années 60, il y a une **très forte inégalité d'accès à l'alimentation**. Bien que le nombre de personnes n'ayant pas suffisamment de terre ou d'argent pour manger correctement était en nette diminution, depuis 5 ans on observe une **évolution contre-tendancielle** et une ré-augmentation du nombre de personnes souffrant de la faim.

La cause de cette augmentation n'est pas due au manque de production alimentaire car cette dernière par habitant ne cesse d'augmenter. Elle trouve son origine davantage dans les flux migratoires liés au changement climatique et aux conflits engendrés par la compétition sur les ressources. Ces raisons vont alors **augmenter inexorablement** le nombre de personnes qui aujourd'hui n'ont pas les moyens de se nourrir convenablement.

Nous nous retrouvons donc avec une **inégalité d'accès à l'alimentation et une iniquité dans la répartition des valeurs**.

## LA QUESTION NUTRITIONNELLE ET SANITAIRE

À l'heure actuelle, malgré la surproduction alimentaire, la population souffre encore de **carences alimentaires** et un certain nombre de personnes n'ont pas la possibilité de remplir leur ventre de calories, de protéines et de tous les micronutriments essentiels.

À cela s'ajoute le **surpoids** et l'**obésité**, des facteurs de risques pour un nouveau type de **pathologies** et de maladies.

Les **intoxications chimiques** (aux pesticides, aux microplastiques), entament elles aussi les fondations du système. C'est particulièrement vrai en Afrique et en Asie où les risques de voir **survenir**, dans une dizaine d'années, des **pathologies complexes**, compte tenu des taux d'ingestion de résidus chimiques par la population est **très élevé**.

## LA DIMENSION ÉCONOMIQUE

Depuis les années 1980, le monde a connu une période de relative stabilité des prix internationaux. La **crise** de 2008 a entraîné avec elle une **flambée des prix**, que la crise de 2011 et celle que nous vivons actuellement n'ont pas amélioré.

Tous les économistes des marchés internationaux s'accordent à dire que le monde est entré depuis la fin des années 2000, dans **une période de forte instabilité des prix liés à des crises sanitaires et des crises climatiques**.

## LA QUESTION DE LA GOUVERNANCE

Aujourd'hui notre système alimentaire est gouverné par une petite poignée de gens qui ont bâti leur richesse et leur puissance sur ce modèle et qui n'ont qu'un objectif, poursuivre dans cette voie le plus longtemps possible.

Cela amène à une vraie **contestation de cet oligopole** qui pilote le système alimentaire et qui rend de ce fait nécessaire de **repenser une redistribution des pouvoirs** et un **rééquilibrage des rapports de force**.

Le **manque de transparence** dans les négociations politiques pour la construction et la régulation du système fait partie intégrante de la question de la gouvernance et le **manque de redevabilité** envers la population sur les dégâts que l'on est en train de causer ne fait qu'accentuer cette méfiance et les contestations qui en découlent.

**Au vu de ces 5 grands enjeux, il devient assez clair que notre système alimentaire ne peut plus poursuivre sa trajectoire actuelle et a besoin d'évoluer.**



## La problématique qui se pose alors est de savoir le rôle que nous pouvons jouer dans cette évolution vers une alimentation plus durable ?

Il faut du **moins**. Du moins de tout.

- **Moins de quantité**, car aujourd'hui notre système est un système de surproduction. Réduire notre production aura alors un impact positif sur le gaspillage alimentaire.
- **Moins de produits animaux**, sans parler spécialement de protéines animales car nous sommes en surconsommation de protéines de manière générale. Remplacer les protéines animales par les protéines végétales est une partie de la solution mais ce n'est pas l'enjeu principal. Nous devons nous débarrasser de la vision nutritionnelle de consommation pour repenser l'alimentation dans sa globalité.
- **Moins de produits transformés** ou à **forte valeur ajoutée**, générateurs de beaucoup de déchets, d'une forte activité économique et de ce fait de grands dégâts.

**Le grand mot d'ordre c'est moins.** Mais c'est compliqué « moins » quand nous avons été habitués à un système qui est toujours « plus ». L'enjeu d'une transition vers la durabilité ne se retrouve pas tant au niveau du consommateur, mais davantage au niveau des **systèmes de production** et en particulier des systèmes de production agricoles.

Il y a un **appel au changement** pour aller vers ce que nous pourrions appeler une **agroécologie**. C'est cette idée d'avoir des **systèmes de production agricole adaptés** à des situations très diversifiées, œuvrant à partir de **ressources renouvelables** et qui sont de ce fait, **non saturateurs de milieu**. Devons-nous alors nous affranchir de la production agricole ? C'est ce qu'avance un certain nombre de personnes, considérant qu'il faut trouver de nouveaux moyens de produire nos denrées en utilisant les avancées technologiques. Ce sont peut-être les prémices d'une nouvelle ère, mais le débat actuel, lui réside davantage dans cette dualité : **essayons-nous de faire une fuite technologique en avant pour tenter d'optimiser nos ressources ou cherchons-nous à réduire l'usage même de nos ressources non-renouvelables ?**

« Le grand mot d'ordre c'est moins. Mais c'est compliqué « moins » quand nous avons été habitués à un système qui est toujours « plus » »

« Il y a un appel au changement pour aller vers ce que nous pourrions appeler une agroécologie »

## Quelle est alors la responsabilité des consommateurs, des mangeurs ? Qu'ont-ils à faire, à apporter dans ce système ?

Aujourd'hui, nous nous accordons assez facilement sur le fait que ce sont probablement les **consommateurs** qui, par leurs choix éclairés vont **orienter le système**, fournir un signal aux entreprises et leur montrer l'attente sociétale pour plus de durabilité environnementale, plus d'équité sociale, de bien-être animal... Nous parlons beaucoup de **consomm'acteurs**, de consumérisme politique, de souveraineté des consommateurs.

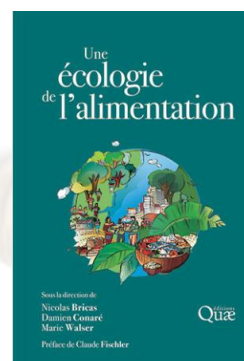
L'attente sociétale se mesure **par le consentement des consommateurs à payer**, et face à cela, les entreprises répondent par des **labels** et des signes de qualité. Mais cela amène **son lot de détracteurs**. Tout d'abord si nous **réintégrons dans les coûts**, les **aspects environnementaux et sociaux**, cela signifie que **l'alimentation dite durable est plus chère** que celle « standard » du système industriel, et donc qu'elle n'est pas accessible à tous. À cela s'ajoutent les questions de temps, de paysage environnemental... ce qui entraîne à terme une **défiance et une contestation** vis-à-vis des injonctions même à la durabilité car une partie de la population n'a pas les moyens de pouvoir répondre à ces injonctions.

Ensuite, il y a le **comportement des consommateurs**. Le comportement individuel n'est pas uniquement régi par les connaissances, les motivations, les attitudes, les prédispositions à agir... mais il est également **guidé par l'environnement alimentaire**, les paysages alimentaires. Le consommateur veut bien agir mais cela lui pose des difficultés. La liberté est là mais elle est contrainte par nos connaissances, notre environnement physique mais également notre environnement social.

Le dernier point s'intéresse aux **limites de la responsabilité individuelle**. Si nous réduisons drastiquement notre consommation de produits animaux ou notre utilisation des transports, nous pouvons diminuer de presque 4 tonnes d'équivalent CO<sub>2</sub> (par personne et par an) notre émission de gaz à effet de serre. Or, l'objectif de Paris est une diminution de 9 tonnes ... Les **efforts individuels ne sont pas suffisants**, cela signifie qu'il faut s'attaquer directement aux systèmes de production. Il faut **ré équilibrer la responsabilité** et ne pas considérer que seul le consommateur va être moteur du changement.

Nous devons **changer de contrat social** et le construire de façon  **systémique** en impliquant tout le monde. Il faut arriver à construire une **démocratie alimentaire**, c'est à dire permettre aux citoyens et aux mangeurs, au-delà de leur rôle de consommateurs, de participer à la construction de leur paysage alimentaire. Nous avons une vraie **révolution à penser**, c'est **l'écologie de l'alimentation** : penser l'alimentation comme une écologie, c'est-à-dire une science des relations.

RETROUVEZ SON LIVRE [ICI](#)



« Repenser nos alimentations, c'est repenser nos sociétés. Car partager un repas et même faire ses courses sont des moyens de se relier aux autres. »



## Didier PÉRRÉOL

Vice-Président de Léa Nature et Président du SYNABIO

« On m'appelle le découvreur de graines »

### QUE PENSEZ-VOUS DE LA LOI EGALIM ET DE SES ENJEUX ?

« C'est une **bonne chose** de donner **un tracé**, une visibilité, mais la loi ne décrètera pas tout. Il faut qu'il y ait des **mesures prises de la part des élus**. Il faut qu'il y ait une vraie envie entre les différents opérateurs pour arriver à **partager toutes ces valeurs** car on sait très bien que l'objectif c'est **de pouvoir donner une alimentation de qualité à nos enfants**. Et pour cela, il faut absolument développer sur nos territoires une **alimentation respectueuse de l'environnement**. »

### QUELS SONT LES PRINCIPAUX FREINS À LA DÉMOCRATISATION DE CETTE ALIMENTATION DURABLE NOTAMMENT EN RESTAURATION COLLECTIVE ?

« Pendant des décennies **on a fait un peu tout et n'importe quoi**. Il faut que l'on **repense notre système alimentaire**, afin d'avoir des productions agricoles locales, des produits de saison... Il y a toute une **pédagogie** à avoir pour **informer le consommateur**. Il faut se **reconnecter avec la nature**, redonner du sens à la qualité des produits, nourrir les sols...Il faut reprendre en main notre principe agronomique et repenser notre écosystème agroalimentaire. »

### QUEL MESSAGE VOULEZ-VOUS FAIRE PASSER AUX GESTIONNAIRES DES RESTAURATIONS COLLECTIVES SOUVENT LIMITÉS PAR LE BUDGET ?

« Si l'on venait à **payer le juste prix d'une alimentation saine et de qualité**, on aurait certainement **moins de dépenses** à côté. Notre alimentation représente **moins de 12%** du **budget** d'un ménage, c'est là qu'est **le vrai scandale**. Il faut remettre de l'énergie et des budgets là où ils sont absolument nécessaires. »



## DE LA FOURCHE À LA FOURCHETTE : RETOUR D'EXPÉRIENCE SUR LA TRANSITION ALIMENTAIRE EN RESTAURATION COLLECTIVE DANS LE SECTEUR DE LA SANTÉ



**Jean-François HUNEAU**  
Professeur de Nutrition Humaine  
à AgroParisTech



**Luc LIGNON**  
Directeur de la politique  
alimentaire de la ville de  
Montpellier



**Julien BARTHÉLÉMY**  
Responsable de restauration  
chez Restalliance

D'après les experts de la table ronde, l'alimentation durable est une vraie **invitation à un changement profond**.

- Pour des raisons de **santé de la population** car le système alimentaire dans lequel nous sommes actuellement est un système qui a montré qu'il ne pouvait garantir sur le long terme la santé des populations.
- Pour des besoins de **solidarité alimentaire** et de **reconnexion à la nature**. Il faut d'abord définir ce que nous entendons par « alimentation durable » pour ensuite définir ce que nous souhaitons pour notre population.

Pour Luc Lignon, pour mener une telle politique alimentaire sur son territoire, il faut avoir une **approche globale** et poser une **approche systémique pour la restauration collective** afin que cela fonctionne. Prendre en compte les **4 leviers** forts de la restauration (l'approvisionnement, la production culinaire, la distribution des repas et la formation) est indispensable car la chaîne alimentaire doit être considérée dans sa globalité : **de la production primaire jusqu'à la valorisation finale**.



« Moi je vais vous parler de la  
fourche à la fourche  
[valorisation des biodéchets] »  
Luc Lignon

Il faut **reconnecter** l'offre primaire avec la production culinaire et construire un **plan alimentaire durable**. C'est comme cela que la **loi EGalim** sera accessible à tous (*voir encart*).

Cette loi implique notamment de se tourner vers plus de protéines d'origine végétale. Nous sommes alors à même de nous demander quel est le **bénéfice** d'une telle consommation sur la **santé**. Il ne réside pas tant dans les protéines végétales en elles-mêmes mais davantage dans celui **de consommer moins de produits animaux**. C'est plus comme cela qu'il faut le comprendre. Les **protéines végétales** sont associées à quelques nutriments intéressants mais sont surtout associées à une **absence de nutriments problématiques** comme les acides gras saturés.

Se tourner vers le **Flexitarisme**. C'est ce qu'a choisi de faire Luc Lignon, au sein de la métropole de Montpellier avec en ligne de mire une sensibilisation à de nouveaux modes de consommation **sans éviction d'aliments** mais avec un regard sur la qualité et l'origine des produits. Manger de la viande 2 fois par semaine est tout à fait acceptable si l'on est en bonne santé et sans besoins particuliers.

Quel que soit l'âge, l'important est de **communiquer** sur les plats végétariens et de **rassurer** les populations tout en leur montrant que de nombreux plats sans viande peuvent être appétissants et gourmands.

En amont des populations, il est indispensable de **former les cuisiniers** à cette nouvelle cuisine. Bien que cela évolue de plus en plus, les écoles hôtelières ont encore du mal à traiter le végétal comme un produit noble. Il y a un manque crucial d'informations et de formation des chefs et c'est la responsabilité des structures collectives de les former.

Nous sommes confrontés à un **problème de savoir-faire culinaire**. Il faut que les personnes réapprennent à cuisiner avec très peu de produits animaux. Si nous ne parlons que de protéines végétales, le risque est que les mangeurs se tournent vers des solutions de simplicité sans apprendre de nouvelles recettes. **Il faut retourner vers la cuisine.**

« Il y a un autre aspect que nous oublions beaucoup en restauration, c'est le côté gourmandise ! »

Julien Barthélémy

Promulguée le 1<sup>er</sup> novembre 2018, cette loi poursuit 3 objectifs dont l'un est de **favoriser une alimentation saine, sûre et durable pour tous** :

- **50% de produits durables** ou sous signes d'origine et de qualité (dont **20% de produits bio**)
- **diversification des protéines** et menu végétarien
- **intensification de la lutte contre le gaspillage alimentaire**
- possibilité **d'emporter les aliments ou boissons non consommés** sur place dans les restaurants et les débits de boissons, qui doivent mettre à disposition des contenants réutilisables ou recyclables
- **information des convives et affichage** de la part des produits entrant dans la composition des 50%, et des démarches entreprises pour développer des produits issus du commerce équitable

« Il ne faut pas oublier que le plat à lui seul ne constitue pas l'ensemble des apports de la journée [...] il faut regarder sur le global »

Jean-François Huneau

## TABLE RONDE 1

Si vous aviez un conseil pour les personnes qui ont envie de faire progresser leur structure pour aller vers une alimentation plus durable ?

**« Commencez par diminuer un peu la quantité de produits animaux servis mais de manière très progressive. Passez du « bœuf carotte » au « carotte bœuf ». C'est la première étape qui permet d'aller progressivement vers quelque chose de plus soutenable »**

**Jean-François Huneau**

**« Ne restez pas seul, demandez conseil, informez-vous. Il y a plein de solutions. Le défi est énorme et il en vaut la peine »**

**Julien Barthélémy**

**« Ayez une approche holistique sur l'ensemble de la chaîne alimentaire et impliquez toutes les parties prenantes »**

**Luc Lignon**



## LES PROTÉINES VÉGÉTALES À L'ÉPREUVE DU PLAISIR DE MANGER : COMMENT ACCOMPAGNER LES MANGEURS ÂGÉS OU HANDICAPÉS ?



**Claude FISCHLER**

Sociologue de l'alimentation et  
Anthropologue



**Agathe RAYNAUD-SIMON**

Gériatre et Nutritionniste, chef du  
département de gériatrie (AP-HP)



**Aurélie AULAGNON**

Orthophoniste spécialisée dans  
les troubles de la déglutition

L'alimentation des personnes jeunes et en bonne santé n'est pas la même que celle des personnes âgées et malades. Elles ont des **besoins spécifiques** pour maintenir au mieux leur **masse musculaire** et **éviter la dénutrition**.

Chez les personnes vieillissantes, la littérature laisse à penser que les protéines animales sont plus bénéfiques pour la synthèse des protéines musculaires. Cependant, les protéines végétales sont également de bonne qualité, il ne faut donc pas les exclure mais **concilier les deux**. La Professeure Agathe Raynaud-Simon explique clairement qu'il n'y a **pas de danger** à consommer des protéines végétales, mais que pour nos aînés, il est toutefois important de conserver les produits animaux car leur besoin en protéines est primordial et bien plus élevé, de **1 à 1,2 g de protéines par kg de masse corporelle**, que pour un adulte jeune et en bonne santé.

Concernant la **digestibilité** des protéines végétales, nous sommes à même de nous demander ce qu'il peut se passer sur un **microbiote fatigué** et si cela n'engendre pas trop d'inconfort intestinal. Même si peu de données scientifiques existent sur ce sujet, la Professeure Agathe Raynaud-Simon **se veut rassurante**, c'est une question d'**équilibre**, de **répartition** et d'**agrémentation**, tout comme l'alimentation en général.



« Pour les personnes âgées, il  
n'y a pas de danger à  
consommer des protéines  
végétales »  
Agathe Raynaud-Simon

Les **plats végétariens** peuvent être **difficiles à appréhender**, notamment par les personnes âgées qui, en plus de souffrir parfois de troubles de la déglutition, peuvent être un peu **réfractaires à la nouveauté**. Il faut alors **inciter la personne**, lui présenter l'aliment nouveau, lui **expliquer**... Si nous voulons rendre un plat appétant pour ne pas causer de trouble de la déglutition, il faut le rendre **stimulant**, explique Aurélie Aulagnon. Rendre un aliment stimulant, cela passe par une **sollicitation de tous les sens** : proposer un plat au visuel attrayant, avec une odeur qui donne envie de goûter, avec des textures différentes, un environnement agréable et du goût qui donne envie d'y replonger la fourchette.



Quid des protéines végétales ? La question ne se pose pas vraiment au final, le principal étant que le plat soit à la fois **original et familier**, qu'il n'y ait pas trop de « nouveauté agressive » et que cela reste gourmand. **Il faut que ce soit très désirable et très gouteux.**

Pour Claude Fischler, il existe une **caractéristique généralisable à l'espèce humaine** : en tant qu'omnivore, nous avons une **position paradoxale vis-à-vis de l'alimentation**. Nous sommes à la fois **néophiles et néophobes**.

**L'invention de la cuisine** a permis de dépasser cela en rendant familier à nos yeux des aliments nouveaux et original des aliments plus classiques. Les **cuisiniers** ont pour cela un **rôle fondamental**. Ils doivent lutter contre les obstacles et les idées reçues, **stimuler l'envie de manger d'une population** qui peut l'avoir perdu en rendant les plats désirables **sans faire de compromis sur la qualité nutritionnelle**.

Le **personnel soignant et les encadrants** jouent également un **rôle clé** dans le comportement alimentaire des personnes fragiles. En effet, ils sont en première ligne lors des repas et se retrouvent bien souvent face à des conflits de loyauté, tiraillés entre les recommandations du médecin et le plaisir du mangeur. **Ils sont sur le curseur du risque, de la sécurité et de la liberté.**

Quid des **générations futures** (celles qui ont aujourd'hui 65 ans) par rapport à l'alimentation durable ? Il y aura probablement une **évolution positive vis-à-vis de l'alimentation durable** par rapport à la génération actuelle, une volonté peut-être plus forte d'afficher sa personnalité et ses idées. Le principal est de **rester vigilant** vis-à-vis des personnes fragiles et de **respecter leurs besoins nutritionnels**.

« Nous avons une position paradoxale vis à vis de l'alimentation quand on est omnivore : on est à la fois néophiles et néophobes »

Claude Fischler

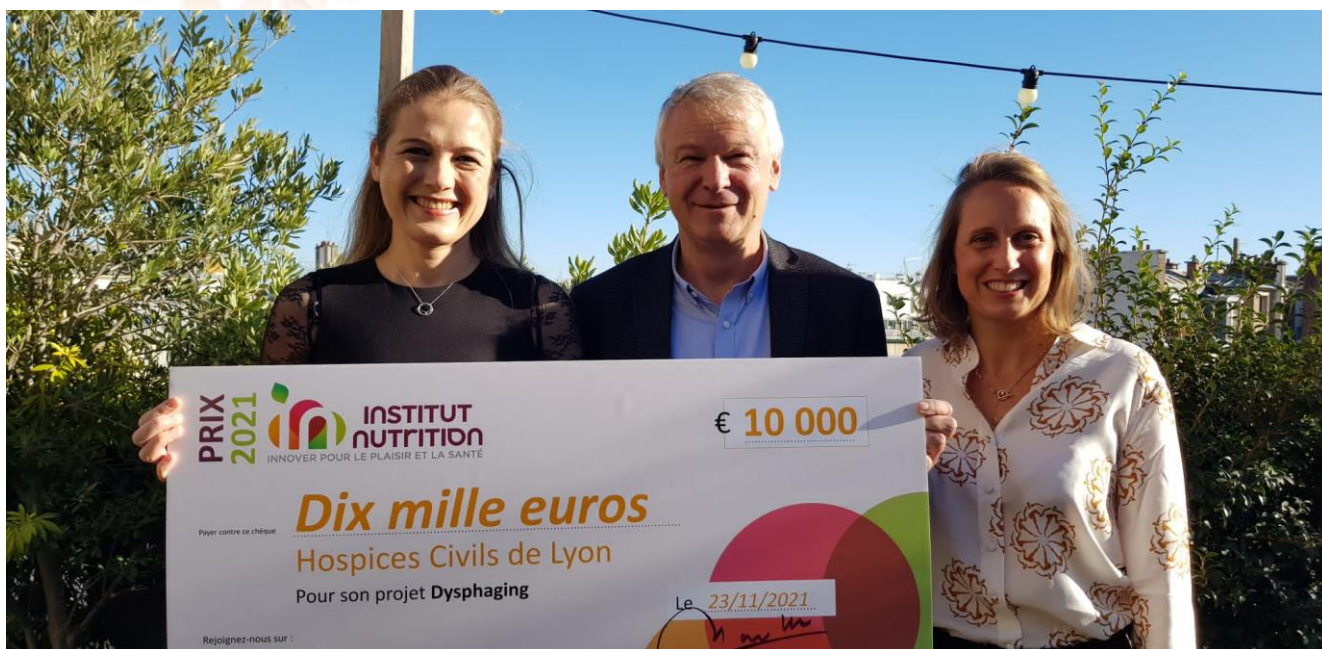
« Nous nous retrouvons avec un conflit de loyauté [...] on est toujours sur le curseur du risque, de la liberté et de la sécurité »

Aurélie Aulagnon

Pour la 2<sup>ème</sup> année consécutive, l'Institut Nutrition a lancé un **appel à candidatures** pour son Prix de l'Institut Nutrition d'une valeur de **10 000€**. C'est **Christophe Dassonville**, Fondateur de Restalliance et Président de l'Institut Nutrition, qui a eu l'honneur de remettre le prix aux lauréats.

Cette année, ce sont les **Hospices Civils de Lyon** qui ont remporté le prix, pour leur projet **Dysphaging : Étude de la faisabilité d'un parcours de dépistage et de prise en charge de la dysphagie sarcopénique chez des patients de plus de 70 ans pris en charge en secteur gériatrique ou institutionnel**.

Porté par la **Professeur Claire FALANDRY** et la **diététicienne Florie MAILLARD**, en partenariat avec le Groupe ACPPA, Dysphaging, est un véritable projet de **recherche-action**, il a pour objectif d'évaluer la faisabilité d'un parcours intégrant le **dépistage**, la **prévention** des complications, le **diagnostic** et la **rééducation** de la dysphagie sarcopénique au sein de la filière gériatrique et médico-sociale.



La **dysphagie sarcopénique**, qui correspond à une **perte de masse** et de force musculaire s'exprimant dans la **filière oro-pharyngée**, est **fréquente chez les sujets âgés fragiles** et s'accompagne de fausses routes et de complications sévères des poumons.

Comme nous l'a expliqué la Professeur Claire Falandry, l'enjeu de ce projet est de pouvoir **adapter la réponse nutritionnelle** des patients à la fois en termes qualitatifs et quantitatifs pour resolliciter la filière oro-pharyngée afin de la **protéger** mais également afin de ne pas maintenir des habitudes de modifications de textures alimentaires sur le long terme et éviter ainsi le cercle vicieux de la dénutrition. Leur perspective à plus long terme est de proposer un **score évaluant le risque dysphagique de chaque aliment**.



## Anne MOREAU

Déléguée Générale de l'Institut Nutrition, Diététicienne spécialisée en alimentation durable et Psychonutritionniste

Pour **clôturer ces 2<sup>èmes</sup> Rencontres**, Anne Moreau, Déléguée Générale de l'Institut Nutrition nous propose de retenir **3 lignes d'actions** à adopter pour **relever le défi d'une alimentation plus durable**.

### 1. Sensibiliser et former

Nous ne réussirons pas le pari de l'alimentation durable sans **apporter et injecter** dans les structures de **nouvelles connaissances** sur l'ensemble de la chaîne alimentaire. Les cuisiniers ont été au centre de nos débats mais il faut aussi **embarquer** avec nous les **chercheurs** pour apporter de nouvelles évidences scientifiques, les **professionnels de santé** pour faire évoluer les pratiques cliniques...mais également les **décideurs du monde politique et agricole** et les **agriculteurs** eux-mêmes, pour qu'ensemble nous apprenons à **produire une alimentation plus respectueuse du vivant**. C'est une **véritable invitation à la formation de tous**.

N'oublions pas toutefois **les consommateurs**, il nous faut avoir des professionnels convaincus capables d'embarquer des consommateurs gourmands car ce sont eux qu'il faut **placer au cœur du système alimentaire**.

### 2. Réapprendre à cuisiner

Il faut **se remettre en cuisine**, impérativement pour **gagner la bataille du goût** car c'est à ce prix-là que nous réussissons notre **transition alimentaire**. Aucun compromis sur les papilles n'est envisageable. **Cuisinons ensemble** pour **transmettre** et **apprendre** de nouveaux gestes et techniques culinaires. Mettons-nous au fourneaux avec et pour les **mangeurs fragiles** pour les rendre **plus autonomes**. Testons de nouvelles **associations culinaires** avec créativité et curiosité, à la **découverte de nouvelles saveurs**. Revisitons et **végétalisons nos recettes** traditionnelles ! **Bref : cuisinons !**

### 3. Se rassembler

Nous ne relèverons le défi de l'alimentation durable, qu'**ensemble** et en **repensant les enjeux de façon globale** pour innover et inventer l'alimentation de demain. L'enjeu est **systémique** et implique plein de **maillons différents**. Il faut **réfléchir collectivement** pour pouvoir avancer. **Ensemble nous allons plus loin**. Rassemblez-vous pour **stimuler l'intelligence collective** et collaborer véritablement pour **inventer l'alimentation durable de demain**, délicieuse et accessible à tous !





Pour suivre l'actualité des Rencontres de l'Institut Nutrition 2021

Suivez toutes nos actualités en vous inscrivant à notre  
Newsletter

Rejoignez nous sur les réseaux sociaux



**#RencontresIN2021**

**CONTACTS PRESSE**

Anne MOREAU  
Déléguée Générale de l'Institut Nutrition  
[a.moreau@institut-nutrition.fr](mailto:a.moreau@institut-nutrition.fr)  
Portable : 07 86 12 88 31

Houney TOURE VALOGNE  
Consultante RP Vivactis Public Relations  
[h.toure-valogne@vivactis-publicrelations.fr](mailto:h.toure-valogne@vivactis-publicrelations.fr)  
Portable : 06 10 80 72 96

