ATTRACTIVITÉ DES ALIMENTS ET CONSOMMATION ALIMENTAIRE CHEZ LES PERSONNES AGÉES SELON LEUR STATUT COGNITIF

par Virginie **Pouyet**[1]

Avec le vieillissement de la population, on observe une augmentation des pathologies neurodégénératives liées à l'âge dont la plus représentée et la plus connue est la démence de type Alzheimer. La maladie d'Alzheimer est une maladie incurable se caractérisant par une perte progressive des capacités cognitives comme la mémoire, le raisonnement ou encore le langage. On estime aujourd'hui que plus de 850 000 personnes en France souffrent de la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées, chiffre qui devrait atteindre 1,3 millions à l'horizon 2020 (Ankri, 2006) ; en faisant un problème sociétal majeur.
L'alimentation constitue un des piliers pour améliorer la prise en charge et la qualité de vie des personnes âgées souffrant de troubles cognitifs. Tout d'abord parce que pour ces sujets, pourtant à risque de dénutrition, l'état nutritionnel a une influence forte sur le niveau de dépendance et l'état de santé général du malade (Gillette-Guyonnet, Lauque, & Ousset, 2005). Ensuite, parce que l'alimentation reste bien souvent une des dernières activités de la journée et donc une des dernières sources de plaisir ; surtout à un stade avancé de la maladie (Manthorpe & Watson, 2003).

1. Objectif

L'étude de la consommation et des préférences alimentaires des personnes âgées s'est aujourd'hui largement diversifiée étant donnée l'importance du marché que représentent les personnes âgées dans le secteur alimentaire. En revanche, peu d'études s'intéressent spécifiquement aux personnes âgées souffrant de troubles cognitifs ; davantage considérés comme des biais potentiels à l'analyse. Pourtant, les troubles cognitifs et notamment ceux touchant les sens et la mémoire peuvent modifier la façon dont les aliments sont perçus, appréciés et consommés (V Pouyet, Giboreau, Cuvelier, & Benattar, 2013).
Ce travail de recherche avait donc pour objectif de mieux comprendre les déterminants de l'appréciation et de la consommation alimentaire chez les sujets âgés, en considérant le niveau de leur atteinte cognitive et en développant des méthodologies d'étude (Virginie Pouyet, Cuvelier, Benattar, & Giboreau, 2015a) et des solutions alimentaires adaptées. Il a été conduit conjointement entre le centre de recherche de l'Institut Paul Bocuse, l'UMR GENIAL AgroParisTech-INRA et la Société ORPEA dans le cadre d'une convention CIFRE.

2. Lien entre l'appréciation et la consommation alimentaire selon le statut cognitif

Une première lecture des résultats de ce travail apporte un éclairage sur les moteurs de la consommation alimentaire chez les personnes âgées souffrant de troubles cognitifs.

L'appréciation et la consommation alimentaire ont été mesurées au cours de différentes prises alimentaires en institution gériatrique. Les résultats de l'analyse des liens entre ces deux variables montrent que plus un aliment est apprécié et plus il est consommé, et ce quel que soit le niveau d'atteinte cognitive des sujets (troubles cognitifs sévères, modérés ou sans troubles cognitifs majeurs) (Virginie Pouyet, Cuvelier, Benattar, & Giboreau, 2015b).

Une autre étude a été conduite sur le manger-main, alimentation spécifique adaptée aux difficultés à reconnaitre et utiliser les couverts, observées notamment chez les patients atteints de la maladie d'Alzheimer. Cette étude montre que la modulation de certains paramètres de formulation et de présentation de manger-

[1] Chargée de projets scientifiques chez Nutrisens

mains influence les choix et la consommation chez des patients atteints de la maladie d'Alzheimer (V Pouyet, Giboreau, Benattar, & Cuvelier, 2014).

Ces résultats amènent finalement à la conclusion suivante : jouer sur l'appréciation pour un aliment via la modulation de ses propriétés sensorielles, reste une stratégie pour favoriser la consommation alimentaire, même chez des sujets souffrant de troubles cognitifs.

3. Facteurs d'attractivité des aliments selon le statut cognitif

Une question demeure : les facteurs conduisant à l'appréciation alimentaire sont-ils les mêmes chez des sujets souffrant ou non de troubles cognitifs ?

Une première étude réalisée sur la base d'entretiens individuels a permis de mettre en évidence que des facteurs sensoriels, liés à l'aliment (comme l'aspect visuel ou encore la flaveur) mais aussi des facteurs cognitifs, liés au sujet, ses habitudes ou encore ses souvenirs, participent ensemble à l'appréciation des aliments chez les personnes âgées sans troubles cognitifs (Virginie Pouyet, Giboreau, Cuvelier, & Benattar, 2015).

Sur la base de ces résultats, une seconde étude a permis d'évaluer l'influence d'un facteur sensoriel : la flaveur, sur la consommation alimentaire de sujets âgés vivant en institution. Cette étude montre que l'enrichissement en flaveur d'un aliment permet d'augmenter la consommation alimentaire, et ce quels que soient les troubles cognitifs des sujets (Virginie Pouyet, Cuvelier, et al., 2015b).

Une troisième étude a ensuite permis d'évaluer l'influence d'un facteur cognitif : la familiarité pour un plat, sur la consommation alimentaire de sujets âgés vivant en institution. Cette étude montre qu'un plat familier (ex : lapin sauce pruneaux) est davantage consommé qu'un plat non familier des personnes âgées (ex : la volaille sauce aigre-douce) chez les personnes sans troubles cognitifs majeurs. En revanche, le résultat contraire est observé chez les personnes souffrant de troubles cognitifs : la familiarité ne semble plus avoir d'influence sur l'appréciation et donc sur la consommation chez ces sujets.

4. Conclusions

Les résultats de ce travail de thèse montrent que les mécanismes perceptifs conduisant à l'appréciation et à la consommation alimentaire se trouvent altérés chez les personnes âgées souffrant de troubles cognitifs. En effet, les facteurs sensoriels apparaissent prépondérants face aux facteurs cognitifs dans les mécanismes conduisant à l'appréciation chez les personnes souffrant de troubles cognitifs, tels que ceux observés dans la maladie d'Alzheimer. En revanche, l'appréciation reste toujours un moteur de la consommation alimentaire.

Ces résultats soulignent la nécessité de prendre en compte les troubles cognitifs des sujets dans l'adaptation de l'offre alimentaire : l'alimentation doit rester une source de plaisir quels que soient l'âge et la maladie.

L'optimisation des propriétés sensorielles des aliments apparait comme un levier de la consommation alimentaire chez les sujets âgés quelles que soient leurs capacités cognitives. Alors que chez les sujets sans troubles cognitifs majeurs jouer sur des facteurs cognitifs, comme la familiarité pour un plat, favorise la consommation alimentaire, cette stratégie ne semble plus efficace chez les personnes âgées souffrant de troubles cognitifs.

Les résultats de ce travail de thèse suggèrent finalement que chez les sujets souffrant de la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées, jouer sur la stimulation sensorielle serait la solution la plus efficace pour améliorer l'appréciation et favoriser la consommation alimentaire (en jouant par exemple sur la complexité en flaveur ou sur les contrastes de couleur).

5. Perspectives

Par son prisme pluridisciplinaire, ce travail de thèse ouvre la voie vers une meilleure compréhension des besoins des personnes souffrant de déficits cognitifs. Sachant que plus d'un nonagénaire sur quatre souffre d'une pathologie neurodégénérative, ne plus considérer la présence de troubles cognitifs comme un facteur d'exclusion mais l'intégrer dans nos cadres théoriques et d'analyse devient essentiel. En s'intéressant à des patients dont la cognition fait défaut, ce travail amène également un éclairage sur les mécanismes de la prise alimentaire et en particulier sur l'influence de la mémoire sur nos comportements alimentaires. Ainsi ce travail de thèse propose au regard de ses différentes lectures de nouvelles pistes de recherche sur l'étude du comportement alimentaire chez les personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées.

Dans un second temps, ce travail de thèse apporte des pistes d'innovation pour les entreprises du secteur de l'agroalimentaire, de la diététique et de la santé. C'est dans ce sens que j'ai intégré le groupe Nutrisens, groupe français qui conçoit, produit et distribue des aliments répondant à des besoins nutritionnels spécifiques et s'attachant à faire du plaisir une composante du bien manger et du bien vieillir. Dans mes nouvelles fonctions de chargée de projets scientifiques ma volonté et de valoriser ces travaux de recherche à travers deux actions : l'accompagnement des professionnels de santé et de la diététique dans la mise en œuvre de stratégies de prise en charge nutritionnelle, et le développement d'une offre spécifique aux personnes âgées souffrant de la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

(1) ANKRI J., 2006. – Épidémiologie des démences et de la maladie d'Alzheimer. Bulletin Epidémiologique Hebdomadaire, **5-6**, 42–44.

(2) GILLETTE-GUYONNET S., LAUQUE S., et OUSSET P. J., 2005. – Nutrition et maladie d'Alzheimer. Psychologie & NeuroPsychiatrie Du Vieillissement, **3**, 35–41.

(3) MANTHORPE J. et WATSON R., 2003. – Poorly served? Eating and dementia. Journal of Advanced Nursing, **41**, 162–169.

(4) POUYET V., CUVELIER G., BENATTAR L., et GIBOREAU A., 2015a. – A photographic method to measure food item intake. Validation in geriatric institutions. Appetite, **84**, 11–9.

(5) POUYET V., CUVELIER G., BENATTAR L., et GIBOREAU A. 2015b. – Influence of flavour enhancement on food liking and consumption in older adults with poor, moderate or high cognitive status. Food Quality and Preference, **44**, 119–129.

(6) POUYET V., GIBOREAU A., BENATTAR L. et CUVELIER G., 2014. – Attractiveness and consumption of finger foods in elderly Alzheimer's disease patients. Food Quality and Preference, **34**, 62–69.

(7) POUYET, V., GIBOREAU, A., CUVELIER, G. et BENATTAR, L., 2013. – Perception, préférences et consommation alimentaires chez les personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer. Cliniques, **2**, 217–232.

(8) POUYET V., GIBOREAU A., CUVELIER G. et BENATTAR L., 2015. –. Les préférences culinaires des personnes âgées vivant en institution : facteurs d'appréciation sensoriels et cognitifs. Cahiers de Nutrition et de Diététique, *In press*.