

## **Gastronomie Holistique® et diète-éthique**

« Le plaisir de la table est de tous les âges, de toutes les conditions, de tous les pays et de tous les jours » A.Brillat-Savarin

Sabine Soubielle, directrice, formatrice, de l'Institut Gineste-Marescotti Restauration

### **RÉSUMÉ**

Les derniers constats concernant le statut nutritionnel des adultes très âgés en situation de dépendance sont préoccupants. Les dernières recommandations invitent les professionnels des établissements d'accueil à promouvoir une alimentation plaisir répondant aux désirs des usagers quels que soient leurs âges et leurs difficultés.

Cependant, la dénutrition n'est pas qu'une affaire d'aliments. Avec le concept de Gastronomie Holistique® et en lien direct avec la Philosophie de l'Humanité®, je vous invite à découvrir une vision originale de la restauration et du plaisir autour de la table en collectivité.

En institution, un nombre important d'âgés en situation de dépendance sont dénutris. Pourquoi, malgré les efforts des professionnels de l'alimentation et de la nutrition qui agissent en prévention, surveillance et prise en charge, les personnes accueillies continuent-elles à souffrir de dénutrition ?

Je vous propose une approche différente, la **Gastronomie Holistique ®**, qui a fait ses preuves dans les établissements qui ont mis en place la **Philosophie de l'Humanité®** et qui permet la quasi suppression de la dénutrition.

L'acte de manger est souvent réduit à « protides, glucides, lipides, calories ». Et si nous parlions du PLAISIR ? Manger est une nécessité vitale ; cet acte est à juste titre classé dans les besoins fondamentaux, ceux dont on ne peut se passer, inhérents à tout être vivant, végétal, animal ou humain. Il s'agit, par cet acte banal, répété plusieurs fois dans la journée d'ingérer ce que l'on ne peut produire et en tirer les bénéfices attendus sur les fonctions vitales, la santé physique et psychique ; tout au long de la vie.

Cependant l'alimentation de l'humain est spécifique par le plaisir de manger dans ses dimensions affective, organisationnelle, sociale et symbolique. Le plaisir est une émotion nécessaire à l'accomplissement de cet acte, et nous savons maintenant que l'évolution a mis en place dans notre cerveau des régions dont le rôle est de « récompenser » l'exécution des fonctions vitales par une sensation agréable. La quête hédonique n'est donc pas un vain mot, c'est une réalité physiologique, l'Homme est un gastronome.

Cet acte fondamental, porteur de l'identité personnelle dans l'identité collective, est aussi synonyme d'altérité et de convivialité par l'offrande et le plaisir partagé.

## Le repas est une des expressions des liens d'Humanitude.

Qu'en est-il des adultes âgés, dépendants, parfois désorientés, accueillis dans les établissements ?

Il faut en finir avec l'idée reçue que la vieillesse est cause de dénutrition.

La fragilité des très âgés les entraîne parfois dans la dépendance, laquelle les expose au risque de dénutrition, qui aggravera à son tour la dépendance puis la dénutrition, dans une spirale bien connue.

**La Gastronomie Holistique®**, propose une gestion de la dépendance dans le secteur de l'alimentation ; son objectif principal est de fabriquer du désir et du plaisir, donner l'eau à la bouche, faire saliver les consommateurs.

Nous savons que la nutrition s'améliore quand la qualité de la restauration respecte trois axes principaux qui sont : les aliments, l'environnement proche des aliments, l'environnement général du repas.

- Améliorer les aliments et satisfaire les goûts de chacun en travaillant les recettes, le choix et la qualité des produits : la cuisine collective est soumise à des contraintes, cependant les produits authentiques peuvent être cuisinés, tout en respectant les règles d'hygiène inhérentes à la production.

La présentation du repas dans l'assiette, les couleurs, les parfums, la texture et l'aspect sont autant de critères à exploiter pour rendre la nourriture appétissante.

- Le deuxième axe nous montre l'importance de l'environnement proche des aliments :

- l'ordonnancement logique (les plats seront servis dans une chronologie culturelle et attendue : entrée, plat principal, dessert), à une température adaptée ;

- une présentation soignée et facilitante est nécessaire. Celle-ci donne plaisir et maîtrise. Elle concerne la vaisselle : les assiettes (qui accepterait de manger tous les jours dans une assiette en plastique ?), les couverts (des couteaux qui coupent), la verrerie et le linge de table (serviettes, nappe..) qui apportent confort et plaisir visuel.

- Le troisième axe concerne l'environnement général du repas : les lieux de restauration doivent être étudiés dans toutes leurs composantes : taille, situation dans l'établissement, mobilier adapté, éclairage suffisant, ambiance sonore étudiée, assise confortable.

Mais le service a aussi son importance : attitude, présentation et professionnalisme des personnels de service, mais surtout disponibilité et amabilité sont des qualités très attendues. La qualité de l'accompagnement en restauration est extrêmement dépendante des organisations et de la philosophie de soin de l'établissement.

Nous savons que nourrir des personnes souvent en grandes difficultés, de façon collective et en tenant compte des goûts et des rythmes de chacun, avec des budgets parfois limités, avec des équipes de formations et de cultures différentes, soumises à des contraintes qui parfois s'opposent, s'avère extrêmement complexe.

## C'est pourquoi nous avons appelé notre approche de la restauration « la Gastronomie Holistique ® »

Elle repose sur une analyse gastronomique systémique, une vision holistique, et propose une autre perception du repas par tous les acteurs institutionnels. Pour identifier et mettre en lien tous les systèmes en interaction dans le lieu de vie et ses valeurs de référence, la gastronomie holistique propose une démarche de travail sur une approche de six systèmes identifiés, les 6A .

Grâce à cette approche, nous pensons pouvoir faire baisser la dénutrition voire la faire disparaître.

**Pour en savoir plus : [www.igm-restauration.com](http://www.igm-restauration.com)**



Sabine Soubielle est directrice de l'IGM Restauration et formatrice, infirmière, nutritionniste, diplômée « cuisinière en collectivité ». Sa formation initiale s'est enrichie au fil de ses choix professionnels d'un diplôme de conseillère en nutrition, d'un DU de nutrition, d'un DU de gérontologie et d'un diplôme de naturopathie appliquée.

Depuis 2007 suite à sa rencontre avec Yves Gineste et Rosette Marescotti et dans une démarche évidente, elle s'est dédiée à la formation des équipessoignantes à la Méthodologie de soin Gineste-Marescotti® dite Humanitude.

Le mémoire de son DU d'Alzheiméologie, consacré à la dénutrition des adultes âgés en Ehpad, l'a amenée à réfléchir sur les difficultés rencontrées par les soignants au moment des repas, particulièrement avec les personnes désorientées. L'IGM Restauration a pour vocation la formation des équipes de soin à une approche nouvelle du repas, la Gastronomie Holistique®.