

# Projet



## Atelier

### Support nutritionnel

Le support nutritionnel est une partie intégrante du traitement lorsque l'enfant ne parvient plus à combler ses besoins en énergie et nutriments.

Certaines astuces peuvent faciliter l'acceptation du support nutritionnel.

Lorsqu'autorisé par l'équipe médicale, il est souhaitable de continuer à présenter des aliments à l'enfant.

#### Soutien nutritionnel oral:

(ex : Pediasure, Boost, Ensure, Ressource)

- ❖ Qu'est-ce que c'est ? Liquides nutritifs ou poudre de protéines conseillés par la nutritionniste.
- ❖ Quand ? Lorsque l'appétit est diminué.
- ❖ La meilleure façon de l'intégrer :
  - L'ajouter graduellement et en petites quantités à la fois dans les mets habituels de l'enfant.
  - Servir froid pour augmenter l'acceptabilité du produit.
  - Tenter certaines recettes présentes sur les sites web des compagnies de suppléments oraux.
- ❖ L'atelier sur l'Enrichissement des mets propose des trucs supplémentaires.

#### Soutien nutritionnel entéral:

- ❖ Qu'est-ce que c'est ? C'est un traitement nutritionnel et cela consiste en un liquide (la solution entérale) qui contient tous les éléments nutritifs nécessaires et qui est adapté au système digestif. On l'administre par une sonde nasogastrique la plupart du temps. La sonde nasogastrique est un petit tube qui passe du nez vers l'estomac.
- ❖ Quand ? Lorsque l'enfant perd du poids, que ses apports en nutriments sont insuffisants. Il ne couvre plus ses besoins nutritionnels malgré ses efforts pour se nourrir. Le but est d'améliorer ou de maintenir un état nutritionnel adéquat.
- ❖ Combien de temps cela dure ? Il pourra être retiré dès que l'enfant sera capable de manger suffisamment pour couvrir ses besoins.
- ❖ Comment cela fonctionne ? Un sac contenant la solution entérale est suspendu près de l'enfant. Une pompe envoie lentement le liquide par la sonde, directement dans le système digestif de l'enfant. La nutritionniste s'assure que cela soit fait progressivement.

#### Soutien nutritionnel parentéral:

- ❖ Qu'est-ce que c'est ? C'est un traitement nutritionnel qui est administré directement par voie intraveineuse.
- ❖ Quand ? Lorsque le système digestif de l'enfant doit être mis au repos ou qu'il n'est pas possible d'utiliser la nutrition entérale.
- ❖ Combien de temps cela dure ? La durée dépend de la reprise des fonctions normales du système digestif. L'équipe médicale et la nutritionniste de votre enfant pourront vous informer sur la possibilité de prise alimentaire ou non, selon son état et sa condition.

#### Rappelez-vous que :

- ❖ L'acceptation peut être plus facile si vous présentez la sonde à l'enfant dans un **contexte non stressant**, par exemple avec un toutou ou une poupée.
- ❖ La nutrition entérale et parentérale **ne doit pas représenter une punition ou un échec** pour l'enfant. Cela réduit entre autres le stress entourant la prise alimentaire.
- ❖ Le support nutritionnel favorise une **bonne récupération du corps** entre les traitements.
- ❖ Avec l'autorisation de l'équipe médicale, offrir à votre enfant les aliments dont il a envie. Le support nutritionnel est un complément aux aliments que votre enfant mange. Cela peut réduire la pression qu'il ressent pour manger et donc rendre les repas plus agréables.

# Les recettes en vedette

## Smoothie

 2 portions  
 10 minutes

### Ingrédients :

- ½ grosse carotte, pelée et coupée en rondelles
- ½ banane
- 1 tasse ananas en morceaux
- 1 c. à thé gingembre râpé
- 2 c. à soupe poudre de lait écrémé
- 2 c. à soupe germe de blé grillé
- 1 tasse lait
- 2 c. à soupe jus d'orange ou autre agrume

### Méthode:

1. Déposer les rondelles de carotte dans un bol avec un peu d'eau. Les faire cuire environ 2 minutes au micro-ondes pour les ramollir. Plonger les rondelles de carotte dans l'eau froide pour les refroidir et égoutter.
2. Déposer tous les ingrédients dans le récipient du mélangeur.
3. Actionner le mélangeur à la vitesse la plus élevée et laisser en marche jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

### Légende :

1 c. à thé :	5 ml	1/2 tasse :	125 ml
1 c. à soupe :	15 ml	3/4 tasse :	175 ml
1/4 tasse :	60 ml	1 tasse :	250 ml
1/3 tasse :	75 ml		

## Frittata

 6 portions  
 40 minutes

### Ingrédients :

- 1 oignon haché
- 1 pomme de terre moyenne, coupée en fines tranches
- 1 c. à soupe huile d'olive
- ½ tasse jambon en cubes
- 1 tasse épinards
- 8 œufs
- ½ tasse lait
- ½ tasse poudre de lait écrémé
- ½ tasse cheddar fort râpé
- Poivre et sel

### Méthode:

1. Préchauffer le four à 400°F (200°C).
2. Dans une poêle, faire cuire les oignons et les tranches de pomme de terre dans l'huile environ 10 minutes à feu doux, en brassant régulièrement. Ajouter les épinards et les cubes de jambon et continuer la cuisson 2 minutes.
3. Transvider le contenu de la poêle dans un plat en pyrex allant au four.
4. Dans un bol, mélanger les œufs, le lait, le lait en poudre et le cheddar. Saler et poivrer au goût.
5. Ajouter le mélange d'œufs sur la préparation chaude dans le plat de pyrex.
6. Enfourner environ 30 minutes ou jusqu'à ce que le mélange d'œufs soit cuit.

Pour plus d'informations sur l'horaire des ateliers, contactez-nous au (514) 345-4931 p.5745

 Centre de recherche  
CHU Sainte-Justine  
Le centre hospitalier  
universitaire mère-enfant

 IGA

 CHU Sainte-Justine  
Le centre hospitalier  
universitaire mère-enfant

 Université  
de Montréal

 Université  
de Montréal

 Fondation  
Charles-Bruneau

 Fondation  
CHU  
Sainte-Justine