



## **Déclin sensoriel : impacts et enjeux**

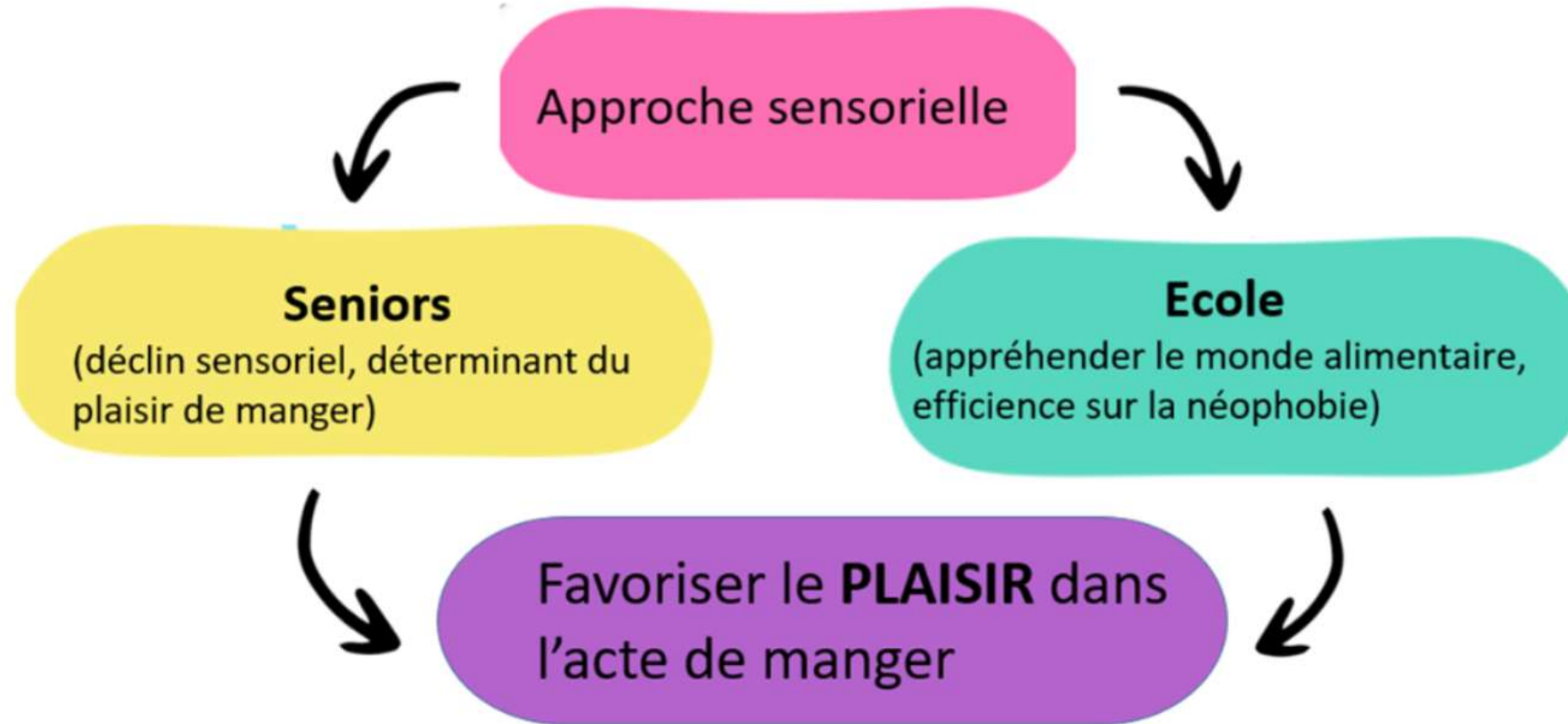
Spotlight GERONTOLOGIE CH

«Les personnes âgées à table» - 21.05.26

Pauline Solioz, Diététicienne ASDD

[www.senso5.ch](http://www.senso5.ch)

# L'expertise de la Fondation Senso5



# Déclin sensoriel



#8

LE GOÛT ET L'ODORAT

GERUCHS- UND GESCHMACKSSINN

# Déclin sensoriel et plaisir de manger

*«Quand les sens s'émeussent, l'appétit s'éteint.»*

Acte alimentaire : se nourrir – se réunir – **se réjouir**

**Le plaisir est un déterminant clé de l'alimentation**

# Un phénomène fréquent mais invisible

*Le déclin sensoriel est progressif, silencieux et sous-évalué*

- Vieillesse physiologique
- Pathologies
- Médicaments
- Santé bucco-dentaire



# Conséquences concrètes dans l'assiette

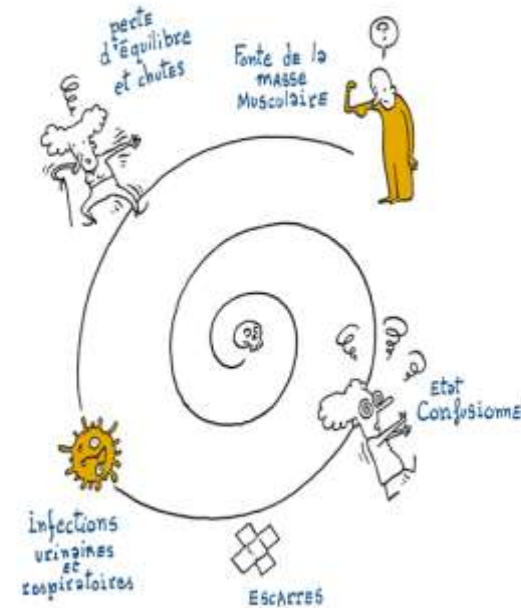
*“Ça n’a pas de goût” : une plainte fréquente*

- Désintérêt pour les repas
- Rejet de certains aliments
- Diminution des quantités
- Recherche de sel / sucre
- Perte de confiance / autonomie alimentaire



# Moins de plaisir = plus de risques

- Dénutrition
- Perte d'autonomie
- Fatigue
- Isolement social



*Le plaisir de manger est un levier de prévention*

# Leviers et conseils pratiques



# Dans l'assiette

*Stimuler les (autres) sens*

- Couleurs contrastées
- Épices et herbes
- Textures variées
- Température adaptée
- Personnalisation



# Autour du repas

*L'environnement fait partie du repas*

- Présentation
- Ambiance calme
- Temps du repas
- Convivialité et Partage



# Take Home Message

*Redonner du plaisir à manger, c'est redonner envie de vivre le repas*



# Ressources

- Site de la fondation Senso5 : [www.senso5.ch](http://www.senso5.ch)  
✓ *Astuces, recettes, vidéos, quizz*
- La Société Suisse de Nutrition SSN : [www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch)
- OSAV - Brochures sur les aliments et la nutrition : <https://www.blv.admin.ch>  
(rubrique aliments et nutrition/publications et recherches/brochures)
- Repérage des déficiences sensorielles et accompagnement des personnes qui en sont atteintes dans les établissements pour personnes âgées. **ANESM. 2017.**  
**deficience\_resi\_aut\_230117.pdf (has-sante.fr)**

# Bibliographie

- Smith, R., Bryant, L., Reddacliff, C., et al. (2022). A review of the impact of food design on the mealtimes of people with swallowing disability who require texture-modified food. *International Journal of Food Design*, 7(1), 7–28. [https://doi.org/10.1386/ijfd\\_00034\\_1](https://doi.org/10.1386/ijfd_00034_1)
- Van Wymelbeke, V., Sulmont-Rossé, C., Feyen, V., Issanchou, S., Manckoundia, P., & Maître, I. (2020). Optimizing sensory quality and variety: An effective strategy for increasing meal enjoyment and food intake in older nursing home residents. *Appetite*.
- Sulmont-Rossé, C. (2022, novembre). Troubles du goût et de l'odorat chez les seniors. *Journées Francophones de Nutrition (JFN)*, Toulouse, France. <https://hal.science/hal-03882818>
- Caumon, E., & Sulmont-Rossé, C. (2010). *Impact de l'âge sur le traitement cognitif de stimulus chimiosensoriels alimentaires*. INRA.
- Covelet, R. (2007). Prendre enfin conscience des enjeux des déficits sensoriels des personnes âgées. *Gérontologie et société*, 123(4), 249–? <https://doi.org/10.3917/gs.123.0249>
- Sulmont-Rossé, C., Divert, C., Laghmaoui, R., Crema, C., & Van Wymelbeke, V. (2013). *Permettre aux seniors dépendants de se réappropriier le repas*. INRA. <http://departements.inra.fr/deptunite2/Les-recherches/Alimentation-et-vieillessement/reappropriation-repas>
- Sulmont-Rossé, C., Issanchou, S., Amand, M., & Maître, I. (2015). Age, dépendance et capacités chimio-sensorielles. *Aupalesens*.
- Van Wymelbeke, V., Amand, M., Sulmont-Rossé, C., & Maître, I. (s. d.). État nutritionnel, capacités fonctionnelles et dépendance. *Aupalesens*.
- Descamps, M. (2015). *Évolution de la perception sensorielle et vieillissement*. Formation AFDN, Colmar.
- ANESM. (2016). *Repérage des déficiences sensorielles et accompagnement des personnes qui en sont atteintes dans les établissements pour personnes âgées*.
- Divert, C., Laghmaoui, R., Crema, C., Issanchou, S., Van Wymelbeke, V., & Sulmont-Rossé, C. (2015). Improving meal context in nursing homes: Impact of four strategies on food intake and meal pleasure. *Appetite*, 84, 139–147.