CANCÉROLOGIE

ProInfosCancer
Portail d'information
des acteurs de santé ville-hôpital

en Paca et Corse

FAQ : questions sur la nutrition pendant les traitements anti-cancéreux

Groupe expert régional
SUD Paca Corse
NUTRITION & CANCER
SOINS DE SUPPORT

Questions/réponses sur la nutrition

QUESTIONS PATIENTS	REPONSES D'UN REFERENT DIETETIQUE
1 - Je n'ai pas faim pendant mes chimiothérapies. Si je ne finis pas un repas, **quels aliments dois-je privilégier ?**	**Vous devez privilégier une alimentation riche en pro** **de poids, la perte de masse musculaire (réserve de** **marquée. Mais ceci doit se faire sans altérer votre p** > **Des apports quotidiens en protéines proches d** **actuel*) permettent de limiter la fonte musculair** > **Des apports de protéines au-delà de 1,5 g/kg n** > **Un apport suffisant en énergie est aussi indisp** poids* et par jour. ***(*en cas d'obésité les apports*** ***fonction d'un poids correspondant à un IMC entr*** À titre d'exemple : - 2 œufs brouillés (100 g) : 180 kcal/11g de protéines - Fromage blanc 20% (100 g) : 80 kcal/8g de protéine - 1 tranche de jambon de Paris (50 g) : 60 kcal/10g d - 1 steak grillé (100g) : 148 kcal/22g de protéines
2 - Que dois-je faire en cas de **diminution ou de perte d'appétit ?**	**En cas de diminution ou perte d'appétit (anorexie), il** ○ > **Fractionner les repas (5 ou 6 petits repas ou c** ○ > **Ne pas hésiter à grignoter et à manger ce qui v** ○ > **Enrichir l'alimentation en calories (gras) et pro** Rajouter beurre ou crème fraîche aux purées Rajouter huile d'olive ou gruyère râpé aux pâte Rajouter de la poudre de protéines dans les e purées

Groupe expert régional
SUD Paca Corse
NUTRITION & CANCER
SOINS DE SUPPORT

> Composer de jolis plats (l'appétit vient aussi d
> Manger autant que possible accompagné. La c
stimulante
> Garder une activité physique (au moins 30 min
votre état vous le permet.

Le conseil diététique est un préalable obligatoire ava
[illegible] tion 12)

Questions/réponses sur la nutrition

Quelques "trucs" pour l'enrichissement de l'alimentation :	Conseils pour enrichir votre alimentation Brochure Comité de Ligue contre le Cancer 06 - CLAN CHU Nice - Centre Antoine Lacassagne Nice
3 - Que me conseillerez-vous pour **améliorer mes troubles du goût ?**	**En cas de troubles du goût, il est conseillé :** > **Diminution du goût (hypogueusie) :** Choisir des aliments au **goût plus marqué** (fru Rajouter du **sel**, des **épices** > **Goût désagréable dans la bouche (métallique, iatrogène** Il n'existe pas de recommandation particulièr aliments qui vous semblent atténuer cette se (**aliments gras ou sucrés**, par exemple) Dans tous les cas : o > **Entretenir une hygiène buccodentaire optimale** o > **Recommander l'arrêt du tabac**
4 - Que dois-je manger en cas de **nausées-vomissements ?**	**En cas de nausées-vomissement, il est conseillé :** o > **Fractionner** les repas o > Privilégier les **repas froids ou à température ar** nordique, salades, produits laitiers frais, …) o > Éviter de manger dans un lieu où est (ou a été) pas être incommodé par l'odeur des aliments o > Éviter les plats **trop épicés, trop gras, trop sucr** o > Boire des sodas
5 - Que dois-je manger **en cas de mucite ?**	**En cas de mucite, il est conseillé :** > **Fractionner** les repas > Privilégier les **repas froids** (assiette anglaise ou laitiers frais, …) > Prendre des **boissons fraîches** et plutôt **à la pa** Éviter les plats trop chauds et les aliments secs ou f
7 - Comment dois-je prendre mes **compléments nutritionnels oraux (CNO) ?**	**La prescription des CNO doit :** > Etre précédée d'une **évaluation de l'état nutritio** > Etre **expliquée au patient** et présentée comme > Etre associée à des **objectifs clairs** et une duré > Tenir compte des goûts des patients (formes e > De la prescription de conseils pratiques > Etre **évaluée** (tolérance, observance, efficacité)

Questions/réponses sur la nutrition

	es CNO ne remplacent pas les repas* > Servir frais (4°C) pour les sucrés > Agiter le berlingot ou la bouteille avant de le co > Consommer selon sa préférence, à la paille, à l > Les répartir à distance des repas (minimum 90 ou en collation du soir > Varier les arômes et les textures (discuter avec CNO) > Changer de gamme avant d'être lassé (sucrés > Le CNO peut être mélangé à son potage habitu * Ingesta : apports alimentaires spontanés
8 - Existe-t-il des traitements pour **stimuler mon appétit ?**	**Oui, certains médicaments peuvent ponctuellement sont appelés orexigènes. Mais ils doivent être utilis médecin qui doit en évaluer les contre-indications é** Deux types de médicaments ont montré leur efficac cancérologie: > Les corticoïdes à la dose de 0,5 à 1 mg/kg/jour > Les progestatifs de synthèse (acétate de mége médroxyprogestérone). Ces traitements ne doivent pas être utilisés, dans ce semaines. Raynard B, Desport JC. . In : Cano N, Barnoud D, Schneider S, et al. T 3e édition. Springer Eds, Paris, 2008. p761-p768
9 - La nutrition artificielle que vous venez de me prescrire va-t-elle me couper le peu d'appétit qu'il me reste ?	**L'apport d'énergie et de protéines par voie entérale une diminution de l'appétit. Cependant, plus votre ét plus vos troubles de l'appétit se corrigeront.** Il faut donc : **Adapter** le support nutritionnel artificiel à ce que vou **régulièrement vos ingesta*** Proposer, en particulier à domicile, que cette nutritio nuit (**nutrition cyclique nocturne**), afin de vous laisse journée. * Ingesta : apports alimentaires spontanés

CONCLUSION

Le rôle de la diététicienne est central dans cette prise en charge :

> Évaluation des goûts, des difficultés d'alimentation, des ingesta et de l'état nutritionne
> Motivation au plaisir de l'alimentation
> Information sur les enjeux de l'alimentation
> Adaptation de l'alimentation
> Enrichissement de l'alimentation
> Aide à la prescription des CNO

Dernière mise à jour le 16 juillet 2019