

# FICHE ALERTE PRÉVENTION DÉNUTRITION POST COVID

**Les patients COVID sont à haut risque de dénutrition.**

**La dénutrition doit être systématiquement prévenue, recherchée, diagnostiquée et traitée par un accompagnement pluridisciplinaire :**

**Médecin/ Diététicien/ Kiné – Enseignant Activité Physique Adaptée/ Psychologue**

## MÉCANISME DÉNUTRITION COVID

Ces besoins doivent être compensés par une augmentation d'apports alimentaires, source d'énergie et de protéines

Fiche ④

COVID →  
augmentation des besoins en énergie et en protéines de l'organisme (hypercatabolisme)

**Freins à s'alimenter** de façon adaptée à ses besoins en énergie et en protéines :  
difficultés à mâcher, à avaler, douleurs, risque d'avaler de travers (troubles de la déglutition) surtout après une intubation (séjour en réa.)

Perte d'appétit :  
difficultés à s'alimenter/ à respirer,  
perte d'odorat, perte du goût, toux, stress  
+/- diarrhées/ nausées/ vomissements

L'organisme est fragilisé, moins capable de se défendre face aux maladies

Fonte massive des muscles (sarcopénie) →  
fatigabilité accrue  
perte de la mobilité (à cause de la diminution de la fonction musculaire)

Fiche ⑤

**Dénutrition = vraie maladie**

COVID + Dénutrition →  
aggravation maladies chroniques existantes, augmentation durée d'hospitalisation et du risque de décès

Fiches ① et ②

Patients touchés par les formes graves de COVID

=

Patients déjà à risque de dénutrition : Plus de 65 ans, maladies cardiaques, pulmonaires, rénales, diabète, obésité, cancers, déficits immunitaires...

Fiche ③

# FICHE ① COVID : ENCORE MÉCONNU, DÉNUTRITION : PEU RECONNUE PARLEZ-EN POUR ALLER MIEUX !



Coronavirus : les mystérieux troubles persistants chez certaines personnes atteintes par le Covid-19  
« Après une infection sévère ou non par le nouveau coronavirus, certains patients restent très fatigués et essoufflés. Des troubles persistants encore mal connus, que les médecins sont en train d'explorer. » - Le Monde 30 mai 2020 -

*J'ai eu le COVID, suis-je dénutri ?  
Comment le savoir ?  
J'en parle à mes soignants pour  
faire le point, surveiller l'évolution  
et voir que faire pour aller mieux*

Beaucoup de patients COVID sont rentrés directement chez eux après un séjour à l'hôpital. A domicile, beaucoup n'ont pas été testés COVID. Déjà en temps normal, 40% des patients sortent de l'hôpital dénutris. Et, selon la HAS, seul un faible pourcentage de patients dénutris est identifié et reçoit un support nutritionnel.

Chez les personnes en situation d'**obésité, de surpoids**  
**⚠** La perte de poids liée au COVID est **GRAVE ⚠**  
 car = dénutrition, souvent importante et méconnue !  
 → alertez votre médecin !  
  
 Si chirurgie de l'obésité : contactez votre centre référent

- continuez les vitamines
- continuez le suivi post chirurgie bariatrique

*Suite au COVID, et à mon hospitalisation, je n'ai plus envie de rien, je me sens inutile, triste, je pleure, j'ai peur de mourir, de me retrouver seul, je dors mal, je revis « en direct » ce que j'ai vécu à l'hôpital »*  
 → Je souffre peut-être de **dépression ou d'état de stress post traumatique**  
 J'en parle à mon médecin  
 → Écoute Santé COVID :  
 01 41 83 42 75



L'épisode COVID et/ou le passage à l'hôpital/ en réa, peut être responsable d'un état de **stress post traumatique**, de troubles de l'humeur/ dépression et entrainer une perte d'appétit. Une prise en charge psychologique doit pouvoir être proposée à tout moment.