

“ Alzheimer : quels liens entre nutrition et cognition ? ”

L'Alzheimer est une maladie neurodégénérative qui touche principalement nos aînés. Elle concerne aujourd'hui plus de 900 000 personnes diagnostiquées en France et chaque année, 225 000 nouveaux cas seraient recensés. Si les personnes atteintes sont souvent des personnes âgées (presque 15% des plus de 80 ans), elle peut également toucher des patients « plus jeunes » : en effet, la Fondation Recherche Alzheimer estime à 33 000 le nombre de patients de moins de 60 ans atteints par cette pathologie.

NUTRISENS

L'Alzheimer est caractérisée par l'**amnésie**, « la perte partielle ou totale de la mémoire » ; par l'**agnosie**, « les troubles de la reconnaissance des visages, des objets, des sons ou goûts » ; par l'**aphasie**, « la perte de la faculté de s'exprimer ou de comprendre le langage » et enfin par l'**apraxie**, « la difficulté à effectuer des gestes concrets »

Le nombre de malades devrait doubler d'ici 2050 mais certains chercheurs considèrent qu'**1 cas sur 3** pourrait être évité grâce à une **prévention adaptée**. L'une des facettes de la prévention : **avoir une alimentation saine**. C'est dans ce contexte qu'intervient le **Groupe Nutrisens, acteur expert de la nutrition santé**, qui estime en effet que la **nutrition joue un rôle indéniable dans le maintien des fonctions cognitives du patient**.

Avoir un régime alimentaire varié



Il est aujourd'hui bien établi qu'il existe un **lien entre nutrition et cognition** et particulièrement que le mode alimentaire méditerranéen (source d'oméga 3, fibres et antioxydants) chez la personne âgée joue un rôle dans le maintien ou le déclin de ses fonctions cognitives.

Le réseau d'ambassadeurs de Nutrisens conseille ainsi régulièrement, via la **plateforme NutriD**, les personnes atteintes de cette pathologie afin de leur indiquer les conseils adaptés à leurs conditions physiques et physiologiques. À noter que les sujets avec les meilleures performances cognitives sont aussi ceux dont l'IMC, le poids et la masse maigre sont les plus élevés.

Présence de troubles cognitifs, facteur de dénutrition

Il est enfin possible de considérer la relation de cause à effet entre nutrition et cognition dans l'autre sens : la présence de troubles cognitifs, associés à des maladies neurodégénératives, est un facteur de risque de dénutrition chez la personne âgée. **Il faut ainsi retenir que le risque de dénutrition s'accroît avec l'évolution de la maladie d'Alzheimer.**



Nutrisens a donc identifié des pistes pour développer des **produits s'adressant spécifiquement aux patients atteints de troubles cognitifs et a développé une large gamme complète « manger-main »** : **Nutrimain** qui met l'accent sur l'apport nutritionnel, les textures, le goût, la préhension et la facilité de déglutition.

Elle se présente sous la forme de bouchées fraîches pouvant être facilement attrapées avec les mains sans risques de casser, de fondre ou de glisser entre les doigts. **Elle procure un apport nutritionnel complet et un regain d'autonomie aux patients.**