

L'IMPORTANCE DU MAINTIEN DE LA MASSE MUSCULAIRE

LES MUSCLES REMPLISSENT DES FONCTIONS STRUCTURELLES ET MÉTABOLIQUES ESSENTIELLES¹

FONCTIONS STRUCTURELLES

Force et puissance
Mobilité
Posture et équilibre



FONCTIONS MÉTABOLIQUES

Régulation de la glycémie
Production et stockage de glutamine
Stockage de protéines et de glycogène

CONSÉQUENCES DE LA PERTE DE MASSE MUSCULAIRE ET DE FORCE²

AUGMENTATION

- Morbidité
- Mortalité
- Durée des hospitalisations
- Complications

RÉDUCTION

- Mobilité
- Indépendance
- Rétablissement
- Qualité de vie
- Congé de l'hôpital

UNE INTERVENTION CIBLANT L'ALIMENTATION ET L'EXERCICE PEUT AUGMENTER LA MASSE MUSCULAIRE, LA FORCE ET LES CAPACITÉS FONCTIONNELLES, ET AMÉLIORER LES RÉSULTATS DES TRAITEMENTS³

DÉPISTER LE RISQUE NUTRITIONNEL



- Soins aigus : Outil canadien de dépistage nutritionnel (OCDN)
- Outil de dépistage universel de la malnutrition (*Malnutrition Universal Screening Tool*, MUST)
- Mini évaluation nutritionnelle (*Mini Nutritional Assessment*, MNA)

ÉVALUER L'ÉTAT NUTRITIONNEL; MESURER LA MASSE, LA FORCE ET LA CAPACITÉ MUSCULAIRES



- Évaluation globale subjective (ÉGS)
- Outil d'évaluation SARC-F*
- Tests de la fonction musculaire, p. ex., vitesse de marche, SPPB (*short-performance physical battery*), TGUG (*timed get-up-and-go*)
- Mesures de la masse musculaire, p. ex., analyse d'impédance bioélectrique, absorptiométrie biphotonique aux rayons X (DEXA), tomodensitométrie

METTRE EN ŒUVRE DES STRATÉGIES D'INTERVENTION



SOUTIEN NUTRITIONNEL⁴ : teneur adéquate en calories et forte teneur en protéines

SUPPLÉMENTS NUTRITIONNELS ORAUX (SNO)⁴ renfermant des ingrédients spécialisés (p. ex., HMB, omégas-3, vitamine D)

EXERCICE : exercices de résistance, adaptation nécessaire

SURVEILLER/INTERVENIR

D'après la Figure 1, page 25, Deutz NEP *et al.* Algorithm depicting the management pathway for identifying, assessing, and managing low muscle mass³.

Les étapes de la démarche suivent le modèle FACS (de l'anglais Find, Assess, Confirm Severity : dépister, évaluer, confirmer la gravité).

* SARC-F est l'acronyme des dimensions évaluées à l'aide de l'outil : Strength, Assistance with walking, Rise from a chair, Climb stairs, and Falls (force, aide pour marcher, se lever d'une chaise, monter des marches et chutes).

Références : 1. Argilés JM *et al.* *J Am Med Dir Assoc* 2016;17(9):789-96. 2. Norman K *et al.* *Clin Nutr* 2019;38(4):1489-95.

3. Deutz NEP *et al.* *J Am Med Dir Assoc* 2019;20(1):22-7. 4. Gomes F *et al.* *Clin Nutr* 2018;37(1):336-53.