**En Amont du cours - Diététique du troisième âge**

Vieillissement

Besoins nutritionnels

Malnutrition

Energies

Phénomène

Diminution de la masse maigre

Réserves protéiques (os, muscles, viscères)

Diminution de l’eau corporelle

45%

Déglutition

Fausses routes

Salive

Digestion

Lente

Transit intestinal

Anorexie

Médicaments

Troubles digestifs

Gout / odorat

Dentition

Pathologies

Syndrome dépressif

Solitude, finances, sédentarité…

Carences

Protéines (viandes)

Dénutrition

Déséquilibre

Vigilance

Compenser

Manque d’appétit

Présentation des plats

Ambiance agréable

Aliments protidiques