

# Les régimes à texture modifiée

## I - Définition

Le but étant de maintenir au maximum une ration équilibrée tout en modifiant la texture des aliments pour faciliter la prise alimentaire, en adaptant l'alimentation aux capacités de mastication et déglutition du patient.

### Principale indication :

- Troubles de la déglutition
- Obstacles sur le tube digestif haut
- Troubles de la mastication : problèmes bucco-dentaires, chirurgie faciale, fracture des maxillaires.
- Réalimentations post-opératoires

## II - La texture liquide

Aliment fluide et homogène (sans grumeaux), chaud ou froid, sucré ou salé. Obtenue par mixage.

- ❖ L'idéal est d'obtenir une texture semblable à celle de la crème anglaise.
- ❖ La préparation doit pouvoir être prise à la paille.
- ❖ Ne pas hésiter à enrichir les préparations pour apporter un maximum de nutriment en un minimum de volume.
- ❖ L'alimentation sera fractionnée en 5 à 7 prises pour pouvoir couvrir les besoins journaliers.
- ❖ Les volumes sont de 200 à 300ml pour une préparation salée et de 100 à 200ml pour une préparation sucrée.

### Aliments déconseillés :

Groupes d'aliments	Aliments déconseillés
Produits laitiers	Lait écrémé ou demi écrémé Laitage écrémés, desserts lactés avec morceaux Fromages affinés
VPO	Viandes de 2 <sup>ème</sup> et 3 <sup>ème</sup> catégorie, viandes grasses Charcuteries Poissons gras, fumés, séchés Crustacés Attention aux arêtes des poissons blancs
Féculents	Pains, biscottes

	Céréales complètes Riz, pâtes, semoule Maïs, petits pois
<b>Légumes / fruits</b>	Légumes et fruits fibreux, avec peau, avec pépins
<b>Matières grasses</b>	Cuites allégées
<b>Sucre et produits sucrés</b>	Avec morceaux, parties dures, trop concentrés en sucre (car écœurant et irritant)
<b>Boissons</b>	Eaux gazeuses, sodas, café ou thé trop fort ou trop chaud, alcool

### III – Textures molles

Modifications mécaniques ou physicochimiques des aliments : cuisson, hachage, mixage, ...  
On obtient plusieurs déclinaisons : lisse, mixée, moulinée, normale hachée.

- **Texture lisse** : sans morceaux, sans fil, sans grain, totalement homogène. Indication thérapeutique : trouble de la déglutition.
- **Texture mixée** : plus épaisse que la texture lisse, homogène et sans morceaux. Indication thérapeutique : troubles de la déglutition, de la mastication, paralysie, réalimentation postopératoire.
- **Texture moulinée** : ne doit contenir aucun aliment difficile à mastiquer et à avaler, dont sans grumeaux et sans morceaux. Les composants sont tout de même séparés dans l'assiette. Indications thérapeutiques : personnes âgées, traumatisme faciaux, inflammations de la bouche, réalimentation postopératoire
- **Texture hachée** : élargissement de la texture moulinée, seule la viande est hachée, les légumes cuits sont entiers mais tendres. Indications thérapeutiques semblables à la texture moulinée