

Cérès : une approche globale des problèmes de nutrition

Soins Ce nouveau centre de soins de suite et de réadaptation nutritionnelle met l'accent sur une prise en charge globale du patient : tant le physique que le psychique



Les patients retrouvent goût à l'effort, notamment grâce aux séances en piscine. (Photo DR / Cérès)



Les aliments sont pesés (ci-dessus à gauche). Le diététicien (ci-dessus à droite) explique comment assaisonner les crudités. (Photos Jean-Sébastien Gino-Antomarchi)



« J'ai retrouvé la sensation de satiété »

Jacqueline a tenu à livrer son témoignage. Cette retraitée fait partie des premiers patients de Cérès. « C'est mon médecin qui avait entendu parler de l'ouverture de ce centre. L'équipe a tout de suite compris que pour vaincre l'obésité – qui est une maladie qui détruit la personne et son entourage –, il faut la prendre dans sa globalité. L'aspect psychologique est tout aussi

important que la dimension physique. J'avais essayé beaucoup de choses avant de venir mais je ne me sentais pas soutenue moralement. »

Jacqueline, qui arbore un physique relativement classique, avoue avoir longtemps eu l'impression d'être incomprise. « Je dois faire très attention car j'ai la sautelle fragile, des problèmes d'arthrose, du coup, je dois perdre 20 kg. Sauf que pour les uns je ne suis pas assez en surpoids alors que pour les autres je le suis trop. Je ne savais plus vers qui me tourner. Grâce à l'écoute de l'équipe de Cérès, j'ai réussi déjà à perdre 8 kg en six semaines sans même m'en rendre compte. J'ai retrouvé des sensations comme la satiété. Désormais je sais comment mieux cuisiner et surtout comment décrypter les étiquettes lorsque je fais mes courses. »

J'ai pris conscience de beaucoup de choses en venant ici. Les équipes sont à l'écoute. Elles ont réussi à me remonter. » Suzanne fréquente l'hôpital de jour en nutrition Cérès, depuis quelques semaines. Quasiment depuis son ouverture puisque ce centre de soins de suite et de réadaptation nutritionnelle privé, accueille des patients seulement depuis le 18 février dernier. Des malades chroniques pour qui les problèmes de poids semblaient insolubles.

« Les pathologies multifactorielles complexes nécessitent une prise en charge adaptée », justifie Aurélie Rodriguez, la directrice de Cérès.

Dès son arrivée, le patient rencontre l'équipe qui dresse un bilan d'entrée. « Psychologue, médecin, diététicien, enseignant en activités physiques adaptées, etc., tous les professionnels travaillent ensemble pour aider le malade. » Et, ici, la guérison passe par des ateliers : sophrologie pour se détendre, art-thérapie pour s'exprimer ou encore cuisine pour ap-

prendre à bien manger... « L'objectif est de redonner plaisir et envie de manger. On ne parle pas de régime au sens de privation et de restriction, on sait qu'une personne qui suit juste un régime, sans autre forme d'encadrement, reprend du poids dans 55 % des cas », indique Aurélie Rodriguez. D'où cette notion de suivi personnalisé, chère à Cérès.

Gestion plutôt que restriction

En fin de matinée, les patients enfilent les tabliers et se mettent aux fourneaux dans l'une des deux

cuisines pédagogiques. « Nous leur montrons qu'il est facile d'appliquer les règles de l'équilibre alimentaire en cuisinant des plats créatifs et goûteux. Ils comprennent qu'ils ne sont pas dans la restriction mais davantage dans la gestion de leurs repas », souille Thibault Allo, diététicien. Le professionnel prépare le déjeuner avec les patients chaque midi. Matières grasses, féculents, sucres : les menus sont conçus de manière à apporter tout ce dont le corps a besoin. Ce jour où nous réalisons notre reportage, c'est crudités en entrée,

dinde aux raisins secs et fondue de panais en plat de résistance pour finir avec un cake à la carotte en dessert. Thibault Allo montre comment on peut assaisonner une salade sans huile, en utilisant du fromage blanc. « Ce sera le laitage ». Tout est question de proportions. Ici, le féculent se trouve au dessert avec la farine contenue dans le gâteau. « Ce n'est pas parce que quelqu'un doit perdre du poids qu'il doit se priver de tout, sucres, matières grasses. Parce que, d'une part, cela engendre un risque de carences. D'autre part, il prend le risque de craquer », puisque son corps va réclamer. En mangeant de tout raisonnablement, on laisse la faim organique de côté et l'on redevient maître de ses désirs », insiste le diététicien.

A l'écoute de son corps

Avant de passer à table, dix minutes de sophrologie. « Cela change tout car nous nous détendons et nous écoutons notre corps. Nous sommes dans de bon-

nes conditions pour mieux écouter notre corps et profiter du repas », s'enthousiasme Jacqueline, l'une des premières patientes de Cérès (lire par ailleurs).

La réappropriation de son physique passe aussi par la remise en forme. Les locaux disposent d'une salle de sport et d'une piscine.

« La première étape consiste à les réconcilier avec l'activité. Ils retrouvent vite le plaisir de bouger pourvu que les exercices soient adaptés. Je leur montre des petites choses simples qu'ils peuvent faire tranquillement à la maison », précise Yohann Botton, le monsieur sport de Cérès. Un travail d'équipe pour des individus uniques.

AXELLE TRUQUET
atruquet@nicematin.fr

Hôpital de Jour Cérès, 65, voie Romaine, 06000 Nice. Rés. 04.89.05.75.00, ou sur www.unite-de-dietetique.fr Les patients sont adressés via la prescription d'un médecin hospitalier ou de ville. La sécurité sociale prend en charge le passage au Cérès.



Les repas sont pris avec une partie de l'équipe de Cérès. Ils sont précédés de 10 min. de sophrologie.

En bref

Cancer du sein : la découverte très prometteuse

Jean-Paul Borg (ci-contre) et son équipe du Centre de Recherche en Cancérologie de Marseille (CRCM) viennent de décrire et publier une nouvelle stratégie pour stopper la dissémination des cellules cancéreuses. C'est en étudiant les anomalies moléculaires des cancers du



sein les plus agressifs (métastatiques) que l'équipe marseillaise a identifié une altération qui favorise la mobilité des cellules du cancer du sein et la formation de métastases. Cette anomalie, facile à révéler chez les patientes par un test moléculaire, consiste en une surproduction d'une protéine (appelée PRICKLE1) qui favorise l'activation d'une

enzyme (AKT) bien connue pour ses multiples effets sur la croissance d'une tumeur et sa dissémination. Dans l'article publié dans *Developmental Cell*, Avais Dault, le chercheur en charge de l'étude, démontre le mécanisme d'action de PRICKLE1 et, surtout, propose deux possibilités de ciblage de cette anomalie dans les cancers, l'une directe (blocage de AKT par des médicaments déjà disponibles), l'autre indirecte

par la conception de nouvelles molécules capables de dissocier PRICKLE1 de son partenaire RICTOR. L'identification de PRICKLE1 comme cible thérapeutique dans les cancers du sein est une première tout comme les stratégies thérapeutiques proposées. Un brevet a d'ailleurs été déposé par l'équipe pour démarrer un programme de développement de médicaments avec des

chimistes du CRCM. Ces résultats ouvrent de nouvelles perspectives thérapeutiques pour les malades atteints d'un cancer du sein agressif mais ne se limitent pas à cette pathologie. En effet, l'anomalie touchant PRICKLE1 est également diagnostiquée dans d'autres cancers permettant d'espérer également l'utilisation de cette découverte chez plus de malades.