

GUIDE DES COMPLÉMENTS NUTRITIONNELS



Clinutren[®]
fruit

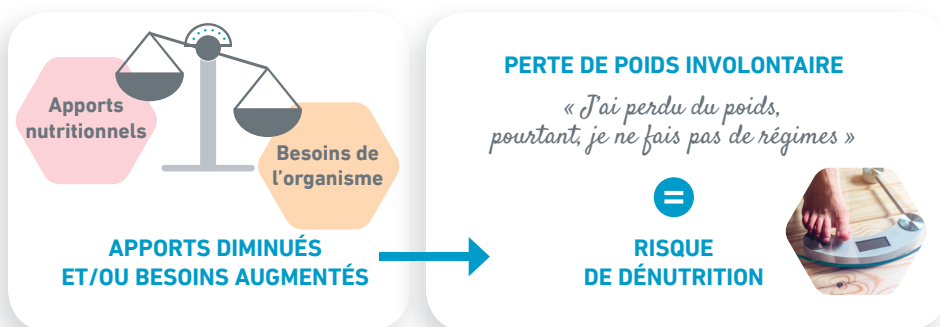
Denrées alimentaires destinées à des fins médicales spéciales. A utiliser sous contrôle médical

GUIDE PRATIQUE DES COMPLÉMENTS NUTRITIONNELS ORAUX

Votre médecin vous a prescrit un complément nutritionnel oral pour vous aider à **lutter contre la dénutrition**.

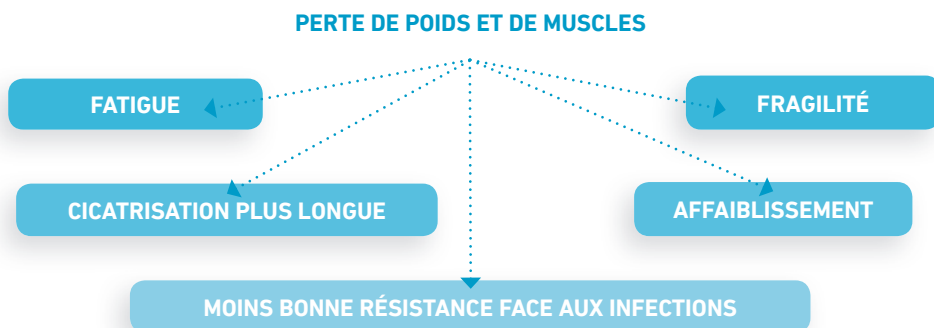
Qu'est-ce que la dénutrition?

La dénutrition survient quand **les apports nutritionnels ne sont plus suffisants** pour couvrir les besoins de votre organisme et/ou lorsque votre organisme a des **besoins énergétiques augmentés** du fait d'une **pathologie**. Il y a donc un déséquilibre énergétique, qui se traduit pas une **perte de poids involontaire**.



Quelles sont les conséquences de la dénutrition sur l'organisme?

La **dénutrition** se traduit **par une perte de poids et de muscles**. Votre organisme devient **plus fragile** et cela peut avoir des conséquences sur votre santé.



Comment vous aider à lutter contre la perte de poids ?

Pour vous aider à lutter contre la perte de poids :

- En 1^{re} intention, il est conseillé d'**enrichir l'alimentation habituelle** en protéine et en énergie à l'aide de **fromage, crème** ou encore **œufs**.
- Si ce n'est pas suffisant, un médecin peut **prescrire des compléments nutritionnels oraux** en supplément de l'alimentation habituelle.

LES COMPLÉMENTS NUTRITIONNELS ORAUX VOUS AIDENT À :

Reprendre
du poids

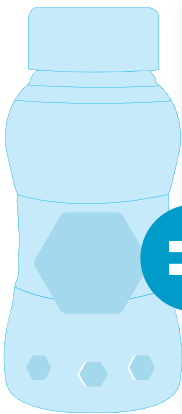
Reprendre
du muscle

Éviter que votre
organisme se fragilise

ILS SONT UN PARTENAIRE NUTRITIONNEL.

Qu'est-ce qu'un complément nutritionnel oral ?

C'est un concentré d'énergie, de protéines, de vitamines et de minéraux, qui a été conçu pour compenser des apports alimentaires insuffisants et **lutter ainsi contre la perte de poids**. Il peut se présenter **sous plusieurs formes** : liquide de type lacté, liquide fruité, crème dessert, soupe, ...



UN COMPLÉMENT NUTRITIONNEL ORAL CONTIENT :



70%
d'eau



Protéines
de lait de vache



Lipides



Glucides



Vitamines
et Minéraux



Texturants pour des
produits onctueux



Arômes
pour le goût

Les compléments nutritionnels oraux sont des denrées alimentaires destinées à des fins médicales spéciales qui s'utilisent sous contrôle médical.

Ne pas manger assez, c'est aussi se déshydrater!



APPORTS
QUOTIDIENS
EN EAU⁽¹⁾



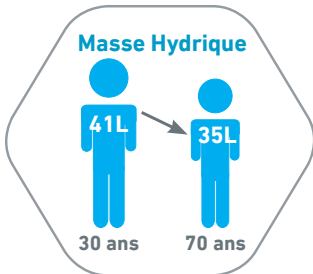
ALIMENTS
=
1,2 litre / jour

BOISSONS
=
1,2 litre / jour

Si on s'alimente moins, on se dénutrit et on se déshydrate.

La déshydratation : un risque majoré chez les personnes fragilisées!

◆ VIEILLISSEMENT



Pour une personne de 70 kg

Entre 30 et 70 ans, le métabolisme hydrique se modifie⁽¹⁾ :

- Baisse de la sensation de soif
- Baisse de la masse maigre
- Baisse de la masse hydrique corporelle

◆ CERTAINES SITUATIONS PEUVENT DIMINUER LES APPORTS HYDRIQUES :

- Isolement, dépression
- Vomissements
- Troubles du comportement
- Maladies neurologiques
- Troubles de la déglutition
- Plaies buccales...

(1) Ferry et al. Besoins en eau et énergie. Nutrition de la personne âgée. 2012. Ed. Masson ; p 47-54

Si votre alimentation n'est pas suffisante, une bonne prise en charge nutritionnelle, sous contrôle médical, peut vous aider à prévenir la dénutrition et la déshydratation.⁽¹⁾



Clinutren[®] fruit



- ◆ DES CALORIES (300 kcal)
- ◆ DES PROTÉINES (8 g)
- ◆ SOURCE D'EAU (124 ml)

LE PRODUIT PRÉFÉRÉ DE SA CATÉGORIE⁽²⁾

- À base de concentré de jus de fruits
- 6 recettes pour tous les goûts !



(1) Il convient de maintenir des apports hydriques suffisants. (2) Etude réalisée à l'aveugle auprès de 160 personnes en France, en 2015 et 2017, entre les principaux produits du segments des jus de fruits hypercaloriques (Clinutren[®] Fruit versus Concurrence).

Quelques conseils d'utilisation de votre complément nutritionnel oral

Pour que les compléments nutritionnels oraux soient efficaces, ils doivent être pris en plus de l'alimentation habituelle.

Pour une **meilleure efficacité de la prise en charge nutritionnelle**, il est important de bien **respecter votre prescription médicale** et votre programme de nutrition. **Chaque prise compte !**



Combien ?

- **1 à 3 compléments nutritionnels Clinutren® par jour** en complémentation de votre alimentation.
A adapter selon les recommandations de votre médecin.



Comment les consommer ?

- **Les produits Clinutren® sont prêts à consommer.**
Vous pouvez également les utiliser dans une recette.
- Ces produits sont concentrés, il est recommandé de les **consommer lentement**.
- **Ils peuvent se consommer en plusieurs fois** tout au long de la journée.
- Après ouverture, **conserver le produit au réfrigérateur** et consommer dans les 24 heures.



Quand les consommer ?

- **En collation**, au moins 2 heures avant ou après un repas.
- **Au cours d'un repas** en complément de votre alimentation.

Utiliser les produits Clinutren® Fruit dans vos boissons pétillantes :

Ajouter un peu d'eau pétillante et des glaçons au Clinutren® Fruit de votre choix.
Parfait pour vous rafraîchir l'été.



Pour encore plus de variétés au quotidien, Nestlé Health Science vous propose des recettes simples, rapides et appétissantes élaborées en collaboration avec l'Association Promotion Autonomie et Santé 52 (APAS 52). Elles sont idéales pour **respecter votre prescription**, tout en gardant **le plaisir de manger !**

Virgin mojito fraise - cassis



Quantité
2 portions



Préparation
10 min



Suggestion de présentation

INGRÉDIENTS

- 1 bouteille de **Clinutren® Fruit** Framboise-Cassis 200 ml
- 20 feuilles de menthe
- 10 fraises • 2 citrons verts
- 4 cuillères à café de sirop de fraise
- 200 ml d'eau gazeuse
- Glaçons



300
kcal

8 g
Protéines

PRÉPARATION

- 1• Dans un bol, mixer les feuilles de menthe et les fraises.
- 2• Eplucher et découper les citrons en quartiers, les mettre dans le bol et mixer à nouveau.
- 3• Y ajouter le sirop de fraise puis **Clinutren® Fruit** Framboise-Cassis.
- 4• Ajouter l'eau gazeuse. Bien mélanger et servir dans un verre avec des glaçons.

Milkshake ananas-orange-coco

Quantité
2 portions

Préparation
15 min

Suggestion de présentation

INGRÉDIENTS

- 1 bouteille de **Clinutren® Fruit** Ananas-Orange 200 ml
- 1 quartier d'ananas
- 1 cuillère à soupe de glace à la noix de coco
- 100 ml de lait de coco
- Glaçons



300
kcal

8g
Protéines

PRÉPARATION

- 1• Mixer le **Clinutren® Fruit** Ananas-Orange, l'ananas, la glace et le lait de coco pendant 3 minutes.
- 2• Servir dans un verre avec des glaçons.

Coupe glacée fruits rouges - vanille



Quantité
4 portions



Préparation
10-15 min



Congélation
4 h

Suggestion de présentation



INGRÉDIENTS

- 1 bouteille de **Clinutren® Fruit** Framboise-Cassis 200 ml
- 100 g de cassis • 100 g de framboise
- 1 pot de **Clinutren® Dessert gourmand** saveur Vanille 200 g
- 4 biscuits cuillères

300
kcal

18 g
Protéines



300
kcal

8 g
Protéines

PRÉPARATION

- 1• Mixer les fruits et le **Clinutren® Fruit** saveur Framboise-Cassis, jusqu'à obtention d'une purée lisse.
Puis verser dans un récipient adapté à votre congélateur.
- 2• Verser le **Clinutren® Dessert gourmand** saveur Vanille dans un récipient adapté à votre congélateur.
- 3• Mettez les deux récipients au congélateur pendant 4 heures.
- 4• Sortir 10 min à l'avance le sorbet et la crème glacée.
Dans 4 coupes, déposez vos boules de glaces et de sorbets, ainsi qu'un biscuit cuillère.



Astuce : vous pouvez ajouter des fruits frais et de la crème chantilly dans votre coupe glacée pour plus de gourmandise.

LES SOLUTIONS

Variez les saveurs et les textures grâce

LES LIQUIDES DE TYPE LACTÉ

Des concentrés pour enrichir son alimentation tout au long de la journée

Clinutren[®]
hp/hc+



400 kcal
20 g Protéines

6 saveurs
Sans lactose

/ 200 ml

- Chocolat
- Vanille
- Fraise
- Caramel
- Pêche
- Café

Clinutren[®]
energy



400 kcal
18 g Protéines

5 saveurs
Sans lactose

/ 200 ml

- Chocolat Menthe
- Vanille
- Fraise
- Ananas
- Mangue
- Abricot

Clinutren[®]
energy fibre



400 kcal
18 g Protéines

6 saveurs
5 g fibres

/ 200 ml

- Neutre
- Vanille
- Café
- Chocolat
- Abricot
- Fruits des bois

N.B : Il existe des produits Clinutren[®] adaptés à certaines situations médicales. Parlez-en à votre médecin.

LES DESSERTS

Des textures onctueuses aux saveurs gourmandes

Clinutren[®]
dessert hp/hc



307 kcal
19 g Protéines

6 saveurs
Sans lactose

/ 205 g

Indice Glycémique bas!

- Café
- Caramel
- Vanille
- Chocolat
- Pêche
- Fraise biscuitée

Clinutren[®]
dessert gourmand



300 kcal
18 g Protéines

5 saveurs
Avec lactose

/ 200 g

- Café
- Caramel
- Vanille
- Chocolat
- Fraise biscuitée

1. N'exclut pas le contrôle de la glycémie

Denrées alimentaires destinées à des fins médicales spéciales.

Clinutren®

aux différents produits Clinutren®

LES ALTERNATIVES AU LACTÉ

Soupes appétissantes aux légumes

Salé



**Clinutren®
soup**

302 kcal **14 g Protéines**

3 recettes **Sans lactose**

/ 200 ml

- Légume du soleil
- Petits légumes au poulet
- Crème de légumes

Liquides fruités avec des concentrés de vrais jus de fruits

Sucré



**Clinutren®
fruit**

300 kcal **8 g Protéines**

6 saveurs **Sans lactose**

/ 200 ml

- Orange
- Raisin-Pomme
- Ananas-Orange
- Pomme
- Framboise-Cassis
- Poire-Cerise

LES SOLUTIONS ADAPTÉES AUX TROUBLES DE LA DÉGLUTITION*

Préparation céréalière en poudre à mélanger avec du lait ou de l'eau pour le petit-déjeuner

● Pomme noisette



**Clinutren®
cereal**

324 kcal **15 g Protéines**


1 saveur **Sans lactose**

/ 200 g reconstitués



Poudre épaississante pour boissons et aliments chauds ou froids

Plats salés déshydratés, en portions individuelles



**Clinutren®
mix**

340 kcal **16 g Protéines**

7 recettes **Avec lactose**

/ 215 g reconstitués

1 En moyenne

- Bœuf à la Hongroise
- Cabillaud et petits légumes
- Suprême de dinde aux légumes
- Printanière de légumes
- Veau aux brocolis
- Poulet aux légumes
- Mousseline de petits pois saveur jambon

* Il convient de s'assurer que la texture est adaptée aux capacités de déglutition du patient.

À utiliser sous contrôle médical. Pour une information complète, se référer à l'étiquetage.

Clinutren[®] fruit

DES CALORIES, DES PROTÉINES, SOURCE D'EAU



Clinutren[®] Fruit



Framboise-Cassis

EAN : 3401243312023



Orange

EAN : 3401243312313



Poire-Cerise

EAN : 3401243312191



Ananas-Orange

EAN : 7613032761424



Raisin-Pomme

EAN : 7613032761400



Pomme

EAN : 7613031464494

PLUS D'INFORMATIONS ?

Nos diététiciennes
sont à votre écoute

0 809 400 413

(Service gratuit + prix d'un appel)

Service Consommateurs

Nestlé Health Science

BP 900 Noisiel

77446 Marne La Vallée cedex 2



Avec Ecofolio
tous les papiers
se recyclent.

Retrouvez plus d'informations sur nos produits sur www.nestlehealthscience.fr

DEMANDER CONSEIL À VOTRE PHARMACIEN