



HACHÉ LUBRIFIÉ



Aliments de niveau 5 - Haché lubrifié - Adultes

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Aliments tendres et lubrifiés, sans liquide se séparant du solide
- ✓ Il n'est **pas** nécessaire de croquer l'aliment
- ✓ Il faut être capable de mastiquer *a minima*
- ✓ La taille des particules ne dépasse pas 4 mm
- ✓ Les petits morceaux peuvent être écrasés avec la langue
- ✓ Ils peuvent être facilement écrasés à l'aide d'une légère pression de la fourchette
- ✓ Tiennent en bloc sur la fourchette sans écoulement de liquide / jus et sans particules qui s'en échappent



Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des adultes ?

Les aliments de niveau 5 - Haché lubrifié peuvent être indiqués si vous n'arrivez pas à croquer et avaler des morceaux sans danger mais gardez une possibilité de mastication *a minima*. Certaines personnes peuvent arriver à croquer un gros morceau mais ne parviennent pas à le mastiquer pour le réduire en petits morceaux faciles à avaler. Les aliments hachés lubrifiés requièrent une mastication minimale afin que la langue puisse rassembler la nourriture en une boule et l'emmener en arrière-bouche pour qu'elle soit avalée. Les aliments hachés lubrifiés ne doivent pas être trop collants, sinon ils risquent d'adhérer aux joues, aux dents, au palais ou à la gorge. Ces aliments se consomment à la fourchette ou à la cuillère.

Comment puis-je tester mes aliments pour être certain qu'ils sont de niveau 5 - Haché lubrifié ?

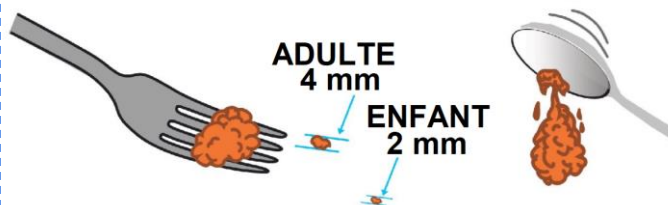
Le plus sûr est de tester les aliments hachés lubrifiés à l'aide du test IDDSI d'égouttement à la fourchette **ET** de celui à la cuillère inclinée.

Vidéos du test IDDSI d'égouttement à la fourchette et de la cuillère inclinée sur

www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/

Test IDDSI à la fourchette

La taille des particules ne dépasse pas **4 mm** pour les **adultes**, ce qui correspond approximativement à l'espace entre les dents d'une fourchette



Les aliments hachés lubrifiés doivent satisfaire les critères de ces deux tests !

Test IDDSI à la cuillère inclinée

L'échantillon conserve sa forme dans la cuillère et tombe facilement quand celle-ci est inclinée ou légèrement secouée. Il ne doit **pas** être trop ferme ni trop collant

Document réservé à l'information du public. Merci de consulter les professionnels de santé formés pour des conseils spécifiques adaptés à vos besoins.



5

HACHÉ LUBRIFIÉ



EXEMPLES d'aliments de niveau 5 - Haché lubrifié - Adultes

- ✓ **Viande** : finement émincée ou hachée en particules ne dépassant pas 4 mm. Servie en sauce ou coulis très épais, lisse
- ✓ **Poisson** : finement écrasé ou émincé en particules ne dépassant pas 4 mm. Servi en sauce ou coulis très épais, lisse
- ✓ **Fruits** : écrasés ou passés au blender / mixer pour les réduire en particules ne dépassant pas 4 mm (retirer tout excès de jus)
- ✓ **Légumes** : cuits, finement écrasés ou passés au blender / mixer pour les réduire en particules ne dépassant pas 4 mm (retirer tout excès de jus)
- ✓ **Céréales** : très épaisses, avec de petits morceaux ne dépassant pas 4 mm. Le lait ou autre liquide ne doit pas se dissocier des céréales. Égoutter avant de servir afin de retirer tout excès de liquide
- ✓ **Riz** : nécessite d'être lubrifié et amalgamé par une sauce épaisse, lisse. Le riz ne doit **pas** être collant ou gluant. Les grains ne doivent **pas** se disperser à la cuisson ou au moment du service.
- ✓ **PAS DE PAIN NORMAL** en raison du risque augmenté d'étouffement ! Reportez-vous à la recette en vidéo pour réaliser des sandwiches de niveau 5 - Haché lubrifié :

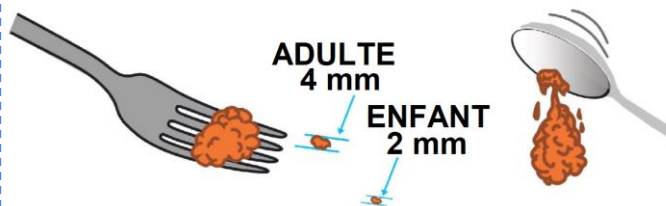


<https://www.youtube.com/channel/UC0I9FDjwJROL5svIGCvIqHA/featured?reload=9>

Vidéos du test IDDSI de pression à la fourchette sur www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/

Test IDDSI à la fourchette

La taille des particules ne dépasse pas **4 mm** pour les **adultes**, ce qui correspond approximativement à l'espace entre les dents d'une fourchette



Les aliments hachés lubrifiés doivent satisfaire les critères de ces deux tests !

Test IDDSI à la cuillère inclinée

L'échantillon conserve sa forme dans la cuillère et tombe facilement quand celle-ci est inclinée ou légèrement secouée. Il ne doit **pas** être trop ferme ni trop collant

Document réservé à l'information du public. Merci de consulter les professionnels de santé formés pour des conseils spécifiques adaptés à vos besoins.



HACHÉ LUBRIFIÉ



Pour votre sécurité, si vous êtes en niveau 5 - Haché lubrifié, ÉVITEZ les textures alimentaires suivantes qui augmentent le risque d'étouffement

Caractéristiques des textures à éviter	Exemples d'aliments à éviter
Mélanges solide / liquide / textures hétérogènes / doubles	Soupes avec morceaux, céréales avec du lait...
Aliments durs ou secs	Noix, crudités (carottes, chou-fleur, brocoli crus), gâteaux secs, pain, céréales sèches...
Aliments fibreux ou coriaces	Steak, ananas...
Aliments à mastiquer	Sucettes / confiseries / bonbons, certains fromages, marshmallows, chewing-gum, purée de pommes de terre collante, fruits secs, aliments collants...
Aliments croustillants	Couenne grillée, bacon croustillant, cornflakes...
Aliments croquants	Carotte crue, pomme crue, popcorn...
Aliments effilés ou pointus	Chips de maïs triangulaires, chips de pomme de terre...
Aliments friables	Gâteaux secs friables, biscuits friables...
Pépins, graines, membranes	Pépins de pomme, graines de courge, membrane de l'orange...
Peaux ou cosses	Pois, raisins, peau de poulet, peau de saumon, peau de saucisse...
Enveloppes, coques	Maïs, son, fibres...
Os, cartilages	Os de poulet, arêtes de poisson, autres types d'os, cartilage...
Aliments de forme oblongue	Saucisses, grains de raisin...
Aliments collants, caoutchouteux ou gélatineux	Beurre d'oléagineux (noix, cacahuète...), porridge ou gruau trop cuit, gélatine alimentaire, jelly à base de konjac, gâteaux de riz gluant...
Aliments filandreux	Haricots, rhubarbe...
Peaux ou croûtes formées à la surface de l'aliment durant ou après sa cuisson	Fromage grillé, pomme de terre grillée...
Aliments à feuilles souples	Salade, concombre, jeunes pousses d'épinard...
Aliments juteux (dont le jus se sépare de la chair en bouche)	Pastèque, melon...
Morceaux / grumeaux de grande taille ou durs	Morceaux de viande mijotée dépassant 1,5 cm x 1,5 cm. Fruits, légumes, viandes, pâtes ou autre aliment de plus de 1,5 cm x 1,5 cm
Notes du professionnel de santé formé	

Document réservé à l'information du public. Merci de consulter les professionnels de santé formés pour des conseils spécifiques adaptés à vos besoins.