

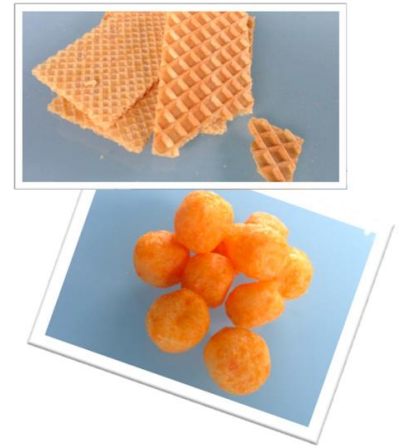


TEXTURES CHANGEANTES

Textures changeantes - Adultes

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Aliments ayant initialement une certaine texture (ex. solide, ferme) et qui se modifient avec l'humidité (ex. eau ou salive), ou lors d'un changement de température (ex. réchauffement)
- ✓ Il n'est **pas** nécessaire de les croquer
- ✓ Il faut les mastiquer *a minima*
- ✓ La force de la langue suffit pour écraser ces aliments, une fois modifiés par la température ou par l'humidité
- ✓ Ils peuvent être utilisés en rééducation pour travailler la mastication



Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des adultes ?

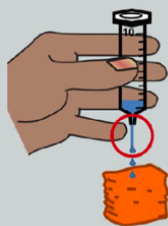
Les aliments de texture changeante peuvent être utilisés pour réapprendre à mastiquer. Ces aliments ne nécessitent que peu de mastication : la force de la langue à elle seule permet de les écraser une fois qu'ils ont été modifiés par la température ou l'humidité. Les textures changeantes sont souvent peu nutritives, on ne peut donc pas les utiliser en tant que base d'un régime alimentaire. Votre professionnel de santé formé peut vous conseiller de les utiliser en association avec des aliments hachés lubrifiés (niveau 5), de petits morceaux tendres (niveau 6), des aliments normaux faciles à mastiquer (niveau 7EC) ou des aliments normaux (niveau 7). Servez ces aliments en tenant compte de la taille de morceaux recommandée par votre professionnel de santé formé.

Comment puis-je tester mes aliments pour être certain qu'ils sont de texture changeante ?

Pour tester ces aliments, prenez un morceau de 1,5 cm x 1,5 cm (taille de l'ongle de votre pouce). Versez dessus 1 ml d'eau et attendez une minute. Appliquez ensuite le test de pression à la fourchette.

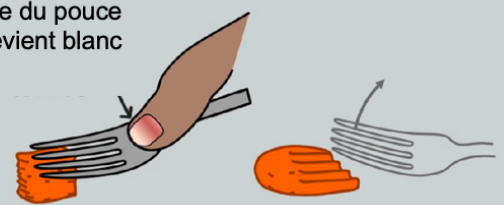
Vidéos du test IDDSI de pression à la fourchette sur www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/

1. Verser 1 ml d'eau sur l'échantillon de 1,5 cm de côté et attendre 1 min



2. Appliquer ensuite le test de pression à la fourchette

L'ongle du pouce devient blanc



Test IDDSI de pression à la fourchette pour les textures changeantes

Prenez un morceau de **1,5 cm x 1,5 cm**, ce qui correspond approximativement à la largeur d'une fourchette
 Versez 1 ml d'eau dessus et attendez 1 minute
Pour être sûr que l'aliment est suffisamment tendre,
 appuyez la fourchette dessus jusqu'à ce que l'ongle de votre pouce blanchisse, puis retirez la fourchette pour vérifier que l'aliment est écrasé et ne reprend pas sa forme initiale

Exemples d'aliments de texture changeante

(Au cas par cas selon évaluation)
 Gaufrettes, sablés, boudoirs, chips de pomme de terre, de crevette, biscuits apéritifs soufflés, copeaux de glace, crèmes glacées / sorbets

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