

⇒ Surveiller votre poids :

- Pesez-vous une fois par semaine, dans les mêmes conditions (même balance, même tenue), de préférence le matin à jeun.

- Si vous constatez une perte de poids :

≥ à 5% en 1 mois

≤ à 10% en 6 mois

par rapport à votre poids habituel (poids avant la maladie), signalez-le à votre médecin.

Exemples :

- Perte de poids ≥ à 2,5 kg en 1 mois pour un poids habituel de 50 kg

- Perte de poids ≥ à 5kg en 6 mois pour un poids habituel de 50 kg

Les diététiciennes du réseau :

**KARUKERA-ONCO,**

Réseau Régional de Cancérologie assure une prise en charge diététique gratuite pour le patient, grâce à la collaboration de diététiciens libéraux répartis sur la Grande-Terre et la Basse-Terre.



**Cette brochure, validée par le comité scientifique du Réseau, a été élaborée par les diététiciennes du réseau.**

**Pour tous renseignements  
Contacter le  
Réseau Régional de Cancérologie,  
KARUKERA-ONCO au**

**05 90 93 17 60**



**La prise en charge  
diététique de  
l'adulte traité pour  
un cancer**

**Pour tous renseignements  
contacter le  
Réseau KARUKERA-ONCO au**

**05 90 93 17 60**



**La consultation diététique** vise à prévenir ou prendre en charge les troubles alimentaires ou fonctionnels induits par la pathologie et/ou les traitements anticancéreux. Elle revêt une importance particulière, car elle doit permettre aux patients traités de maintenir un état nutritionnel satisfaisant et d'éviter tout état clinique susceptible d'interrompre le traitement.

Le diététicien a un rôle d'éducateur auprès du patient et/ou de la famille.

Le Réseau KARUKERA-ONCO travaille en collaboration avec des diététiciens libéraux, afin de faire bénéficier aux patients de consultations diététiques gratuites.

### **A quel moment est-il nécessaire de consulter un diététicien ?**

Le diététicien vous donnera des conseils personnalisés pour adapter votre alimentation dans différentes situations :

- ⇒ Si vous souhaitez des conseils sur l'équilibre alimentaire
- ⇒ Si vous constatez :
  - Une diminution de votre appétit,
  - Une perte de poids rapide,
  - Une augmentation de votre poids habituel (poids avant la maladie),
- ⇒ Si votre chimiothérapie ou votre radiothérapie entraîne :
  - Des difficultés à avaler (irritation de la bouche ou de la gorge, bouche sèche)
  - Des troubles du goût,
  - Des nausées ou vomissements,
  - Des troubles du transit intestinal (diarrhées, constipation)

### **Quelles précautions est-il nécessaire de prendre durant la maladie ?**

**Durant la maladie, il est recommandé de garder une alimentation équilibrée :**

Pour cela :

- ⇒ Faites au moins trois repas par jour,
- ⇒ Variez les aliments consommés, afin d'éviter les carences,
- ⇒ Mangez lentement, dans le calme,
- ⇒ Mâchez correctement les aliments,
- ⇒ Buvez suffisamment d'eau au cours de la journée.

#### **Quelques repères de consommation :**

- ⇒ Au moins 5 fruits et légumes par jour (ex : des légumes cuits et au déjeuner, des crudités au dîner et 3 fruits répartis sur la journée).
- ⇒ 1 à 2 parts de viande, poisson ou œufs par jour,
- ⇒ Des féculents à chaque repas (pain, racines, riz, fruit à pain, pâtes, semoule, pomme de terre, céréales ...),
- ⇒ 3 produits laitiers par jour (lait, yaourts, petits suisses, fromage, fromage blanc, ...)
- ⇒ Consommez une petite quantité de matière grasses, de préférence crue, à chaque repas (huile, margarine, beurre, ...)