



Un livre de recettes pour aider les malades atteints de cancer à « Retrouver le plaisir du goût »

À l'annonce du diagnostic, sous l'effet du choc émotionnel ou encore de certains traitements pour soigner la maladie, de nombreux désordres apparaissent pour les personnes atteintes de cancer, dont l'altération du goût. Elles taisent ces désordres « mineurs » en regard de la maladie, malgré les conséquences importantes sur leur vie familiale et sociale et même sur le déroulement de leur traitement. Experts oncologues, radiothérapeutes, diététiciens et psychiatres savent bien, que « Retrouver le plaisir du goût » aide leurs patients à se retrouver et fait partie intégrante de la prise en charge globale de la maladie. Faciles à réaliser et destinées à « retrouver le goût », les inventions culinaires élaborées par 22 grands chefs sous les conseils de diététiciens sont recensées dans un livre de conseils culinaires et de recettes disponible gratuitement pour les patients à partir de la Semaine du goût, du 13 au 19 octobre 2008.

Comprendre pourquoi son goût est altéré et en parler

Les traitements locaux (chirurgie, radiothérapie) et des traitements généraux (chimiothérapies, thérapies ciblées et traitements hormonaux) du cancer peuvent avoir des conséquences sur le goût qui peut aussi être altéré par des chocs émotionnels. Par ailleurs, certains cancers (situés par exemple à la tête, au cou ou au cerveau) ont des répercussions directes sur le goût en altérant la sensation ou la transmission de l'information sensorielle au cerveau.

Les patients ne se plaignent pas spontanément de leurs troubles du goût. *« Ils n'en parlent pas, excepté à leur famille proche, n'accordant pas à cet "inconfort" une valeur de gravité suffisante pour justifier le signalement de ce symptôme à leur médecin. »* précise le Dr Joseph Gligorov, Oncologue à Hôpital Tenon à Paris. Pourtant la perturbation de ce sens a des conséquences importantes, non seulement sur l'équilibre psychologique et la vie familiale et sociale, mais aussi sur le déroulement du traitement. Il est par exemple essentiel de rechercher et de traiter les facteurs aggravants, telles les infections, car ils peuvent conduire à différer une cure.

Le goût des aliments participe au goût de la vie

Le goût est un sens qui s'exprime dans différents univers, dont celui de l'alimentation. Et ce sens est bien plus complexe, bien plus sophistiqué que l'on peut se l'imaginer.

Le goût participe à la conscience de soi, nous reliant avec les autres sens, avec notre esprit et notre mémoire. L'altération du goût s'accompagne souvent d'une perte de confiance et de goût de la vie.

« Dans le cadre d'une maladie grave, la perturbation du goût constitue en soi déjà un affect dépressif (...) Goûter, c'est vivre, c'est aimer le monde et en apprécier la diversité » souligne le Pr Jean Naudin, Psychiatre, Docteur en philosophie au CHU St Marguerite à Marseille.

De grands chefs relèvent le défi avec des recettes adaptées aux patients

« L'ennemie », la maladie, est d'autant plus perceptible que l'ambiance est modifiée ! Qu'à cela ne tienne ! Sur la base des conseils issus de l'expérience quotidienne d'une diététicienne de l'Institut Gustave Roussy, 22 chefs cuisiniers de France se sont mobilisés pour créer des formules culinaires adaptées et aider les malades à « Retrouver le plaisir du goût ». Ils ont inventé des recettes à partir d'un cahier des charges dicté par une diététicienne expérimentée... Et surtout, ils ont oeuvré, dans la recherche constante d'une gastronomie où l'esthétisme, la gourmandise varie et se conjugue avec la légèreté et l'équilibre (protéines, lipides, glucides).

Le dégoût pour certains aliments étant très variable d'une personne à l'autre, il n'y a pas d'aliments à proscrire. Mais, étant donné la fréquence du dégoût des malades pour la viande, surtout la viande rouge, et pour des plats chauds (gêne liée à l'odeur qu'ils génèrent) ... *« il s'agit de tabler sur les autres sens en mettant en valeur les qualités gustatives et visuelles des produits ! »* conclut Jean-Pierre Vigato, chef étoilé qui a participé à l'élaboration du livre avec *« trois plats très simples à réaliser, hauts en couleur »*.

Quelques recommandations pour l'alimentation des patients atteints de cancer

Ginette Rossignol, Responsable du service diététique
Institut Gustave Roussy - Paris

- Soigner la présentation, varier les couleurs
- Elaborer des recettes simples, à base d'ingrédients faciles à se procurer
- Eviter les plats en sauce, les fritures et la viande rouge (préférer la viande blanche)
- Privilégier les préparations froides salées ou sucrées
- Cuisiner des plats riches en calories et en protéines, servis en petites quantités
- Compenser le régime sans sel, par des épices et aromates qui sont goûteux
- Eviter les aliments à odeur forte comme le chou... (surtout s'ils sont cuisinés chauds)
- Rechercher des recettes de desserts édulcorés pour régimes sans sucre
- Penser aux laitages, appréciés par tous, de même que les gratins et les œufs
- Consommer à loisir des recettes pour « petits grignotages » salés ou sucrés au cours de la journée



Pour se procurer gratuitement
le livre de conseils culinaires et de recettes :

contacter le **01 45 58 76 00**

ou demander un exemplaire à
gout@bioalliancepharma.com

Le télécharger sur www.bioalliancepharma.com
(à partir du 18 octobre 2008)

Les femmes et les hommes de BioAlliance Pharma agissent quotidiennement pour réaliser des médicaments innovants au service du patient. Ils se sont donc naturellement associés à la réalisation de cet ouvrage dédié aux personnes atteintes de cancer.

Contacts presse :



Delphine Eriau & Nolwenn Lorho

Tél : 01 45 03 89 89 - Fax : 01 45 03 89 90

d.eriau@ljcom.net - n.lorho@ljcom.net