

1 L'influence des facteurs sur la dépense énergétique et les apports en nutriments

A. Exemples de modification des besoins énergétique par les facteurs sexe, âge, poids

Une femme de 40 à 49 ans a besoin en moyenne d'un apport énergétique total de 8 736 kJ/jour. Un homme de 40 à 49 ans a besoin en moyenne d'un apport énergétique total de 10 868 kJ/jour. Un homme de 30 à 39 ans a besoin de 11 286 kJ/j. Un homme de 50 à 59 ans de 10 450 kJ/j. Pour exemple : l'apport protéique = 0,83 g/kg de poids/jour à l'âge adulte. [Source ANSES 2016]

PERSONNE	Femme	Homme		
	de 40 à 49 ans	de 30 à 39 ans	de 40 à 49 ans	de 50 à 59 ans
BESOINS / JOUR	8736 kJ	11286 kJ	10868 kJ	10450 kJ

B. Exemples de modification des besoins énergétique par l'état pathologique de la personne

- Pour soigner un enfant de 2 ans qui vomit, qui a de la fièvre et de fortes diarrhées, il faudra apporter deux à trois fois plus d'eau sur la période, pour favoriser le rééquilibrage hydrique.
- Pour prendre en charge une personne âgée de 90 ans qui est dénutrie, il faut augmenter l'apport en protéines de 1,2 g à 1,5 g par kg/poids/jour et passer l'apport hydrique à 2,5 l/jour pour éviter d'aggraver les pathologies et limiter l'état de dénutrition et de déshydratation.