

À propos des brochures IDDSI à destination du public



L'IDDSI a élaboré ces brochures en consultation avec les professionnels de santé formés et les patients. Elles peuvent être utilisées par les personnes présentant des troubles de l'alimentation, de la mastication ou de la déglutition, par leurs aidants et par leurs professionnels de santé formés. Il existe deux brochures distinctes : l'une adaptée aux adultes, l'autre aux bébés et enfants. Ces brochures fournissent une information accessible au sujet des niveaux IDDSI et de leurs méthodes de test. Vous y trouverez des exemples d'aliments correspondant à chaque niveau de texture, ainsi que les textures à éviter. Certaines brochures ne contiennent qu'une page, d'autres 3 ou 4. Le tableau ci-dessous reprend la liste des documents et leur nombre de pages.

Brochures pour adultes et leurs aidants		Brochures pour bébés et enfants et leurs parents / aidants	
Général			
Présentation	1 page	Présentation	1 page
		FAQ Taille des morceaux : quand passer des recommandations enfant à adulte ?	1 page
Boissons			
Niveau 0 – Liquide	1 page	Niveau 0 – Liquide	1 page
Niveau 1 – Très légèrement épais	1 page	Niveau 1 – Très légèrement épais	1 page
Niveau 2 – Légèrement épais	1 page	Niveau 2 – Légèrement épais	1 page
Niveau 3 – Modérément épais	1 page	Niveau 3 – Modérément épais	1 page
Niveau 4 – Très épais	1 page	Niveau 4 – Très épais	1 page
Aliments			
Niveau 3 – Purée fluide	1 page	Niveau 3 – Purée fluide	1 page
Niveau 4 – Purée lisse	2 pages	Niveau 4 – Purée lisse	2 pages
Niveau 5 – Haché lubrifié	3 pages	Niveau 5 – Haché lubrifié	3 pages
Niveau 6 – Petits morceaux tendres	3 pages	Niveau 6 – Petits morceaux tendres	3 pages
Niveau 7 – Facile à mastiquer	4 pages, 3 fichiers	Niveau 7 – Facile à mastiquer	4 pages, 3 fichiers
Niveau 7 – Normal	1 page	Niveau 7 – Normal	1 page
Textures changeantes	1 page	Textures changeantes	1 page



HACHÉ LUBRIFIÉ



PETITS MORCEAUX TENDRES



Quand passer de la taille d'aliments adaptée aux bébés et enfants à la taille adaptée aux adultes ?



Pour les bébés et les enfants, l'IDDSI recommande des tailles d'aliments plus petites que pour les adolescents et les adultes. En effet, les voies respiratoires sont plus étroites chez les bébés et les enfants que chez les adultes. Les tout petits morceaux risquent donc moins de bloquer les voies respiratoires des bébés et des enfants, et de causer un étouffement.

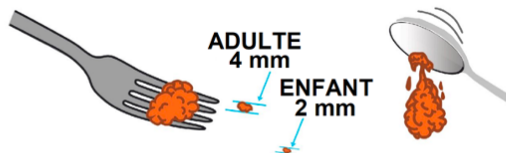
Le changement dans la taille des morceaux est fonction de la taille de votre enfant ainsi que de ses capacités à mastiquer les aliments. À la puberté, les enfants grandissent jusqu'à atteindre la taille adulte. La puberté peut être un repère pour le changement de taille des morceaux, mais vous devez consulter votre



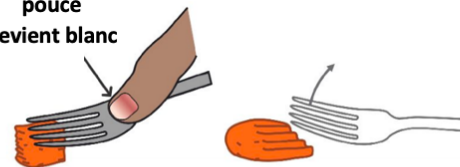
professionnel de santé formé pour confirmer que votre enfant a les capacités de mastication requises pour les morceaux plus gros. Vous pouvez également consulter votre médecin pour savoir quand votre enfant est suffisamment grand pour passer aux tailles de morceaux adaptées aux adultes. Veillez à toujours superviser votre enfant, quel que soit son âge, lorsqu'il mange.



FINEMENT HACHÉ ET LUBRIFIÉ



L'ongle du pouce devient blanc



Enfants :
maximum
8 mm x 8 mm

Adultes :
maximum
15 mm x 15 mm



PETITS MORCEAUX TENDRES

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





LIQUIDE

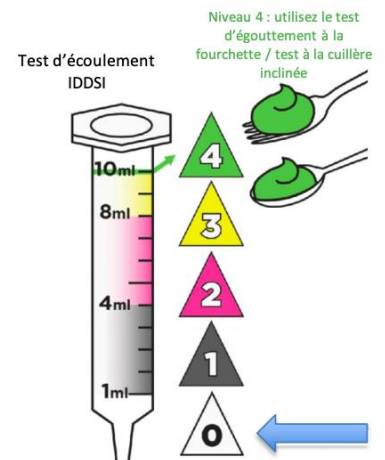
Boissons de niveau 0 - Liquide - Bébés et enfants

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Boissons qui s'écoulent comme de l'eau
- ✓ Peuvent être bues à la paille (diamètre standard) ou au biberon

Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des bébés et des enfants ?

Les boissons de Niveau 0 – Liquide peuvent être indiquées si votre enfant ne présente pas de trouble de la déglutition aux liquides. Le lait maternel, l'eau et les laits maternisés sont des exemples de boissons de ce niveau. Les boissons liquides peuvent être bues à la tétine / biberon, au verre à bec ou au gobelet standard.



Comment puis-je tester ces boissons pour être certain qu'elles sont de niveau 0 - Liquide ?

Le plus sûr est de tester les boissons liquides à l'aide du test IDDSI d'écoulement à la seringue. Ce test mesure le degré d'épaississement d'un liquide par le biais de sa vitesse d'écoulement à travers une seringue de 10 ml en 10 secondes.

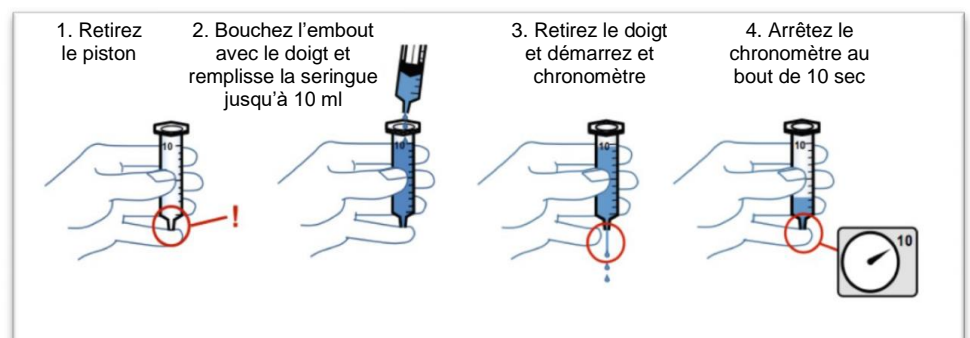
Pour vérifier la texture d'une boisson, il est nécessaire de se munir d'une seringue de 10 ml aux caractéristiques précisées ci-dessous. Pour les boissons de niveau 0 - Liquide, **il doit rester moins de 1 ml** dans la seringue à l'issue des 10 secondes d'écoulement.

Vidéos du test IDDSI d'écoulement à la seringue sur www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/

Avant de commencer, vérifiez la longueur de votre seringue car de nombreux modèles existent. Votre seringue doit ressembler à celle-ci



Longueur de la graduation de 10 ml = 61,5 mm



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

1

TRÈS LÉGÈREMENT ÉPAIS

Boissons de niveau 1 - Très légèrement épais - Bébés et enfants

À quoi correspond ce niveau ?

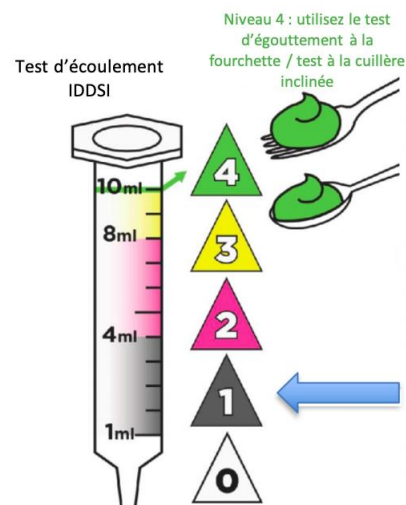
- ✓ Boisson plus épaisse que l'eau
- ✓ Peut être bue à la paille (diamètre standard) / biberon

Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des enfants ?

Les boissons de niveau 1 – Très légèrement épais peuvent être indiquées si votre enfant a des troubles de la déglutition aux liquides (niveau 0, ex. eau, lait, etc.). Les boissons très légèrement épaisses sont plus épaisses que l'eau mais suffisamment liquides malgré tout pour s'écouler dans une tétine de biberon ou un verre à bec.

Certaines boissons correspondent naturellement à ce niveau (certains nectars de fruits, certains laits, etc.). Le lait maternel ou maternisé peut être épaissi pour parvenir à cette texture. Votre professionnel de santé formé peut vous conseiller dans le choix de la tétine adaptée à cette texture et dans le choix de l'épaississant pour parvenir à cette texture.

Les boissons très légèrement épaisses peuvent également être bues au verre à bec ou au gobelet standard.




Comment puis-je tester ces boissons pour être certain qu'elles sont de niveau 1 - Très légèrement épais ?

Le plus sûr est de tester les boissons très légèrement épaisses à l'aide du test IDDSI d'écoulement à la seringue. Ce test mesure le degré d'épaississement d'un liquide par sa vitesse d'écoulement lorsqu'il s'écoule à travers une seringue de 10 ml en 10 secondes.

Pour vérifier la texture d'une boisson, il est nécessaire de se munir d'une seringue de 10 ml aux caractéristiques précisées ci-dessous. Pour les boissons de niveau 1 - Très légèrement épais, **il doit rester entre 1 ml et 4 ml** dans la seringue à l'issue des 10 secondes d'écoulement. Votre professionnel de santé formé peut vous recommander une valeur spécifique entre 4 et 8 ml.

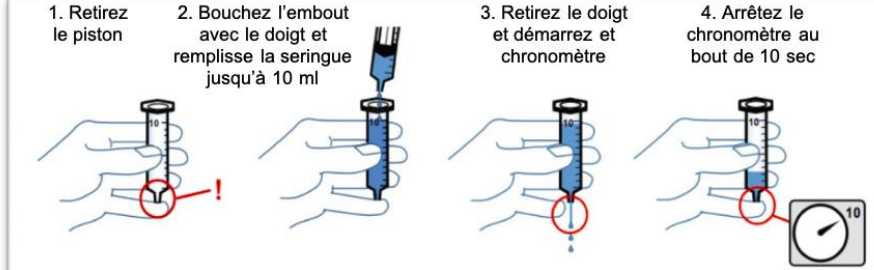
Vidéos du test IDDSI d'écoulement à la seringue sur www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/

Avant de commencer, vérifiez la longueur de votre seringue car de nombreux modèles existent. Votre seringue doit ressembler à celle-ci



Longueur de la graduation de 10 ml = 61,5 mm

1. Retirez le piston
2. Bouchez l'embout avec le doigt et remplissez la seringue jusqu'à 10 ml
3. Retirez le doigt et démarrez et chronomètre
4. Arrêtez le chronomètre au bout de 10 sec



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

2

LÉGÈREMENT ÉPAIS

Boissons de niveau 2 - Légèrement épais - Bébés et enfants

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Boissons pouvant être bues au verre
- ✓ S'écoulent rapidement d'une cuillère inclinée mais plus lentement que les boissons liquides et très légèrement épaisses
- ✓ Nécessitent un certain effort pour être bues avec une paille de diamètre standard

Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des bébés et des enfants ?

Les boissons de niveau 2 – Légèrement épais peuvent être indiquées si les boissons liquides (niveau 0, ex. eau, lait, etc.) et très légèrement épaisses (niveau 1) s'écoulent trop rapidement pour être contrôlées en sécurité. Les boissons légèrement épaisses s'écoulent plus lentement. Elles peuvent être bues à la paille ou au verre.

Certains milkshakes ou smoothies correspondent naturellement à ce

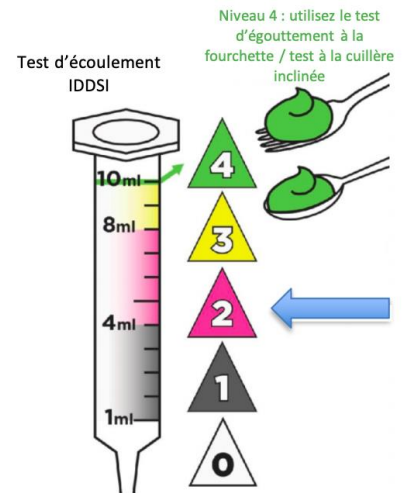
niveau, mais d'autres boissons peuvent nécessiter l'ajout d'un épaississant pour parvenir à cette texture. Veuillez à vérifier le niveau à l'aide de la méthode de mesure ci-dessous.

Les boissons légèrement épaisses s'écoulant plus lentement que les liquides, elles peuvent être trop épaisses pour certaines tétines. Votre professionnel de santé formé peut vous aider à trouver la tétine la plus adaptée. Ces boissons peuvent également être bues dans un verre à bec ou un gobelet standard.

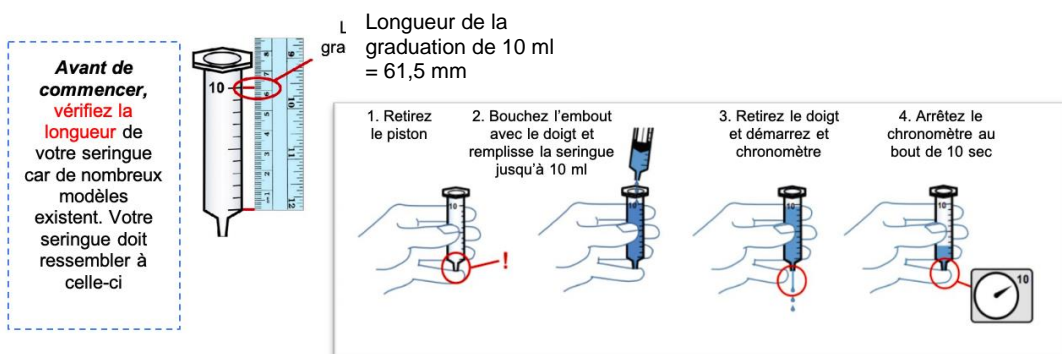
Comment puis-je tester ces boissons pour être certain qu'elles sont de niveau 2 - Légèrement épais ?

Le plus sûr est de tester les boissons légèrement épaisses à l'aide du test IDDSI d'écoulement à la seringue. Ce test mesure le degré d'épaississement d'un liquide par sa vitesse d'écoulement lorsqu'il s'écoule à travers une seringue de 10 ml en 10 secondes.

Pour vérifier la texture d'une boisson, il est nécessaire de se munir d'une seringue de 10 ml aux caractéristiques précisées ci-dessous. Pour les boissons de niveau 2 - Légèrement épais, **il doit rester entre 4 ml et 8 ml** dans la seringue à l'issue des 10 secondes d'écoulement. Votre professionnel de santé formé peut vous recommander un chiffre spécifique entre 4 et 8 ml.



Vidéos du test IDDSI d'écoulement à la seringue sur www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/



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



MODÉRÉMENT ÉPAIS

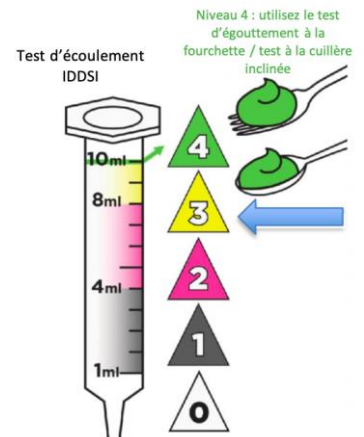
Boissons de niveau 3 - Modérément épais - Bébés et enfants

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Boissons pouvant être consommées à la cuillère ou au verre
- ✓ Nécessitent un certain effort pour être bues à la paille (large diamètre) et ne peut être bue avec un biberon
- ✓ Texture lisse sans petits morceaux, grumeaux, fibres ou grains

Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des bébés et des enfants ?

Les boissons de niveau 3 – Modérément épais peuvent être indiquées si la langue de votre enfant ne parvient pas à contrôler les boissons légèrement épaisses, très légèrement épaisses ou liquides. Grâce à cette texture modérément épaisse, la langue dispose de davantage de temps pour rassembler et propulser la boisson. Ces boissons se consomment de préférence à la cuillère ou au verre.

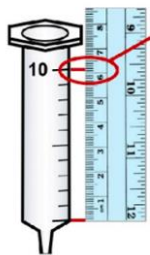


Comment puis-je tester ces boissons pour être certain qu'elles sont de niveau 3 - Modérément épais ?

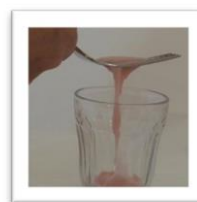
Le plus sûr est de tester les boissons modérément épaisses à l'aide du test IDDSI d'écoulement à la seringue ET du test d'égouttement à la cuillère. Ces deux tests mesurent le degré d'épaississement d'un liquide par le biais de sa vitesse d'écoulement à travers une seringue de 10 ml en 10 secondes et entre les dents d'une fourchette. Pour vérifier la texture d'une boisson, il est nécessaire de se munir d'une seringue de 10 ml aux caractéristiques précisées ci-dessous. Pour les boissons de niveau 3 - Modérément épais, **il doit rester plus de 8 ml** dans la seringue à l'issue des 10 secondes d'écoulement. Votre professionnel de santé formé peut vous recommander une valeur spécifique entre 8 et 10 ml. Pour le test IDDSI d'égouttement à la fourchette, la boisson modérément épaisse doit s'écouler lentement et par à-coups entre les dents de la fourchette.

Vidéos du test IDDSI d'écoulement à la fourchette et de la cuillère inclinée sur www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/

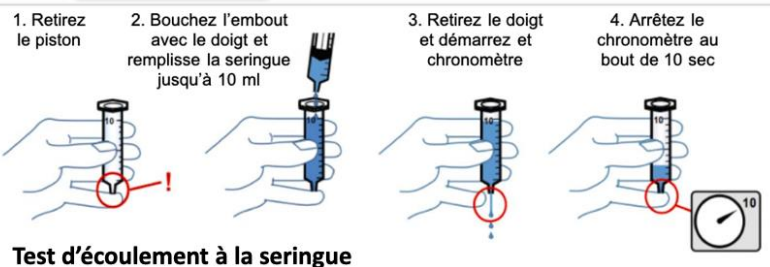
Avant de commencer, vérifiez la longueur de votre seringue car de nombreux modèles existent. Votre seringue doit ressembler à celle-ci



Longueur de la graduation de 10 ml = 65,5 mm



Test IDDSI d'égouttement à la fourchette
S'écoule lentement par à-coups entre les dents de la fourchette



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

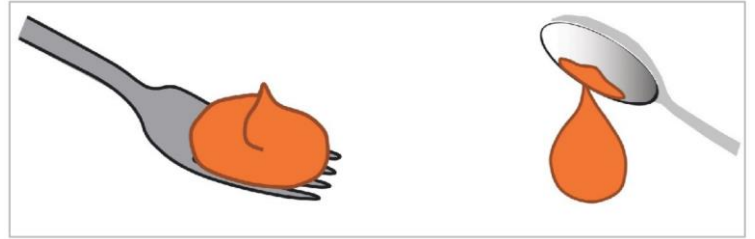
4

TRÈS ÉPAIS

Boissons de niveau 4 - Très épais - Bébés et enfants

A quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Habituellement consommées à la cuillère
- ✓ Ne peuvent être bues au verre, à la paille ni au biberon
- ✓ Il n'est **pas** nécessaire de mastiquer
- ✓ Texture lisse sans grumeaux
- ✓ Conservent leur forme dans une cuillère
- ✓ Tombent en un bloc de la cuillère quand celle-ci est inclinée
- ✓ **Non** collantes



Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des bébés et enfants ?

Les boissons de niveau 4 - Très épais peuvent être indiquées si votre enfant n'arrive pas à contrôler les boissons de niveau modérément / légèrement / très légèrement épais ou liquide avec sa langue. Avec les boissons très épaisses, la langue a davantage de temps pour rassembler et propulser le liquide. Les boissons très épaisses ne doivent pas être trop collantes, sinon elles risquent d'adhérer aux joues, aux dents, au palais ou à la gorge. Ces boissons se consomment de préférence à la cuillère.

Comment puis-je tester ces boissons pour être certain qu'elles sont de niveau 4 - Très épais ?

Le plus sûr est de tester les boissons très épaisses 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/

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



PURÉE FLUIDE

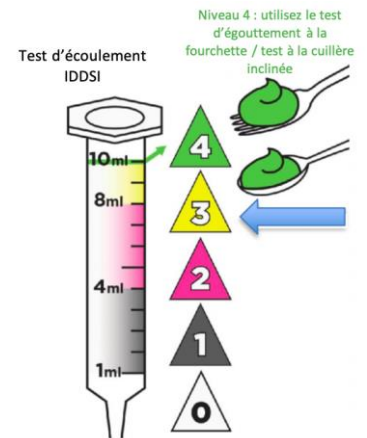
Aliments de niveau 3 - Purée fluide - Bébés et enfants

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Aliments pouvant être consommés à la cuillère ou au verre
- ✓ **Ne peuvent être** consommés à la fourchette car il s'écoulent entre ses dents
- ✓ Texture lisse sans petits morceaux (grumeaux, fibres, enveloppes, fragments de cosse ou de peau, fragments de cartilage ou d'os)

Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des bébés et des enfants ?

Les aliments de niveau 3 – Purée fluide peuvent être indiqués si la mobilité de la langue de votre enfant est limitée. Ces aliments se consomment de préférence à la cuillère. Demandez l'avis d'un diététicien ou d'un médecin nutritionniste lorsque vous utilisez ce niveau de texture pour votre enfant, afin de vous assurer que les apports répondent à ses besoins nutritionnels.



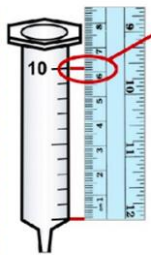
Comment puis-je tester ces aliments pour être certain qu'ils sont de niveau 3 – Purée fluide ?

Le plus sûr est de tester les aliments Purée fluide à l'aide du test IDDSI d'écoulement à la seringue ET du test d'égouttement à la cuillère. Ces deux tests mesurent le degré d'épaississement d'un liquide par le biais de sa vitesse d'écoulement lorsqu'il s'écoule à travers une seringue de 10 ml en 10 secondes et lorsqu'il passe entre les dents d'une fourchette. Pour vérifier la texture d'une boisson, il est nécessaire de se munir d'une seringue de 10 ml aux caractéristiques précisées ci-dessous. Pour les aliments de niveau 3 – Purée fluide, **il doit rester plus de 8 ml** dans la seringue à l'issue des 10 secondes d'écoulement. Votre professionnel de santé formé peut vous recommander une valeur spécifique entre 8 et 10 ml. Pour le test IDDSI d'égouttement à la fourchette, l'aliment Purée fluide doit s'écouler lentement et par à-coups entre les dents de la fourchette.

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

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

Avant de commencer, vérifiez la longueur de votre seringue car de nombreux modèles existent. Votre seringue doit ressembler à celle-ci



Longueur de la graduation de 10 ml = 61,5



Test IDDSI d'égouttement à la fourchette
S'écoule lentement par à-coups entre les dents de la fourchette

1. Retirez le piston 2. Bouchez l'embout avec le doigt et remplissez la seringue jusqu'à 10 ml 3. Retirez le doigt et démarrez et chronomètre 4. Arrêtez le chronomètre au bout de 10 sec

Test d'écoulement à la seringue

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



PURÉE LISSE

Aliments de niveau 4 - Purée lisse - Bébés et enfants

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Aliments habituellement consommés à la cuillère
- ✓ Ne nécessitent **pas** de mastication
- ✓ Texture lisse sans grumeaux
- ✓ Conservent leur forme dans une cuillère
- ✓ Tombent en un bloc de la cuillère quand celle-ci est inclinée
- ✓ **Non** collants
- ✓ Le liquide (comme les sauces) ne doit pas se dissocier du solide



Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des bébés et des enfants ?

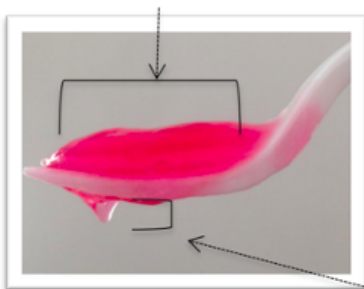
Les aliments de niveau 4 – Purée lisse peuvent être indiqués si votre enfant n'arrive pas à croquer ni à mastiquer, et si le contrôle de sa langue est insuffisant. Pour être avalés, ces aliments doivent être emmenés en arrière-bouche par une langue suffisamment mobile. Les purées lisses ne doivent pas être trop collantes, sinon la nourriture risque d'adhérer aux joues, aux dents, au palais ou à la gorge. Les purées lisses se consomment de préférence à la cuillère.

Comment puis-je tester ces aliments pour être certain qu'ils sont de niveau 4 - Purée lisse ?

Le plus sûr est de tester les purées lisses 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/

L'aliment tient en bloc sur la fourchette



Test IDDSI d'égouttement à la fourchette

L'aliment ne goutte ni ne s'écoule en continu entre les dents de la fourchette

Une petite goutte peut se former sous la fourchette



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

Les purées lisses de niveau 4 doivent satisfaire les critères de ces deux tests !

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



PURÉE LISSE



Pour la sécurité de votre enfant, s'il est en niveau 4 - Purée lisse, **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...
Grumeaux visibles	Grumeaux / particules visibles dans les aliments mixés ou les yaourts...
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 aux besoins de votre enfant.



HACHÉ LUBRIFIÉ

Aliments de niveau 5 - Haché lubrifié - Bébés et enfants

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 2 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 ni particules qui s'en échappent



Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des bébés et des enfants ?

Les aliments de Niveau 5 - Haché lubrifié peuvent être indiqués si votre enfant n'arrive pas à croquer des morceaux sans danger mais commence à mastiquer ou possède une mastication *a minima*. Certains enfants arrivent 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 ces aliments pour être certain qu'ils sont de niveau 5 - Haché et lubrifié ?

Le plus sûr est de tester les aliments hachés et 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

ADULTE
4 mm

ENFANT
2 mm

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

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

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



HACHÉ LUBRIFIÉ

EXEMPLES d'aliments de niveau 5 - Haché lubrifié - Nourrissons et jeunes enfants

- ✓ **Viande** : finement émincée ou hachée en particules ne dépassant pas 2 mm. Servie en sauce ou coulis très épais, lisse
- ✓ **Poisson** : finement écrasé ou émincé en particules ne dépassant pas 2 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 2 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 et lubrifié :



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

ADULTE
4 mm

ENFANT
2 mm

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

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

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



HACHÉ ET LUBRIFIÉ

Pour la sécurité de votre enfant, s'il est 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 2 mm x 2 mm x 8 mm. Fruits, légumes, viandes, pâtes ou autre aliment de plus de 2 mm x 2 mm x 8 mm
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 aux besoins de votre enfant.

Aliments de niveau 6 - Petits morceaux tendres - Bébés et enfants

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Aliments tendres et lubrifiés mais sans liquide se séparant du solide
- ✓ Il n'est **pas** nécessaire d'être capable de croquer dans un morceau
- ✓ Il faut être capable de mastiquer des petits morceaux pour les avaler en sécurité
- ✓ La taille des morceaux est inférieure à 8 mm x 8 mm
- ✓ L'aliment peut être écrasé / broyé avec une fourchette
- ✓ Il n'est **pas** nécessaire d'utiliser un couteau pour le couper



Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des bébés et des enfants ?

Les aliments de niveau 6 - Petits morceaux tendres peuvent être indiqués si votre enfant n'arrive pas à croquer des morceaux sans danger mais est capable de mastiquer des bouchées pour obtenir de petits morceaux faciles à avaler. Les aliments en petits morceaux tendres requièrent une mastication modérée afin que la langue puisse rassembler la nourriture en une boule et l'emmener en arrière-bouche pour qu'elle soit avalée. Si vous constatez que les morceaux ne sont pas assez bien mastiqués au moment de les avaler, consultez votre professionnel de santé formé pour vous assurer que cette texture est bien adaptée aux besoins / capacités de votre enfant, de manière à limiter le risque de fausse route. Ces petits morceaux tendres peuvent se consommer à l'aide d'une fourchette, d'une cuillère, des doigts ou de baguettes.

Comment puis-je tester ces aliments pour être certain qu'ils sont de niveau 6 - Petits morceaux tendres ?

Le plus sûr est de tester les aliments en petits morceaux tendres à l'aide du test IDDSI de pression à la fourchette.

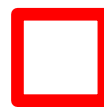
Vidéos du test IDDSI de pression à la fourchette sur www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/

Test IDDSI de pression à la fourchette

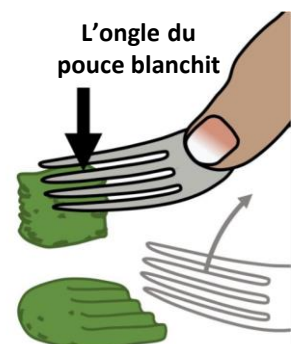
Pour les enfants, la taille des morceaux **ne dépasse pas 8 mm x 8 mm**

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

Ne dépasse pas
8 mm x 8 mm



Les aliments en petits morceaux tendres doivent satisfaire les critères de ces deux tests !



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

EXEMPLES d'aliments de niveau 6 – Petits morceaux tendres - Bébés et enfants

- ✓ **Viande** : cuite, tendre, en morceaux ne dépassant pas 8 mm x 8 mm. Si elle ne peut pas être servie tendre, servez-la finement hachée et lubrifiée (niveau 5)
- ✓ **Poisson** : cuit, suffisamment tendre pour être réduit en petits morceaux ne dépassant pas 8 mm x 8 mm
- ✓ **Fruits** : tendres et coupés en petits morceaux ne dépassant pas 8 mm x 8 mm (retirer tout excès de jus). Ne consommez pas les parties fibreuses (ex. : membrane blanche d'une orange). Faites très attention si vous mangez un fruit à haute teneur en eau : pendant la mastication, le jus se sépare de la chair (ex. : pastèque, melon, etc.)
- ✓ **Légumes** : cuits à la vapeur ou bouillis, de taille finale ne dépassant pas 8 mm x 8 mm. Les légumes sautés ou frits sont souvent **trop fermes** et **ne conviennent pas** à ce niveau de texture
- ✓ **Céréales** : totalement ramollies, en morceaux ne dépassant pas 8 mm x 8 mm. Égoutter avant de servir afin de retirer tout excès de liquide
- ✓ **PAS DE PAIN NORMAL** en raison du haut risque d'étouffement associé ! Reportez-vous à la recette en vidéo pour réaliser des sandwiches de Niveau 5 - Finement haché et lubrifié, texture également adaptée au niveau 6 - Petits morceaux tendres
<https://www.youtube.com/channel/UC0I9FDjwJR0L5svIGCvIqHA>
- ✓ **Riz** : nécessite d'être lubrifié et amalgamé par une sauce épaisse, lisse et qui ne coule pas. Le riz ne doit **pas** être collant ou gluant. Les grains ne doivent **pas** se disperser à la cuisson ou au moment du service.



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

Test IDDSI de pression à la fourchette

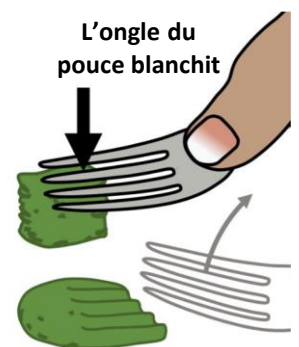
Pour les enfants, la taille des morceaux **ne dépasse pas 8 mm x 8 mm**

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

Ne dépasse pas
8 mm x 8 mm



Les aliments en petits morceaux tendres doivent satisfaire les critères de ces deux tests !



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

Pour la sécurité de votre enfant, s'il est en niveau 6 - Petits morceaux tendres, **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 (ajouter de la sauce si besoin)...
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 /laitue, 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 8 mm x 8 mm. Fruits, légumes, viandes, pâtes ou autre aliment de plus de 8 mm x 8 mm
Notes du professionnel formé de santé	

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



NORMAL FACILE À MASTIQUER

Niveau 7 - Normal *Facile à mastiquer* - Bébés et enfants

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Aliments normaux*, de tous les jours mais de texture tendre, adaptés au développement de votre enfant. Votre bébé doit avoir des dents et des capacités de mastication
 - ✓ Ces aliments peuvent être consommés avec tout type d'ustensiles ou techniques (par ex. doigts, fourchette, cuillère, baguettes, etc.)
 - ✓ La taille des morceaux n'étant pas limitée dans le Niveau 7, ces aliments faciles à mastiquer peuvent avoir diverses tailles, **mais doivent être adaptés à l'âge de votre enfant et à son niveau de développement.** *Contrairement au niveau 6, la taille des morceaux n'est pas limitée à 8 mm x 8 mm.*
 - ✓ **N'incluez pas les aliments** : durs, coriaces, fibreux, filandreux, contenant des pépins / graines, os, cartilage
 - ✓ Votre enfant doit être capable de croquer dans les morceaux tendres en choisissant une taille de bouchée qui soit facile à mastiquer et à avaler
 - ✓ Votre enfant doit être capable de mastiquer des morceaux d'aliments tendres de manière à ce qu'ils soient faciles à avaler sans se fatiguer trop vite
 - ✓ La langue de votre enfant doit être capable de déplacer les aliments pour la mastication et de presser l'aliment jusqu'à ce qu'il soit suffisamment humidifié pour être avalé confortablement
- * Peut inclure les « doubles textures » - mélanges solide / liquide — consultez votre médecin / orthophoniste / logopède / logopédiste à ce sujet.



Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des bébés et des enfants ?

Les aliments de Niveau 7- Normal *Facile à mastiquer* peuvent être indiqués si votre enfant a des capacités de mastication suffisantes pour écraser des aliments tendres, découpés en morceaux adaptés à son âge et à ses capacités. Cette texture peut également être adaptée si votre enfant a une mastication insuffisante pour les aliments durs et fermes, mais qu'il parvient à mastiquer des aliments tendres sans se fatiguer. Ce peut être également un bon choix si votre enfant est en train de recouvrer ses forces après une maladie. Enfin, votre professionnel de santé formé peut avoir recommandé cette texture si votre enfant est en cours d'apprentissage de la mastication.

Pour qui cette texture n'est-elle pas adaptée ?

Ce niveau n'est pas destiné à des bébés ou enfants présentant des troubles de la déglutition objectivés par un professionnel de santé formé qualifié. En effet, il peut présenter des risques pour votre bébé ou votre enfant s'il a des difficultés de mastication, de déglutition et/ou de comportement pendant le repas (ne mastique pas suffisamment, remplit trop sa bouche, mange trop vite ou avale de trop grosses bouchées). Consultez toujours les professionnels de santé formés compétents pour obtenir des conseils adaptés aux besoins de votre enfant.

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


Pour les jeunes enfants, couper les aliments en morceaux adaptés à leur âge. Les enfants doivent être assis pour manger et boire. Surveillez toujours votre enfant pendant les repas. Si vous remarquez que votre enfant ne mastique pas correctement, consultez votre professionnel de santé formé pour vous assurer que la texture permet de limiter les risques de fausse route.

NB : Les enfants de moins de 3 ans sont à risque particulièrement élevé de fausse route. Des exemples d'aliments avec lesquels des enfants de moins de 3 ans ont tendance à s'étouffer sont rassemblés dans le tableau ci-dessous. Attention, ces aliments **ne conviennent pas** aux bébés ou enfants en Niveau 7 - Facile à mastiquer. Reportez-vous aux recommandations locales pour les conduites à tenir en cas de fausse route obstructive (étouffement alimentaire).


Exemples d'aliments induisant typiquement un risque d'étouffement pour les enfants de moins de 3 ans	
Aliments durs ou secs	noix, légumes crus (carotte, chou-fleur, brocoli) ; gâteaux secs...
Aliments ronds ou de forme oblongue	grains de raisin entiers, cerises entières, raisins secs, saucisses, hot-dogs...
Aliments filandreux	céleri, haricots, rhubarbe...
Aliments avec peaux / cosses	maïs, pain avec graines, flocons d'avoine, son...
Aliments coriaces ou fibreux	bifteck, ananas...
Aliments en feuilles souples	salade, concombre, jeunes pousses d'épinard...
Aliments croustillants	popcorn, pain grillé, biscuits secs / cookies, chips...


Comment puis-je tester ces aliments pour être certain qu'ils sont de niveau 7 - Normal Facile à mastiquer ?
 Les aliments doivent pouvoir être coupés avec la tranche d'une fourchette ou d'une cuillère. Le plus sûr est de tester les aliments de niveau 7- Normal Facile à mastiquer à l'aide du test IDDSI de pression à la fourchette.

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




**NORMAL
FACILE À MASTIQUER**






Ces aliments doivent pouvoir être coupés facilement avec la tranche d'une fourchette ou d'une cuillère



L'ongle du pouce blanchit

Ils doivent satisfaire les critères du test de pression à la fourchette



Test IDDSI de pression à la fourchette
Pour être sûr que l'aliment est suffisamment tendre, appuyez sur la fourchette jusqu'à ce que l'ongle de votre pouce blanchisse, puis retirez la fourchette pour vérifier que l'aliment est totalement écrasé et ne reprend pas sa forme initiale

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



NORMAL FACILE À MASTIQUER

EXEMPLES d'aliments de niveau 7 - Normal *Facile à mastiquer* - Bébés et enfants

- ✓ **Viande** : cuite, tendre. Si elle ne peut pas être servie tendre, servez-la finement hachée et lubrifiée (niveau 5)
- ✓ **Poisson** : cuit, suffisamment tendre pour être réduit facilement en petits morceaux à l'aide de la tranche d'une fourchette / cuillère
- ✓ **Fruits** : suffisamment tendres pour être coupé en petits morceaux avec la tranche d'une fourchette / cuillère (retirer tout excès de jus). Ne consommez pas les parties fibreuses (ex. : membrane blanche d'une orange). Faites attention si vous mangez un fruit à haute teneur en eau : pendant la mastication, le jus se sépare de la chair (ex. : pastèque, melon, etc.)
- ✓ **Légumes** : cuits à la vapeur ou bouillis, tendres. Les légumes sautés ou frits sont souvent trop fermes et ne conviennent pas à ce niveau de texture
- ✓ **Céréales** : servies ramollies. Retirer tout excès de liquide avant de servir.
- ✓ Demandez l'avis de votre professionnel de santé formé en ce qui concerne le pain et les sandwiches (y compris leur garniture)
- ✓ **Riz** : pas de consigne de cuisson ou de présentation particulière à ce niveau de texture.



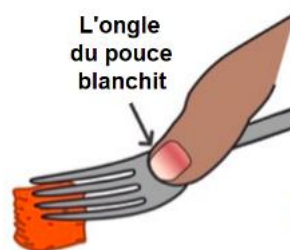
Vidéos du test IDDSI de pression à la fourchette sur www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/



NORMAL FACILE À MASTIQUER



Ces aliments doivent pouvoir être coupés facilement avec la tranche d'une fourchette ou d'une cuillère



Ils doivent satisfaire les critères du test de pression à la fourchette



Test IDDSI de pression à la fourchette
Pour être sûr que l'aliment est suffisamment tendre, appuyez sur la fourchette jusqu'à ce que l'ongle de votre pouce blanchisse, puis retirez la fourchette pour vérifier que l'aliment est totalement écrasé et ne reprend pas sa forme initiale

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



NORMAL FACILE À MASTIQUER



Pour sa sécurité, si votre enfant est en niveau 7 - Normal Facile à mastiquer, **ÉVITEZ** les textures alimentaires suivantes induisant typiquement un risque d'étouffement pour les enfants de moins de 3 ans.

Les enfants de moins de 3 ans présentent un risque particulièrement élevé d'étouffement.

Surveillez toujours votre enfant pendant les repas.

Encouragez les enfants à s'asseoir pour manger et boire.

Si vous remarquez que votre enfant ne mastique pas correctement, consultez votre professionnel de santé formé pour vous assurer que la texture choisie permet de limiter les risques de fausse route.

Caractéristiques des textures à éviter	Exemples d'aliments à éviter
Aliments durs ou secs	Noix, crudités (carottes, chou-fleur, brocoli crus), gâteaux secs, pain, céréales sèches
Aliments arrondis ou de forme allongée	Raisins, cerises, raisins secs, saucisses, hot dogs
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
Pépins, graines, membranes	Pépins de pomme, graines de courge, membrane de l'orange
Os, cartilages	Os de poulet, arêtes de poisson, autres types d'os, cartilage
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	Céleri, haricots, rhubarbe
Aliments à cosse	Pain aux graines, blé concassé, son
Aliments souples	Laitue, concombre, jeunes pousses d'épinards- fraîches
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 aux besoins de votre enfant.





NORMAL

Aliments de Niveau 7 - Normal - Bébés et enfants

À quoi correspond ce niveau ?

- ✓ Aliments normaux, de tous les jours, de diverses textures adaptées au niveau de développement de votre enfant (présence de dents, capacités de mastication)
- ✓ Votre enfant doit être capable de croquer dedans
- ✓ Votre enfant doit être capable de mastiquer des aliments durs **mais aussi** des aliments tendres
- ✓ Votre enfant doit être capable de mastiquer tout type de texture sans vous fatiguer trop rapidement
- ✓ Les aliments de texture double / hétérogène / mixte / mélanges solide-liquide sont inclus dans ce niveau (ex. céréales avec lait, soupe avec morceaux)
- ✓ Les sandwiches sont inclus dans ce niveau



Pourquoi cette texture est-elle utilisée pour des enfants ?

Les aliments de niveau 7 - Normal sont indiqués si votre enfant n'a pas de problème de mastication ou de déglutition qui serait susceptible d'augmenter son risque d'étouffement. Pour les jeunes enfants, découpez les aliments en morceaux adaptés à leur âge. Les enfants de moins de 3 ans présentent un risque particulièrement élevé de fausse route. Des exemples d'aliments avec lesquels des enfants de moins de 3 ans ont tendance à s'étouffer sont rassemblés dans le tableau ci-dessous.

Surveillez toujours votre enfant pendant les repas. Encouragez les enfants à s'asseoir pour manger et boire. Si vous remarquez que votre enfant ne mastique pas correctement, consultez votre professionnel de santé formé pour vous assurer que la texture permet de limiter les risques de fausse route. Reportez-vous aux recommandations locales pour les conduites à tenir en cas de fausse route obstructive (étouffement alimentaire).

Comment puis-je tester ces aliments pour être certain qu'ils sont de niveau 7 - Normal ?

Il n'existe pas de méthode de mesure spécifique pour ce niveau.

Exemples d'aliments induisant typiquement un risque d'étouffement pour les enfants de moins de 3 ans	
Aliments durs ou secs	noix, légumes crus (carotte, chou-fleur, brocoli) ; gâteaux secs...
Aliments ronds ou de forme oblongue	grains de raisin entiers, cerises entières, raisins secs, saucisses, hot-dogs...
Aliments filandreux	céleri, haricots, rhubarbe...
Aliments avec peaux / cosses	maïs, pain avec graines, flocons d'avoine, son...
Aliments coriaces ou fibreux	bifteck, ananas...
Aliments en feuilles souples	salade, concombre, jeunes pousses d'épinard...
Aliments croustillants	popcorn, pain grillé, biscuits secs / cookies, chips...

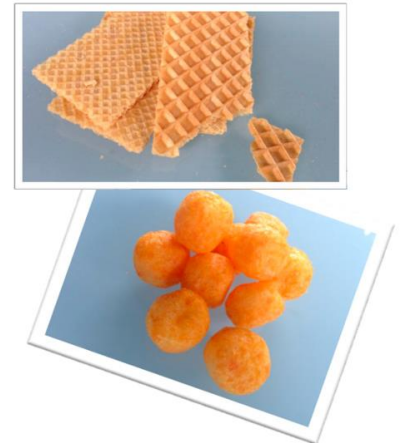
Document réservé à l'information du public. Merci de consulter les professionnels de santé formés pour des conseils spécifiques adaptés aux besoins de votre enfant.

TEXTURES CHANGEANTES

Textures changeantes – Bébés et enfants

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 bébés et enfants ?

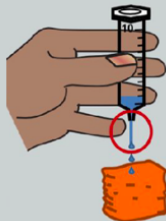
Les aliments de texture changeante peuvent être utilisés pour réapprendre à mastiquer. Ces aliments ne nécessitent que peu de mastication : la force de la langue à elle seule permet de les écraser une fois qu'ils ont été modifiés par la température ou l'humidité. Les textures changeantes sont souvent 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).

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.

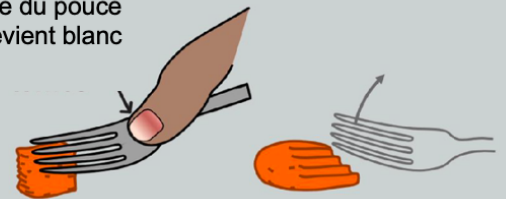
Vidéos du test IDDSI de pression à la fourchette sur www.iddsi.org/framework/food-testing-methods/

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.