Équilibré et varié, sans oublier de se faire plaisir

patient_et_public_restauration_04

La nourriture d’un hôpital a une certaine réputation… pas toujours flatteuse. Pourtant, des professionnels – cuisiniers et diététiciens – se démènent pour que santé et nourriture fassent bon ménage, tant au niveau du choix de l’offre que de la qualité.

Si vous avez été hospitalisé il y a une trentaine d’années dans ce qui était alors le « Canto » ou l’hôpital de la Gruyère, peut-être vous rappelez-vous la nourriture de l’époque... Un seul menu, le rôti de porc par exemple, peu assaisonné et décliné dans tous les régimes – standard, mixé, haché, léger ou pour diabétique. « Tout était plus simple à l’époque, explique Didier Seydoux, chef de la restauration de l’actuel HFR Riaz, en poste depuis trente ans. Il n’y avait quasiment pas de végétariens et les patients n’avaient que très peu de choix. » Même son de cloche pour Nathalie Bartolucci, responsable diététique et nutrition, en fonction depuis autant de temps, qui relève le côté « cantine » de la cuisine d’alors.

L’alimentation au sein de l’hôpital a considérablement évolué. D’abord les métiers : les diététiciennes, spécialistes d’une alimentation saine, participaient davantage en cuisine. Avec le temps, elles en sont progressivement sorties pour suivre une voie orientée vers les soins, en collaboration étroite avec les médecins. Les cuisiniers ont vu alors leur métier évoluer et ont assisté à l’apparition d’une nouvelle profession : cuisinier en diététique, regroupant les multiples compétences nécessaires à une maîtrise de l’alimentation des patients, de la commande du produit au résultat final dans l’assiette.

Le changement s’est aussi effectué d’un point de vue technique et logistique. « De nos jours, nous utilisons beaucoup la cuisson sous vide, qui permet une plus longue conservation des produits », explique Didier Seydoux. Quant aux produits utilisés ? « Plus du tout de beurre, moins de sel, moins de sucre. On privilégie les huiles saines et les produits locaux », poursuit le chef de cuisine.

«Quand je me présentais à mes débuts, on croyait que j'étais esthéticienne au lieu de diététicienne. Les gens pensaient qu'on ne leur ferait manger que des graines et que notre mission était de les faire maigrir. En fait, nous faisons surtout face à la dénutrition des patients et tentons de leur faire reprendre de la masse musculaire». Nathalie Bartolucci

Manger varié et équilibré

Si l’alimentation faisait déjà office de médicament pour Hippocrate, considéré comme « le père de la médecine » et à qui l’on attribue la fameuse citation « Que ton aliment soit ton médicament », le proverbe qui conviendrait le mieux à la mission actuelle des diététiciens et cuisiniers de l’HFR est incontestablement « Aurea mediocritas – le juste milieu est d’or ». Tels les épicuriens antiques, Nathalie Bartolucci et Didier Seydoux prônent en effet l’équilibre et la variété, sans oublier « de se faire plaisir avant tout ».

H24 n°9 / Automne 2019

Katelijne Dick
Patients & proches
Étiquettes
H24
Médecine d'hier et d'aujourd'hui
Restauration