

Bonjour à toutes et bonjour à tous,

Comme on a dû déjà vous expliquer ce qu'est la SLA et son fonctionnement, je ne vais pas vous en parler du côté médical.

Tout comme l'évolution de cette maladie neuro dégénérative est variable selon les patients, la façon de nourrir les contractants de cette pathologie évolue et varie suivant le malade et l'avancement de la maladie. Je vais poursuivre ces quelques lignes, en vous donnant un point de vue personnel et mon ressenti par rapport à mon vécu.

Au début, aucun souci pour manger ou boire, puis petit à petit, la déglutition devient de plus en plus compliquée et les risques de fausses routes apparaissent, ce qui occasionne un stress supplémentaire pour les patients à un moment qui devrait être un plaisir. Ce stress, peut engendrer une phobie, qui, à court, moyen ou long terme entraîne un désintérêt total pour se nourrir ou pour boire, donc une perte de poids, facteur aggravant pour cette pathologie, le poids, devant rester stable, on ne doit pas trop en perdre ni trop en prendre, d'où l'importance d'être bien entouré, surveillé et conseillé si besoin.

Venons-en à l'alimentation, comme déjà dit, elle varie suivant l'évolution de la SLA par la texture des aliments et la capacité du patient à mâcher et à avaler. La difficulté dans cet exercice est de ne pas tomber dans le piège de la facilité, en privilégiant le côté pratique au détriment du plaisir du malade. Ses goûts et ses envies doivent compter tout comme vous avez des envies de tel ou tel plat. Ça doit rester un moment agréable pour tous. Il est vrai, que c'est une partie de la maladie que j'ai occultée au début, comme je n'avais aucune difficulté de se côté-là, et par conséquent, je n'avais pas approché le sujet, à tort. Malheureusement pour moi, au moment où j'aurais aimé travailler sur des plats appropriés à chaque patient, je me suis retrouvé incapable de pouvoir officier. Effectivement, j'aurais pu ou je pourrais encore écrire ou dicter à quelqu'un mes idées, mais la confection et les process sont la résultante de la connaissance des produits, des épices, du goût, des mariages des saveurs, des essais, et de la sensibilité des cuisiniers. La gastronomie s'est démocratisée depuis quelques années, rendant plus accessible à certains le plaisir de confectionner des plats par eux-mêmes.

En ce qui concerne notre sujet, il ne devrait pas y avoir de barrières pour maintenir le plaisir d'un repas pour qui que ce soit. Cependant, il y a quelques règles à connaître, textures trop liquides, trop filandreuses, trop dures, trop sèches, trop cassantes, de formes originelles dangereuses comme les petits pois ou la semoule par exemple.

À l'heure actuelle, les procédures et les diverses techniques de cuisine et de cuissons n'ont de limite que l'imagination du cuisinier. Même si déjà, les plats destinés aux patients ayant des difficultés à se nourrir ont fait énormément de progrès, nous pouvons encore les faire évoluer, tout comme la gastronomie se réinvente et évolue sans cesse.

Pour l'instant, la gamme de plats cuisinés pour les différents patients varient entre mixés et moulinés, c'est déjà bien, mais, le plaisir de déguster un plat fait appel à de nombreux sens, l'odeur, le goût, l'ouïe ( pour certains), et aussi la vue. Entendons-nous bien, lorsque vous présentez un plat à un convive, même si le goût est au rendez-vous, si son aspect n'est pas appétissant, le désir, et par conséquent le plaisir ne l'est pas. Le fait de se dire, qu'après tout, les malades se contenteront de ce que l'on donnera est un manque réel de respect et un manque de savoir vivre. On ne sait jamais, demain, c'est vous qui pourriez vous retrouver à leurs places.

Pour finir, j'ai vous ai parlé, de textures, de plats mixés et moulinés, d'évolutions de techniques de process et de cuissons, de possibilités de mettre à la disposition de tous les mêmes plats sans aucunes limites, je le pense réellement. Si j'en avais encore la possibilité, aujourd'hui, je me serais lancé dans la confection de recettes pour nos différents malades ou personnes âgées qui rencontrent les mêmes difficultés, en axant les plats, plus sur la déstructuration que sur le mixé-mouliné, en essayant de tenir compte des procédés afin qu'ils puissent être accessible à n'importe quelle personne, novice ou pas, je ne cache pas que mon ustensile préféré reste le siphon, qui donne une texture idéale, à mon avis pour éviter les fausses routes, ni trop solide, ni trop liquide ou gélatineux. L'important reste le plaisir de chacun, aussi bien le plaisir de celui qui mange que le plaisir de celui qui cuisine.

Je vous remercie pour votre écoute.