

À VOS CÔTÉS
DEPUIS PLUS DE
40 ANS
SUR LA NUTRITION
MÉDICALE

**CONTINUEZ À NOURRIR
VOTRE ÉNERGIE**

NUTRICIA
Fortimel®

MON CARNET DE SUIVI

Date de 1^{ère} prise de CNO* :

Nombre de CNO* prescrit(s) : / jour

Poids au 1^{er} rdv :

Durée de la prescription : jours

* Compléments nutritionnels oraux.

VOTRE MÉDECIN VOUS A PRESCRIT DES COMPLÉMENTS NUTRITIONNELS ORAUX (CNO) DE LA GAMME FORTIMEL®

Dans ce carnet, retrouvez :



Les réponses à vos questions

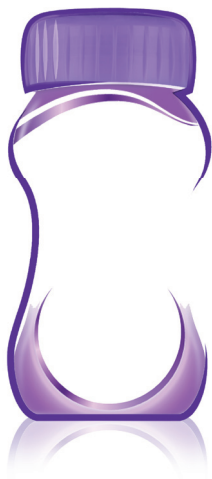


Tous nos conseils et astuces pour vous accompagner au quotidien dans le bon suivi de votre prise en charge nutritionnelle, notamment :

- Comment bien suivre ma prescription jour après jour ?
- Comment faciliter la prise de mes CNO* dans mon quotidien ?

Ce carnet de suivi vous a été remis par votre médecin ou votre pharmacien, qui pourra vous conseiller sur la prise de votre CNO*. Rapprochez-vous de lui si vous avez des questions.

QU'EST-CE QU'UN CNO* ?



C'est un produit conçu pour apporter protéines, énergie, vitamines, minéraux et oligo-éléments en quantités plus ou moins importantes selon vos besoins.

Il est **destiné à compléter votre alimentation quotidienne** lorsque celle-ci, même enrichie, ne suffit plus à couvrir vos besoins nutritionnels.

Les CNO* se présentent sous **différentes formes et saveurs** pour s'adapter au goût de chacun.

POURQUOI MON MÉDECIN M'A PRESCRIT UN CNO* ?

Dans certaines situations de la vie (chirurgie, maladie, après 70 ans...), vos besoins en protéines et en énergie (qui jouent un rôle important, en particulier au niveau musculaire) peuvent augmenter. Dans un même temps, vos apports peuvent diminuer (manque d'appétit...), créant un **déséquilibre entre vos apports et vos besoins**.

Ce déséquilibre peut entraîner une dénutrition qui va conduire à :



Une perte de poids



Une perte de masse musculaire

Ces pertes peuvent avoir une influence sur votre quotidien, comme par exemple conduire à une perte de force.

Après l'échec de l'enrichissement de votre alimentation, **votre médecin vous a prescrit des CNO* pour vous aider à compléter ces apports insuffisants.**

* Compléments nutritionnels oraux.

POURQUOI DOIS-JE PRENDRE MON CNO* ?



**Retrouver
de l'appétit**



**Reprendre
du poids**



**Mieux tolérer
mes traitements**

Cependant ces bénéfices ne sont pas immédiats. Il est donc important de **bien respecter la posologie prescrite** par votre médecin, jour après jour.

COMMENT RESTER MOTIVÉ(E) POUR BIEN PRENDRE MON CNO* ?

Votre capacité à rester motivé(e) sur le long terme peut **dépendre de plusieurs facteurs** (comme le choix du CNO* ou l'accompagnement dont vous bénéficiez).

Mon parcours patient

En définissant vos besoins nutritionnels avec l'aide des professionnels de santé qui vous accompagnent, **vous pouvez augmenter votre motivation** et mettrez toutes les chances de votre côté pour **suivre jour après jour votre prescription**.

Quelques exemples de motivation pour continuer à suivre votre prescription sur le long terme :

- Mieux supporter mes traitements
- Continuer à faire des activités que j'aime
- Reprendre des forces
- Profiter à nouveau de bons moments avec mes proches
- Retrouver du plaisir à manger

IMPORTANT

Si vous avez des difficultés à prendre votre CNO*, que ce soit parce que vous êtes lassé de sa saveur, parce que sa texture ne vous plaît plus ou parce que vous trouvez que le volume à boire est trop important, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien. Il pourra vous recommander un CNO* plus adapté à vos préférences et aussi vous donner des conseils: idées de recette, séquençage des prises, etc. pour faciliter la prise de vos CNO* jour après jour.

MES BESOINS EN PROTÉINES

Pour tous les patients dénutris (à l'exception des patients insuffisants rénaux non dialysés), les besoins en protéines doivent être adaptés entre **1,2 à 1,5 g de protéines/kg/jour²**. Votre apport quotidien en protéines sera défini par votre professionnel de santé, en fonction de votre situation.

MON POIDS	40 kg	50 kg	60 kg	70 kg	80 kg
EN BONNE SANTÉ ¹	40-48 g	50-60 g	60-72 g	70-84 g	80-96 g
EN CAS DE DÉNUTRITION	48-60 g	60-75 g	72-90 g	84-105 g	96-120 g

Ex. : apport protidique journalier recommandé d'une personne en bonne santé de 60 kg = 60-72 g ; pour une personne dénutrie de 60 kg = 72 - 90 g.

Votre CNO* vous aide à **compléter votre alimentation habituelle**, en particulier en **protéines**. Le CNO* prescrit par votre médecin tient compte de vos besoins en protéines et en énergie. Variant d'une personne à une autre, ces derniers sont calculés en fonction de votre âge, de votre poids, ou encore de votre état de santé.

APPORTS EN PROTÉINES DE QUELQUES ALIMENTS COURANTS

ALIMENTS RICHES EN PROTÉINES

26 g  Viande ³	23 g  Poisson ¹	20 g  Jambon ³
8 g  1 œuf	10 g  Lentilles ³	8 g  1 part de quiche
6 g  1 portion de fromage	5 g  1 verre de lait	5 g  1 yaourt

AUTRES ALIMENTS

3 g  Pâtes ³	3 g  1 part de tarte	3 g  1 croissant
3 g  Riz ³	2 g  Légumes ³	2 g  Pommes de terre vapeur ³
1 g  Soupe de légumes ³	0,5 g  1 fruit	0,5 g  1 biscuit

* Compléments nutritionnels oraux.

1. Bauer J et al. Evidence-based recommendations for optimal dietary protein intake in older people: A position paper from the prot-age study group. J. Am. Med. Dir. Assoc. 2013;14:542-59. L'apport recommandé en protéines chez la personne âgée (> 65 ans) en bonne santé est de 1,0 à 1,2 g/kg de poids corporel/jour. 2. Haute Autorité de Santé (HAS). Stratégie de prise en charge en cas de dénutrition protéino-énergétique de la personne âgée. Recommandations professionnelles. (2007). Senesse P et al. Nutrition chez le patient adulte atteint de cancer : besoins nutritionnels, énergétiques et protéiques, au cours de la prise en charge du cancer chez adulte. Nutr. Clin. Métabolisme 26.2012 ; 189-196. 3. Portion cuite de 100 g.



**65% DES PATIENTS ONT PERDU DU
POIDS LORS DE LEUR PREMIÈRE
VISITE CHEZ L'ONCOLOGUE¹.**

PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN.

^{*}Compléments Nutritionnels Oraux.

¹. Muscaritoli et al. Clin Nutr. 2021 May;40(5):2898-2913.

². Arends J, et al. ESMO Open. 2021;6(3):100092. ³. Arends J, et al. Clin Nutr. 2017;36(1):11-48. ⁴. Étude interne Oracle Life Sciences - 19 Mars 2024 au 29 Avril 2024 - 100 FR Patients atteints de cancer ou leurs aidants qui prennent ou ont pris des CNO durant les 12 derniers mois. ⁵. La dénutrition en chiffres. [Internet]. Collectif de lutte contre la dénutrition. Extrait de <https://www.luttecontreladenutrition.fr/la-denuitration-en-chiffres>. Collectif de lutte contre la dénutrition, les chiffres de la dénutrition 2023.

LE SAVIEZ-VOUS ?

VOS BESOINS EN PROTÉINES AUGMENTENT EN CAS DE CANCER²⁻³



Comme pour de nombreux patients,
le cancer peut impacter votre quotidien sur plusieurs aspects :



ET, JUSQU'À 40% DES PATIENTS ATTEINTS DE CANCER SONT DÉNUTRIS⁵

Pour favoriser votre qualité de vie, il est essentiel d'avoir une prise en charge nutritionnelle adaptée à vos besoins :



S'alimenter peut-être difficile durant les hauts et les bas qu'entraîne la maladie. Vous n'êtes pas seul dans ce cas. Malgré la volonté dont vous faites preuve, l'enrichissement de votre alimentation peut ne pas suffire. **C'est pour cela que votre médecin peut vous prescrire des Compléments Nutritionnels Oraux (CNO*).**



L'activité physique est un élément important pour le bon déroulement de votre traitement. **Pendant la maladie, il est recommandé de maintenir son poids et sa force musculaire** et cela passe par votre alimentation et une activité physique adaptées. Ces actions contribuent à **favoriser vos chances de réussite aux traitements et limiter les effets secondaires** ainsi qu'à **réduire la fatigue, pour continuer à vivre sereinement.**



**JUSQU'À
70% DES PERSONNES
RECEVANT UN TRAITEMENT DE
CHIMIOTHÉRAPIE ET/OU DE
RADIOTHÉRAPIE SOUFFRENT
D'ALTÉRATIONS DU GOÛT¹.**



La nutrition est un atout clé pour le bon déroulement de votre traitement il est important de se faire accompagner et d'être bien entouré.

Découvrez le site Nutricia dédié à l'accompagnement des patients et des proches
www.manger-pour-mieux-me-soigner.fr

EN TANT QU'EXPERT DE LA NUTRITION MÉDICALE DEPUIS PLUS
DE 40 ANS, FORTIMEL® A DÉVELOPPÉ UNE GAMME UNIQUE :

FORTIMEL® PROTEIN **SENSATIONS** 2.4 KCAL

UNE GAMME EXCLUSIVE DE COMPLÉMENTS NUTRITIONNELS ORAUX,
SPÉCIFIQUE À L'ONCOLOGIE ET ADAPTÉE
AUX ALTÉRATIONS DU GOÛT



SENSATION DE **FRAÎCHEUR**
EN BOUCHE
via des dérivés de menthol



SENSATION DE **CHALEUR**
EN BOUCHE
via des dérivés de capsaïcine

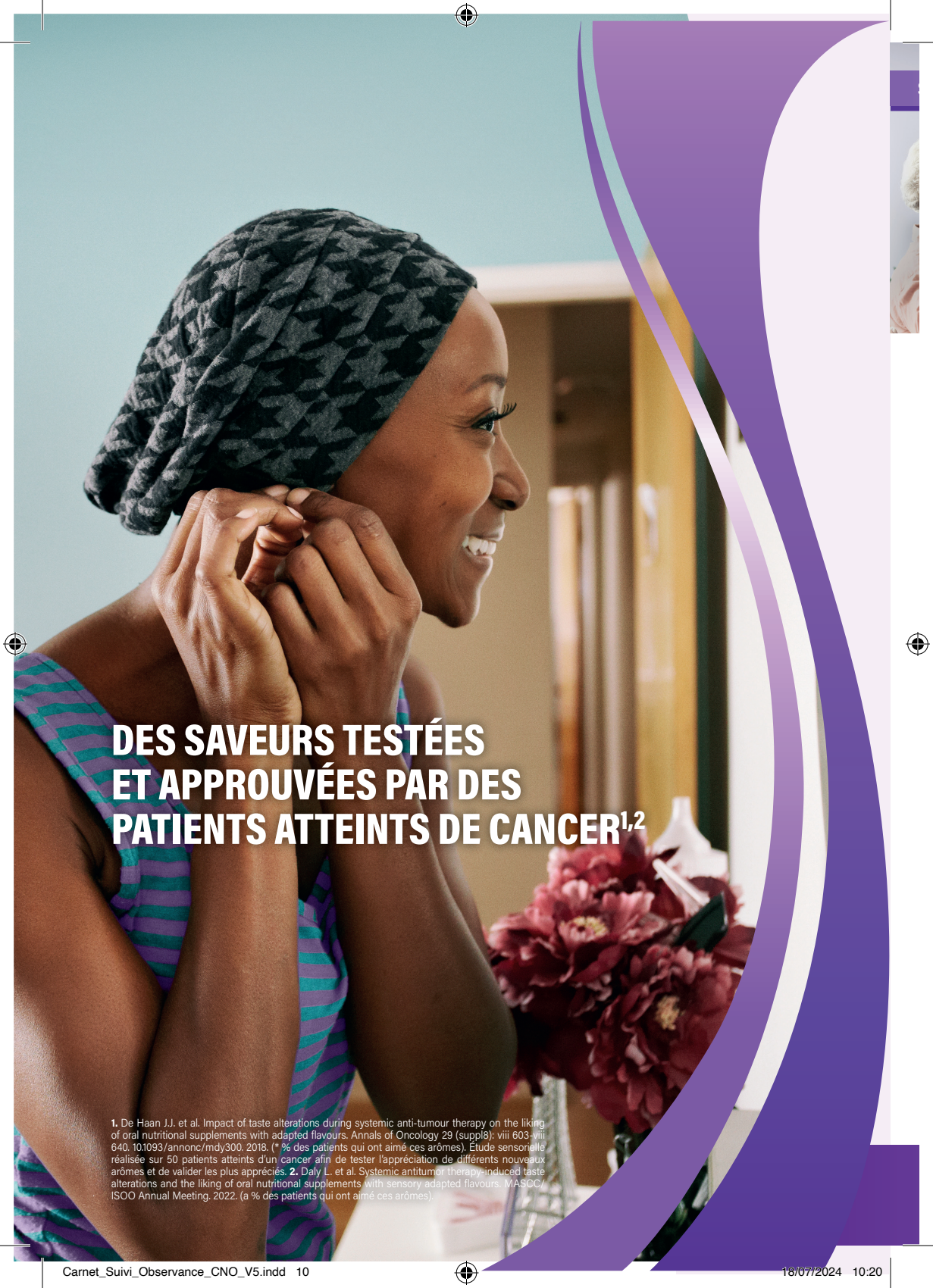


SENSATION **NEUTRE**
qui limite
les stimuli en bouche



**EXCLUSIF - FORMAT 125ML : FORMAT PRÉFÉRÉ DES PATIENTS³
& UN FORMAT 200 ML**

1. Spotten LE, et al. Ann Oncol. 2017;28(5):969-984. 2. Étude interne HCP Brand Tracker. SKIM. MARCH 2024. Enquête en ligne de 25min, réalisée auprès de 241 professionnels de santé (diététiciens, nutritionnistes, infirmiers, gériatres, gastro-entérologues, pharmaciens, médecins généralistes et 50 oncologues) sur la perception et les habitudes de prescription des différentes marques de CNO. 3. Étude interne UX – Patients Report. Sky Consulting. France, octobre 2022, étude réalisée auprès de 74 patients (38 personnes âgées et 36 patients atteints de cancer) sur les habitudes, modes de consommation et attentes des patients envers les CNO. Le format plus petit (125 mL) est préféré par 61 % des patients.



DES SAVEURS TESTÉES ET APPROUVÉES PAR DES PATIENTS ATTEINTS DE CANCER^{1,2}

1. De Haan J.J. et al. Impact of taste alterations during systemic anti-tumour therapy on the liking of oral nutritional supplements with adapted flavours. *Annals of Oncology* 29 (suppl8): viii 603-viii 640. 10.1093/annonc/mdy300. 2018. (* % des patients qui ont aimé ces arômes). Etude sensorielle réalisée sur 50 patients atteints d'un cancer afin de tester l'appréciation de différents nouveaux arômes et de valider les plus appréciés. 2. Daly L. et al. Systemic antitumor therapy-induced taste alterations and the liking of oral nutritional supplements with sensory adapted flavours. MASCC/ISOO Annual Meeting. 2022. (a % des patients qui ont aimé ces arômes).



SENSATION NEUTRE



SENSATION DE FRAÎCHEUR



SENSATION DE FRAÎCHEUR



SENSATION DE CHALEUR



FORTIMEL PROTEIN SENSATIONS 2.4 KCAL SENSATION NEUTRE



- En cas de goût
métallique en bouche,
écœurements/nausées.

Disponible en formats
200 mL & 125 mL (Exclusif)

PETITE ASTUCE :
La Sensation Neutre
est idéale pour s'adapter
à vos recettes préférées



FORTIMEL PROTEIN SENSATIONS 2.4 KCAL SAVEUR FRAÎCHEUR



- En cas de changement
ou perte totale
des goûts

Disponible en formats
200 mL & 125 mL (Exclusif)



FORTIMEL PROTEIN SENSATIONS 2.4 KCAL SAVEUR NOIX DE COCO



- En cas de changement
ou perte totale
des goûts

Disponible en format
200 mL



FORTIMEL PROTEIN SENSATIONS 2.4 KCAL SAVEUR TROPICAL GINGEMBRE



- En cas de changement
ou perte totale
des goûts

Disponible en formats
200 mL & 125 mL (Exclusif)



4 saveurs disponibles dans le Pack Multisaveurs
pour varier les plaisirs et éviter de se lasser



MON SUIVI DU 11^{ÈME} AU 30^{ÈME} JOUR

Suite au bilan avec votre pharmacien après 10 jours

Votre prescription a-t-elle été adaptée ?

J'ai pris tout mon/mes
CNO*

J'ai pris plus de la moitié de mon/mes
CNO*

J'ai pris moins de la moitié de mon/mes
CNO*

Je n'ai pas pris mon/mes
CNO*

REMARQUES

(je n'ai pas faim, j'ai oublié, j'aime ou je n'aime pas la saveur, j'aime ou je n'aime pas la texture...)

Jour 11					
date :					
Jour 12					
Jour 13					
Jour 14					
Jour 15					
Jour 16					
Jour 17					
Jour 18					
Jour 19					
Jour 20					
Jour 21					
Jour 22					
Jour 23					
Jour 24					
Jour 25					
Jour 26					
Jour 27					
Jour 28					
Jour 29					
Jour 30					
date :					



Cela fait un mois que vous prenez vos CNO*. Comment vous sentez-vous ?
Continuez de faire des points réguliers avec votre médecin et/ou votre pharmacien.

MON SUIVI SUR LES 10 PREMIERS JOURS

Vous êtes sur le point de prendre un **CNO*** pour la première fois. Pour vous accompagner durant les premiers jours de votre prescription, voici une grille d'auto-évaluation qui vous aidera à suivre, jour après jour, la bonne prise de votre CNO*.



REMARQUES

(je n'ai pas faim, j'ai oublié, j'aime ou je n'aime pas la saveur, j'aime ou je n'aime pas la texture...)

Jour 1, date :					
Jour 2					
Jour 3					
Jour 4					
Jour 5					
Jour 6					
Jour 7					
Jour 8					
Jour 9					
Jour 10 date :					



Après 10 jours, l'heure est venue de faire un premier bilan avec votre pharmacien qui adaptera** si besoin votre ou vos CNO*. Pensez à lui apporter ce carnet de suivi.

* Compléments nutritionnels oraux. ** Dans les limites des apports prévus par la prescription.

CHAQUE PATIENT DÉNUTRI EST U

Pour favoriser la prise de vos CNO* sur le long terme, il e
Pour varier les plaisirs et favoriser votre prise en charge nutritionnelle, For

COCHEZ LE OU LES PRODUITS PR

POUR TOUT PATIENT DÉNUTRI
sans besoin spécifique

PROTEIN 2.4 kcal
200 mL



- ☐ Vanille
- ☐ Fraise
- ☐ Moka
- ☐ Fruits rouges
- ☐ Caramel
- ☐ Pêche-mangue
- ☐ Banane
- ☐ Multi-saveurs¹

SANS LACTOSE

COMPACT PROTEIN 2.4 kcal
125 mL



- ☐ Vanille
- ☐ Fraise
- ☐ Moka
- ☐ Fruits rouges
- ☐ Pêche-mangue
- ☐ Banane

SANS LACTOSE

Petit format

Boisson type lactée avec une texture plus légère**

PROTEIN 2 kcal
200 mL



- ☐ Vanille
- ☐ Fraise
- ☐ Moka
- ☐ Chocolat caramel
- ☐ Fruits de la forêt
- ☐ Abricot

SANS LACTOSE

Texture «jus» pour varier les plaisirs

JUCY 1.5 kcal
200 mL



- ☐ Citron
- ☐ Fraise
- ☐ Orange
- ☐ Pomme
- ☐ Tropical
- ☐ Multi-saveurs³

SANS LACTOSE

8g PROTÉINES

300 kcal

100% Orange

SUITE DE LA PRISE EN CHARGE

PATIENT DIABÉTIQUE

DIACARE
200 mL



- ☐ Vanille
- ☐ Chocolat
- ☐ Fraise

INDICE GLYCÉMIQUE BAS

DIACARE CREME
200 g



- ☐ Vanille
- ☐ Chocolat

INDICE GLYCÉMIQUE BAS

* Compléments nutritionnels oraux.

** Par rapport au Fortimel® Protein 2.4 kcal.

UNIQUE, NOTRE EXPERTISE AUSSI.

NOUVEAUX DÉCORS,
FORMULES INCHANGÉES

ne, il est conseillé de varier les goûts, textures et températures.
lle, Fortimel® vous propose 15 saveurs, différentes textures et 2 formats différents.

TOUS NOS PRODUITS SONT
SANS GLUTEN

TS PRESCRIT(S) PAR VOTRE MÉDECIN :

EN CAS D'ALTÉRATION DU GOÛT
(changement ou perte de goût, écœurement, nausée)

PROTEIN SENSATIONS
2.4 kcal - 200 mL



29g PROTÉINES
490 kcal

SENSATION NEUTRE ☐

SENSATION CHALEUR ☐

Tropical Gingembre ☐

SENSATION FRAÎCHEUR ☐

Fraise Givrée ☐

Noix de coco ☐

Multi-saveurs² ☐

SANS LACTOSE

COMPACT PROTEIN SENSATIONS
2.4 kcal - 125 mL



18g PROTÉINES
306 kcal

Petit format

SENSATION NEUTRE ☐

SENSATION CHALEUR ☐

Tropical Gingembre ☐

SENSATION FRAÎCHEUR ☐

Fraise Givrée ☐

SANS LACTOSE

PATIENTS DÈS L'ENFANCE

1.5 kcal
200 mL



12g PROTÉINES
300 kcal

Vanille ☐
 Chocolat ☐
 Fraise ☐
 Banane ☐

SANS LACTOSE

MULTIFIBRE 1.5 kcal
200 mL



12g PROTÉINES
308 kcal
4,4-4,6g fibres⁴

Vanille ☐
 Chocolat ☐
 Fraise ☐

SANS LACTOSE

POUR ENRICHIR L'ALIMENTATION EN PROTÉINE

PROTIFAR®
500 g ou boîte de 20 sachets



PAR MESURETTE
2,2g PROTÉINES
9,2 kcal

TROUBLE DE LA DÉGLUTITION

NUTILIS® POWDER
300 g ou boîte de 20 sachets



PAR MESURETTE
0,01g PROTÉINES
14 kcal
0,23g fibres

SANS LACTOSE

TROUBLE DU TRANSIT

STIMULANCE®
400 g ou boîte de 20 sachets



PAR MESURETTE
0,14g PROTÉINES
14 kcal
4,75g fibres

SANS LACTOSE

1. Les saveurs du pack : Vanille, Caramel, Fraise, Pêche-mangue. 2. Les saveurs du pack : Neutre, Tropical gingembre, Fraise givrée, et Noix de coco.
3. Les saveurs du pack : Citron, Orange, Tropical, et Pomme. 4. Pour la saveur chocolat.

LES 10 CONSEILS POUR BIEN PRENDRE MON FORTIMEL® JOUR APRÈS JOUR



1

Agitez-le bien avant consommation



2

Consommez-le **dans une coupelle**
ou dans un verre, plutôt qu'à la bouteille,
pour plus de plaisir



3

Fractionnez-le, si besoin,
en plusieurs prises. À conserver
au réfrigérateur **pendant 24 h**
maximum après ouverture



4

Consommez-le de préférence
en collation **entre les repas**
(ex. : milieu de matinée, goûter, coucher)



5

Dégustez-le soit **bien frais** soit **tiède**,
sans le porter à ébullition



6

Il ne remplace pas un repas.
Il peut cependant être incorporé
à vos recettes préférées pour les
enrichir, **consultez nos recettes !**



Flashez le QR code en 4^{ème} de couverture
ou rendez-vous sur www.nutricia.fr

7



Rajoutez **2 cuillères à soupe de jus de citron** dans votre Fortimel® Protein 2.4 kcal (boisson type lactée), au préalable versé dans une coupelle, mélangez et obtenez une **crème onctueuse** !

8



Ajoutez un peu de **Fortimel® Protein Sensations 2.4 kcal Saveur Neutre** dans votre café pour une pause café protéinée

9



Ajoutez de **l'eau gazeuse à votre Fortimel® Jucy 1.5 kcal** pour stimuler la salivation

10



Ajoutez quelques mesures de **protéines Protifar®** dans vos plats pour **enrichir l'apport en protéines** sans changement de goût

NOTES

NOTES

19

FACE À LA DÉNUTRITION, CONTINUEZ À AGIR

Vous pouvez télécharger nos livrets recettes
sur le site internet www.nutricia.fr ou
directement en flashant le QR code ci-contre



Pour les patients atteints de cancer,
rendez-vous sur le site internet
www.manger-pour-mieux-me-soigner.fr



Demandez conseil à votre professionnel de santé.

Les produits Fortimel[®] sont des denrées alimentaires destinées à des fins médicales hyperénergétiques pour les besoins nutritionnels en cas de dénutrition. À utiliser sous contrôle médical.