Embargo jusqu'au 16 novembre

Enquête Dénutrition : plus d'un tiers des aidants constatent l'amaigrissement de leur proche sans en mesurer la gravité

Pour la Semaine nationale de la dénutrition (16 au 22 novembre 2026), le Collectif de lutte contre la dénutrition dévoile les résultats inédits d'une enquête menée auprès de 444 proches aidants, en partenariat avec l'Assurance retraite, l'Unccas, l'Association Française des Aidants, Ma Boussole Aidants et Avec Nos Proches. Si leur dévouement au quotidien est capital, l'étude met en lumière une faille majeure : près d'un tiers des aidants ignore ce qu'est réellement la dénutrition et banalise la perte de poids liée à l'âge ou à la maladie.

Près de 8 aidants sur 10 sont des femmes

L'enquête dessine le portrait d'aidants majoritairement féminins : **79 %** sont des femmes et leur âge médian est de 63 ans. Près de quatre sur dix (**39 %**) exercent encore une activité professionnelle. Les personnes accompagnées ont un âge médian de 83 ans ; **54 %** des aidants s'occupent de leur père ou de leur mère, **31 %** de leur conjoint et **6%** de leur enfant. Ces résultats montrent une aide qui s'inscrit souvent dans la durée et peut se conjuguer avec la vie professionnelle.

Un rôle quotidien lourd, assumé mais sous-estimé

En France, la dénutrition touche plus de 2 millions de personnes, en particulier les personnes âgées, malades ou en situation de handicap. Au cœur de ce combat invisible, les proches aidants jouent un rôle pivot :

- **88 %** soutiennent leur proche depuis plus d'un an, à un rythme régulier (quotidien pour 36 d'entre eux).
- Leurs missions vont bien au-delà de la maladie : **86 %** font les courses, **66 %** préparent les repas, **46 %** les installent à table et **14 %** les aident directement à porter les aliments à la bouche.
- Malgré cette charge mentale et physique, ils n'expriment pas de stress ou de conflits majeurs liés aux repas (évalué à 1 ou 2 sur 10), témoignant d'un engagement profondément ancré.

La perte de poids : des signaux observés, mais un suivi encore insuffisant

29 %, c'est la part des proches aidants qui ne voient que vaguement ce qu'est la dénutrition, ou n'en ont tout simplement jamais entendu parler. Une méconnaissance inquiétante alors que **45 %** d'entre eux constatent pourtant une perte de poids chez leur proche et que **57 %** réclament expressément des outils d'information adaptés.

L'accompagnement professionnel présente encore de trop nombreuses lacunes à domicile :

- Les personnes aidées ne sont pesées *au moins une fois par mois* que dans **59 %** des cas.
- **35 %** des aidants n'ont jamais abordé le sujet de l'alimentation ou du poids avec un professionnel de santé, malgré une inquiétude globale des familles face à l'amaigrissement (cotée à 5/10).

« Cette enquête montre que les proches aidants sont en première ligne pour repérer les signes de dénutrition, mais qu'ils ne disposent pas toujours des informations et de l'accompagnement nécessaires. Une perte de poids chez une personne âgée ou malade ne doit jamais être considérée comme une fatalité. C'est un signal d'alerte qui doit conduire à en parler rapidement avec un professionnel de santé. Nous devons mieux informer les aidants, former les professionnels qui interviennent à domicile et faciliter l'accès à une prise en charge nutritionnelle adaptée. Plus la dénutrition est repérée tôt, plus nous avons de chances d'éviter une dégradation de l'état de santé et une perte d'autonomie. » **Pr Agathe Raynaud-Simon, présidente du Collectif de lutte contre la dénutrition.**

Le médecin traitant, premier interlocuteur des aidants

Plus d'un aidant sur trois (**35 %**) déclare n'avoir jamais abordé le poids ou l'alimentation de son proche avec un professionnel de santé. Parmi ceux ayant engagé cet échange, le médecin traitant arrive largement en tête (**78,55 %**), devant les infirmiers (**29,82 %**), les diététiciens (**21,09 %**), les aides à domicile (**18,18 %**) et les pharmaciens (**4 %**). Ces données portent sur des échanges concernant le poids ou l'alimentation, et non nécessairement sur une consultation spécifiquement consacrée à la dénutrition.

Un constat déjà observé chez les professionnels de l'aide à domicile* : selon une enquête menée en 2024 par le Collectif de lutte contre la dénutrition et la Fédésap, **80 %** des professionnels interrogés n'avaient jamais suivi de formation sur la dénutrition et **66 %** ne la considéraient pas comme une maladie. Ces résultats, issus d'une enquête distincte de celle menée en 2026 auprès des proches aidants, renforcent la nécessité de former les intervenants à domicile au repérage de cette pathologie.

Des idées reçues et un manque d'information qui persistent et menacent la santé des aînés

L'enquête met au jour des croyances erronées persistantes qui retardent la prise en charge :

- **64 %** des aidants estiment qu'il est *normal de maigrir* en cas de maladie grave, et **36 %** le considèrent comme normal en vieillissant.
- **33 %** pensent à tort que les personnes âgées ont besoin de manger moins de viande que les jeunes.
- Si **87 %** ont conscience qu'on peut être en surpoids tout en étant dénutri, la reconnaissance de la dénutrition en tant que **maladie** ne touche que **36 %** des répondants.

L'appel du Collectif : mieux informer, mieux dépister et faciliter l'accès aux soins

Les résultats de cette enquête soulignent l'urgence de renforcer la prévention et le repérage précoce de la dénutrition. Alors que **57 %** des aidants interrogés à cette question souhaitent davantage d'informations, le Collectif rappelle que la sensibilisation doit s'accompagner de mesures concrètes garantissant un parcours de soins plus lisible et plus accessible. Cela passe notamment par des professionnels mieux formés, des interlocuteurs clairement identifiés et un accès facilité à une prise en charge adaptée :

• **Renforcer le dépistage précoce de la dénutrition**, en médecine de ville comme dans les établissements médico-sociaux.

• **Faciliter l'accès aux consultations diététiques**, avec la création d'une consultation de ville réalisée par un diététicien et prise en charge par la solidarité nationale.

• **Mieux former les professionnels de santé et de l'accompagnement**, en intégrant explicitement la dénutrition aux référentiels de formation des infirmiers, aides-soignants et aux aides à domicile.

• **Favoriser l'accès à l'activité physique adaptée et à son financement via son remboursement par la Sécurité Sociale**, dans une approche globale de préservation de l'autonomie.

Présents au quotidien auprès des personnes fragiles, les proches aidants peuvent contribuer à repérer une diminution des prises alimentaires ou une perte de poids. Encore faut-il leur donner les moyens d'alerter, d'être orientés et d'accéder à un accompagnement adapté. L'enjeu : passer de la prise de conscience à une prévention réellement accessible à domicile.

A propos du Collectif de lutte contre la dénutrition

Le Collectif de lutte contre la dénutrition (CLD) a été fondé en 2016 à l'initiative du Professeur Eric Fontaine, médecin nutritionniste au CHU de Grenoble et chercheur à l'université Grenoble-Alpes et de la Professeur Agathe Raynaud, Cheffe du département de gériatrie Bichat Beaujon Bretonneau à l'AP-HP. Depuis 2020, le Collectif est mandaté par le Ministère de la Santé dans le cadre du Programme National Nutrition Santé (PNNS) afin d'organiser une semaine de sensibilisation, auprès du grand public comme des professionnels de santé et du médico-social, pour lutter contre la dénutrition. Plus d'informations sur **www.luttecontreladenutrition**

Méthodologie

Enquête en ligne réalisée du 5 octobre au 5 novembre 2026 auprès de 444 proches aidants majeurs apportant une aide non professionnelle régulière à un proche, hors personnes institutionnalisées. Les pourcentages sont calculés sur les réponses exploitables à chaque question ; certaines questions présentent des données manquantes, notamment celles sur la perte de poids et la connaissance de la dénutrition. Les résultats ne doivent pas être présentés comme représentatifs de l'ensemble des aidants en France.

*Source : enquête Collectif de lutte contre la dénutrition – Fédésap, 2024 (professionnels de l'aide à domicile).

Contacts presse :

Laure Kuntzinger - 06 31 16 27 90 - Mail : laure.kuntzinger@gmail.com
Eléonore Pothelet - 06 82 97 14 30 - Mail : elpothelet@gmail.com