



PURÉE LISSE



Aliments de niveau 4 - Purée lisse - Adultes

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 adultes ?

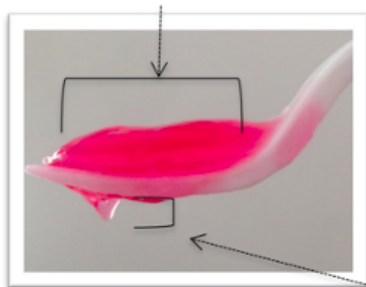
Les aliments de niveau 4 – Purée lisse peuvent être indiqués si vous n'arrivez pas à croquer ni à mastiquer, et si le contrôle de votre langue est insuffisant. Pour être avalés, ces aliments doivent être emmenés en arrière-bouche par une langue suffisamment mobile. Les purées lisses ne doivent pas être trop collantes, sinon elles risquent 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 mes 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 à vos besoins.



PURÉE LISSE



Pour votre sécurité, si vous êtes 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 à vos besoins.