

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

VOTRE ALLIÉ NUTRITIONNEL À CHAQUE ÉTAPE DU PARCOURS DE SOIN

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.



**2/3 DES PATIENTS
ONT DÉJÀ PERDU DU POIDS
AVANT LE DIAGNOSTIC¹**

PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN.

*Compléments Nutritionnels Oraux.

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

2. ESPEN practical guideline: Clinical Nutrition in cancer. Clinical Nutrition, 40(5), 2898-2913. 3. ESMO Clinical Practice Guidelines. 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-denuitron-en-chiffres>. Collectif de lutte contre la dénutrition, les chiffres de la dénutrition 2023.

LE SAVIEZ-VOUS ?

VOS BESOINS NUTRITIONNELS PEUVENT ÉVOLUER EN CAS DE CANCER²⁻³

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



ET, JUSQU'À 80% 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.**

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'appétit¹**



**Reprendre
du poids¹**



**Mieux tolérer
mes traitements¹**

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 à 2g de protéines/kg/jour**^{2,3}. 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 ⁴	23 g  Poisson ⁴	20 g  Jambon ⁴
8 g  1 œuf	10 g  Lentilles ⁴	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 ⁴	3 g  1 part de tarte	3 g  1 croissant
3 g  Riz ³	2 g  Légumes ⁴	2 g  Pommes de terre vapeur ⁴
1 g  Soupe de légumes ⁴	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. ESPEN practical guideline: Clinical Nutrition in cancer. Clinical Nutrition, 40(5), 2898-2913. 3. ESMO Clinical Practice Guidelines. 4. Portion cuite de 100 g.

FORTIMEL[®], EXPERT DE LA NUTRITION MÉDICALE DEPUIS 4

UN CONCENTRÉ D'EFFICACITÉ* POUR RÉPONDRE A
POUR VOUS AIDER À AVANCER MÊME LES J

FORTIMEL[®] PROTEIN 2.4 kcal/ml

DES SAVEURS GOURMANDES ET VARIÉES
POUR TOUS LES GOÛTS

7 SAVEURS DISPONIBLES



EXISTE AUSSI EN
PACK-MUTLISAVEURS¹
POUR VARIER LES PLAISIRS



200ml

125ml

EXCLUSIVITÉ FORTIMEL – DISPONIBLES EN
& DISPONIBLES

DES 40 ANS, A DÉVELOPPÉ DES GAMMES UNIQUES

ET AUX BESOINS SPÉCIFIQUES EN CAS DE CANCER
DES JOURS OÙ TOUT VOUS SEMBLE LOURD

FORTIMEL® PROTEIN SENSATIONS 2.4 kcal/ml

DES SAVEURS UNIQUES DÉVELOPPÉES POUR LES ALTÉRATIONS
DU GOÛT EN CAS DE CANCER



125ml

200ml

En cas d'hypersensibilité, de changement de goût, sensation de brûlure en bouche

SENSATION FRAÎCHEUR
via des dérivés de menthol



 Saveur Fraise Givrée

 Saveur Noix de Coco Givrée**

En cas de diminution ou perte totale de goût

SENSATION CHALEUR
via des dérivés de capsaïcine



 Saveur Tropical Gingembre

En cas de goût métallique en bouche, nausées, écœurements

SENSATION NEUTRE
qui limite les stimuli en bouche



 Saveur Neutre

FORMAT 125ML : FORMAT PRÉFÉRÉ DES PATIENTS²
AUSSI EN FORMAT 200ML

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...)

EFFETS SECONDAIRES

(nausées, vomissement, diarrhée, modifications du goût..)

	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	EFFETS SECONDAIRES
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.

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 ?



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...)

EFFETS SECONDAIRES

(nausées, vomissement, diarrhée, modifications du goût..)

	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	EFFETS SECONDAIRES
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.

CHAQUE PATIENT DÉNUTRI EST U

Pour favoriser la prise de vos CNO* sur le long terme, il e
Pour varier les plaisirs et éviter la lassitude, Fortimel® vous pr

VOTRE PROFESSIONNEL DE SANTÉ VOUS INDIQUERA LES PR

POUR TOUT PATIENT DÉNUTRI
sans besoin spécifique

PROTEIN 2.4 kcal
200 mL



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

SANS LACTOSE

COMPACT PROTEIN 2.4 kcal
125 mL



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

SANS LACTOSE

EN CAS D'ALTÉRATIONS DU GÔÛT

2^{ÈME} INTENTION

Texture lactée plus légère**

PROTEIN 2 kcal
200 mL



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

SANS LACTOSE

Végétal, à base de protéines de soja et de pois

PLANTBASED PROTEIN
2 kcal - 200 mL

NOUVEAU



SAVEURS SALÉES

- ☐ Petit pois-Menthe
- ☐ Potiron-Carotte-Gingembre

SAVEURS SUCRÉES

- ☐ Cappuccino
- ☐ Ananas-noix de coco

SANS LACTOSE

PATIENT DIABÉTIQUE

DIACARE
200 mL



- SAVEURS**
- ☐ Vanille
 - ☐ Chocolat
 - ☐ Fraise

INDICE GLYCÉMIQUE BAS

DIACARE CREME
200 g



- SAVEURS**
- ☐ Vanille
 - ☐ Chocolat

INDICE GLYCÉMIQUE BAS

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

T UNIQUE, NOTRE EXPERTISE AUSSI.

il est conseillé de varier les goûts, textures et températures.
propose 19 saveurs, différentes textures et 3 formats différents.

TOUS NOS PRODUITS SONT
SANS GLUTEN

PRODUITS ADAPTÉS POUR VOUS, COCHEZ CEUX QU'IL VOUS CONSEILLE :

EN CAS D'ALTÉRATIONS DU GÔÛT
(changement ou perte de goût, écœurement, nausée)

PROTEIN SENSATIONS
2.4 kcal - 200 mL & 125 mL



29g PROTÉINES
490 kcal



18g PROTÉINES
306 kcal

Petit format

SANS LACTOSE

PATIENTS DES L'ENFANCE

1.5 kcal & MULTIFIBRE 1.5 kcal
200 mL



12g PROTÉINES
300 kcal



12g PROTÉINES
308 kcal
4,4-4,6g fibres¹

SANS LACTOSE

SAVEURS

☐	Vanille
☐	Chocolat
☐	Fraise
☐	Banane ²

SANS LACTOSE

Texture «crème» pour varier les plaisirs

CREME PROTEIN 2 kcal
200 g



20,6g PROTÉINES¹
400 kcal

SANS LACTOSE

Texture «jus»

JUCY 1.5 kcal
200 mL



8g PROTÉINES
300 kcal

SANS LACTOSE

SAVEURS

☐	Vanille
☐	Chocolat
☐	Moka
☐	Fruits de la forêt
☐	Banane

SANS LACTOSE

POUR ENRICHIR L'ALIMENTATION EN PROTÉINE

PROTIFAR®
500 g ou boîte de 20 sachets



PAR MESURETTE
2,2g PROTÉINES
9,2 kcal

SANS LACTOSE

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

* Compléments nutritionnels oraux. ** Par rapport au Fortimel® Protein 2.4 kcal.
 • La saveur noix de coco n'est disponible qu'en format 200mL. ■ Uniquement pour le 1.5kcal.
 μ Pour la saveur chocolat : 20,2 g protéines / 400 kcal / 1,3 g fibres
 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



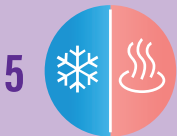
3

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 ce QR code
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 vos recettes salées ou sucrées (purée, sauce, soupe, café..)

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

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



**40 ANS D'EXPERTISE
EN NUTRITION MÉDICALE**

RESILIENCE

**EXPERT DE LA
TÉLÉSURVEILLANCE MÉDICALE**



**Pour vous accompagner dans votre parcours de soin
NUTRICIA s'associe avec Resilience pour vous permettre
l'accès gratuit à un ensemble de ressources
et d'outils adaptés à votre pathologie.**

Demandez conseil à votre professionnel de santé.

Resilience MD - 24 avenue Victor Hugo 64200 Biarritz - bonjour@resilience.care La solution Resilience comprend le module de télésurveillance Resilience PRO, indiqué pour le suivi de patients atteints de cancer, en permettant la surveillance des événements indésirables afin de décider de la nécessité d'adapter la prise en charge du patient. Ce dispositif médical est un produit de santé réglementé qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE 0459. Fabriqué par Resilience MD. Lire attentivement la notice. Resilience, RCS de Paris sous le numéro 893 834 713.

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

SEPTEMBRE 2025 - 250729 - NUTRICIA Nutrition Clinique - RCS NANTERRE 451 229 306

