



RESEAU LIMOUSIN NUTRITION

Résidence L'Art du Temps  
16, rue du Cluzeau  
87170 ISLE

Tél. : 05 55 78 64 36  
Fax : 05 55 78 64 37  
Mail : [linut@wanadoo.fr](mailto:linut@wanadoo.fr)

[www.linut.fr](http://www.linut.fr)

## Utilisation des compléments nutritionnels oraux (CNO)

## DEFINITION

Les Compléments Nutritionnels Oraux sont des **aliments contrôlés destinés à des fins médicales spéciales**. Ils sont riches en calories, en protéines et vitamines sous un faible volume.

Ils doivent vous permettre de reprendre du poids ou de ne pas en perdre.



**Les CNO ne remplacent pas l'alimentation habituelle mais viennent la compléter. Le CNO est en plus du repas.**

## UNE GAMME VARIEE DE PRODUITS

- Boissons lactées\*
- Jus de fruits
- Crèmes\*
- Desserts aux fruits
- Biscuits



- Potages
- Plats complets salés
- Poudres de céréales
- Poudres de protéines
- Poudres de fibres

\* sucrées ou édulcorées

- Variez-les arômes, les textures et les produits en fonction de vos goûts et vos envies.
- Testez les différentes marques.
- **Votre médecin peut toutefois vous demander de prendre un complément spécifique et de ne pas en changer.**

## OU SE LES PROCURER ?

- En pharmacie
- Après d'un prestataire de santé à domicile
- Ils sont remboursés par la sécurité sociale à un tarif fixé



**Ils font partie intégrante de votre traitement.**

## A QUEL MOMENT LES CONSOMMER ?

- Au moins 2h avant un repas pour ne pas couper l'appétit
- Après le repas
- A l'heure du coucher
- A heure fixe pour éviter les oublis
- Les fractionner en plusieurs fois sur la journée

## COMMENT LES CONSOMMER ?

- **Agitez ou remuez-les** avant consommation.
- Dans leur emballage d'origine à l'aide d'une paille ou d'une cuillère ou reconditionnés dans un verre, une tasse, un bol, une coupelle, pour une présentation plus attrayante.
- **Frais** (1h à 2h au réfrigérateur), tiédis (sans dépasser 50°C pour ne pas dénaturer le produit), chauds pour les potages et les plats complets salés ou sous forme de glace (au congélateur pour les crèmes).
- Accompagnez les biscuits d'une boisson.
- Diluez le jus de fruits dans de l'eau si besoin.
- Utilisez des boissons lactées au goût neutre comme du lait.
- **Intégrez les dans des recettes** : riz au lait, pâtisserie, purée, potage, ...
- **Consommez-les lentement** pour une bonne tolérance digestive.

## COMMENT LES CONSERVER ?

- **Avant leur ouverture** : à **température ambiante**
- **Après ouverture** :
  - au **réfrigérateur pendant 24h maximum**
  - ou à température ambiante pour les biscuits et les poudres de protéines, de fibres ou de céréales