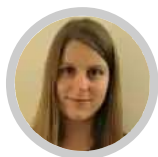


Dans ce centre, on tente d'aider les patients à venir à bout de l'un des "très difficiles" symptômes du Covid

Santé (/planete/sante)

Vidéo (/page/mission-valeurs-la-libre-belgique#articlestype)



(/journaliste/camille-calvier-5e6676fdf20d5a29c64b2588)

Camille Calvier

 Abonnés

Publié le 02-05-21 à 12h19 - Mis à jour le 02-05-21 à 12h20

Apprécier un repas, certains n'y parviennent plus. A cause du Covid-19, mais aussi pour d'autres raisons, des patients ont perdu le goût ou l'odorat. Une absence de sens qui peut être handicapante au quotidien. Le centre du goût de de Zwijndrecht, dans la périphérie anversoise, le premier du genre, essaie d'aider les personnes atteintes d'agueusie à retrouver le plaisir de manger au moyen de recettes sur mesure. Dans le cadre de son dossier "Dans le Secret des Lieux", *LaLibre.be* est partie à la découverte de cette clinique singulière.



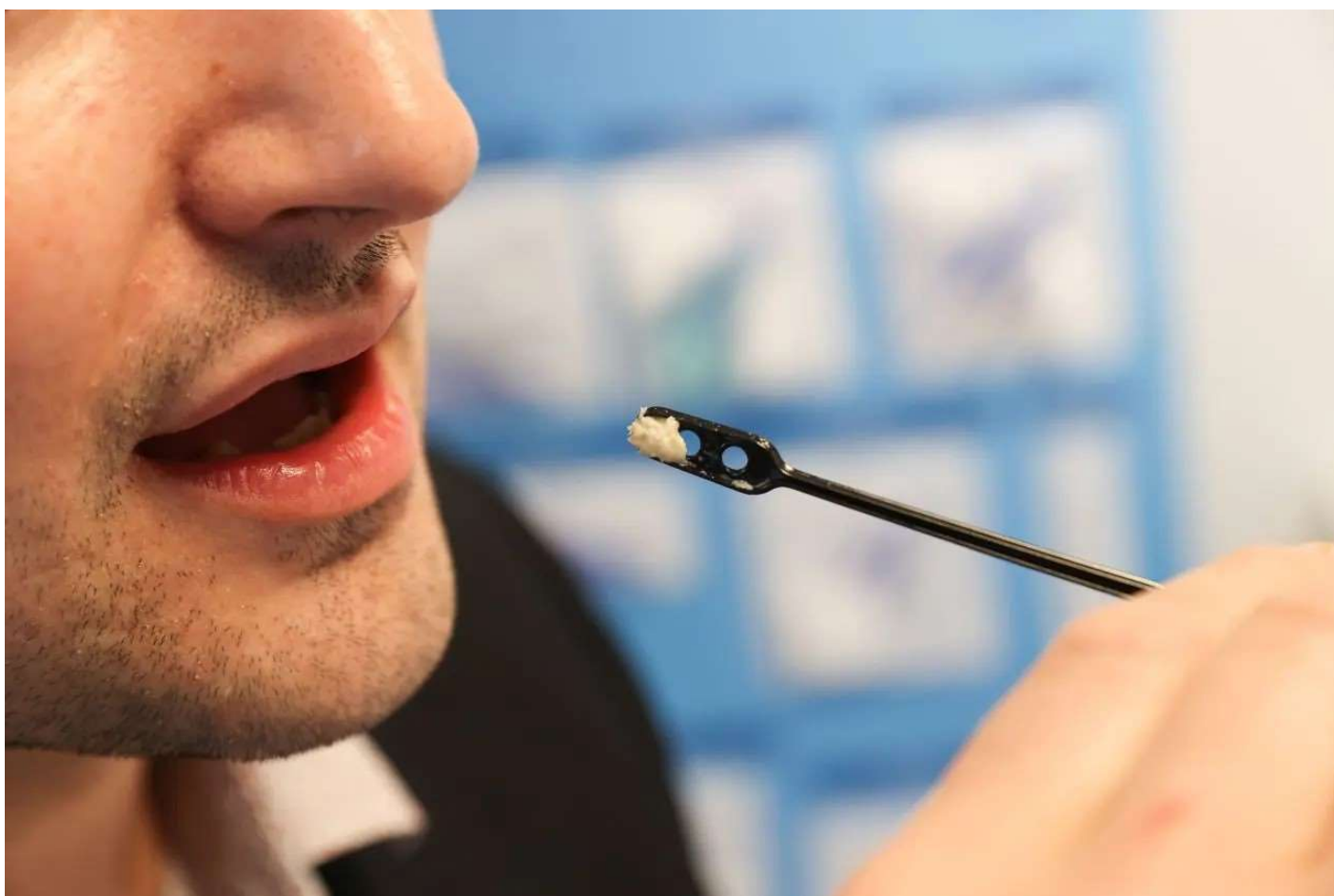
A 9 heures ce jeudi, la commune de Zwijndrecht, près d'Anvers, est encore calme. La pharmacie "Z+ pharma" lève le rideau et s'apprête à recevoir ses premiers clients. Dans le fond de l'officine longiligne, figure un petit bureau. C'est là que se trouve le premier "centre du goût " de Belgique. Ouvert en décembre dernier, son objectif est de permettre aux personnes qui ont perdu le goût notamment après une chimiothérapie ou une infection au Covid-19, de retrouver des saveurs.

Derrière le bureau, Lobke Van den Wijngaert s'installe pour sa journée de consultation. L'instigatrice du projet, cheffe en ingénierie gastronomique, nous explique le processus : *"Lors de la première consultation, qui dure une heure, le patient effectue un test de goût "*, à la suite duquel, la cuisinière de formation élabore une série de recettes qu'elle proposera au patient.



La jeune femme ouvre un coffret en bois, dans lequel se trouvent des fioles contenant des pâtes comestibles aux goûts différents. Du thym, du poivre, du gingembre, de l'ail... Les 13 saveurs proposées couvrent le spectre des cinq goûts de base, à différents niveaux de concentration : salé, sucré, acide, amer, et umami (plus méconnu, "le goût des protéines" qu'on trouve par exemple dans le curry, le parmesan, le ketchup, les champignons...), en espérant que l'une d'elles vienne émoustiller les papilles des patients.

Pour ensuite élaborer les recettes, Lobke Van den Wijngaert se *"base sur les trois goûts que le patient a préférés lors du test. Il faut d'abord que ça soit bon"*, assure-t-elle. Elle est aidée dans sa tâche par un algorithme, créé pour l'occasion, qui calcule le grammage en aliments dont a besoin le patient dans ses plats.



© DEMOULIN BERNARD

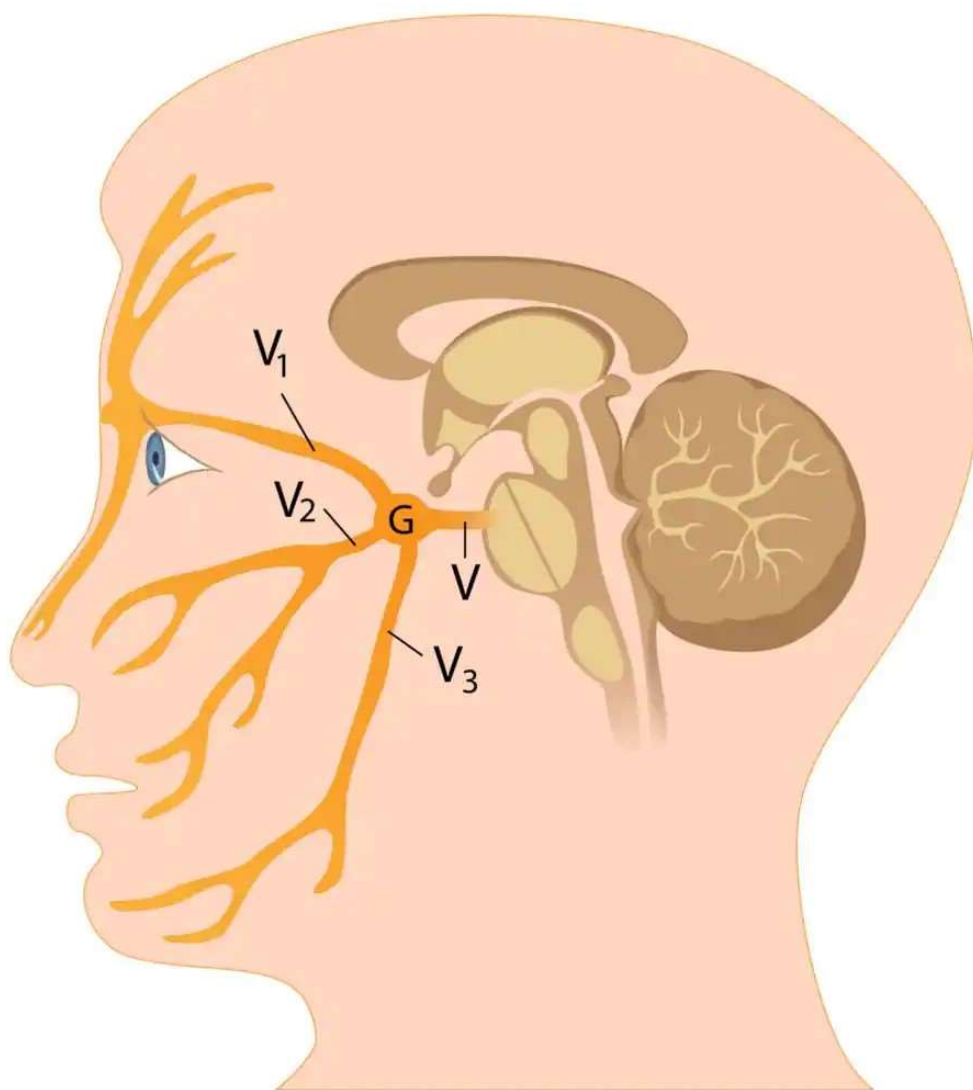
La cuisine au service de la santé

La cheffe ne travaille pas toute seule. Elle est entourée de toute une équipe (diététicien,

infirmier, bio-ingénieur, et même économiste) pour aider au mieux les patients atteints d'agueusie. La jeune femme travaille en collaboration avec le "Center for gastrology" de Louvain (centre en ingénierie gastronomique), un institut indépendant, lié à la haute école de sciences appliquées Odisee, qu'elle a rejoint pour une formation après un tout début de carrière en tant que responsable de cuisine dans une maison de retraite anversoise. *"En ingénierie-gastronomique, on étudie le pourquoi et le comment du goût",* explique-t-elle. Un aspect scientifique qui lui manquait dans la restauration. *"Dans les écoles hôtelières, on nous apprend à cuisiner : on nous dit qu'il faut faire ça comme ça, mais on ne nous explique pas pourquoi".*

La jeune femme s'est donc lancée dans une véritable quête pour comprendre le goût. *"La perception provient à 80% de l'olfaction. On peut détecter plus d'un million de goûts différents par le nez. Ensuite, il y a la gustation. C'est tout ce qu'on détecte de salé, d'amer etc. par la bouche",* nous renseigne Lobke Van den Wijngaert. Mais il y a aussi le nerf trijumeau, un nerf responsable de la sensation, qui se trouve sur tout le visage et dans la bouche. *"Il permet de ressentir des choses piquantes, comme l'eau gazeuse. C'est un système d'alerte quand on mange des choses qu'on ne devrait pas, comme des arêtes de poisson",* précise la cheffe. *"Lorsque l'on perd le goût c'est le seul système qui reste plus ou moins intact. C'est sur celui-là que l'on travaille avec les patients".*

The Trigeminal Nerve



© Shutterstock

Si le centre du goût a vu le jour en décembre dernier, le projet ne date pas d'hier. Il est né d'une collaboration avec le collège universitaire KDG d'Anvers, avec lequel Lobke Van den Wijngaert a déjà réalisé des recherches sur les patients cancéreux, dont la dernière date de 2017. L'arrivée de la pandémie a toutefois permis d'accélérer les choses. *"Ça faisait 4 ans qu'on cherchait des fonds pour les patients en chimiothérapie. Mais parce que c'est un chef cuisinier qui est en charge du test de goût, on s'est heurté à de la méfiance car le concept*

ne rentre pas totalement dans la case médicale. Puis le Covid-19 est arrivé, de nombreuses personnes contaminées ont commencé à avoir des problèmes de perte de goût, on a alors choisi d'ouvrir de manière indépendante." La cheffe et le "Center for gastrology" ne comptent d'ailleurs pas s'arrêter là et prévoient d'ouvrir un deuxième centre du goût à Gand, et deux autres aux Pays-Bas.



© DEMOULIN BERNARD

Un suivi individualisé

Lobke Van den Wijngaert suit une vingtaine de personnes atteintes d'agueusie depuis l'ouverture du centre. On le sait, la perte de goût (et/ou d'odorat) est un symptôme parfois persistant du Covid-19, mais c'est aussi un effet secondaire d'une chimiothérapie. Elle peut également être liée à un accident, ou à une autre infection virale. Certains sont même nés sans ce sens. *"Chaque perte de goût est différente. Parfois, en perdant le goût il y certains*

patients qui se mettent à percevoir trop d'odeurs. Tellement, qu'ils ne le supportent pas, ça sent mauvais pour eux", évoque aussi la cheffe.

Comme chaque perte de goût est unique, l'offre doit l'être aussi. *"Lobke a fait l'effort de chercher les produits qui se trouvent dans mon magasin habituel. Il y avait même des images, tout était très détaillé",* témoigne Els, une patiente. *"Mon mari a pu ainsi faire les courses et cuisiner facilement pour moi, car je n'en étais pas capable."*

Que tout soit le plus facile possible, Lobke Van den Wijngaert y veille particulièrement. Lors de la première consultation, la cheffe se renseigne aussi sur les habitudes alimentaires de ses patients. *"Je leur demande ce qu'ils ont l'habitude de manger, ce qu'ils voudraient manger, où ils font leurs courses. Je leur demande aussi s'ils cuisinent : s'ils en ont le temps et la force",* précise-t-elle. Car il est important que le patient conserve le même mode de vie pour plusieurs raisons. *"Déjà financièrement. Tout le monde n'a pas le même budget. Ensuite, parce que les patients sont malades et qu'ils ont besoin de consacrer leur temps et leur énergie à guérir. Et surtout, parce qu'en tant qu'être humain on est conditionné, si on change trop les habitudes des gens, ils vont plus vite arrêter. C'est comme pour les régimes",* nous explique la cheffe.



© DEMOULIN BERNARD

A l'issue du test de goût, Lobke Van den Wijngaert s'engage à soumettre les recettes dans les 48 heures. *"C'est important de pouvoir les fournir rapidement parce que lorsqu'ils arrivent à sentir un goût qu'ils aiment bien, c'est très positif pour eux, et on veut qu'ils gardent cette motivation pour entreprendre la démarche"*, argumente-t-elle.

"On commence toujours avec des recettes autour du pain", nous fait-elle aussi savoir. *"C'est un aliment qu'on consomme deux fois par jour normalement en Belgique : le matin et le midi. C'est aussi plus facile à gérer, ça ne demande pas beaucoup de travail. Si ça fonctionne et que le patient accepte, on passe alors aux plats chauds"*, détaille-t-elle. Le processus dure deux mois en tout : un mois pour la phase avec le pain, et un autre mois pour les plats cuisinés. Chaque mois coûte 75 euros, des frais qui ne sont pas pris en charge par la mutuelle.

Les patients sont régulièrement suivis en ligne, afin de s'assurer que les recettes fonctionnent. *"Ils peuvent me contacter 7 jours sur 7 et j'essaie de répondre le plus vite possible. Au moins une fois par semaine je fais le point avec eux. Le plus important c'est que la recette puisse fonctionner directement. Si ce n'est pas le cas, on adapte"*, précise la cheffe.

"C'est la première fois que j'ai à nouveau pu goûter quelque chose"

Lorsqu'elle est venue effectuer le test, le 4 février dernier, Els n'a ressenti que trois goûts : l'échalote, le poivre et le raifort (une plante potagère herbacée de la famille des radis, du chou). Lobke Van den Wijngaert lui a alors proposé cinq recettes, qui ont été affinées au fur et à mesure. Au menu entre autres, lasagnes, burritos, patates douces ou encore quiches aux légumes, des plats qu'elle a pu choisir. *"Ces recettes sont parfaites pour moi. J'ai commencé par les lasagnes avec des échalotes, du raifort, du miel, et du poivre. C'était très étrange pour moi, ce sont des choses que je ne mange jamais. Mais ça a fonctionné, c'est la première fois que j'ai à nouveau pu goûter quelque chose"*, nous raconte-elle ravie.

La quadragénaire a perdu le goût et l'odorat quatre jours après avoir contracté le Covid en novembre dernier, elle ne les a toujours pas retrouvés à ce jour. Fatigue intense (jusqu'à plus de 20 heures de sommeil par jour pendant plusieurs semaines), douleurs musculaires, maux de tête, toux persistante, sensation de brouillard cérébral. Elle se bat contre un Covid long (<https://www.lalibre.be/planete/sante/quand-le-covid-19-joue-les-prolongations-et-laisse-des-sequelles-606c98d39978e2410f2527c0>) et sévère qui l'empêche de vivre normalement. Si aujourd'hui son état s'est un peu amélioré, la mère de famille n'est pas encore sortie d'affaire et souffre au quotidien.

Els s'est rendue au centre du goût après avoir vu un post dans un groupe Facebook sur le Covid long. Malgré les 2 heures de route qui la séparent de Zwijndrecht, compliquées à faire en raison de la maladie, elle a voulu tenter l'expérience.

"Depuis novembre, j'ai seulement pu sentir pendant deux semaines l'odeur de la cigarette, mais c'est ensuite parti. C'est vraiment difficile. Mon mari me demande parfois s'il a bien réussi une recette, je ne peux pas le lui dire, je ne goûte rien. Une fois j'ai cuisiné quelque chose au four et je n'ai pas senti que c'était en train de brûler, c'est une de mes filles qui m'a alertée. Je ne sens pas si je transpire aussi", nous raconte-t-elle.

Un symptôme qui lui fait perdre le plaisir de manger. *"On doit faire l'effort de manger et on n'en tire pas de plaisir. On ne mange plus, on avale juste des choses et ça n'est pas très agréable. Par exemple, les frites, c'est comme de la bouillie en bouche. Ça devient difficile de partager un repas avec d'autres personnes."* Pour rendre ses repas plus agréables, Els prépare aussi des jus. *"C'est un ami qui me l'a conseillé. C'est plus facile pour moi de boire."*

Pas de miracles

Aujourd'hui, elle a fini le processus. *"Quand je mange les recettes du centre, je goûte comme avant, mais quand je mange autre chose je ne sens rien"*, se désole Els, qui désespère de pouvoir récupérer ses sens. *"Lobke m'avait prévenue, elle ne peut rien faire de plus. Mais je suis déjà très contente du travail qu'elle a fait. Ça fait vraiment du bien de pouvoir réapprécier certaines recettes"*.

Si le centre du goût donne un sacré coup de pouce, ce n'est pas la panacée. *"On ne peut pas retrouver les goûts qu'on a perdus : les goûts qui ont changé resteront changés, de même pour l'odeur"*, prévient Lobke Van den Wijngaert. *"Je ne peux pas faire des miracles, mais j'aide les gens à s'adapter à la vie sans le goût"*.

◀3

Les articles abonnés les + lus

1	"La stratégie mise en place par la Chine et le Japon face au Covid est la seule qui a fonctionné alors que celle du stop and go est sans doute la pire"	(/culture/livres-bd/la-strategie-mise-en-place-par-la-chine-le-japon-est-la-seule-qui-a-fonctionne-alors-que-celle-du-stop-and-go-est-sans-doute-la-pire-6087f3a07b50a616927805d6)
2	L'Inde est engloutie par la deuxième vague: les patients supplient pour avoir de l'oxygène, les crématoriums tournent à plein régime	(/international/asie/l-inde-est-engloutie-par-la-deuxieme-vague-les-patients-supplient-pour-avoir-de-l-oxygene-les-crematoriums-tournent-a-plein-regime-6085aa789978e21698fb9d47)
3	Immobilier : Voici les communes les plus chères de Belgique pour chaque région	(/economie/immo/immobilier-voici-les-communes-les-plus-cheres-de-belgique-pour-chaque-region-6086d5137b50a616927788dd)

4	Comment un simple achat de 39,99 euros s'est transformé en saga internationale	(/economie/entreprises-startup/payer-ce-n-est-pas-si-facile-esprit-es-tu-la-6081560e9978e21698db45bc)
5	Vers un certificat d'immunité en Belgique ? "Il faut trouver un nouveau contrat social pandémique"	(/belgique/societe/vers-un-certificat-d-immunite-en-belgique-il-faut-trouver-un-nouveau-contrat-social-pandemique-608708169978e216980d5467)

Publicité