

## Programme *Nourrir la vie* du Dispensaire : l'une des meilleures sources d'information au Québec en nutrition périnatale

Annie Brodeur-Doucet and André Bertrand

Nutrition périconceptionnelle et anténatale : prévenir pour grandir en santé

Volume 15, Number 3, Winter 2018

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/1044058ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/1044058ar>

[See table of contents](#)

---

### Publisher(s)

Ordre professionnel des diététistes du Québec

### ISSN

2561-620X (digital)

[Explore this journal](#)

---

### Cite this article

Brodeur-Doucet, A. & Bertrand, A. (2018). Programme *Nourrir la vie* du Dispensaire : l'une des meilleures sources d'information au Québec en nutrition périnatale. *Nutrition Science en évolution*, 15(3), 29–30.  
<https://doi.org/10.7202/1044058ar>

# PROGRAMME NOURRIR LA VIE DU DISPENSAIRE : L'UNE DES MEILLEURES SOURCES D'INFORMATION AU QUÉBEC EN NUTRITION PÉRINATALE

**Annie Brodeur-Doucet**, Dt.P. et **André Bertrand**, respectivement directrice des programmes et projets et directeur des communications, Dispensaire diététique de Montréal.

*Nourrir la vie est un programme du Dispensaire diététique de Montréal (Dispensaire) qui informe les intervenants communautaires du Québec sur la nutrition périnatale, notamment par l'entremise d'un accès gratuit à des informations et des formations en ligne (<https://www.dispensaire.ca/connexion>), afin d'améliorer leurs connaissances dans ce domaine et de les aider à répondre adéquatement aux besoins de leur clientèle.*

*Nourrir la vie* aborde une panoplie de sujets, comme l'alimentation de la femme enceinte, celle du nourrisson et l'allaitement, sous forme de questions-réponses, de fiches d'information, d'études de cas, de webinaires et de billets scientifiques. *Nourrir la vie* effectue aussi une veille en périnatalité et permet à ses membres de poser des questions aux intervenantes du Dispensaire au moyen d'un formulaire sur son site Web.



Photographie : Eric St-Pierre (<https://www.dispensaire.ca>)

Certes, le programme *Nourrir la vie* se base sur les plus récentes données scientifiques, mais également sur le jugement clinique de l'équipe du Dispensaire, étant donné son expertise dans le domaine depuis plus de soixante ans. De plus, les informations du programme sont mises à jour régulièrement ou lorsque de nouvelles études scientifiques ou lignes directrices en matière de nutrition périnatale sont disponibles. En fait, *Nourrir la vie* se positionne comme un outil d'expertise « acquise sur le terrain ». Destiné aux intervenants, ce programme propose une information à mi-chemin entre

des écrits scientifiques, des recommandations officielles et des observations issues de la pratique au Dispensaire. Une variété de sujets y sont traités, entre autres, comment aborder le Ramadan, la consommation de tisanes ou de fromage durant la grossesse ou les recommandations pour la vitamine D. En raison de l'excellence des publications et des services offerts par son programme *Nourrir la vie*, le site du Dispensaire est souvent cité comme une source d'information fiable en nutrition par différents blogueurs et sites Internet renommés pour leur rigueur scientifique.



Toute personne souhaitant accéder au contenu du programme doit remplir une demande d'adhésion sous l'onglet *Nourrir la vie* du site du Dispensaire ([www.dispensaire.ca](http://www.dispensaire.ca)). La demande est évaluée pour déterminer si la personne a les deux prérequis nécessaires pour devenir membre de *Nourrir la vie*: 1) elle travaille ou effectue du bénévolat au sein d'un organisme communautaire; 2) cet organisme a pour mission de venir en aide aux personnes à faible revenu, notamment les femmes enceintes, allaitantes ou avec un nourrisson.

Par ailleurs, des extraits du programme *Nourrir la vie* sont accessibles à tous sur le site Web et la page Facebook du Dispensaire.

### De 2009 à aujourd'hui

C'est en 2009 que le Dispensaire lance le Service virtuel périnatal en nutrition *SVPNutrition* pour que les intervenants communautaires aient accès à l'expertise du Dispensaire à l'aide d'un formulaire électronique. Ensuite, les questions-réponses étaient publiées sur le site Web *SVPNutrition*. D'autres articles s'ajou-

taient à ceux issus des demandes des membres. Au même moment, des formations en ligne étaient offertes quatre fois par année.

Au fil de son développement et de sa mise en œuvre, *SVPNutrition* a évolué et bonifié son offre de services afin de répondre au besoin exprimé par ses abonnés : avoir accès à une boîte à outils contenant de l'information et à des méthodes d'intervention fiables en nutrition périnatale. C'est dans cette perspective que ce projet a changé de nom pour porter celui que nous connaissons aujourd'hui : *Nourrir la vie*.

*Nourrir la vie* vise à outiller les intervenants qui n'ont pas facilement accès aux services des nutritionnistes. Ils peuvent ainsi transmettre des messages fiables à leur clientèle et mieux distinguer les situations exigeant une assistance professionnelle afin de diriger adéquatement les personnes vers les bonnes ressources.

Très bientôt, *Nourrir la vie* proposera à ses membres et au grand public des capsules vidéo et fera connaître les informations les plus récentes sur divers sujets liés à la nutri-

tion périnatale. Il sera possible pour tous de les partager, de les faire circuler auprès de leur clientèle et de leurs collègues de travail.

**Opinions des personnes qui consultent et bénéficient du programme *Nourrir la vie*** (selon un sondage effectué à l'automne 2016) :

- > 71 % des membres recommandent le site Web du programme à leurs collègues ;
- > Chez 81 % des membres, *Nourrir la vie* a influencé leurs activités ou leurs pratiques d'intervention ;
- > 51 % des répondants utilisent les fiches d'information du programme lors de leurs consultations auprès de la clientèle ;
- > 65 % des membres affirment que le site Web de *Nourrir la vie* est leur première ressource en matière de nutrition durant la grossesse ;
- > Les participants apprécient à 100 % les aspects suivants des formations : durée de la séance, pertinence et vulgarisation du sujet, professionnalisme et réponses aux questions posées, support visuel, matériel éducatif et disponibilité des fiches informatives.

Au cours de l'année 2016-2017, 139 membres actifs provenant de 56 organismes communautaires et de 16 régions sociosanitaires différentes ont accédé aux services de *Nourrir la vie*.

### À propos du Dispensaire

Fondé en 1879, le Dispensaire diététique de Montréal est au Québec le chef de file en nutrition sociale adaptée aux femmes enceintes en situation de pauvreté. Chaque année, il aide quelque 1 000 femmes du Grand Montréal à donner vie à des bébés en santé de bon poids. La nutrition sociale, telle que développée et pratiquée au Dispensaire, est une approche basée sur la méthode d'intervention nutritionnelle Higgins<sup>MD</sup> qui cible la période de la grossesse et couvre les premiers mois de vie du nouveau-né. Le Dispensaire a développé et éprouvé scientifiquement la méthode qui tient compte d'un ensemble de déterminants de la santé (conditions sociales, économiques et culturelles, accès à des soins de santé, etc.). C'est ainsi que le Dispensaire peut proposer une intervention interdisciplinaire qui non seulement aide les femmes à donner vie à des bébés en santé, mais veille au développement optimal de leur enfant et à l'épanouissement de ces femmes dans leurs rôles de mère et citoyennes de leur collectivité. ■