

## Les compétences alimentaires : pourquoi et comment les diététistes/nutritionnistes doivent les prendre en considération ?

Doris Gagné, Dt.P., M. Sc., Hélène Gayraud, Dt.P., M. Sc. et Catherine Laramée, Dt.P., M. Sc.

Volume 17, numéro 3, hiver 2020

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/1068827ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/1068827ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

### Éditeur(s)

Ordre professionnel des diététistes du Québec

### ISSN

2561-620X (numérique)

[Découvrir la revue](#)

### Citer ce document

Gagné, D., Gayraud, H. & Laramée, C. (2020). Les compétences alimentaires : pourquoi et comment les diététistes/nutritionnistes doivent les prendre en considération ? *Nutrition Science en évolution*, 17(3), 4–5.  
<https://doi.org/10.7202/1068827ar>

**Ordre professionnel des diététistes du Québec**

550, rue Sherbrooke O., Tour Ouest, bureau 1855  
Montréal, H3A 1B9  
Téléphone: 514 393-3733 Sans frais: 1 888 393-8528  
Télécopieur: 514 393-3582 opdq@opdq.org opdq.org

**Édition**

Ordre professionnel des diététistes du Québec

**Rédactrice en chef**

Josée De La Durantaye, FCPA, FCMA, MBA, ASC.  
Directrice générale et secrétaire

**Comité éditorial**

Annie Biron, Dt.P., M. Sc.  
Jean-Philippe Drouin-Chartier, Dt.P., Ph. D.  
Caroline Dubeau, Dt.P., M. Sc., Ph. D. (cand)  
Mariève Dupont, Dt.P., M. Sc., présidente  
Doris Gagné, Dt.P., M. Sc.  
Hélène Gayraud, Dt.P., M. Sc.  
Véronique Gingras, Dt.P., Ph. D.  
Catherine Laramée, Dt.P., M. Sc.  
Geneviève Mailhot, Dt.P., Ph. D.  
Annie Vallières, Dt.P., M. Sc.  
Mélanie Veillette, Dt.P., MBA

**Coordination**

Manon Daneau, Chargée de projets

**Rédaction**

Annie Brodeur-Doucet, Diane Chagnon, Julie Deschamps,  
Sophie Desroches, Melissa A. Fernandez, Hélène Gayraud,  
Émilie Lacaille, Jean-Philippe Laperrière,  
Catherine Laramée, Lise Lecours, Marie Marquis,  
Julie Perron, Véronique Provencher, Béatrice Pudelko.

**Réviseurs**

Tous les articles sont révisés par des pairs.

**Direction artistique et production**

Glagence.ca — 514 985-4181

**Crédit photos**

Couvert 1; page 8; 12; 17; 19; 22: Adobe Stock.

**Renseignements généraux**

La revue Nutrition — Science en évolution est publiée  
trois fois l'an par l'Ordre professionnel des diététistes  
du Québec.

**Publicité**

Martin Laverdure  
Délégué commercial  
514 239-3629  
martin@laverdure-marketing.com

**Mise en garde**

Le fait d'accepter la publication d'une publicité ne  
signifie aucunement que l'OPDQ appuie l'entreprise ou  
son message. Les opinions exprimées dans les articles  
n'engagent que les auteurs. L'Ordre ne se porte pas garant  
du contenu de ces textes, à moins d'avis contraire.

**Reproduction**

Toute demande de reproduction doit être effectuée  
auprès de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec  
à info@opdq.org.

**Invitation à toutes et à tous**

Les lecteurs et lectrices sont invités à soumettre à  
l'Ordre des renseignements, des idées ou des intentions  
de rédaction susceptibles d'intéresser les membres  
de l'Ordre. Faites parvenir vos suggestions et intentions  
au siège social de l'Ordre, à l'attention de Manon Daneau,  
chargée de projets à mdaneau@opdq.org.

**Dépôt légal**

Bibliothèque nationale du Québec  
Bibliothèque nationale du Canada — ISSN 2561-620X

# LES COMPÉTENCES ALIMENTAIRES: POURQUOI ET COMMENT LES DIÉTÉTISTES/ NUTRITIONNISTES DOIVENT LES PRENDRE EN CONSIDÉRATION?



**Doris Gagné, Dt.P., M. Sc.**

**Hélène Gayraud, Dt.P., M. Sc.**

**Catherine Laramée, Dt.P., M. Sc.**

Les compétences alimentaires peuvent être décrites comme un ensemble d'habiletés nécessaires à la préparation de repas sécuritaires, nutritifs et culturellement adaptés aux membres de la famille<sup>1</sup>. Elles incluent, entre autres, les connaissances nutritionnelles ainsi que les aptitudes de planification et de préparation des repas.

Les nouvelles Lignes directrices canadiennes en matière d'alimentation soulignent que « Les compétences alimentaires sont nécessaires

pour naviguer dans un environnement alimentaire complexe et favoriser une saine alimentation »<sup>2</sup>. Elles suggèrent aux professionnels de la santé de « promouvoir la cuisson et la préparation des repas à partir d'aliments de haute valeur nutritive en tant que moyen pratique favorisant la saine alimentation ». Elles invitent aussi à « faire la promotion des étiquettes des aliments en tant qu'outils qui aident les Canadiens à faire des choix éclairés ».

<sup>1</sup> Gouvernement du Canada. (2010). Amélioration des compétences culinaires: synthèse des données probantes et des leçons pouvant orienter l'élaboration de programmes et de politiques. Récupéré à [https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/migration/hc-sc/fn-an/alt\\_formats/pdf/nutrition/child-enfant/cfps-acc-synthes-fra.pdf](https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/migration/hc-sc/fn-an/alt_formats/pdf/nutrition/child-enfant/cfps-acc-synthes-fra.pdf)

<sup>2</sup> Santé Canada. (2019). Lignes directrices canadiennes en matière d'alimentation à l'intention des professionnels de la santé et des responsables des politiques. Récupéré à <https://guide-alimentaire.canada.ca/static/assets/pdf/CDG-FR-2018.pdf>

Ce numéro vise donc à outiller les diététistes/nutritionnistes pour qu'elles développent un peu plus le réflexe de considérer les compétences alimentaires dans leur pratique.

Jean-Philippe Laperrière, chargé de cours au Département d'études urbaines et touristiques de l'Université du Québec à Montréal, et Émilie Lacaille, diététiste/nutritionniste au Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière, sont les auteurs du premier article. Ils discutent de la transformation des compétences culinaires du XIX<sup>e</sup> siècle à aujourd'hui. Ils exposent les enjeux contemporains et proposent des pistes de solutions.

Dans le deuxième article, les chercheuses Mélissa Anne Fernandez, Sophie Desroches, Véronique Provencher et Marie Marquis décrivent les données probantes liées à la planification des repas. De plus, elles présentent les résultats d'une enquête menée auprès de 900 parents canadiens à la suite de la campagne *Bien manger de Santé Canada* en 2013.

Dans le troisième article, Hélène Gayraud, diététiste/nutritionniste directrice des Brigades Culinaires à La Table des Chefs, Lise Lecours,

diététiste/nutritionniste, présidente et directrice pédagogique chez Lecours.ca, ainsi que Béatrice Pudelko professeure à l'Université TÉLUQ, nous présentent l'approche cognitive. Cette approche favorise l'apprentissage de nouvelles compétences chez les clients/patients. Plusieurs stratégies sont abordées et des exemples d'application sont donnés.

Diane Chagnon, diététiste/nutritionniste au Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, signe Le Plus. Elle propose une réflexion sur l'importance de prendre en considération la signification de l'acte de manger chez les aînés pour favoriser l'adhésion au plan de traitement nutritionnel. Un cas clinique est présenté pour illustrer le propos.

Le Pratico-pratique, écrit par les diététistes/nutritionnistes Anne Brodeur-Doucet du Dispensaire diététique de Montréal et Julie Deschamps de la Fondation OLO, présente un outil pour accompagner les familles de diverses cultures. Il s'agit du guide *Découvrir le monde et ses diverses saveurs* disponible depuis 2017. La description du guide ainsi que

les étapes de son développement y sont présentées. Des témoignages de nutritionnistes l'ayant utilisé dans leur pratique enrichissent le propos.

Les compétences alimentaires étant au cœur de notre travail, nous espérons vivement que ce numéro nourrira votre passion et enrichira votre pratique.

Bonne lecture ! ■

 **LUXA-D**<sup>®</sup>  
Gélule - Vitamine D<sub>3</sub> 2000 UI

**LE DOSAGE POUR AIDER VOS PATIENTS À ATTEINDRE LE NIVEAU OPTIMAL DE VITAMINE D<sup>1</sup>**



**LUXA-D 2 000 UI, L'ALLIÉ QUOTIDIEN DE VOS PATIENTS AYANT DE PLUS GRANDS BESOINS**

- 2 000 UI pour le même prix que 1 000 UI
- **Remboursé par la RAMQ<sup>2</sup>**



PERSONNES DE 50 ANS ET +



PEAUX FONCÉES



SURPOIDS /OBÉSITÉ



FEMMES ENCEINTES /QUI ALLAIENT

OBJECTIF PRÉVENTION



Pour en savoir plus : [defiprevention.com](http://defiprevention.com)  
Mot de passe : Luxad123

**Indication :** LUXA-D 2 000 UI est indiqué pour le traitement et la prévention de la carence en vitamine D; la prise en charge et la prévention de l'ostéoporose primaire et induite par les corticostéroïdes, en association avec le calcium; le traitement du rachitisme réfractaire (rachitisme résistant à la vitamine D); le traitement de l'hypophosphatémie familiale; le traitement de l'hypoparathyroïdie.

**Contre-indications :** Hypersensibilité connue à la vitamine D, à ses analogues ou ses dérivés, hypercalcémie, hypercalciurie, néphrolithiase, insuffisance rénale grave, syndrome de malabsorption, sensibilité anormale aux effets toxiques de la vitamine D, hypervitaminose D.

**Mise en garde et précautions les plus importantes :** L'administration chronique ou aiguë de doses excessives de cholécalférol peut entraîner une hypervitaminose D, se manifestant par une hypercalcémie et ses séquelles. L'indice thérapeutique des analogues de la vitamine D est étroit et il existe une grande variation interindividuelle de la dose qui conduira à une toxicité chronique. Des doses quotidiennes de cholécalférol allant de 50 000 à 100 000 UI (1,25 à 2,5 mg) chez l'adulte et de 1 000 UI (25 µg) chez l'enfant peuvent entraîner une hypervitaminose. La surveillance périodique des concentrations de calcium, de phosphate, de magnésium et de phosphatase alcaline sériques est recommandée pour les patients prenant de la vitamine D<sub>3</sub>.

**Pour de plus amples renseignements :** Veuillez consulter la monographie de LUXA-D au <https://www.defiprevention.com/s/PM-Luxa-D-Fr.PDF> pour obtenir des renseignements importants à propos des réactions indésirables, des interactions médicamenteuses et de la posologie qui ne sont pas mentionnés dans le présent document.

Références :

1. Monographie de LUXA-D<sup>®</sup>. Orimed Pharma Inc., 30 mai 2019.
2. Liste des médicaments couverts par le régime général d'assurance médicaments du Québec. Publiée en date du 10 juillet 2019.

® Marque enregistrée de Orimed Pharma. Utilisée sous licence.  
©2019 Orimed Pharma Inc. Tous droits réservés.  
1310, rue Nobel, Boucherville, Québec, J4B 5H3  
Sans frais : 1 866 399-9091

ENTREPRISE  
QUÉBÉCOISE

**ORIMED**  
P H A R M A