



Rôles

DU DIÉTÉTICIEN EN DIABÉTOLOGIE

La gestion au quotidien
de l'alimentation par le diabétique

•
Guide et Coaching

Merci à Mme Anne Robert, diététicienne,
pour la rédaction de ce dépliant.

Trouvez un diététicien
sur le répertoire médico-social du Sisdef
www.annuaire-sante-domicile.be

Une initiative du **PointSanté**
www.pointsante.be





Sujets abordés durant les consultations diététiques

- ✓ **Bien dans son assiette :**
équilibre alimentaire adapté au quotidien de la personne diabétique et à ses habitudes alimentaires.
- ✓ **Composition de menus et de repas équilibrés :**
recettes équilibrées.
- ✓ **Prévention cardiovasculaire :**
comment manger mieux gras ?
utilisation et choix "santé" des graisses.
- ✓ **Connaissance et repérage des aliments glucidiques :**
lecture des étiquettes alimentaires et analyse de celles-ci.
- ✓ **Utilisation et choix des collations** suivant le traitement médicamenteux.
- ✓ **Le resucrage correct** en cas d'hypoglycémies.
- ✓ **Les édulcorants et la place des produits "light"** dans l'alimentation du diabétique.
- ✓ **Le choix des boissons et la place de l'alcool** dans l'alimentation du diabétique.
- ✓ **Notion d'index glycémique :** trucs et astuces pratiques pour intégrer la notion d'index glycémique dans l'alimentation équilibrée du diabétique.
- ✓ **La gestion des repas** de famille, au resto ou lors des fêtes pour les personnes diabétiques et leurs familles.

Une alimentation équilibrée est une alimentation variée qui préserve :

- l'équilibre du diabète et du poids,
- le taux normal de graisses dans le sang (cholestérol et triglycérides),
- le plaisir de manger. ↙ ↘

Pour y gagner en qualité de vie.



Quel est le rôle du diététicien agréé dans les trajets de soins ?

- Sur prescription du médecin généraliste, il dispense des séances de diététique aux patients avec un trajet de soins.



Diabète de type 2

2 séances minimum par an, avec un bilan nutritionnel complet lors de la 1^{ère} séance sont recommandées.

- 2 séances de minimum 30 minutes par an.
- Par année calendrier, au maximum 2 prestations de diététique peuvent être attestées par patient. Ces séances sont remboursées partiellement par l'assurance maladie. Le patient ne paye que le ticket modérateur.

Quelques mutualités pratiquent un remboursement supplémentaire des consultations diététiques qui répondent à certaines conditions. Pour obtenir tout renseignement à ce sujet, prenez contact avec votre mutuelle. Un rapport nutritionnel sera transmis au médecin traitant en clôture des sessions de diététique.