

DÉCOUVREZ LE POUVOIR DES ALIMENTS

MoisdelaNutrition2019.ca

LE POUVOIR DE GUÉRIR

Découvrez comment les aliments peuvent favoriser la guérison et comment les diététistes collaborent avec les médecins, le personnel infirmier, les pharmaciennes et pharmaciens, et d'autres professionnels paramédicaux afin de s'assurer que les soins prodigués aux patients sont optimaux.

Les diététistes croient et comprennent que les aliments ont le pouvoir d'améliorer la vie et la santé. Ces professionnels peuvent vous aider à choisir et à préparer les aliments dont vous avez besoin pour répondre à vos besoins en nutriments. Ils se servent des aliments pour favoriser la guérison et éduquent les gens sur la façon dont l'alimentation peut contribuer à prévenir ou à prendre en charge certains troubles de santé, notamment le diabète, la maladie cœliaque, les problèmes de déglutition (dysphagie), les troubles cardiaques, le cancer et plus encore.

LES DIÉTÉTISTES SONT LÀ POUR VOUS AIDER

Les diététistes font partie des équipes de soins de santé et collaborent avec des médecins, des infirmières, des pharmaciens et d'autres professionnels de la santé pour offrir des soins de qualité. Ils se servent des aliments pour favoriser la guérison. Les diététistes travaillent dans de nombreux milieux, dont :

- Les hôpitaux
- Les cabinets de médecins
- Les bureaux de pratique privée
- Les centres de santé communautaire
- Les bureaux de santé publique
- Les établissements de réadaptation
- Les résidences pour personnes âgées
- Les centres de soins de longue durée
- Les studios de cuisine

Vous trouverez les 10 recettes en vedette au www.moisdelanutrition2019.ca



TRUC DE DIÉTÉTISTE

Mandy Megan Conyers-Smith, diététiste

Edmonton, Alberta

Les diététistes suivent une formation universitaire complète et rigoureuse, tant sur les bancs d'école qu'au sein de leur milieu de travail. Ils se conforment aux normes de formation et d'éthique les plus élevées; ils vont donc au-delà des modes, mythes et croyances pour prodiguer des conseils fiables en matière d'alimentation qui peuvent changer des vies et qui favorisent la prévention et la guérison.

À VOS FOURNEAUX!



Salade de Crevettes, Avocats, Basilic et Basilic Frais



Salade de falafels



Pommes de Terre À la Grecque Avec Sauce Yogourt Au Citron



Téléchargez **Cuisinidées** pour vous inspirer d'idées de recettes.



LE POUVOIR DE GUÉRIR

MoisdelaNutrition2019.ca

- Les épiceries
- Les centres d'information sur le diabète

Les diététistes utilisent les aliments pour vous aider à obtenir les éléments nutritifs dont votre corps a besoin pour grandir et se rétablir. Leurs conseils contribuent à prévenir les maladies, à traiter les problèmes de santé et à renforcer le système immunitaire.

TRAVAILLEZ AVEC UNE DIÉTÉTISTE

Les interventions sur le mode de vie offertes par les diététistes, comme du counseling en nutrition, activité physique et modification du comportement, peuvent contribuer à la guérison des patients ou des clients dans de nombreuses situations. Voici quelques exemples :

- Travailler avec une ou un diététiste peut aider les diabétiques à gérer leur glycémie.
- Les diététistes travaillent avec leurs clients sur des changements au style de vie qui peuvent améliorer la tension artérielle, diminuer le taux de cholestérol et favoriser le contrôle du poids.
- Dans le contexte des soins prodigués aux personnes atteintes d'un cancer, les conseils des diététistes favorisent la guérison, le maintien du poids et la gestion des effets secondaires des traitements afin d'aider les patients à mieux se sentir.
- Les diététistes peuvent aider les gens atteints de la maladie cœliaque à planifier un régime sans gluten et à s'y adapter afin de favoriser la guérison de l'intestin et de restituer l'absorption des nutriments.
- Les personnes qui doivent composer avec des problèmes de déglutition (dysphagie) peuvent travailler avec la ou le diététiste d'une équipe de soins de santé pour trouver le profil de repas, les textures alimentaires, les suppléments et les dispositifs d'assistance qui leur conviennent et leur permettront de bien s'alimenter.



TRUC DE DIÉTÉTISTE

Symone Moodoo,
diététiste

Winnipeg, Manitoba

Les diététistes donnent les moyens à leurs patients, à leurs clients et aux collectivités d'apprécier les aliments, de les comprendre et de les savourer. Nous tenons compte de l'origine ethnique des clients et de leurs besoins personnels (notamment en ce qui concerne le goût et l'accessibilité), et traduisons la science de la nutrition en termes faciles à comprendre!

VOUS VOULEZ DÉCOUVRIR LE POUVOIR DES ALIMENTS?

PARLEZ À UN OU UNE DIÉTÉTISTE

Les diététistes sont passionnés par le pouvoir qu'ont les aliments d'améliorer la vie et la santé. Nous travaillerons avec vous pour vous permettre d'apprécier les aliments, de les comprendre et de les savourer en tenant compte de vos objectifs, de vos besoins et des défis auxquels vous faites face. Nous allons au-delà des modes, mythes et croyances pour prodiguer des conseils fiables qui peuvent changer des vies.

Consultez un ou une diététiste en visitant le www.dietetistes.ca/trouvez. Les diététistes sont vos alliés.

Vous trouverez les 5 fiches d'information au www.moisdelanutrition2019.ca

COMMANDITAIRES
OFFICIELS



COMMANDITAIRE
ASSOCIÉ



COMMANDITAIRE DES
FICHES D'INFORMATION



Ce feuillet est distribué gracieusement par: