

La diététique, un métier en plein essor

Ecouter, soutenir et accompagner: tels sont les maîtres-mots du diététicien, un métier qui se développe dans le paysage médical. Mais beaucoup reste à faire.

PAR PHILIPPE LEBET



Le métier de diététicien est multiple. Il peut s'exercer en milieu hospitalier ou en consultation ambulatoire, mais également comme indépendant.
DAVID MARCHON

« Il faut faire preuve de beaucoup d'écoute et d'empathie. » Camille Vaucher, diététicienne à la clinique Montbrillant, à La Chaux-de-Fonds, situe d'emblée les enjeux de la prise en charge d'un patient. Celle-ci est individualisée en fonction de l'état de santé, des habitudes, des envies et des connaissances alimentaires. S'adapter au patient pour l'aider à acquérir de nouvelles habitudes d'alimentation et de vie. En résumé: lui permettre d'améliorer son état de santé. Il ne s'agit pas de « tout révolutionner d'un coup, ni de dicter ce que le patient doit faire », mais de l'encourager à participer à sa prise en charge. « Les objectifs à atteindre durant le suivi diététique sont toujours choisis d'un commun accord », insiste Camille Vaucher, titulaire d'un Bachelor of Science en Nutrition et diététique de la

Haute Ecole de Santé (HEdS), à Genève, où elle exerce encore comme assistante d'enseignement pour la filière Nutrition et diététique.

Alimentation intuitive

« S'écouter, en développant ou retrouvant ses sensations alimentaires de faim et de satiété en tenant compte de ses envies », résume la spécialiste. « Des éléments fondamentaux pour guider nos choix alimentaires et tendre vers une alimentation intuitive. » Concernant celle-ci, et pour être à l'écoute des sensations, Camille Vaucher donne des astuces à ses patients pour manger plus lentement et dans le calme, et leur apprendre à ressentir la satiété, qui apparaît souvent après 20 minutes.

« Conserver les plaisirs de la table constitue un élément central de la pratique », relève

Camille Vaucher. Le suivi peut aussi passer par des exercices avec la diététicienne, par exemple une dégustation avec un aliment « culpabilisant ». « Souvent du chocolat », sourit la diététicienne. Il s'agit d'apprendre à déguster, à apprécier, en étant conscient de ce que l'on mange et en utilisant ses cinq sens (vue, odorat, toucher, ouïe et goût).

Le métier est multiple. Il s'exerce en milieu hospitalier ou en consultation ambulatoire, mais également en cabinet comme indépendant, dans les soins à domicile, dans le cadre de la prévention et la promotion de la santé, dans l'enseignement (formation des futurs diététiciens, formation continue des professionnels de santé) ou encore dans la recherche. Généralement, les patients sont adressés à Camille Vaucher

Ne pas confondre diététicien et nutritionniste

Diététicien ou nutritionniste, deux activités fondamentalement différentes, même si dans l'esprit du grand public elles sont souvent assimilées. Camille Vaucher tient à rétablir la vérité: « Le titre de diététicien est protégé par la loi. Parmi tous les spécialistes de l'alimentation, c'est la seule profession à être reconnue par la loi fédérale sur l'assurance maladie (Lamal). »

« Un diététicien a suivi une formation bachelor de trois ans dans une Haute Ecole spécialisée », insiste la spécialiste qui travaille à la clinique Montbrillant, à La Chaux-de-Fonds. « Contrairement au diététicien, le métier de nutritionniste n'est pas protégé, ce qui signifie qu'il suffit d'avoir suivi une brève formation de quelques jours pour s'appeler nutritionniste ou coach en nutrition. »

Durant leur formation, les diététiciens abordent l'alimentation des personnes en bonne santé, mais traitent également des liens entre alimentation et maladies, ce qui n'est pas le cas des autres professionnels de l'alimentation. La diététicienne déplore « une situation qui amène souvent de la confusion auprès de patients qui ne font pas toujours la différence. »

pour un suivi diététique ambulatoire par un médecin généraliste ou un spécialiste.

Tous les âges de la vie

Les patients viennent avec une prescription diététique motivée par un problème de santé, nécessitant une prise en charge nutritionnelle et qui va permettre le remboursement des prestations, sachant que les diététiciens sont reconnus par l'assurance maladie de base. Le suivi diététique s'adresse à tous les âges de la vie, des enfants aux personnes âgées en passant par la femme enceinte, souligne la spécialiste.

Les diététiciens n'interviennent pas seulement pour aider à perdre du poids, mais aussi auprès de patients dénutris, qui souffrent de maladies cardiovasculaires, de troubles métaboliques (diabète ou taux de cholestérol trop élevé par exemple), de maladies du système digestif, de maladies rénales, d'allergies ou d'intolérances alimentaires, ou encore de troubles du comportement alimentaire.

La diététicienne ou le diététicien assure également des rendez-vous qui ne sont pas adressés par un médecin, ajoute Camille Vaucher. Des situations qui recouvrent des personnes qui souhaitent perdre du poids, des sportifs amateurs en quête d'efficacité ou des sportifs d'élite, ou alors simplement quelqu'un qui veut améliorer son alimentation, sachant que la population porte de plus en plus d'attention à sa santé en général.

Esprit créatif

L'alimentation constitue l'élément central de nombreuses maladies, même si les problématiques sont parfois complexes avec une part de génétique, précise Camille Vaucher. Le patient est pris dans sa globalité et les diététiciens collaborent régulièrement avec d'autres professionnels de la

santé, comme les médecins, infirmières et infirmiers, physiothérapeutes, ergothérapeutes, psychologues. L'avenir est à l'interdisciplinarité.

L'univers de la diététique apparaît donc plus que jamais actuel, « bien loin de l'image réductrice prévalant auparavant, quand elle était assimilée à un régime restrictif », rappelle Camille Vaucher. Le métier s'est développé. En Suisse romande, une quarantaine d'étudiants sortent formés de la HEdS chaque année, encore très majoritairement des femmes. « Mais les hommes s'y intéressent de plus en plus. » Les Alémaniques suivent un cursus identique à Berne.



Conserver les plaisirs de la table constitue un élément central de la pratique."

CAMILLE VAUCHER
DIÉTÉTICIENNE À LA CLINIQUE
MONTBRILLANT, À LA CHAUX-DE-FONDS

1450

diététiciennes
et diététiciens
reconnus en Suisse.

Créée en 1942, l'Association suisse des diététicien-ne-s (ASDD) compte plus de 1450 membres, soit 80% des professionnels reconnus. Les membres sont habilités à porter le titre protégé de « diététicien ASDD », qui garantit des prestations thérapeutiques et de conseils diététiques et nutritionnels reposant sur des bases scientifiques et éprouvées dans la pratique.

Forte de ses quelques années de pratique maintenant, Camille Vaucher prône un esprit créatif, estimant que l'avenir du secteur passe par l'innovation. « Il faut savoir se mettre en avant et démontrer la plus-value de nos actions, qui bien souvent jouent un rôle fondamental dans la prise en charge des maladies », assure-t-elle.