

## Journée-conférence annuelle des diététistes des Producteurs laitiers du Canada (10<sup>e</sup> édition)

Alexandra Grenier, Dt.P.

Volume 15, Number 3, Winter 2018

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/1044061ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/1044061ar>

[See table of contents](#)

### Publisher(s)

Ordre professionnel des diététistes du Québec

### ISSN

2561-620X (digital)

[Explore this journal](#)

### Cite this document

Grenier, A. (2018). Journée-conférence annuelle des diététistes des Producteurs laitiers du Canada (10<sup>e</sup> édition). *Nutrition Science en évolution*, 15(3), 34–35.  
<https://doi.org/10.7202/1044061ar>

# JOURNÉE-CONFÉRENCE ANNUELLE DES DIÉTÉTISTES DES PRODUCTEURS LAITIERS DU CANADA (10<sup>e</sup> ÉDITION)

Alexandra Grenier, Dt.P., de l'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada



*Le 20 février 2017, lors de la journée-conférence « La santé à l'école en 2017 : Apprendre et s'inspirer pour mieux intervenir », des sujets d'actualité en lien avec la santé et la nutrition des enfants du primaire étaient présentés. Des nutritionnistes, des hygiénistes dentaires et des infirmières du milieu ont assisté, en personne ou par visioconférence, à plusieurs conférences animées par des experts. Les conférenciers ont traité différents sujets, notamment le rôle de modèle des intervenants dans le développement d'une image corporelle positive chez l'enfant, la prise en charge de la nutrition des enfants atteints d'un TDAH et la gestion des allergies alimentaires à l'école.*

## FAVORISER UNE IMAGE CORPORELLE SAINE CHEZ LES ENFANTS

**Andrée-Ann Dufour Bouchard, Dt.P., M. Sc.,** Chef de projets, ÉquiLibre

Dans notre société, on accorde beaucoup d'importance à l'apparence et cette pression n'épargne pas les enfants. Or, l'insatisfaction corporelle peut nuire à l'adoption de saines habitudes de vie, au développement de l'estime de soi et à la réussite éducative. Il est donc important d'aider les enfants à développer une image corporelle positive. À cet égard, l'organisme ÉquiLibre propose plusieurs actions concrètes :

- > apprendre aux enfants à apprécier leur corps ;
- > éviter les commentaires sur le poids ;
- > remettre en question le modèle unique de beauté ;
- > valoriser la diversité corporelle.

ÉquiLibre offre des formations aux intervenants pour les aider à prendre conscience de leurs préjugés en lien avec le poids et l'image corporelle et de leur relation avec le corps, la nourriture et l'activité physique afin qu'ils deviennent des modèles positifs. En misant sur le développement d'une image corporelle positive, l'on favorise la santé globale des enfants. Le programme « Bien dans sa tête, bien dans sa peau » d'ÉquiLibre, destiné aux intervenants des milieux scolaires (primaire et secondaire) et communautaires, propose des ateliers d'apprentissage clés en main à animer auprès des jeunes. Des outils et des conférences sont également proposés aux parents. Pour en savoir plus, consultez le [www.equilibre.ca/btbp](http://www.equilibre.ca/btbp).

### LA DIVERSITÉ CORPORELLE ET LE RÔLE DE MODÈLE: UN DUO GAGNANT!

**Peggie Gingras, Dt.P.**

Nutritionniste au programme 0-5-30, CIUSSS de la Capitale-Nationale

La Mobilisation régionale et locale sur les saines habitudes de vie (SHV), le poids et la santé de la Capitale-Nationale regroupe plusieurs partenaires qui collaborent pour créer des environnements favorables aux SHV. Pour mieux sensibiliser les intervenants jeunesse à leur rôle dans la promotion de la diversité corporelle, un atelier de réflexion intitulé « La diversité corporelle : j'ai un rôle à jouer » a été organisé. Dans cet atelier, les intervenants



doivent se prononcer sur cinq énoncés selon une échelle préétablie. Puis, des messages clés et les attitudes à privilégier leur sont expliqués. Une affiche a été créée pour illustrer les messages clés.

### NUTRITION ET PRISE EN CHARGE DE L'APPÉTIT CHEZ LES ENFANTS ATTEINTS D'UN TDAH

**Marie-Hélène Bourdages, Dt.P.**

Nutritionniste clinicienne, CHU de Québec, CHUL

Le trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) se caractérise par une inattention, une hyperactivité et, dans certains cas, une impulsivité anormale qui entraînent des difficultés en milieu scolaire, familial et social. Le TDAH, en hausse, touche 5 à 12 % des enfants d'âge scolaire. L'un des effets secondaires de la médication est la suppression de l'appétit causant un déficit énergétique qui peut nuire à la croissance. Les enfants médicamenteux ont souvent un regain d'appétit en soirée et peuvent vouloir manger abondamment avant le coucher, une situation qui s'avère souvent essentielle pour combler leurs besoins énergétiques. À ce sujet, les courbes de croissance sont au nombre des outils de suivi les plus efficaces pour surveiller l'état de santé général de ces enfants et rassurer leurs parents. Plusieurs stratégies peuvent être mises en place de concert avec un professionnel de la santé : faire participer les enfants

aux choix des aliments, instaurer une routine pour les repas et collations et être à l'écoute des signaux de faim. Aussi, il est important de favoriser une bonne hygiène du sommeil et la pratique régulière d'activité physique. Par ailleurs, il faut demeurer prudent et se montrer critique envers les interventions alimentaires proposées comme substituts de la médication, notamment sur le Web. En effet, il n'existe aucune preuve des bienfaits de ces interventions. Il est démontré qu'elles peuvent restreindre davantage les apports alimentaires, augmentant ainsi le risque de carences nutritionnelles.

### UNIFORMISER LA GESTION DES ALLERGIES ALIMENTAIRES À L'ÉCOLE, UNE NÉCESSITÉ

**Lucie Bérubé, Dt.P., MBA**

Directrice générale, Allergies Québec

Au Québec, de 6 à 8 % des enfants sont allergiques et ce taux tend à augmenter. Allergies Québec est le principal centre de référence en matière d'allergies alimentaires à l'échelle provinciale. Sa mission est de promouvoir la sécurité et d'améliorer la qualité de vie des personnes allergiques au moyen de programmes d'information, de soutien, d'éducation, de formation et de sensibilisation. Actuellement, aucune législation n'encadre les allergies en milieu scolaire au Québec. Ainsi, chaque commission scolaire doit définir ses normes en matière de gestion des allergies et de l'anaphylaxie et les faire respecter dans ses écoles. Afin d'uniformiser les politiques et procédures en milieu scolaire, Allergies Québec a créé un guide et une trousse d'outils pour la gestion des allergènes. Ce guide renseigne les intervenants sur les allergies alimentaires et les réactions anaphylactiques ; il propose de standardiser les mesures visant à protéger les enfants allergiques. En 2016, dans le cadre d'un projet pilote, huit écoles ont reçu le guide, la trousse, une formation (en personne ou par webinar) par une diététiste d'Allergies Québec, ainsi que le soutien personnalisé de l'organisme. La phase 2, lancée au début de l'année scolaire 2017, visait 20 nouvelles écoles.

#### À NOTER

Ce reportage est tiré du site internet des Producteurs laitiers du Canada ([www.educationnutrition.ca/documents/Professionnels-Sante/2017/Resume\\_PL\\_C\\_JC\\_2017.pdf](http://www.educationnutrition.ca/documents/Professionnels-Sante/2017/Resume_PL_C_JC_2017.pdf))