



Diététicien, diététicienne

HES



L'alimentation concerne tout le monde et constitue un enjeu important pour une vie saine et équilibrée. Les diététiciens et diététiciennes interviennent auprès de personnes de tous âges. Leur rôle n'est pas de prescrire ou de proscrire des aliments, mais d'aider des personnes à adapter leur alimentation et leurs comportements alimentaires afin que leur état de santé et leur bien-être s'améliorent.



^ La collaboration interprofessionnelle est particulièrement importante dans les métiers de la santé.

Qualités requises

Je m'intéresse aux sciences biomédicales, humaines et sociales

En diététique, les interventions exigent une bonne connaissance du fonctionnement du corps humain et de son équilibre psychique, physique et social.

Je sais établir un bon contact et être à l'écoute

Les diététiciens et diététiciennes savent créer un rapport de confiance avec les patients et sont attentifs à leurs besoins.

J'ai des aptitudes pédagogiques

Dispenser des conseils et des explications constitue une part importante de l'activité de ces professionnels. Ceux-ci s'adressent à un public varié et ils adaptent leur langage à leurs interlocuteurs (adultes, enfants, personnes âgées, malades et leur entourage).

Je suis à l'aise dans une équipe interprofessionnelle

Les diététiciens et diététiciennes collaborent régulièrement avec des professionnels d'autres domaines (médecine, soins infirmiers, psychologie, physiothérapie, aide sociale, etc.), en faisant valoir leurs compétences spécifiques.

J'aime découvrir de nouvelles approches

Les connaissances évoluent avec la recherche scientifique, stimulant les remises en question et l'intérêt pour de nouvelles méthodes de traitement.

Formation

La formation de diététicien-ne s'effectue dans une haute école spécialisée (HES).

Lieux

Genève et Berne

Durée

3 ans à plein temps

Conditions d'admission

Accès direct: CFC du domaine de la santé et maturité professionnelle santé et social; maturité spécialisée santé; diplôme ES de la santé

Accès avec modules complémentaires santé (année propédeutique): CFC non spécifique et maturité professionnelle; maturité gymnasiale; autres maturités spécialisées

Pour tous les candidats et candidates: procédure de régulation (nombre de places limité)

Contenu des études

Formation théorique: sciences de la santé, interventions thérapeutiques, prévention et promotion de la santé, sciences des aliments, restauration hors domicile, technologie culinaire, étude des comportements alimentaires, réponses nutritionnelles aux problèmes sociaux, enseignements méthodologiques, exercice de la profession et coopération interprofessionnelle.

Formation pratique: intégrée au cursus, elle se déroule sur 30 semaines sous forme de stages sur le terrain.

Titres obtenus

Bachelor of Science HES en nutrition et diététique

Formation continue

Les diététiciens et diététiciennes ont l'obligation de suivre chaque année une formation continue.

Quelques possibilités après le bachelor:

Cours: journées ou séminaires de courte durée organisés par la filière Nutrition et diététique des écoles de santé ou par l'association professionnelle, par exemple en nutrition clinique, en accompagnement de personnes en fin de vie, en promotion de la santé

Hautes écoles: master en sciences de la santé, orientation nutrition et diététique; master en Life sciences – sciences alimentaires; master en psychomotricité

Postgrades: CAS, DAS, MAS, par exemple en santé communautaire, en gériatrie, en nutrition clinique, en gestion, en recherche dans le champ socio-sanitaire, de praticien-ne formateur-trice

✓ Le taux de glucose dans le sang peut être mesuré simplement au moyen d'un petit appareil.





◀ À l'aide d'un adipomètre, le diététicien mesure la masse grasseuse dans le corps.

Modifier les comportements alimentaires

Quel est l'impact des aliments sur la santé? Cette question a toujours intéressé Damien Carrupt et l'a poussé à devenir diététicien. Elle est toujours présente dans ses interventions auprès de patients souffrant de diabète et/ou d'obésité.

Lorsqu'un diabète de type 2, souvent lié à un excès de poids, est diagnostiqué chez un patient hospitalisé, Damien Carrupt se rend auprès du malade. Il s'entretient avec lui sur sa manière de s'alimenter et lui transmet des conseils

ment sur plusieurs repas, tout en privilégiant ou limitant certains aliments», lui explique-t-il, «car le traitement peut entraîner des risques pour la santé si le taux de sucre chute à un niveau trop bas». Il lui indique aussi comment reconnaître les symptômes de l'hypoglycémie, tels que des tremblements ou des malaises, et comment réagir en cas d'urgence, par la prise rapide d'une dose de sucre.

Grâce à une collaboration étroite avec le personnel infirmier et le médecin diabétologue, Damien Carrupt tient compte des autres pathologies dont souffre le patient ainsi que des traitements qu'il reçoit. Après le séjour hospitalier, le diététicien rencontrera encore le patient à plusieurs reprises pour le soutenir dans ses nouveaux comportements alimentaires.

Accompagnement de longue durée

Damien Carrupt assure aussi l'accompagnement nutritionnel et comportemental de personnes obèses avant et après une intervention chirurgicale visant à réduire l'estomac. Cette opération est proposée selon des critères bien précis et discutée en équipe pluridisciplinaire. La première rencontre pour préparer l'intervention a lieu plu-

sieurs mois avant l'hospitalisation, car des changements dans les habitudes alimentaires sont impératifs. Le diététicien établit un historique pondéral et une anamnèse complète. Celle-ci porte sur la manière de s'alimenter, le rythme de vie, le travail, les loisirs et l'environnement du patient.

«Ensemble, nous examinons ce que le patient est prêt à modifier dans ses comportements et nous fixons des objectifs atteignables: par exemple diminuer sa consommation de sodas ou éviter le grignotage en trouvant des stratégies d'occupation», précise le spécialiste. «Je propose aussi au patient de prendre ses repas lentement, en dégustant chaque aliment, et je lui donne des conseils pour une alimentation équilibrée. Au fil des entretiens, j'évalue sa capacité à changer ses habitudes alimentaires.» Les diététiciens, psychologues et médecins doivent donner ensemble le feu vert à l'opération. Après l'intervention, le suivi s'étendra encore sur plusieurs mois.

Damien Carrupt
29 ans, diététicien HES,
employé dans un
centre hospitalier



^ Damien Carrupt incite le patient à remplacer un soda par une boisson contenant moins de sucre.

spécifiques afin qu'il puisse éviter des complications et améliorer son état de santé.

Intervention pédagogique

Le patient de ce matin doit suivre un traitement qui prévoit l'injection d'insuline pour réguler le taux de sucre dans le sang. Le diététicien examine avec lui comment équilibrer l'apport quotidien en sucre: «Il faut le répartir judicieuse-



Découvrir les émotions liées à la nourriture

Au Centre métabolique - nutrition et mouvement, Tiffanie di Capua reçoit des patients de tous âges souffrant de troubles alimentaires qui impactent leur vie quotidienne et leur bien-être. Pour certains, leur maladie nécessite une adaptation de leur alimentation.

Lors de la première consultation, Tiffanie di Capua s'intéresse au processus qui a déclenché les troubles de santé, en s'appuyant sur des éléments très concrets: comment se déroule une journée type? Comment sont préparés les repas? Comment sont-ils consommés? Aujourd'hui, elle reçoit une jeune femme anorexique, qui ne mange plus que des légumes. La diététicienne cherche à déceler quel élément a déclenché cette maladie: est-ce une remarque d'un camarade? Une envie de répondre à des impératifs sociaux? Ou est-ce dû à un mal-être installé de longue date, sans lien avec le poids?

Stimuler la motivation

«Nous passons en revue les points positifs et négatifs liés à sa manière de s'alimenter et fixons ensemble des objectifs concrets», explique Tiffanie di Capua. «Je lui propose d'introduire un peu de féculents tout en augmentant légèrement la dose de légumes. Je cherche à agir sur son comportement alimentaire, en m'assurant toujours de son accord, sans lui imposer de changements ni d'aliments spécifiques.» Pour obtenir l'adhésion de la patiente, la diététicienne travaille sur la motivation: «Afin de mieux connaître son état psychique, je décortique avec elle les émotions liées à la prise de nourriture et nous recherchons des sensations

gustatives pouvant lui rappeler des expériences positives.» Lorsqu'il s'agit d'un enfant en sous-poids, qui rejette catégoriquement un grand nombre d'aliments, la diététicienne introduit une dimension ludique: par exemple faire les courses et cuisiner ensemble, ou jouer avec les textures et la présentation des aliments.

L'intervention des diététiciennes est coordonnée avec celle des autres spécialistes du Centre: psychologues, physiothérapeutes, ostéopathes et médecins. «Nous discutons de la situation des patients et assurons un suivi commun: alimentation, mouvement et état psychique vont de pair pour améliorer l'état de santé général de la personne.»

Sensibiliser au goût

Les cours de nutrition suivis durant sa scolarité ont orienté le choix professionnel de Tiffanie di Capua. «J'adore cuisiner et je veux transmettre ce goût pour les aliments, ainsi que le plaisir de les transformer et de les déguster.» Aujourd'hui, un an après son diplôme,



Tiffanie di Capua
24 ans, diététicienne HES,
travaille dans un
cabinet privé

elle met en œuvre ses compétences lors d'ateliers de cuisine qu'elle a mis en place au Centre. Elle enseigne aussi la nutrition au cycle d'orientation. Elle apprend aux élèves les bases d'un repas équilibré. «Je cherche avant tout à leur communiquer le plaisir de la découverte et de la dégustation, la manière de reconnaître la satiété, ainsi que l'attention à leurs sensations gustatives et digestives.»

✓ Tiffanie di Capua anime des ateliers pour stimuler le plaisir de cuisiner et de déguster des plats sains.



^ L'examen de bio-impédance permet de mesurer la répartition des muscles, de la graisse et de l'eau dans le corps.



Soins à domicile

Présente dans la vie des patients

Jessica Massa
29 ans,
diététicienne HES,
travaille pour un
prestataire de
soins à domicile
spécialisé en
nutrition clinique

«J'aime le double aspect de ma pratique: le côté médical de la nutrition artificielle et une relation de longue durée avec des patients suivis à domicile. En entrant dans leur intimité, j'ai une perception plus précise de leur vie réelle qu'à l'hôpital, et leur environnement m'apporte des compléments d'information.

Cibler les besoins nutritionnels

«Mes patients sont pour la plupart des personnes âgées, souffrant de maladies graves et de dénutrition qui s'accompagnent de troubles de la mastication, de la déglutition ou de la digestion. Leur alimentation ne couvre pas leurs besoins. Je leur propose de l'adapter et, si nécessaire, d'apporter un supplément liquide, enrichi en protéines et calories. À partir des données du patient et de notre entretien, je propose un complément pour atteindre la cible énergétique et protéique journalière. Il existe un grand choix de produits et, en fonction de l'état de santé et des goûts de la personne, je définis les quantités et le type de supplément, que le médecin valide. Pour les patients nourris uniquement par sonde, je choisis une poche de nutrition liquide, adaptée à leurs besoins, en accord avec leur médecin.

Lutter contre la dénutrition

«À la demande des EMS, je me rends dans les établissements. Je dispense au personnel des cours sur la dénutrition et d'autres thématiques en lien avec l'alimentation, et j'établis le bilan nutritionnel des résidents. Je rencontre certains d'entre eux et, en fonction de leurs difficultés quant à la texture, au goût ou à la quantité des aliments, je cherche des solutions et suggère des modifications au personnel soignant et aux cuisiniers.»



Prévention et promotion de la santé

Une alimentation saine pour tous

Delphine Amstutz

31 ans, chargée de projet en promotion de la santé et prévention, Unisanté Lausanne, Bachelor HES en nutrition et diététique, Master HES en santé globale et développement

Pourquoi vous êtes-vous dirigée vers la santé publique?

En travaillant dans les hôpitaux et cliniques, j'ai côtoyé des populations précaires. Je me suis alors fixé l'objectif de tenter de réduire les inégalités et de promouvoir la santé pour tous. Au-delà de la consultation individuelle, qui aide une personne à changer son comportement alimentaire, je veux améliorer l'état de santé des populations. Pour cela, il faut agir sur les déterminants sociaux de la santé, tels que les conditions de vie, les facteurs socio-économiques et l'accès à une alimentation saine. C'est une action à large échelle et à long terme, menée sur le terrain public et politique.

En quoi consistent vos activités?

Je suis impliquée dans deux projets: «Commune en santé» et «Environnement favorable à la santé». Ils ont pour but d'inciter les municipalités à mettre en place des mesures favorisant la santé et le bien-être des habitants, et plus particulièrement des personnes vulnérables. En matière d'alimentation, il s'agit par exemple de faciliter l'accès à des fruits et légumes frais, par l'installation de marchés géographiquement et financièrement accessibles au plus grand nombre. Mes interlocuteurs principaux sont les administrations communales et les autorités politiques.

Vous vous consacrez aussi à une association?

Oui, celle-ci est née d'un projet développé il y a deux ans aux Hôpitaux universitaires de Genève. Ce projet «Nutrition et migration» consiste à former douze agents de santé, des personnes migrantes qui relayent les informations de santé nutritionnelle dans leur communauté. L'association propose aussi cette démarche à d'autres populations vulnérables.



^ **Établir un bilan nutritionnel** La diététicienne est à l'écoute de la patiente. Lors d'un premier entretien, elle fait le bilan complet de ses habitudes alimentaires.

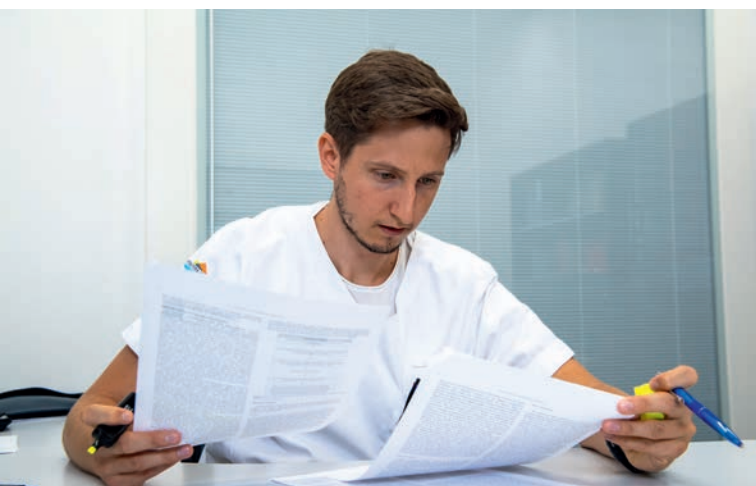


> **Intervenir au lit des patients** Lors de suivis hospitaliers, les diététiciens réalisent un examen clinique dans des situations de dénutrition ou de perte de poids involontaire.

^ **Collaborer avec d'autres professionnels** Alimentation et mouvement sont étroitement liés. Les échanges entre diététicienne et physiothérapeute permettent d'affiner les programmes d'intervention.



^ **Tâches administratives** L'établissement de rapports pour les médecins ou de prescriptions pour les assurances constitue une part non négligeable de l'emploi du temps.



^ **Informer et conseiller** Les patients reçoivent des informations nutritionnelles adaptées à leur état de santé et des conseils pour s'alimenter selon leurs besoins.



^ **Animer des ateliers** La préparation à une chirurgie de l'obésité comporte des cours d'information et un accompagnement diététique de longue durée.



^ **Choisir le produit adéquat** Parmi de nombreux aliments complémentaires, les diététiciens et diététiciennes déterminent quel produit convient le mieux aux besoins du patient.



^ **Transmettre les besoins** Le diététicien informe le cuisinier de l'hôpital des besoins spécifiques de certains patients, par exemple la nécessité de recevoir des aliments mixés.



Marché du travail

Chaque année en Suisse, 70 à 80 personnes obtiennent un bachelors HES en nutrition et diététique. La plupart des diplômé-e-s commencent par des périodes de remplacement avant de trouver le poste fixe de leur choix. En début de carrière, les principaux débouchés se trouvent dans les institutions: hôpitaux, cliniques, soins à domicile, centres de traitement et de réadaptation. Les diététiciens et diététiciennes travaillent aussi dans des cabinets privés, comme indépendants ou salariés. Les séjours à l'hôpital ont tendance à se raccourcir et le maintien à domicile des personnes âgées se développe. La demande d'un suivi nutritionnel à domicile est ainsi en forte augmentation. Le domaine de la prévention et de la promotion de la santé prend également de l'essor et offre quelques emplois dans les services publics.

Activité indépendante

Après deux ans d'expérience professionnelle à plein temps sous la supervision d'un-e professionnel-le en nutrition et diététique expérimenté-e, les diététiciens et diététiciennes ont la possibilité de demander le droit de pratique cantonal. Celui-ci leur permet de s'installer à leur compte et de facturer leurs prestations. Il donne aussi droit au remboursement par les assurances-maladie. Les cabinets de groupe réunissant plusieurs spécialistes (diététicien-ne-s, psychologues, physiothérapeutes,

médecins, etc.) se développent. La mise en commun des structures favorise les collaborations et permet de réduire les coûts de fonctionnement. Il est relativement courant de cumuler plusieurs activités. À côté de leur pratique en cabinet, certains ou certaines indépendants-e-s ont une activité complémentaire sous forme de projets ou de mandats à 10% ou 20%. Cela leur permet de diversifier et d'élargir leurs interventions, par exemple dans l'enseignement, dans un club sportif, dans le conseil en entreprise, ou encore dans la restauration collective. La profession est exercée principalement par des femmes.

Un large champ professionnel

Avec de l'expérience, les diététiciens et diététiciennes ont la possibilité de prendre des responsabilités dans une grande structure ou de diriger un secteur. Le master en nutrition et diététique permet de développer des compétences professionnelles et d'accéder à une place de responsable. Chaque année, un-e ou deux diplômé-e-s complètent leur formation par un bachelors en psychologie afin de pouvoir proposer à leurs clients un traitement plus large des troubles comportementaux liés à la nourriture. Il est aussi possible de se diriger vers l'industrie alimentaire, notamment en préparant un master en Life Sciences. L'enseignement et la recherche offrent également des perspectives d'emploi.

▼ Les diététiciens assistent à des congrès de diabétologie et se tiennent au courant des nouvelles recommandations publiées par la recherche scientifique.



▲ Favoriser une alimentation saine dans la population est un objectif majeur de la politique de la santé.



Adresses utiles

www.orientation.ch, pour toutes les questions concernant les places d'apprentissage, les professions et les formations

www.hesge.ch/heds, Haute école de santé, Genève

www.svde-asdd.ch, Association suisse des diététicien-ne-s

www.orientation.ch/salaire, informations sur les salaires



Impressum

1^{re} édition 2020
© 2020 CSFO, Berne. Tous droits réservés.

Édition:

Centre suisse de services Formation professionnelle | orientation professionnelle, universitaire et de carrière CSFO. CSFO Éditions, www.csfo.ch, editions@csfo.ch. Le CSFO est une institution de la CDIP.

Enquête et rédaction: Ingrid Rollier, Genève **Relecture:** Laurence Vernay, Jocelyne Depeyre, HEDS-Genève; Marianne Gattiker, Saint-Aubin-Sauges
Photos: Thierry Porchet, Yvonand **Graphisme:** Eclipse Studios **Réalisation:** Roland Müller, CSFO **Impression:** Haller + Jenzer, Berthoud

Diffusion, service client:

CSFO Distribution, Industriestrasse 1, 3052 Zollikofen
Tél. 0848 999 002, distribution@csfo.ch, www.shop.csfo.ch

N° d'article: FE2-3099 (1 exemplaire), FE2-3099 (paquet de 50 exemplaires). Ce dépliant est également disponible en allemand.

Nous remercions toutes les personnes et les entreprises qui ont participé à l'élaboration de ce document. Produit avec le soutien du SEFRI.