

LEXIQUE DES SYNONYMES

Ce lexique est assez particulier; il se borne à relever des expressions qui peuvent être utilisées de manière quasi-interchangeable selon le pays et la culture. Le but est d'éviter que les apprenants soient confondus par l'utilisation d'expressions différentes pour désigner une même réalité, dans les cours ou dans les documents à lire.

Aliments ultra-transformés, hyper-transformés : On désigne ainsi les aliments et boissons industriels fortement usinés, qui s'éloignent de produits naturels, comportent souvent beaucoup de sucre, de gras et de sel et exposent ainsi à des risques accrus d'obésité et autres maladies chroniques liées à l'alimentation telles que le diabète et les maladies cardio-vasculaires.

Autogestion, auto-soin, gestion autonome, auto-prise en charge : il s'agit de la prise en main du diabète par le patient lui-même, aidé, soutenu et appuyé par l'équipe de soins et par ses proches. Cette auto-prise en charge est indispensable pour un bon contrôle d'une maladie chronique.

Compliance, observance, adhésion : c'est la persévérance du patient à suivre correctement son traitement, qu'il s'agisse de la prise des médicaments, de son plan d'alimentation, de la surveillance de sa glycémie, de l'activité physique, etc. Cette persévérance est essentielle dans la gestion d'une maladie chronique, à la différence d'une affection aiguë.

Dénutrition, sous-nutrition : Ces deux termes recouvrent une même réalité, la malnutrition par carence globale en énergie ou carence spécifique en certains micronutriments. Chez les jeunes enfants, cette forme de malnutrition résulte de l'interaction entre une alimentation inadéquate et de fréquentes infections.

Éducation thérapeutique, counseling : Il s'agit toujours d'éducation, individuelle ou de groupe, bien que certains réservent le terme de « counseling » à l'éducation individuelle. L'éducation thérapeutique s'inscrit dans le traitement. On remplace souvent maintenant « éducation » « communication pour le changement de comportement », peut-être pour distinguer l'éducation de la simple information.

Entrevue, entretien motivationnel : Échange avec le patient faisant appel à des éléments convaincants pour l'encourager à persévérer dans la poursuite de son traitement.

Glucides, hydrates de carbone : ces termes sont parfaitement synonymes. Ils incluent les sucres simples (ou rapides selon une terminologie ancienne), les sucres complexes (amidon, glycogène) et les fibres.

Guides, recommandations alimentaires : Ce sont des directives émanant d'organismes internationaux ou d'instances gouvernementales ou professionnelles et qui visent à orienter les populations pour des choix alimentaires optimaux.

Habitudes, modèles, styles ou schémas alimentaires : Il s'agit toujours de la manière dont les gens se nourrissent, notamment en fonction de leur culture, de leur contexte et de l'environnement commercial.

Index, indice glycémique : C'est la même chose, à savoir, l'augmentation de la glycémie suite à la consommation d'un aliment contenant des glucides, la portion contenant la même quantité de glucides que l'aliment de référence, pain ou saccharose.

Maladies ou affections chroniques, maladies non-transmissibles : Ce sont des maladies qui perdurent, à la différence des maladies aiguës. Les maladies non-transmissibles sont une classe de maladies chroniques, car certaines maladies infectieuses et transmissibles sont aussi chroniques, par exemple le VIH-SIDA.

Nutritionniste, diététiste, diététicien : ces différents professionnels de la santé s'occupent bien sûr de l'alimentation, mais la terminologie est différente selon les pays, « diététicien » étant employé en Europe et « diététiste » en Amérique du Nord. En outre, le nutritionniste s'occupe surtout de nutrition de santé publique, alors que diététistes et diététicien tendent à œuvrer surtout en nutrition clinique.

Professionnels de la santé (non médicaux), paramédicaux : Les « professionnels de la santé » ou « paramédicaux » font généralement référence à ceux qui travaillent dans le domaine de la santé, sans être médecin ou sage-femme (nutritionnistes, dentistes, physiothérapeutes, infirmiers, ergothérapeutes....).

Régime, diète, plan d'alimentation : On parle beaucoup plus de « plan d'alimentation » que de régime ou de diète pour désigner la façon dont la personne diabétique doit se nourrir.

Sucres simples, sucres libres, sucres rapides : Il est toujours question de mono- ou diglycérides, mais on parle maintenant surtout de « sucres libres ».

Traitement diététique, thérapie nutritionnelle : C'est la dimension alimentaire de la prise en charge du diabète, qui se traduit par un plan d'alimentation prenant en compte les préférences et habitudes alimentaires de la personne, de même que les paramètres cliniques et biochimiques.