

Marie-Laure Grignet
29/07/2020

DIÉTÉTICIENNE

En bref...

En libérale, la diététicienne conseille la personne en fonction de son profil et de ses besoins, de ses problèmes de santé éventuels. Dans un établissement de santé ou une collectivité, elle participe à l'élaboration de menus équilibrés, en fonction des besoins des patients ou des usagers. Dans l'industrie agroalimentaire, elle est associée à la mise au point de nouvelles recettes, à la conception de l'information présente sur l'étiquette du produit. Elle peut également avoir un rôle d'information et de prévention, notamment auprès des scolaires, en présentant les différents groupes d'aliments, en insistant sur les bienfaits d'une alimentation équilibrée...

Dans le détail...

Une spécialiste de la nutrition

Spécialiste de la nutrition, la diététicienne conçoit des régimes alimentaires adaptés ; elle informe et conduit des actions de prévention en matière d'alimentation. Elle peut aussi travailler à la mise au point de nouvelles recettes dans l'industrie agroalimentaire.

Elaborer des menus standard ou personnalisés

Dans les établissements de soins (hôpital, maison de convalescence...), la diététicienne rencontre le chef de cuisine pour élaborer les menus "standard". Si nécessaire, elle propose des modifications afin que l'équilibre et la diversité soient respectés à l'échelle de la journée et de la semaine. Elle détermine des proportions conseillées :

- pour les différents groupes d'aliments (laitages, fruits et légumes, féculents, viande, poisson...)
- pour les différents nutriments (protéines, protides, glucides, lipides...).

Elle veille aussi au respect des règles d'hygiène dans la préparation des repas. En relation avec l'économe, elle peut participer au choix des fournisseurs... en prenant en compte les contraintes financières.

La diététicienne élabore également des menus personnalisés, pour les patients dont la pathologie nécessite un régime spécifique (maladies cardio-vasculaires, rénales, digestives, endocriniennes ou métaboliques, diabète...). Elle établit un régime adapté à leur état de santé, aux soins ou à l'intervention chirurgicale subie... Le régime peut être sans sel ou sans sucre, pauvre en matières grasses... Le régime a d'autant plus de chances d'être suivi qu'il n'est pas trop restrictif et donc pas ressenti comme une contrainte. Ainsi, la diététicienne s'efforce de tenir compte des goûts de la personne, car le repas doit rester un moment de plaisir. La diététicienne s'informe de l'observation de ce régime en interrogeant le patient et le personnel soignant.

Dans certains services dédiés aux troubles du comportement alimentaire, la diététicienne travaille en relation avec un médecin spécialiste nutritionniste, un médecin pédiatre, un médecin psychiatre... Enfin, elle peut conduire des actions de formation à destination du personnel soignant (pour les aides-soignants, les infirmiers...), sur des questions relatives à l'équilibre et à l'hygiène alimentaire.

Dans la restauration collective, cette professionnelle est chargée de la conception et de l'équilibre des menus, en prenant en compte les publics visés : les besoins d'un collégien ne sont pas les mêmes que ceux d'une personne âgée ou d'un salarié. Elle participe aussi à la prévention des infections alimentaires en surveillant et en contrôlant le respect des règles liées à la sécurité alimentaire.

Participer à la conception de nouveaux produits industriels

Certains diététiciens interviennent dans le service qualité ou développement d'une industrie (agroalimentaire ou pharmaco-diététique), dans un cabinet conseil spécialisé. Lors de la conception d'un nouveau produit (plat surgelé, biscuit, dessert lacté...), elle calcule la part des différents nutriments (glucides, vitamines...) et la valeur énergétique. Elle vérifie qu'il n'y a pas d'excès (matières grasses...) ou

de carences de certains d'entre eux et fait des propositions permettant à l'industriel d'améliorer sa formulation et sa recette. Elle indique les atouts du produit sur lesquels l'entreprise pourrait communiquer en respectant les règles d'étiquetage qui sont très strictes. Elle rédige différents documents (étiquettes d'information, dossiers de presse...).

Accompagner des personnes voulant changer leurs habitudes alimentaires ou perdre du poids

En libérale, la diététicienne reçoit des personnes qui souhaitent améliorer leurs habitudes alimentaires, perdre du poids ou des patients envoyés par leur médecin généraliste. Elle leur bâtit un régime adapté et les suit dans la durée.

Une mission d'éducation à la santé

Dans une mission d'éducation à la santé, le rôle de cette professionnelle est avant tout préventif :

- elle présente les différents groupes d'aliments (fruits et légumes, produits laitiers, viandes...) et leur rôle pour notre métabolisme
- elle informe sur les risques d'un déséquilibre alimentaire pour la santé (la prise de poids liée à une trop grande quantité de calories chaque jour, le grignotage...) et montre les bénéfices d'une alimentation équilibrée (diminution du risque d'apparition de certaines maladies...)
- elle apprend au public à lire les étiquettes des produits alimentaires (composition, valeurs nutritionnelles...), pour mieux faire ses courses.

Dans les écoles par exemple, elle peut utiliser le jeu pour faire passer le message de façon plus ludique auprès des enfants.

Avec une formation complémentaire, dans un club sportif ou une fédération sportive, elle conseille les sportifs professionnels en fonction de l'effort qu'ils ont à fournir, de leur gabarit ou selon qu'ils sont en période de préparation ou de compétition...

Capacités d'écoute et talents de pédagogue indispensables

Cette professionnelle a de réelles capacités d'écoute et doit avoir des talents de pédagogue, quand elle intervient en matière d'éducation à la santé ou qu'elle s'efforce de faire évoluer le comportement de patients.

Avec de l'expérience, elle peut envisager de s'orienter vers le concours de cadre de santé de proximité dans les établissements de santé, l'enseignement...

Quelle formation ?

Niveau de formation

Il faut avoir au minimum un niveau Bac + 2 ans de formation

Un BTS ainsi qu'un DUT sont dédiés au métier.

Des formations complémentaires peuvent ensuite être suivies. Parmi les licences professionnelles, on peut citer les suivantes à titre d'exemple :

- "métiers de la santé : nutrition, alimentation" parcours "alimentation, santé" à l'IUT de Lyon 1 (69)
- "nutrition, alimentation" parcours "diététique" à l'Institut Catholique de Toulouse (31)
- "nutrition et alimentation humaine" à l'IUT de Montpellier (34)...

Il existe également de nombreux Diplômes Universitaires (DU) ou Diplômes Inter Universitaires (DIU) sur des thèmes très variés, tels que :

- "nutrition et activités physiques" à l'Université Clermont Auvergne (UCA, 63)
- "troubles du comportement alimentaire" dans plusieurs universités
- "nutrition et maladies métaboliques" à l'université de Reims (51)...

Certains vaccins sont recommandés ou peuvent être obligatoires, si le professionnel exerce en établissement de santé, par exemple.

Diplôme(s) le(s) plus adapté(s) :

- BTS (Brevet de Technicien Supérieur) "diététique"
- DUT "génie biologique", spécialité "diététique"

VAE : Validation des Acquis de l'Expérience

RNCP : J1402, Diététique

S'informer sur la VAE
<http://www.vae.gouv.fr>*Combien gagne-t-on ?*

En général, on débute sa carrière entre le SMIC et 1800 euros brut par mois, et on peut espérer gagner entre 2100 et 3000 euros brut en fin de carrière.
Les rémunérations sont plus élevées dans le secteur industriel (pharmacie, agroalimentaire...) que dans celui de la santé.
En libéral, les revenus sont très variables d'un professionnel à l'autre, selon le volume de sa clientèle. De fait, nombreux sont les diététiciens à cumuler cette forme d'exercice avec des vacations dans différents types d'établissements.

*Quelles perspectives d'emploi ?***Tendance nationale dans la moyenne**

Selon le ministère en charge de la Santé, il y a environ 12.000 diététiciens en France :
- environ 5.000 sont des salariés hospitaliers
- environ 4.600 exercent en libéral, essentiellement en cabinet individuel. Ils doivent déployer beaucoup d'efforts pour se constituer une clientèle. Beaucoup d'entre eux assurent des vacations à temps partiel, dans un établissement sanitaire et social par exemple.

Les autres formes d'exercice de la profession sont extrêmement variées : enseignement et recherche, administrations, industrie pharmaceutique ou agroalimentaire (fabrication de produits diététiques notamment), structures dédiées à la prévention (souvent des associations), organismes humanitaires participant à la mise en place de "plans d'aide alimentaire", intérim...
Quelques débouchés existent dans le domaine du sport (programme alimentaire des sportifs de haut niveau...).

L'insertion professionnelle dans un poste à temps complet n'est pas facile. Beaucoup d'offres concernent l'exercice pour une marque de produits diététiques.

Statuts professionnels

Salarié du secteur privé
Fonctionnaire
Profession libérale
Micro-entrepreneur
Chef d'entreprise

Offres d'emploi**Pôle emploi :**- J1402 : Diététique : <http://offre.pole-emploi.fr/resultat?rome=J1402>**Site(s) utile(s) :**Offres d'emploi de la fédération hospitalière de France : <https://emploi.fhf.fr>Staff santé : <https://www.staffsante.fr>*Familles d'intérêts**Domaine professionnel*

Aide aux personnes

Santé

Sous-domaine : Soins

Sous-famille : Soins aux personnes

Sciences

Sous-famille : *Sciences exactes*

Conditions de travail

DÉPENSE PHYSIQUE

Pas ou peu de dépense physique

HORAIRES ET DÉPLACEMENTS

Travail le samedi ou le dimanche

ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

Intérieur - Plein air

Intérieur

Milieu de travail

Milieu de travail standard

CAPACITÉS PHYSIQUES

Rester assis plusieurs heures

Parler

Entendre

Voir

Autres appellations du métier

diététicienne en restauration collective
diététicienne hospitalière

diététicienne libérale

Documentation

ONISEP

- Parcours : Les métiers du paramédical - Kiosque : Santé, Social

ROME

- J1402 : Diététique : <http://recrutement.pole-emploi.fr/fichesrome/ficherome?codeRome=J1402&domaine=Candidat>

CIDJ

- Actuel CIDJ 2.03 : Travailler dans la fonction publique hospitalière : <http://fiches.actuel-cidj.info/webactuel/fic/display?noFiche=2.03>- Actuel CIDJ 2.7 : Les métiers de la santé : <http://fiches.actuel-cidj.info/webactuel/fic/display?noFiche=2.7>- Actuel CIDJ 2.743 : Diététicien·ne : <http://fiches.actuel-cidj.info/webactuel/fic/display?noFiche=2.743>

Répertoire de la fonction publique hospitalière (FPH)

05I10 Diététicien(ne) : <http://www.fondation-jae.org/fph/05I10.pdf>

Sites utiles

ADL Association des Diététiciens Libéraux

<http://www.adl-asso.com>

Informations sur l'exercice de la fonction de diététicien en libéral.

AFDN Association Française des Diététiciens Nutritionnistes

<http://www.afdn.org>

L'AFDN est une association professionnelle qui fédère plus de 2.000 diététiciens de tous les secteurs, avec une éthique professionnelle formalisée par la "charte du diététicien" et le "guide des bonnes pratiques de la profession de diététicien".

Fédération nationale profession sport et loisirs

<https://www.profession-sport-loisirs.fr>

Information sur les métiers du sport, liste des associations départementales... Offres d'emploi.

Hopital.fr

<https://www.hopital.fr>

Présentation du fonctionnement de l'hôpital, nombreux dossiers documentaires, dictionnaire médical, informations pratiques, présentation des métiers, liens vers d'autres sites...

Métiers hôtel resto

<https://www.metiers-hotel-resto.fr>

Informations sur les métiers de l'hôtellerie et de la restauration, les formations du secteur. Offres d'emploi.

© Parcouréo, Fondation JAE - Tous droits réservés