



Les sources en ligne apportent des renseignements fiables sur la nutrition

Si vous voulez obtenir des conseils de premier ordre pour vos menus quotidiens, sachez que les diététistes constituent des sources fiables de renseignements nutritionnels.

Elles sont expertes pour traduire la science de l'alimentation en plans pratiques d'alimentation afin de vous aider ainsi que votre famille à vivre sainement. Elles aident également à gérer les maladies liées à la nutrition et des états de santé comme le diabète, la maladie du cœur, la grossesse, l'hypertension, l'hypercholestérolémie, les troubles digestifs et les allergies alimentaires. Elles aident les personnes de tous âges à atteindre leurs buts nutritionnels, comme augmenter leur énergie, perdre du poids et se sentir bien en général.



Les diététistes sont hautement qualifiées. Ce sont des professionnelles de la santé réglementées qui doivent être membres de l'Ordre des diététistes de l'Ontario afin de pouvoir exercer dans la province. « Pour être membre de l'Ordre, il faut répondre à des normes rigoureuses de formation, explique Mary Lou Gignac, la registratrice et directrice générale de l'Ordre. Les diététistes doivent rendre compte de leur compétence continue et de la prestation de services de nutrition de qualité tout au long de leur carrière. Vous pouvez obtenir les services d'une diététiste en passant par votre médecin (ou votre fournisseur de soins primaires) ou en effectuant une recherche en ligne avec « diététiste » pour en trouver une dans votre région. Vous pouvez aussi aller à www.dietitians.ca et cliquer sur « Trouver une diététiste ».

Même si les services ne sont pas couverts par le RAMO, beaucoup sont financés par le gouvernement par l'entremise des équipes de santé familiale, des centres de santé communautaire, des programmes d'éducation sur le diabète, dans les hôpitaux et les établissements de soins de longue durée. De nombreuses compagnies d'assurance couvrent aussi les services de diététique.

Il est possible d'obtenir des renseignements gratuits et fiables par l'entremise d'un programme de Saine alimentation Ontario intitulé « Interrogez une diététiste » qui offre un lien direct pour obtenir la réponse à vos questions. Appelez le 1-877-510-5102 ou consultez le site Web www.eatrightontario.ca.



Le tableau des diététistes (à www.collegeofdietitians.org) indique si une personne est autorisée à exercer en Ontario. Il est à jour et contient les coordonnées professionnelles, les restrictions (éventuelles) sur l'exercice et des renseignements importants sur l'inscription ou les mesures disciplinaires imposées.