



# Le point sur les vitamines et les minéraux et le champ d'application de la diététique

Deborah Cohen, MHS, Dt.P.  
Conseillère sur l'exercice et analyste des politiques

[deborah.cohen@collegeofdietitians.org](mailto:deborah.cohen@collegeofdietitians.org)

L'évaluation nutritionnelle et l'élaboration d'un plan de soins nutritionnels qui recommande des vitamines ou des minéraux entrent tout à fait dans le champ d'application de la diététique. Cependant, la législation impose certaines limites. Cet article explique comment les lois relatives aux vitamines et aux minéraux s'appliquent aux diététistes dans divers cadres d'exercice.

## LES VITAMINES ET LES MINÉRAUX SONT-ILS DES MÉDICAMENTS?

La *Loi sur la réglementation des médicaments et des pharmacies, 1990*, offre une définition assez complexe de « médicament », mais dans l'exercice de la diététique, il est surtout important de comprendre la classification d'un médicament dans les tableaux de l'Association nationale des organismes de réglementation de la pharmacie (ANORP), surtout les tableaux I, II et III.

**Les médicaments du tableau I** sont vendus sur ordonnance et fournis par le pharmacien à la suite d'un diagnostic et de l'intervention professionnelle d'un praticien.

**Les médicaments du tableau II** exigent l'intervention professionnelle du pharmacien au point de vente et peut-être aussi l'orientation vers un praticien. Même si une ordonnance n'est pas obligatoire, seul le pharmacien peut donner ces médicaments et il doit les conserver dans une section de la pharmacie à laquelle le public n'a pas accès et où les clients ne peuvent pas les choisir eux-mêmes (derrière le comptoir).

**Les médicaments du tableau III** sont disponibles sans ordonnance et doivent être offerts dans la section en libre-service de la pharmacie qui est exploitée sous la supervision directe du pharmacien (en vente libre).

**Les médicaments non répertoriés** dans un tableau peuvent être vendus sans supervision professionnelle parce que les

clients disposent des renseignements appropriés pour faire un choix sûr et efficace.

Beaucoup de produits à base de vitamines et de minéraux ne sont pas répertoriés comme des médicaments. Certaines vitamines et certains minéraux sont considérés comme des médicaments répertoriés quand ils sont offerts au-dessus d'une certaine dose. Par exemple, le fer est considéré comme un médicament du tableau III quand il est en comprimés de plus de 30 mg; la vitamine D est un médicament du tableau I quand elle est en comprimés de plus de 1 000 UI (voir « Vitamine D et exercice de la diététique » à la page 7).

## CE QUI N'EST PAS UN MÉDICAMENT

Étant donné que la définition de médicament est assez large, il peut être utile de savoir ce qui ne constitue pas un médicament. Les produits suivants ne sont pas des médicaments :

1. La nourriture et les boissons
2. Les produits de santé naturels (avec quelques exceptions, p.ex., la pseudoéphédrine ou l'éphédrine)
3. Les substances du tableau U (p. ex., la plupart des faibles doses de vitamines et de minéraux)
4. Les exceptions indiquées dans les règlements provinciaux de la *Loi sur la réglementation des médicaments et des pharmacies, 1990* (p.ex., l'huile de castor).

## CONSULTEZ LE SITE WEB DE L'ANORP

Afin de déterminer si un produit donné figure dans les tableaux des médicaments de l'ANORP, consultez sa base de données à <http://napra.ca/fr/annexes-nationales-de-medicaments>

Dans la plupart des cas, quand un produit de marque (p. ex., Materna) ne figure pas dans la base de données de

l'ANORP, cela signifie qu'il n'est répertorié dans un tableau ou qu'il n'est pas considéré comme un médicament. Cependant, étant donné que l'ANORP ne répertorie pas les produits de marque privée (p. ex., Exact, Compliments, Life Brand, etc.), il peut être difficile de savoir si un produit de ce type est un médicament répertorié. Pour déterminer si ce produit est répertorié, il peut être nécessaire de comparer les flacons des produits de marque et ceux de la marque privée équivalents. Une autre solution est de poser la question au pharmacien.

Il convient de souligner que la base de données de l'ANORP est mise à jour régulièrement. Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur n'importe quel produit, il est préférable de consulter le site de l'ANORP plutôt que des articles ou ressources imprimés qui peuvent être désuets.

### PRESCRIPTION PAR OPPOSITION À RECOMMANDATION DE VITAMINES ET MINÉRAUX

L'article 27 de la *Loi de 1991 sur les professions de la santé réglementées* (LPSR) stipule que personne ne doit accomplir un acte autorisé pendant la prestation de soins médicaux à moins d'y être autorisé par une loi sur une profession de la santé ou d'avoir une délégation pour le faire. Selon la loi, est un acte autorisé (alinéa 8) : « La prescription, la délivrance, la vente ou la composition de médicaments au sens de la définition qu'en donne la Loi sur la réglementation des médicaments et des pharmacies, ou la surveillance de la section d'une pharmacie où sont conservés ces médicaments. »<sup>2</sup>

La prescription, dans le contexte de l'alinéa 8 de la loi fait référence aux ordonnances (orales ou écrites) qui autorisent à délivrer un médicament qui exige une ordonnance. Une diététiste qui recommande une dose de supplément de vitamines ou de minéraux ne prescrit pas de médicament si le produit ne figure pas dans le tableau I (ordonnance obligatoire). Il entre dans le champ d'application de la diététique d'effectuer une évaluation nutritionnelle et d'élaborer un plan de soins nutritionnels qui inclut un produit à base de vitamines ou de minéraux. Selon le cadre d'exercice, la façon dont les diététistes peuvent appliquer ces recommandations peut être limitée. Consultez « Recommander des vitamines dans divers cadres d'exercice » (page suivante).

### DÉLIVRER ET VENDRE DES VITAMINES ET DES MINÉRAUX

Quand un produit figure dans les tableaux I, II ou III des médicaments de l'ANORP, la fourniture d'un échantillon ou la vente d'un produit à un client constitue alors une délivrance au sens de la LPSR. Une diététiste doit avoir une délégation pour distribuer des échantillons de produits répertoriés dans ces tableaux ou vendre des produits à ses clients car elle accomplit l'acte autorisé qu'est la délivrance d'un médicament. Si le produit n'est pas répertorié dans un tableau, ne figure pas dans la base de données de l'ANORP ou se classe dans « Ce qui n'est pas un médicament » expliqué dans cet article (p. ex., un aliment, une boisson ou un produit de santé naturel), les diététistes ont alors le droit de fournir des échantillons à leurs clients sans autre forme d'autorité mais sous réserve des politiques particulières de leur lieu de travail. Cela s'applique aux produits assortis d'un numéro d'identification du médicament (DIN) comme Lactaid®, Beano®, les produits de nutrition entérale et les produits assortis d'un numéro de produit naturel (NPN).

Les diététistes peuvent donner des échantillons de produits à leurs clients uniquement lorsque cela leur est utile. La sécurité et le bien-fondé clinique sont primordiaux.

Lorsque les diététistes fournissent des échantillons ou vendent des produits, elles peuvent se trouver dans une situation de conflit d'intérêts réel ou perçu. Pour obtenir des renseignements sur le conflit d'intérêts et l'exercice de la diététique, consultez le module d'apprentissage en ligne de l'Ordre.

### SÉCURITÉ

Les clients se fient au fait que les recommandations et les échantillons de produits fournis par les diététistes reposent sur leurs besoins et des preuves, et surtout, qu'ils ne présentent pas de danger. Les diététistes ont la responsabilité professionnelle d'assurer la sécurité et l'intégrité de tout échantillon qu'elles donnent à leurs clients. Il serait peut-être bon de consulter un pharmacien pour confirmer que vous suivez les protocoles appropriés. Tenez compte aussi de ce qui suit :

- a. Les produits doivent être entreposés comme il se doit;
- b. Vérifiez la date de péremption ou d'expiration avant de

fournir les échantillons;

- c. Tenez des dossiers clairs de l'origine et de la filière de distribution du produit;
- d. Consignez dans le dossier de santé du client la date à laquelle l'échantillon a été fourni.

## RECOMMANDER DES VITAMINES ET DES MINÉRAUX DANS DIVERS CADRES D'EXERCICE

### 1. Dans un hôpital public, les diététistes ont besoin d'un ordre ou d'une directive médicale pour recommander des vitamines et des minéraux.

Le règlement sur la gestion hospitalière de la Loi sur les hôpitaux publics, 1990, stipule que seul un médecin, une infirmière praticienne, un dentiste ou une sage-femme peut demander un traitement ou des procédés de diagnostic dans un hôpital public. Dans le contexte de l'hospitalisation, les diététistes ne peuvent pas ordonner de vitamines et de minéraux sans passer par les mécanismes appropriés d'autorisation. Même si cet acte ne se classe pas dans l'acte autorisé consistant à prescrire des médicaments (sauf pour les produits du tableau I), les diététistes ont besoin d'une directive médicale ou d'un ordre de l'un des fournisseurs de services autorisés ci-dessus pour que la pharmacie de l'hôpital délivre des vitamines ou des minéraux à un patient.

### 2. En consultation en clinique externe à l'hôpital, les diététistes peuvent avoir besoin d'un ordre ou d'une directive médicale pour recommander des vitamines et des minéraux.

Selon le fonctionnement du programme de consultation en clinique externe de l'établissement, les restrictions visant les patients hospitalisés décrites au point 1 ne s'appliquent pas nécessairement. Par exemple, un service de clinique externe peut être organisé d'une façon qui exige des ordres pour chaque intervention, y compris des recommandations de vitamines et de minéraux.

Cependant, la plupart des programmes de consultation en clinique externe ont une structure moins rigide où les ordres ne sont pas obligatoires pour chaque intervention ou recommandation. Lorsque des patients ont leur congé de l'hôpital ou sont dans des programmes hospitaliers de consultation en clinique externe, les diététistes peuvent recommander des vitamines, des minéraux d'autres suppléments nutritionnels. Elles peuvent même écrire la dose et la période recommandées. À condition que les produits ne

figurent pas dans le tableau I de l'ANORP (qui exigent une ordonnance), les clients achèteraient ces produits eux-mêmes. Par précaution, les établissements devraient avoir les protocoles et politiques appropriés à ce sujet.

### 3. Il n'y a aucune restriction légale pour les foyers de soins de longue durée, mais les diététistes devraient consulter la politique de l'organisme pour connaître les restrictions locales.

La Loi de 2007 sur les foyers de soins de longue durée et le règlement sur les dispositions générales de cette loi ne restreignent pas les ordres de traitement et les procédés de diagnostic. Par conséquent, aucune restriction légale n'empêche les diététistes d'ordonner des vitamines et des minéraux dans un foyer de soins de longue durée (FSLD). Cependant, des politiques organisationnelles peuvent établir des limites. Par exemple, certains FSLD ont des politiques selon lesquelles les diététistes doivent faire cosigner par un médecin les ordres de régime et la délivrance de vitamines et de minéraux. Les diététistes devraient suivre les politiques organisationnelles et, au besoin, demander des politiques qui permettent de prodiguer des soins plus efficaces et rentables aux résidents.

### 4. Dans l'exercice en milieu communautaire, il n'existe aucune restriction légale pour recommander des vitamines et des minéraux

À condition que le produit ne figure pas dans le tableau I de l'ANORP, la loi n'empêche pas les diététistes de recommander des vitamines et des minéraux dans les équipes de santé familiale, les centres de santé communautaire, les programmes de santé publique, les soins à domicile ou les cabinets privés. Cependant, les diététistes doivent continuer d'agir dans les limites du champ d'application de la diététique et de leurs propres connaissances, compétences et jugement. Les diététistes peuvent recommander des produits, la dose et la période pour aider les clients à se conformer aux recommandations.

1. Association nationale des organismes de réglementation de la pharmacie (1016). Recherche dans la base de données nationale des médicaments. <http://napra.ca/fr/annexes-nationales-de-medicaments>
2. Loi de 1991 sur les professions de la santé réglementées. <https://www.ontario.ca/fr/lois/loi/91r18#BK24>

## La vitamine D et le champ d'application de la diététique

L'Ordre a reçu plusieurs questions de diététistes concernant la vitamine D. Selon la base de données des médicaments de l'ANORP, la vitamine D est considérée comme un médicament classé dans la tableau I si elle répond aux conditions suivantes et exige une ordonnance :

« Vitamine D présentée en unités posologiques orales contenant chacune plus de 1 000 unités internationales de vitamine D ou dont la plus forte dose quotidienne recommandée sur l'étiquette résulte en l'ingestion, par une personne, de plus de 1 000 unités internationales de vitamine D. » (voir Association nationale des organismes de réglementation de la pharmacie (2016). Recherche dans le tableau national des médicaments.

<http://napra.ca/pages/Schedules/Search.aspx>

Les produits à base de vitamine D en vente libre dans les magasins d'aliments de santé et les allées de vente au détail des pharmacies ne sont pas des médicaments classés par l'ANORP. Ces produits contiennent en général des quantités de vitamine D de 200, 400 ou 800 unités internationales (UI) par comprimé. L'étiquette recommande en général la dose quotidienne d'un ou deux comprimés par jour, ce qui est acceptable tant qu'elle ne recommande pas une dose supérieure à 1 000 UI/jour. Habituellement, l'étiquette indique aussi « ou selon les directives de votre fournisseur de soins ». À noter que même s'il s'agit de comprimés de 1 000 UI, le produit fait quand même partie des médicaments non répertoriés dans un tableau. Seuls les produits contenant plus de 1 000 UI par comprimé, ou si la dose quotidienne indiquée sur l'étiquette est supérieure à 1 000 UI, sont considérés comme des médicaments délivrés sur ordonnance figurant au tableau I.

L'Ordre sait que des diététistes recommandent à leurs clients de prendre des doses de supplément de vitamine D supérieures à 1 000 UI pour conserver un niveau sanguin normal ou pour corriger un niveau sanguin faible. On peut présumer que ces recommandations reposent sur des protocoles médicaux concernant des populations particulières de patients (p. ex., patients ayant subi une chirurgie bariatrique) ou des lignes directrices d'exercice clinique pour une population particulière de clients.

Quand elles recommandent aux clients de prendre une dose élevée de vitamine D, comme 2 400 UI, les diététistes

### À savoir

Les diététistes peuvent recommander à leurs clients de prendre de la vitamine D en doses supérieures à 1 000 UI. Les clients achètent alors les produits et prennent le nombre de comprimés/doses recommandés par la diététiste.

La diététiste doit fonder sa recommandation sur le besoin du client et des preuves, tout en facilitant la collaboration interprofessionnelle, en suivant les protocoles de gestion des risques et en tenant la documentation appropriée.

peuvent suggérer un ou des produits (p. ex., des comprimés de 400 ou 800 UI). La dose quotidienne peut être de 3 comprimés de 800 UI ou 6 comprimés de 400 UI. Elles peuvent écrire le régime recommandé de vitamine D et dire à leurs clients d'acheter le produit et de le prendre conformément aux directives.

Il est important que les diététistes collaborent et communiquent efficacement avec l'équipe de soins quand elles recommandent des doses élevées de vitamine D. Il est bon aussi qu'elles suivent des procédés de gestion des risques et de surveillance lorsqu'elles recommandent des limites supérieures tolérables de vitamine D car elle est soluble dans le gras et peut présenter un risque à dose élevée.

1. Association nationale des organismes de réglementation de la pharmacie (2016). Recherche dans le tableau national des médicaments. <http://napra.ca/pages/Schedules/Search.aspx>
2. Loi de 1991 sur les professions de la santé réglementées. <https://www.ontario.ca/fr/lois/loi/91r18>

### Quiz:

Testez vos connaissances sur les vitamines et minéraux et le champ d'application de la diététique

<http://www.collegeofdietitiansofontariosurveys.com/surveys/CDO/vitamin-mineral-article-quiz-1/>