

Table des matières

Liste des collaborateurs	V		
Avant-propos	VII		
Abréviations	IX		
I Nutrition générale et appliquée			
1 Les fondamentaux de la nutrition	3		
Hydrates de carbone (CHO)	3		
Protéines	6		
Lipides	8		
Micronutriments	10		
Besoins énergétiques	11		
Aspects particuliers du métabolisme	12		
Régulation du comportement alimentaire	13		
2 Les aliments	19		
Viandes et produits carnés	24		
Poisson et produits de la pêche	25		
Œufs	27		
Lait et produits laitiers	27		
Céréales	29		
Légumes secs	30		
Soja	31		
Légumes et les fruits	32		
Fruits et graines oléagineux	34		
Corps gras ou matières grasses	34		
Aliments sucrés	37		
Boissons	38		
Aliments issus de l'agriculture biologique	39		
Compléments alimentaires	40		
Aliments fonctionnels	40		
3 Besoins nutritionnels et apports conseillés : adultes, femmes enceintes, personnes âgées, sportifs	43		
Besoins conseillés	43		
Équilibre alimentaire	45		
Besoins nutritionnels particuliers	46		
4 Alimentation du nourrisson et du jeune enfant	57		
Âge de la diversification	57		
Conduite pratique et aspect nutritionnel de la diversification	58		
Supplémentations	61		
Problèmes rencontrés lors de la diversification alimentaire	61		
Erreurs alimentaires lors de la diversification	62		
Quelques situations cliniques particulières	63		
5 Modèles alimentaires	65		
Modèles alimentaires et santé	65		
Micronutrition	67		
Modèles alimentaires avec exclusion	67		
6 Promotion de la santé et prévention des maladies chroniques : le Programme national nutrition santé (PNNS)	69		
Objectifs nutritionnels	70		
Traduction des objectifs de santé publique en repères de consommation : des références pour les consommateurs et les acteurs concernés	71		
Indicateurs d'évaluation et suivi	73		
7 Éducation thérapeutique nutritionnelle	75		
Introduction	75		
Quelle éducation nutritionnelle?	76		
Conceptions nutritionnelles des patients	76		
Changement de comportement alimentaire	77		
Éducation thérapeutique en cinq dimensions	78		
Environnement motivationnel en quatre directions	79		
8 Activité physique et nutrition	83		
Définitions et généralités	83		
Activité physique, mortalité et maladies cardiovasculaires	83		
Activité physique et diabète	84		
Activité physique et obésité	85		
Activité physique et dyslipidémies	86		
Activité physique et cancers	86		
Recommandations d'activité physique	86		
Stratégie de prescription de l'activité physique	87		
9 Diagnostic nutritionnel	91		
Éléments du diagnostic nutritionnel en pratique clinique	91		
Autres moyens d'évaluation de la composition corporelle	100		
Diagnostic des pathologies nutritionnelles	102		
10 Prescription diététique	105		
L'étape incontournable : le diagnostic nutritionnel	105		
Prérequis	108		
Stratégie générale de la mise en place des mesures diététiques	109		
Construction pratique du régime hypocalorique	110		
Prescription diététique spécifique	112		
Utilisation des saveurs et des arômes dans la prescription diététique	114		
Avenir de la prescription diététique	116		
II Pathologie : maladies nutritionnelles			
11 Dénutrition	121		
Définitions et mécanismes	121		
Épidémiologie	124		

Conséquences	126
Diagnostic	126
Prise en charge thérapeutique	131
Aspects éthiques	138
12 Carences vitaminiques	141
Métabolisme et fonctions physiologiques	
des vitamines	141
Manifestations cliniques des carences vitaminiques	142
Diagnostic positif et étiologique	
des carences vitaminiques	146
Traitement des carences vitaminiques	147
Prévention	148
Apport nutritionnel, les carences et subcarences	149
13 Troubles du comportement alimentaire	151
Anorexie mentale	151
Boulimie	155
Compulsions alimentaires	157
Troubles du comportement alimentaire atypiques	159
14 Syndrome métabolique	161
Définition	161
Prévalence	162
Physiopathologie	162
Aspect clinique et traitement	163
15 Obésité de l'adulte	165
Problématiques en santé publique	165
Mécanismes physiopathologiques et déterminants	
environnementaux	166
Aspects cliniques et complications	169
Approches thérapeutiques – prévention	171
Prescription diététique en pratique	174
Différents types de régimes	175
Points particuliers	176
16 Obésité de l'enfant	179
Définitions du surpoids et de l'obésité chez l'enfant	179
Histoire naturelle de l'obésité	179
Évaluation clinique de l'obésité chez l'enfant	180
Prise en charge thérapeutique de l'enfant obèse	184
17 Diabète	189
Définitions	189
Classification et données physiopathologiques	189
Complications du diabète	193
Traitement	196
Surveillance du traitement	205
18 Hyperuricémie et goutte	207
Aspects nutritionnels	207
Hyperuricémie	208
Goutte	208
19 Alcool, alcoolisation excessive et alcoolisme	211
Alcool, sociétés, communautés	211
Alcool et santé publique	211
Modes de consommation	211
Mortalité	212
Diagnostic des malades de l'alcool	212
Métabolisme de l'alcool	213
Conséquences de la consommation excessive	
d'alcool sur la santé	215
Causes	215
Traitements	216

III Pathologie : autres maladies	
20 Allergies alimentaires	221
Épidémiologie	221
Physiopathologie	221
Signes cliniques : quand penser	
à une allergie alimentaire ?	222
Aliments en cause	223
Diagnostic	223
Allergies croisées	224
Traitement de l'allergie alimentaire	225
Évolution	227
Prévention	227
21 Maladies cardiovasculaires, hypertension artérielle, dyslipidémie	231
Athéromatose : physiopathologie	231
Épidémiologie nutritionnelle de l'athéromatose	231
Facteurs nutritionnels jouant	
sur l'athéromatose	232
Dyslipoprotéinémies	233
Hypertension artérielle (HTA)	236
Insuffisance cardiaque	237
Le régime « méditerranéen »	237
Recommandations pratiques	238
22 Nutrition et pathologies digestives	241
Physiopathologie	241
Règles diététiques communes	241
Hernie hiatale – reflux gastro-œsophagien	242
Intolérances alimentaires	242
Maladie coeliaque et intolérance au gluten	243
Constipation	244
Intestin irritable	245
Maladies inflammatoires cryptogénétiques	
de l'intestin (MICI)	246
Diverticulose colique	248
Prévention des cancers digestifs	248
Nutrition chez l'opéré du tube digestif	248
23 Maladies hépatobiliaires	251
Principales fonctions hépatiques	
en rapport avec la nutrition	251
Pathologie hépatique et nutrition	251
Lithiase biliaire	255
24 Pancréas et nutrition	257
Pancréatite chronique	257
Pancréatite aiguë	258
Aspects particuliers de la pancréatite lipidique	260
25 Nutrition et infection	261
La dénutrition, facteur de risque des infections	261
Infections d'origine alimentaire	261
Toxi-infections alimentaires collectives	262
Autres intoxications	264
26 Nutrition et infection par le VIH	265
Dénutrition	265
Troubles métaboliques et nutritionnels	
à l'ère des trithérapies	267
27 Nutrition et pathologie rénale de l'adulte	269
Nutrition et maladie rénale chronique	269
Nutrition et syndrome néphrotique	273
Nutrition et lithiase rénale	275

28 Nutrition et cancer	279	31 Appareil respiratoire	305
Données épidémiologiques	279	Bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO)	305
Dénutrition et cancer	281	Intervention nutritionnelle	306
Conseils de nutrition au cours des traitements de cancer	282	Le cas particulier de la mucoviscidose	306
29 Alimentation et appareil ostéoarticulaire	287	32 Peau et nutrition	307
Alimentation et appareil squelettique	287	Dermatoses	307
Micronutriments et ostéoporose	290	Cicatrisation	309
Principes thérapeutiques	292	33 Nutrition et affections neurologiques	311
30 Maladies innées du métabolisme chez l'adulte	295	Migraines et céphalées	311
Classification des EIM	295	Épilepsie	311
Aspects épidémiologiques et physiopathologiques des principales EIM	296	Sclérose latérale amyotrophique (SLA)	312
Relais de la prise en charge pédiatrique : prise en charge des adultes	298	Sclérose en plaques (SEP)	312
Diagnostic des EIM à l'âge adulte	301	Polynévrite et neuropathies	312
		Index	313