

# Diététiste bilingue à Souris : Lynne Faubert

JACINTHE LAFOREST

Lynne Faubert travaille pour le ministère de la Santé à titre de diététiste pour les habitants de la région de Souris. Bilingue, elle avoue qu'elle travaille cependant très peu en français, sauf quand elle visite les écoles françaises, pour y faire des présentations spéciales.

Son travail comporte plusieurs volets. «Je donne des services à l'hôpital de Souris, ainsi qu'au foyer pour personnes âgées. Je travaille aussi avec les femmes enceintes et aussi avec la clientèle adolescente, surtout dans les écoles», raconte Lynne Faubert.

À l'hôpital de Souris, Lynne travaille de deux façons : tout d'abord, elle s'assure que les patients reçoivent la nourriture qui convient à leur condition, durant leur séjour à l'hôpital.

En plus, elle travaille directement avec les patients qui ont besoin de faire des ajustements à leur diète, par exemple, après une crise cardiaque ou un pontage coronarien. Les chirurgies de ce genre sont faites dans des hôpitaux plus grands, mais les patients passent souvent du temps de récupération à l'hôpital de Souris après leur chirurgie, avant de retourner à la maison.

«Je rencontre les patients et aussi leur famille pour les éduquer sur les changements à faire et aussi pour les motiver. Des fois, ils ont de la misère à croire que ces changements sont nécessaires pour leur santé. Il faut donc faire des suivis. Cela m'arrive d'aller les visiter à la maison. Je peux

voir ce qu'il y a dans le frigidaire...», dit la jeune femme.

Ces visites aux domiciles de ses clients prennent beaucoup de son temps, mais elles sont très importantes pour vérifier que les gens mangent ce qu'ils disent qu'ils mangent. Elle peut voir la grosseur des portions, et donner des consignes en conséquence. C'est surtout important pour les personnes âgées.

La plupart de ses clients âgés habitent en foyer de soins. «Si un résidant perd beaucoup de poids ou au contraire, se met à engraisser soudainement, j'interviens. Par exemple, nous avons un résidant qui s'est mis à engraisser et il ne mangeait pas tant que cela. Mais nous avons appris qu'il avait vécu seul toute sa vie, qu'il mangeait un ou deux repas par jour. Ici, il a trois repas et des collations. Il est beaucoup moins actif. Il a fallu ajuster sa nourriture.»

Les adolescents font partie aussi de sa clientèle, surtout les filles. Elle travaille en milieu scolaire mais elle voit aussi beaucoup d'adolescents ou d'enfants qui lui sont référés par un médecin et même, le pédiatre. «Cela fait seulement deux ans que je fais ce travail. Je n'ai donc pas eu le temps d'observer

s'il y a véritablement plus d'enfants obèses, mais je sais, pour avoir travaillé auparavant dans le domaine du diabète, qu'on voit de plus en plus d'enfants atteints du diabète de type 2. Ce n'est pas normal.»

«Je vois malheureusement des enfants obèses. Quand ils arrivent pour une consultation, ils sont en général déjà très gras. J'aimerais les voir beau-



Lynne Faubert est diététiste bilingue pour le ministère de la Santé dans la région de Souris.

**Cet article est offert en partenariat avec le Réseau des services de santé en français de l'Î.-P.-É. Pour en savoir plus sur les services de santé en français, faire le [www.santeipe.ca](http://www.santeipe.ca).**

coup plus tôt, afin de pouvoir corriger l'alimentation au bon moment. Je vois aussi des enfants, surtout des jeunes filles, aux prises avec le problème opposé, celui de vouloir perdre du poids à tout prix.»

Selon Lynne Faubert, ce processus se déclenche en général vers la 9<sup>e</sup> année. Les jeunes filles commencent à passer des repas à l'école, pour différentes raisons. Elles perdent du poids et sont encouragées dans cette voie par les compliments qu'elles reçoivent. Avant longtemps, le corps perd l'habitude de digérer et la situation dégénère. «D'habitude, je travaille avec ces jeunes lorsqu'elles sont suivies par un psychologue. L'anorexie ou la boulimie ne sont pas seulement des maladies physiques.»

Avec les femmes enceintes, Lynne Faubert s'assure que ces femmes mangent assez, et pas

trop. «C'est un programme provincial qui assure que toutes les femmes enceintes boivent assez de lait. On donne même les coupons pour du lait gratuit si l'argent est un problème, et on donne aussi un supplément de vitamines et minéraux aux femmes. Nous voyons surtout celles qui sont enceintes de jumeaux, qui étaient très maigres lorsqu'elles sont tombées enceintes ou qui étaient très grasses. Pour ce programme, je fais souvent des visites à domicile à chaque deux semaines, surtout quand il y a d'autres enfants dans la famille.»

Lynne Faubert aime son travail qui n'est jamais pareil d'une journée à l'autre. Elle

détient un bac en sciences de l'Université de l'Île et elle a fait son internat en diététique au Centre des sciences de la santé à Winnipeg.

«Pour être diététiste, il faut passer un examen qui est reconnu. Nous sommes régis par une association qui dicte les règles de notre profession. N'importe qui ayant quelques connaissances ne peut pas se dire diététiste. Par contre, ils peuvent se dire nutritionnistes. Il faut faire attention car la différence est importante.»

Lynne Faubert peut être consultée sans référence. Son bureau est au centre Accès Î.-P.-É. à Souris et son numéro de téléphone est le 687-7051. ★

## Conseils de santé pour la Halloween

La Halloween est une fête excitante pour les enfants. Il y a d'abord le déguisement et puis toutes ces friandises qu'on ramasse. La diététiste Lynne Faubert de Souris, mère de deux enfants, sait bien que cette période représente un défi nutritionnel.

«À la maison, je ne laisse pas les friandises traîner sur le

comptoir. Je les garde au congélateur pour qu'elles se conservent longtemps et j'en sors de temps en temps. Si l'école le permet, on peut en mettre quelques-unes de temps en temps dans la boîte à lunch.»

Le plus grand conseil de Lynne Faubert, c'est de parler de bonne nutrition à ses enfants à l'année longue pour

qu'ils sachent eux-mêmes faire les bons choix lorsque la tentation se présente.

Un autre conseil de santé, celui-là de Christine Arsenaault, étudiante en sciences infirmières, est aussi très simple. «Assurez-vous que vos enfants se brossent les dents après avoir mangé des bonbons, surtout ceux qui colent. Ils sont terribles.» (J.L.) ★

### Clinique de vaccination contre la grippe au Centre de santé communautaire Évangéline

Attrapez la piqûre... pas la grippe!

La grippe peut mener à des complications graves.

Le Centre de santé communautaire Évangéline offre une clinique d'automne de vaccination contre la grippe aux résidents de la région Évangéline et des environs.

Sur rendez-vous seulement.

Veillez composer le 854-7259 pour fixer votre rendez-vous.

Le coût est de 10 \$.



Le ministre, Doug W. Currie, Ministère de la Santé