

Révisions mineures apportées au
*Guide pratique : L'adoption d'un mode de vie sain en vue de prévenir
ou de traiter le diabète (Web)*
pour tenir compte des
Lignes directrices de pratique clinique 2008
Sommaire des changements
Decembre 2008

Les changements qui apparaissent plus bas ont été apportés au *Guide pratique : L'adoption d'un mode de vie sain en vue de prévenir ou de traiter le diabète* afin de tenir compte des ***Lignes directrices de pratique clinique 2008***. Ces changements sont indiqués en caractères gras. Les chapitres auxquels aucun changement n'a été apporté pour tenir compte des *Lignes directrices de pratique clinique 2008* ne figurent pas dans cette liste.

Collations santé – Grignoter : oui ou non ?

Page 4, 1^{er} paragraphe

Ajouter à la fin du paragraphe : ***Rien ne prouve que les suppléments alimentaires, comme les substituts de repas, les barres spécialisées ou les formules conçues pour le diabète, soient nécessaires au contrôle de la glycémie.***

La gestion du poids – Considérer les divers choix

Page 26, premier paragraphe

Ajouter : ***Les programmes structurés visant l'adoption d'un mode de vie sain par une modification de l'alimentation, du niveau d'exercice et du comportement donnent les meilleurs résultats à court et long terme. L'équipe de soins de santé peut fournir des conseils individualisés à cet égard. La médication ou la chirurgie s'avèrent parfois nécessaires.***

Comment solutionner les problèmes de glycémie – Faire le tour du problème

Page 40 – Tableau sur les objectifs de glycémie à viser

Objectifs recommandés pour le contrôle de la glycémie

	A1C	Glycémie à jeun	Glycémie 2 heures après un repas
<i>Diabète de type 1 et 2</i>	<i>Égal ou inférieur à 7 %</i>	<i>4-7 mmol/L</i>	<i>5-10 mmol/L (5-8 si les objectifs de l'A1C ne sont pas atteints)</i>

Référence : Lignes directrices de pratique clinique 2008 de l'Association canadienne du diabète pour la prévention et le traitement du diabète au Canada.

Les femmes enceintes et le diabète – De grands espoirs

Page 43, changer le titre : **Les femmes enceintes et le diabète**

Utiliser ***Le diabète et la grossesse***

Page 43, 4^e paragraphe, 2^e puce

Révision des types de médicaments que vous prenez actuellement et des doses afin d'évaluer si vous pouvez continuer à les prendre de façon sécuritaire pendant la grossesse. ***Ajouter : Cela inclut les médicaments pour l'hypertension artérielle et ceux visant à réduire le taux de cholestérol.***

Page 43, 4^e paragraphe, 3^e puce

Si vous prenez actuellement des pilules pour contrôler votre diabète, il faut les remplacer par de l'insuline avant que vous deveniez enceinte. ***Ajouter : Les femmes qui souffrent du syndrome poly kystique des ovaires font toutefois exception à la règle. Elles peuvent continuer à prendre de la metformine sans problème jusqu'à ce que la grossesse soit confirmée.***

Page 43, 4^e paragraphe, 6^e puce

Enlever : ***Prenez une multivitamine contenant 1 mg of folic acid (une vitamine B qui prévient les anomalies du tube neural pendant le développement du bébé). Si vous prenez plus que 1 mg d'acide folique, parlez-en à votre médecin.***

Remplacer par : ***Les femmes enceintes et celles qui pourraient le devenir ont besoin d'une quantité supérieure de folate. Elles doivent discuter de leurs besoins avec leur médecin ou diététiste. Le risque de complications pendant la grossesse est plus élevé chez les femmes atteintes du diabète et celles qui ont un excès de poids, qui sont obèses ou qui n'ont pas une saine alimentation.***

Page 45, Surveillance de la glycémie, Objectifs de glycémie à viser pendant la grossesse

Enlever : ***Avant la collation du coucher : 4,0 à 5,9 mmol/L***

Page 45, Surveillance de la glycémie, Objectifs de glycémie à viser pendant la grossesse

Changer la Note: ***A1C 6 % si on peut l'atteindre en toute sécurité. Chez certaines femmes, surtout celles atteintes du diabète de type 1, il faut parfois fixer un objectif plus élevé pour éviter de trop nombreux épisodes d'hypoglycémie.***

Référence : Lignes directrices de pratique clinique 2008 de l'Association canadienne du diabète pour la prévention et le traitement du diabète au Canada.

Les enfants atteints du diabète de type 2 – Une affaire de famille

P51, 3^e paragraphe (puces)

Ajouter une nouvelle puce après la première puce (celle-ci devient la nouvelle deuxième puce)

Chez les peuples autochtones, il faut tenir compte des programmes communautaires de traitement du diabète élaborés et mis en œuvre en partenariat avec les communautés concernées.

La maladie coeliaque – Pas de blé pour moi ?

Page 84, Quelle est la fréquence de la maladie coeliaque ?

La maladie coeliaque se manifeste chez **4 à 9 %** des personnes atteintes du diabète de type 1.

Page 89, Tableau 1: Régime sans gluten : produits céréaliers et aliments

Produits céréaliers et aliments PERMIS dans un régime sans gluten

Ajouter après « Farine de riz (blanc ou brun) » : ***Flocons d'avoine (purs, non contaminés)***

Changer la première référence :

Adapté à partir de : *The Gluten Free Diet*. Mississauga, ON: Canadian Celiac Association, 2006. Disponible aux adresses suivantes :

<http://www.celiac.ca/EnglishCCA/egfdiet2.html#allowed> and

<http://www.celiac.ca/EnglishCCA/egfdiet2.html#avoid>. Consulté le 18 novembre 2008.

L'activité physique et le diabète de type 1 – Préparez-vous, organisez-vous, allez-y !

Page 94, Excès d'insuline

Ajouter avant la 1^{ère} phrase : ***Vous pouvez avoir besoin de moins d'insuline pendant l'activité. Lorsque les muscles se contractent, ils deviennent plus sensibles à l'insuline.***

L'activité physique et le diabète de type 1 – Préparez-vous, organisez-vous, allez-y !

Page 94, Excès d'insuline

Ajouter avant la 1^{ère} phrase : ***Vous pouvez avoir besoin de moins d'insuline pendant l'activité. Lorsque les muscles se contractent, ils deviennent plus sensibles à l'insuline.***

Page 95, Trucs généraux pour planifier l'exercice

Ajouter avant la dernière phrase : ***L'hypoglycémie peut se manifester jusqu'à 24-36 heures après une activité intensive; elle se manifeste le plus souvent entre 8-12 heures après l'activité.***