

# Parcours diététique du patient en réadaptation cardiaque



## Parcours collectif

- Standard
- Spécifique

## Parcours individuel

### Parcours collectif standard

Atelier 1 fois par semaine  
Programmé dans l'emploi du temps de chaque groupe  
4 thèmes différents  
Durée: ¾ d'heure à 1 heure

### Thème 4 La lecture des étiquettes

Savoir interpréter les informations sur les emballages alimentaires  
Choisir des produits de meilleure qualité  
Au moment des achats

### Thème 1 Le choix des matières grasses

Comprendre l'intérêt du choix des matières grasses  
Connaître les différentes familles d'acides gras et leurs rôles sur l'organisme

### Parcours collectif standard

### Thème 3 Les 5 sens

Aborder la notion de plaisir au moment des repas  
Prendre conscience de son comportement alimentaire  
Utilisation du chocolat en dégustation, jeu sur les arômes

### Thème 2 L'équilibre alimentaire et le sel dans l'alimentation

Acquérir les notions d'équilibre alimentaire et mieux connaître les aliments  
Avoir conscience de sa consommation journalière en sel et trouver les astuces pour équilibrer les apports



## Parcours individuel

Consultation diététique individuelle sur la demande du cardiologue  
Bilan/enquête alimentaire  
Suivi si besoin au cours du séjour

## Parcours collectif spécifique

2 ateliers spécifiques possibles:  
L'insuffisance cardiaque: consommation de sel et liquides  
L'alimentation diabétique (Destinée aux patients diabétiques de type 2)  
Durée : 1 heure  
1 fois dans le séjour



## Aide au quotidien

Livre de conseils et de recettes diététiques