

Rencontre avec...

Emmanuelle Paillaugue, diététicienne-nutritionniste

Avec un diplôme d'Etat et après 10 ans de pratique en milieu hospitalier, dont 4 ans dans un centre de lutte contre le cancer et 6 ans en hôpital général où elle participe à la mise en place d'une unité d'éducation thérapeutique pour les patients qui présentent des maladies chroniques, Emmanuelle Paillaugue décide de s'installer en libéral. Elle ouvre son cabinet début janvier 2013 dans un appartement de la résidence Les Ailes. Un cabinet atypique, qui a pour cadre... une cuisine. Nous sommes donc dans le vif du sujet ! Face à une diététicienne-nutritionniste, nous posons des questions de poids. Elle complète : «*Certes, beaucoup de patients viennent pour perdre du poids, mais comme il est acquis aujourd'hui qu'alimentation et santé sont intimement liés, je reçois aussi beaucoup de personnes qui ont un problème de santé ou qui souhaitent conserver une bonne vitalité à partir d'un certain âge ; des femmes enceintes ou allaitantes;*

beaucoup d'enfants et d'adolescents, des sportifs aussi». Parmi ses outils de travail, une collection de petits cartons très colorés, très visuels, représentant aliments ou groupes d'aliments. Et notre interlocutrice explique «*A la première consultation nous étudions les habitudes alimentaires, j'utilise ces outils pour évaluer les connaissances, pour mettre en place des menus équilibrés, les aliments à privilégier, leur fréquence ; je fais en sorte qu'il y ait le moins de frustration possible, que l'alimentation soit un plaisir et qu'elle s'adapte à la vie quotidienne. La personne repart avec un petit classeur. La séance suivante nous effectuons les corrections, je mesure à nouveau les connaissances, notamment par un jeu de vrai/faux. On apprend aussi à estimer les pesées des aliments. Je conçois tout cela comme une éducation*». Pour l'instant les séances sont individuelles mais notre interlocutrice n'exclut pas la constitution d'ateliers pratiques

de 3-4 personnes avec préparation en commun d'un repas, puis partage et commentaires.

Et, comme rien ne vaut la sensibilisation dès le plus jeune âge, Emmanuelle Paillaugue animera des ateliers *Croc miam* pour les enfants de 5/6 ans, dans un premier temps à l'école Fronval. La mairie décidera ensuite si le projet doit être proposé dans d'autres écoles de la ville.

6, rue Henri Rabourdin - Tel. 01 75 45 11 61 ou 06 64 32 84 45
www.nutrisoin.com

Consultations : du lundi au vendredi de 9h30 à 16h 30.

Occasionnellement en soirée de 20h à 22h.

N.M.

