

MYTHES ET RÉALITÉS

À PROPOS DU DIABÈTE.

PAR Joël Brodeur, inf., M.Sc.

**Voici quelques affirmations à propos du diabète.
À vous de trouver lesquelles sont vraies ou fausses.**

	Vrai	ou	Faux
1. L'utilisation d'un carnet pour l'inscription des glycémies est une meilleure méthode que l'autocontrôle de la glycémie, pour les clients qui utilisent peu ou pas d'insuline.	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
2. Pour atteindre la cible glycémique postprandiale, l'autoprise de glycémie capillaire est plus appropriée pour le client, même pour un diabète de novo.	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
3. Une perte de poids minime n'est pas suffisante pour contrer la résistance à l'insuline chez les clients souffrant de surpoids ou d'obésité.	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
4. En cas d'hypoglycémie, il faut prendre des protéines, par exemple une portion de fromage.	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
5. Le client diabétique devrait faire un minimum de quatre heures d'activité physique à intensité modérée chaque semaine.	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

Réponses en page 59.

MYTHES ET RÉALITÉS

À propos du diabète.

PAR Joël Brodeur, inf., M.Sc.

RÉPONSES de la page 19.

- 1. L'utilisation d'un carnet pour l'inscription des glycémies est une meilleure méthode que l'autocontrôle de la glycémie, pour les clients qui utilisent peu ou pas d'insuline – FAUX**
Selon les experts, l'autocontrôle est plus pratique que l'utilisation d'un carnet pour une thérapie fructueuse auprès de cette clientèle.
- 2. Pour atteindre la cible glycémique postprandiale, l'autoprise de glycémie capillaire est plus appropriée pour le client, même pour un diabète de novo – VRAI**
La glycémie prise par le patient lui permet d'évaluer sa propre réponse au traitement et ainsi de faciliter son apprentissage et l'atteinte de sa cible glycémique (p. S17).
- 3. Une perte de poids minime n'est pas suffisante pour contrer la résistance à l'insuline chez les clients souffrant de surpoids ou d'obésité – FAUX**
Il est clairement prouvé que même une perte de poids minime réduit la résistance à l'insuline chez les clients souffrant de surpoids ou d'obésité (p. S23).
- 4. En cas d'hypoglycémie, il faut prendre des protéines, par exemple une portion de fromage – FAUX**
*En fait, il est chimiquement impossible que des protéines se transforment en glucose, et la quantité de lactose n'est pas suffisante pour corriger l'hypoglycémie. De plus, le gras contenu dans le fromage pourrait retarder l'atteinte d'une glycémie normale. Le traitement le plus efficace est de prendre du glucose (15-20 g) **peu importe** sous quelle forme.*
- 5. Le client diabétique devrait faire un minimum de quatre heures d'activité physique à intensité modérée chaque semaine – FAUX**
Plus on est actif physiquement, plus grands sont les bénéfices sur notre santé. Des études ont toutefois prouvé que même deux heures et demie d'activité physique modérée (50-75 % de la fréquence cardiaque maximale) par semaine a un effet bénéfique pour le client diabétique.

SOURCE : American Diabetes Association, *Guide de pratique clinique*, 2008 et 2009.