

Communiqué de presse – lundi 23 juillet 2007

Le coaching nutritionnel, nouvelle tendance ou produit marketing ?

Après les coachs sportifs, les coachs en management, les coachs fiscaux, voici qu'une nouvelle engeance est apparue : les coachs nutritionnels. Mais au fond que révèle cette appellation...

Il inspecte votre placard, ouvre votre frigo, regarde quels sont vos ustensiles de cuisson, voire teste votre pratique culinaire à domicile et vous délivre des conseils... C'est le coach nutritionnel. Objectif : vous aider à recouvrer les bases d'une alimentation équilibrée. Car bien souvent, de régimes en régimes, de conseils diététiques en conseils diététiques, les gens ont perdu leurs repères. Ce bon sens du paysan crétois, qui l'amenait à consommer un peu de tous les aliments, et avoir, de ce fait, tous ses besoins nutritionnels satisfaits, l'homme moderne ne le possède plus. Il n'a plus aucune spontanéité face à son assiette. Il ne prend pas des céréales, il consomme des fibres ; il ne déguste pas un délicieux saumon, il ingère des oméga 3. Il ne voit plus les aliments comme une source de plaisir mais comme un moyen. L'aliment est instrumentalisé (quand il n'est pas « enrichi »). Mais telle est la complexité de nos mets que si nous « pensons » trop le contenu de nos assiettes, nous risquons de nous fourvoyer. Et les nombreux messages diététiques émanant de l'industrie ne rendent pas forcément moins opaque les arcanes de l'alimentation...

De facto, nombre de personnes fort bien intentionnées, s'efforcent de suivre scrupuleusement les conseils nutritionnels les plus en vogue mais faute de cette spontanéité garante de l'équilibre alimentaire, commettent des erreurs majeures, voire, note Florence Rossi, présidente de l'ADLF, « s'enfoncent dans des troubles du comportement alimentaire ». D'où l'intérêt de recourir à un professionnel.

Le diététicien libéral un coach à part entière

Depuis quelque temps, une mode venue d'Outre-Atlantique est arrivée en France : le coaching nutritionnel. Mais au fond, est-ce bien si révolutionnaire ? L'article L 4371-1 du Code de la santé publique, qui définit le rôle et la mission des diététiciens, professionnels de santé, spécifie que ces derniers « dispensent des conseils nutritionnels » et « participent à l'éducation et à la rééducation des patients atteints de troubles du métabolisme ou de l'alimentation, par l'établissement d'un bilan diététique personnalisé et une éducation diététique adaptée. » Eduquer, rééduquer, c'est précisément le rôle que revendiquent ces fameux coachs. Quant à la nouveauté, selon laquelle le coach vient à domicile inspecter les pratiques culinaires et les habitudes d'une famille, elle mérite aussi d'être analysée. Car en réalité, venir voir leurs patients chez eux fait partie du quotidien des diététiciens libéraux, qui partagent leur activité entre des consultations en cabinet et des visites à domicile explique Florence Rossi. Nous essayons « d'être au plus proche de la vraie vie, de l'environnement des patients, pour examiner l'élaboration de leurs repas, observer les modes de cuisson, leurs rythmes alimentaires ... » afin d'intervenir plus efficacement.

Alors qu'apporte le coaching nutritionnel ? Sur le principe, « cela consiste à « nommer » une pratique qui existe depuis toujours dans notre métier », note Florence Rossi. L'intérêt : donner un nom à cette pratique, c'est déjà formaliser la démarche, « cela peut permettre de rendre plus claires et explicites les modalités de notre prise en charge ». Cela peut également inciter les diététiciens à rendre ces visites à domicile plus systématiques dans le suivi de leurs patients. Mais si le coaching nutritionnel, se hasarde à devenir un concept marketing, tout le monde aura à y perdre.

Il importe donc que chacun fasse la différence entre une approche médicalisée proche de la personne et une approche commerciale. Il importe que la nutrition reste dans le domaine de la santé et qu'elle ne soit pas happée pour servir d'autres objectifs.

Aujourd'hui environ 4 500 diététiciens exercent en France, majoritairement dans le champ de la santé, en secteur public ou privé. Créée en 1954, l'Association des Diététiciens de Langue Française regroupe près de 50% de ces diététiciens.

Contact Presse : BV CONSEIL Santé

France Coutin – Rozenn Vallet - Laurent Mignon – Tél : 01 42 68 83 40 - e-mail : bvconseil@bvconseil.com