



Les Interventions Non Pharmacologiques : un atout pour l'excellence et la reconnaissance des pratiques diététiques

Chères lectrices, chers lecteurs,

En ce début d'année, je vous adresse, au nom de toute l'équipe d'Information Diététique, mes meilleurs vœux pour 2025. Que cette nouvelle année soit synonyme de progrès, de reconnaissance et d'épanouissement dans vos pratiques professionnelles.

Aujourd'hui, je souhaite aborder un sujet clé pour l'évolution et la reconnaissance de notre profession : **les Interventions Non Pharmacologiques (INM)**. Ces interventions, ciblées, non invasives et fondées sur des données probantes, viennent compléter ou parfois remplacer les approches pharmacologiques¹. Elles s'inscrivent dans un changement de paradigme en plaçant les interventions non médicamenteuses au cœur des stratégies thérapeutiques, comme l'illustrent les dernières recommandations de la HAS sur la prise en charge du diabète de type 2.

Dans notre domaine, elles incluent la prise en charge nutritionnelle, l'éducation thérapeutique du patient (ETP), l'activité physique adaptée et les approches comportementales, telles que la thérapie cognitivo-comportementale appliquée à l'alimentation. Validées par la science, ces INM représentent des leviers essentiels dans la prévention et la prise en charge des pathologies chroniques, tout en améliorant la qualité de vie des patients.

Les INM reposent sur des protocoles de soins et de prévention, non invasifs et personnalisés, qui s'appuient sur des données probantes. Ce sont ces données qui leur confèrent leur efficacité scientifique et les rendent complémentaires aux traitements pharmacologiques, notamment dans la gestion des pathologies chroniques, de l'obésité aux maladies métaboliques. Les INM s'appuient sur l'Évidence-Based Practice (EBP) ou encore appelée "pratique fondée sur les preuves probantes". L'EBP nous permet d'optimiser les décisions cliniques et

de démontrer l'efficacité de nos interventions. Cette méthode repose sur trois principes fondamentaux : utiliser les meilleures preuves disponibles, évaluer leur fiabilité, et intégrer les préférences des patients dans un processus de décision partagée. Elle nous permet non seulement de viser l'excellence, mais aussi de nous différencier des pseudo-nutritionnistes dont les recommandations non fondées nuisent à la santé publique et à la crédibilité de notre profession. D'autant plus que l'EBP valorise l'importance des compétences humaines, telles que l'écoute et la communication, pour garantir des interventions diététiques et nutritionnelles personnalisées, efficaces et scientifiquement fondées².

Au final, en intégrant les INM dans leurs pratiques, les diététiciens renforcent leur rôle dans les parcours de soins tout en gagnant en reconnaissance. Ces pratiques valorisent l'expertise des diététiciens en démontrant l'efficacité de leurs interventions dans un cadre scientifique rigoureux. Cependant, cela pose plusieurs défis pour la profession et les institutions de formation :

- **Inclure dans les référentiels de formation** des enseignements dédiés à l'EBP ;
- **Produire des données probantes**, en s'engageant activement dans des projets de recherche ou des parcours doctoraux ;
- **Se (re)former à la lecture critique d'articles scientifiques**, une compétence clé pour intégrer efficacement les résultats de la recherche dans la pratique clinique.

Des initiatives existent déjà pour répondre à ces besoins. L'AFDN propose des formations sur ces thématiques, auxquelles s'ajoute une section dédiée sur le site internet « Recherche en soins », offrant des ressources spécifiques pour les professionnels intéressés par cette démarche³.

L'année 2025 nous invite à poursuivre nos efforts pour faire reconnaître notre métier comme une discipline de référence, fondée sur des savoirs validés et une approche centrée sur le patient.

Ghislain Grodard-Humbert,
Directeur de la publication



35, allée Vivaldi
75012 Paris

Tél. 01 40 02 03 02

Fax 09 70 61 15 93

E-mail : afdn@afdn.org

www.afdn.org

1. Non-pharmacological intervention society, <https://npsociety.org/>

2. Johnston BC, Seivenpiper JL, Vernooij RWM, De Souza RJ, Jenkins DJA, Zeraatkar D, et al. The Philosophy of Evidence-Based Principles and Practice in Nutrition. *Mayo Clin Proc Innov Qual Outcomes*. 2019;3(2):189-99. DOI: 10.1016/j.mayocpiqo.2019.02.005

3. <https://www.afdn.org/documentation/recherche-soins>