

Enfermería 15 Le menu du jour



- Expliquez les repas et les options de régime
- Discuter des préférences et adapter les menus aux besoins spécifiques
- Vocabulaire : repas et boissons en établissement de soins, vocabulaire lié à l'alimentation pour le diabète, nutrition pour maladies chroniques, adaptations de menus

Le petit-déjeuner	<i>(El desayuno)</i>	Le faible en sucre	<i>(Bajo en azúcar)</i>
Le déjeuner	<i>(La comida / el almuerzo)</i>	Le régime pauvre en glucides	<i>(Régimen bajo en carbohidratos)</i>
Le dîner	<i>(La cena)</i>	Le contrôle de la glycémie	<i>(Control de la glucemia / glicemia)</i>
La collation	<i>(La colación / la merienda)</i>	La portion	<i>(La porción)</i>
Le goûter	<i>(La merienda (tarde) / el tentempié)</i>	La teneur en sel	<i>(Contenido de sal)</i>
Le régime alimentaire	<i>(El régimen alimentario)</i>	La teneur en graisses	<i>(Contenido en grasas)</i>
La restriction (alimentaire)	<i>(La restricción (alimentaria))</i>	Présenter des alternatives	<i>(Presentar alternativas)</i>
Le menu adapté	<i>(El menú adaptado)</i>	Éviter (éviter de)	<i>(Evitar (evitar de))</i>
La texture modifiée	<i>(La textura modificada)</i>	Adapter (adapter à)	<i>(Adaptar (adaptar a))</i>
La purée	<i>(El puré)</i>	Surveiller (surveiller la consommation)	<i>(Vigilar / supervisar (vigilar el consumo))</i>

1.Ejercicios

1. Relaciona cada palabra con su significado.

- | | |
|--------------------------------|--|
| a. un menu adapté | 1. Ne pas faire ou consommer quelque chose pour réduire un risque
exemple le sucre. |
| b. une restriction alimentaire | 2. Contrôler la quantité d'aliments ou de boissons consommés chaque jour. |
| c. adapter (adapter à) | 3. Modifier un plat pour qu'il convienne à quelqu'un (je modifie, tu modifies). |
| d. éviter de | 4. Un menu préparé pour répondre aux besoins d'un patient (allergies, diabète). |
| e. surveiller la consommation | 5. Une règle qui impose d'éviter certains aliments pour des raisons de santé. |



a-4 b-5 c-3 d-1 e-2

2. Nota de servicio – Menús y regímenes especiales (Audio disponible en la aplicación)

Rellena los huecos: adapté, faible en sucre, portion, texture modifiée, alternative, teneur en sel, purée, restriction alimentaire, contrôle de la glycémie

À partir du mois prochain, la résidence Les Amandiers met en place une nouvelle organisation du menu quotidien. Chaque repassera affiché la veille sur l'intranet et sur le tableau du service. Les équipes de soins sont invitées à vérifier, avant la distribution, si la _____ et la présentation correspondent aux indications du dossier : texture normale, _____ ou _____. En cas d'indisponibilité d'un plat, merci de proposer une _____ simpleet de l'indiquer.

Pour les personnes avec diabète ou une autre maladie chronique, le menu peut être _____ : choix _____, contrôle de la _____ et limitation des graisses. L'objectif est de faciliter le _____ sans supprimer tous les glucides, tout en surveillant la consommation. Toute _____ doit être signalée au cadre et au diététicien. En cas de doute, n'adaptez pas le repas seul : demandez l'avis du médecin ou du diététicien.

A partir del próximo mes, la residencia Les Amandiers pone en marcha una nueva organización del menú diario. Cada comida (desayuno, comida, cena) se publicará la víspera en el intranet y en el tablón del servicio. Se invita a los equipos de cuidados a comprobar, antes de la distribución, si la porción y la presentación corresponden a las indicaciones del expediente: textura normal, puré o textura modificada. En caso de indisponibilidad de un plato, por favor propongan una alternativa sencilla (por ejemplo verduras al vapor, yogur natural) y anótenla.

Para las personas con diabetes u otra enfermedad crónica, el menú puede adaptarse: opciones bajas en azúcar, control del contenido de sal y limitación de las grasas. El objetivo es facilitar el control de la glucemia sin suprimir todos los carbohidratos, vigilando al mismo tiempo el consumo (bebidas azucaradas, pan, postres). Cualquier restricción alimentaria (alergia, dieta baja en carbohidratos, rechazo) debe ser comunicada al responsable y al

dietista. En caso de duda, no adapte la comida por su cuenta: solicite el criterio del médico o del dietista.

1. Que doivent vérifier les équipes de soins avant de distribuer un repas et comment réagir en cas d'indisponibilité ?

3. Escucha el fragmento de audio e indica si las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas.

Au petit-déjeuner, elle choisit des options avec peu de sucre.

Verdadero Falso



Pour le déjeuner, elle supprime complètement la viande pour tout le monde.

Elle demande à l'équipe de vérifier ce que mangent deux résidents pendant la collation.

4. Juego de roles: Completa los diálogos



a. Menu diabétique en EHPAD

Mme Lefèvre (fille du résident): *Bonjour Madame, je suis la fille de M. Lefèvre, chambre 214 ; je voulais parler du régime alimentaire de mon père, il est diabétique et ses glycémies ont été un peu hautes cette semaine.*
(Hola señora, soy la hija del Sr. Lefèvre, habitación 214; quería hablar sobre la dieta de mi padre: es diabético y sus glucemias han estado un poco altas esta semana.)

Sophie (diététicienne): 1. _____

Mme Lefèvre (fille du résident): *Surtout le matin : il se plaint souvent qu'on lui donne du pain blanc avec de la confiture. Et au déjeuner il prend parfois une grande portion de purée.*
(Sobre todo por la mañana: se queja a menudo de que le dan pan blanco con mermelada. Y en la comida a veces toma una ración grande de puré.)

Sophie (diététicienne): 2. _____

Mme Lefèvre (fille du résident): *Il a aussi des difficultés à avaler. On m'a parlé de texture modifiée — je voudrais éviter qu'il s'étouffe ou qu'il se fatigue en mangeant.*
(También tiene dificultades para tragar. Me hablaron de textura modificada — quisiera evitar que se atragante o se fatigue al comer.)

Sophie (diététicienne): 3. _____

Mme Lefèvre (fille du résident): *C'est rassurant. Et la teneur en sel et en graisses, vous la surveillez aussi ? Mon père a de l'hypertension.*
(Es tranquilizador. ¿Y el contenido de sal y de grasas, también lo controlan? Mi padre tiene hipertensión.)

Sophie (diététicienne): 4. _____

b. Réunion avec la cantine d'entreprise

Marc (responsable RH): 5. _____

Julie (responsable cantine): *Bonjour Marc, oui je suis consciente du besoin. On peut préparer un menu adapté chaque jour : portions contrôlées, moins de féculents et des légumes en quantité.*

(Hola Marc, sí, soy consciente de la necesidad. Podemos preparar un menú adaptado cada día: porciones controladas, menos féculas y más verduras.)

Marc (responsable RH): 6. _____

Julie (responsable cantine): *On proposera une compote sans sucre ajouté ou du fromage blanc nature, et pour les plats principaux une option pauvre en glucides, comme du poisson avec une purée légère de légumes.*

(Propondremos una compota sin azúcar añadido o queso fresco natural, y para los platos principales una opción baja en carbohidratos, como pescado con un puré ligero de verduras.)

Marc (responsable RH): 7. _____

Julie (responsable cantine): *Bonne idée. Nous pouvons aussi présenter des alternatives au moment du service et éviter d'utiliser des sauces riches en sucre pour accompagner les plats.*

(Buena idea. También podemos mostrar las alternativas en el momento del servicio y evitar salsas ricas en azúcar para acompañar los platos.)

Respuestas de ejemplo:

1. *Bonjour, merci de votre appel. Nous surveillons déjà la glycémie, mais on peut revoir son menu adapté — avez-vous remarqué des problèmes au petit-déjeuner, au goûter ou au déjeuner ?* **2.** *D'accord. On peut proposer un pain complet en plus petite portion et un yaourt faible en sucre à la place de la confiture. Pour la purée, on réduit la portion et on augmente les légumes pour un menu pauvre en glucides.* **3.** *Si le médecin donne son accord, nous pouvons adapter la texture : purée très lisse ou plats mixés. Je peux aussi présenter des alternatives pour le dessert, comme une compote sans sucres ajoutés ou du fromage blanc.* **4.** *Oui, nous surveillons la teneur en sel et en graisses des plats préparés. Je note la restriction alimentaire et je mets à jour son menu dès aujourd'hui.* **5.** *Bonjour Julie, merci d'avoir pris rendez-vous ; plusieurs collègues nous ont dit qu'ils aimeraient plus d'options pour les personnes diabétiques.* **6.** *Concrètement, pour le dessert ? Certains préfèrent éviter les sucres ajoutés.* **7.** *Il faudrait aussi informer le personnel : une étiquette avec la teneur en sel et en graisses, et indiquer si c'est une texture modifiée ou non.*

5. Email

Bonjour Madame/Monsieur,

Je vous écris au sujet des menus de la semaine prochaine pour votre père, **M. Leroy**.
L'infirmière nous a signalé un **contrôle de la glycémie** plus difficile ces derniers jours.
Pouvez-vous confirmer s'il suit un **régime pauvre en glucides** ou s'il a d'autres
restrictions alimentaires ?

Nous pouvons proposer un **menu adapté** (desserts **faibles en sucre**, portions de féculents réduites). Dites-nous aussi s'il a des préférences au **petit-déjeuner** (pain, yaourt, fruits) et s'il y a des aliments à **éviter**.

Cordialement,

Sonia Martin

Responsable restauration



Escribe una respuesta adecuada: *Je vous confirme que mon père suit... / Serait-il possible d'adapter le menu en... ? / Pour le petit-déjeuner, il préfère... et il vaut mieux éviter...*
