

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. Un menu préparé pour répondre aux besoins d'un patient (allergies, diabète). |
| b. une restriction alimentaire | 2. Modifier un plat pour qu'il convienne à quelqu'un (je modifie, tu modifies). |
| c. adapter (adapter à) | 3. Une règle qui impose d'éviter certains aliments pour des raisons de santé. |



a-1 b-3 c-2

2. Nota de servicio – Menús y regímenes especiales (QR: Audio)

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



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 (1) _____ et la présentation correspondent aux indications du dossier : texture normale, (2) _____ ou (3) _____. En cas d'indisponibilité d'un plat, merci de proposer une (4) _____ simpleet de l'indiquer.

Pour les personnes avec diabète ou une autre maladie chronique, le menu peut être (5) _____ : choix (6) _____, contrôle de la (7) _____ et limitation des graisses. L'objectif est de faciliter le (8) _____ sans supprimer tous les glucides, tout en surveillant la consommation. Toute (9) _____ 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) portion, (2) purée, (3) texture modifiée, (4) alternative, (5) adapté, (6) faible en sucre, (7) teneur en sel, (8) contrôle de la glycémie, (9) restriction alimentaire

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

2. Comment le menu peut-il être adapté pour une personne diabétique et quelles précautions sont recommandées ?
-

3. Escucha el fragmento de audio y elige la respuesta correcta. (QR: Audio)

- | | Verdadero | Falso | |
|--|--------------------------|--------------------------|--|
| 1. Au petit-déjeuner, elle choisit des options avec peu de sucre. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |  |
| 2. Pour le déjeuner, elle supprime complètement la viande pour tout le monde. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| 3. Elle demande à l'équipe de vérifier ce que mangent deux résidents pendant la collation. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
- 1-V 2-X 3-V

4. Elige la solución correcta

1. Pour le petit-déjeuner, je _____ ma consommation de sucre afin de mieux contrôler ma glycémie. *(Para el desayuno, vigilo mi consumo de azúcar para controlar mejor mi glucemia.)*
- a. surveillons b. surveilles c. surveillais d. surveille
2. Quand un résident est diabétique, nous _____ de proposer des boissons trop sucrées au goûter. *(Cuando un residente es diabético, evitamos ofrecer bebidas demasiado azucaradas en la merienda.)*
- a. évitez b. évitions c. évitons d. éviter
3. Ce midi, je _____ une portion plus petite parce que le menu est riche en glucides. *(Este mediodía, tomo una porción más pequeña porque el menú es rico en carbohidratos.)*
- a. prends b. prend c. prenais d. prendre
1. surveillance 2. évitons 3. prends

5. Juego de rol - diálogos (QR: Audio)

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): *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 ?*

(Hola, gracias por su llamada. Ya vigilamos la glucemia, pero podemos revisar su menú adaptado — ¿ha notado problemas en el desayuno, la merienda o la comida?)



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): *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. (De acuerdo. Podemos ofrecer pan integral en una porción más pequeña y un yogur bajo en azúcar en lugar de la mermelada. Para el puré, reducimos la ración y aumentamos las verduras para un menú bajo en carbohidratos.)*

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): *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. (Si el médico da su aprobación, podemos adaptar la textura: puré muy fino o platos triturados. También puedo proponer alternativas para el postre, como una compota sin azúcares añadidos o queso fresco.)*

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): *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. (Sí, controlamos el contenido de sal y de grasas de los platos preparados. Anoto la restricción alimentaria y actualizo su menú a partir de hoy.)*

1. Quelles adaptations Sophie propose-t-elle pour le petit-déjeuner et pour la purée au déjeuner ?

6. Hablar: traducir y responder (QR: IA+)

En général, je prends... / Je préfère... mais j'évite... / Pour adapter le menu, on peut proposer...



1. Dans une journée typique, à quoi ressemble votre menu (petit-déjeuner, déjeuner, dîner) et prenez-vous parfois une collation ?

2. Un patient doit surveiller sa glycémie ou réduire sa consommation de sucre : comment adaptez-vous le menu et quelles alternatives proposez-vous ?

7. Escritura: Email (QR: IA+)

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...*
