

## Enfermagem 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

<b>Le petit-déjeuner</b>	<i>(O pequeno-almoço)</i>	<b>Le faible en sucre</b>	<i>(Baixo em açúcar)</i>
<b>Le déjeuner</b>	<i>(O almoço)</i>	<b>Le régime pauvre en glucides</b>	<i>(A dieta pobre em carboidratos)</i>
<b>Le dîner</b>	<i>(O jantar)</i>	<b>Le contrôle de la glycémie</b>	<i>(O controlo da glicemia)</i>
<b>La collation</b>	<i>(O lanche)</i>	<b>La portion</b>	<i>(A porção)</i>
<b>Le goûter</b>	<i>(O lanche da tarde)</i>	<b>La teneur en sel</b>	<i>(O teor de sal)</i>
<b>Le régime alimentaire</b>	<i>(A dieta alimentar)</i>	<b>La teneur en graisses</b>	<i>(O teor de gorduras)</i>
<b>La restriction (alimentaire)</b>	<i>(A restrição alimentar)</i>	<b>Présenter des alternatives</b>	<i>(Apresentar alternativas)</i>
<b>Le menu adapté</b>	<i>(O menu adaptado)</i>	<b>Éviter (éviter de)</b>	<i>(Evitar (evitar de))</i>
<b>La texture modifiée</b>	<i>(A textura modificada)</i>	<b>Adapter (adapter à)</b>	<i>(Adaptar (adaptar a))</i>
<b>La purée</b>	<i>(O purê)</i>	<b>Surveiller (surveiller la consommation)</b>	<i>(Monitorizar (monitorizar o consumo))</i>

## 1.Exercícios

### 1. Associe cada palavra à sua definição.

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| a. un menu adapté              | 1. Modifier un plat pour qu'il convienne à quelqu'un (je modifie, tu modifies). |
| b. une restriction alimentaire | 2. Un menu préparé pour répondre aux besoins d'un patient (allergies, diabète). |
| c. adapter (adapter à)         | 3. Une règle qui impose d'éviter certains aliments pour des raisons de santé.   |



a-2 b-3 c-1

### 2. Nota de serviço – Menus e dietas especiais (QR: Áudio)

**Preencha as lacunas:** texture modifiée, portion, purée, faible en sucre, alternative, adapté, teneur en sel, contrôle de la glycémie, restriction alimentaire



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 do próximo mês, a residência Les Amandiers implementará uma nova organização do menu diário. Cada refeição (pequeno-almoço, almoço, jantar) será afixada no dia anterior na intranet e no quadro do serviço. As equipas de cuidados são convidadas a verificar, antes da distribuição, se a porção e a apresentação correspondem às indicações do processo: textura normal, puré ou textura modificada. Em caso de indisponibilidade de um prato, por favor proponham uma alternativa simples (por exemplo, legumes ao vapor, iogurte natural) e indiquem-na.*

*Para pessoas com diabetes ou outra doença crónica, o menu pode ser adaptado: opções com baixo teor de açúcar, controlo do teor de sal e limitação de gorduras. O objetivo é facilitar o controlo da glicemia sem eliminar todos os hidratos de carbono, ao mesmo tempo que se vigia o consumo (bebidas açucaradas, pão, sobremesas). Qualquer restrição alimentar (alergia, dieta pobre em hidratos de carbono, recusa) deve ser comunicada ao responsável e ao nutricionista. Em caso de dúvida, não adaptem a refeição sozinhos: peçam a opinião do médico ou do nutricionista.*

*(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. Ouça o fragmento de áudio e escolha a resposta correta. (QR: Áudio)**

**Verdadeiro Falso**

1. Au petit-déjeuner, elle choisit des options avec peu de sucre.
2. Pour le déjeuner, elle supprime complètement la viande pour tout le monde.
3. Elle demande à l'équipe de vérifier ce que mangent deux résidents pendant la collation.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



1-V 2-X 3-V

**4. Escolha a solução correta**

1. Pour le petit-déjeuner, je \_\_\_\_\_ ma consommation de sucre afin de mieux contrôler ma glycémie.

a. surveillais      b. surveillons      c. surveilles      d. surveille

*(No pequeno-almoço, eu monitorizo o meu consumo de açúcar para controlar melhor a minha glicemia.)*

2. Quand un résident est diabétique, nous \_\_\_\_\_ de proposer des boissons trop sucrées au goûter.

a. évitons      b. évitions      c. éviter      d. évitez

*(Quando um residente é diabético, evitamos propor bebidas demasiado açucaradas ao lanche.)*

3. Ce midi, je \_\_\_\_\_ une portion plus petite parce que le menu est riche en glucides.

a. prendre      b. prenais      c. prend      d. prends

*(Hoje ao almoço, eu como uma porção mais pequena porque o menu é rico em hidratos de carbono.)*

1. surveille 2. évitons 3. prends

**5. Roleplay - diálogos (QR: Áudio)**

**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.*

*(Bom dia, senhora, sou a filha do Sr. Lefèvre, quarto 214; eu queria falar sobre a alimentação do meu pai, ele é diabético e as glicemias dele ficaram um pouco 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 ?*  
(Bom dia, obrigada pela sua ligação. Nós já monitoramos a glicemia, mas podemos rever o menu adaptado — você notou problemas no café da manhã, no lanche ou no almoço?)
- 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.*  
(Principalmente de manhã: ele reclama com frequência que dão pão branco com geleia. E no almoço ele às vezes come uma grande porção de purê.)
- 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.*  
(Certo. Podemos oferecer pão integral em porção menor e um iogurte com baixo teor de açúcar no lugar da geleia. Para o purê, reduzimos a porção e aumentamos os legumes para um menu com baixo teor de carboidratos.)
- 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.*  
(Ele também tem dificuldades para engolir. Falaram comigo sobre textura modificada — eu gostaria de evitar que ele se engasgue ou que se canse ao 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.*  
(Se o médico der o aval, podemos adaptar a textura: purê bem liso ou pratos triturados. Também posso apresentar alternativas para a sobremesa, como uma compota sem açúcares adicionados ou queijo branco.)
- 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.*  
(Isso é tranquilizador. E o teor de sal e de gorduras, vocês também monitoram? Meu pai tem hipertensão.)
- 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.*  
(Sim, nós monitoramos o teor de sal e de gorduras dos pratos preparados. Vou registrar a restrição alimentar e atualizar o menu dele a partir de hoje.)

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

---

## 6. Falar: traduzir e 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. Escrita: 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*



**Escreva uma resposta apropriada:** *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...*

---



---



---