

# Bases physio-pathologies - Régimes

## Diabète de type 2 (non insulino dépendant)

- Maladie multifactorielle d'évolution progressive et inéluctable
- Insulino-résistance (obésité) et dysfonctionnement des cellules  $\alpha$  et  $\beta$  pancréatique
- Perte progressive de la fonction et de la masse cellulaire  $\beta$  et donc de la sécrétion insulinique
- Installation des complications métaboliques et vasculaires

### Diagnostic

---

- Glycémie à jeun pour un diabétique : 0.8 g/L à 1.30g/L
- Diagnostic souvent fait par hasard lors de bilan biologique

### Facteurs de risque

---

- Hérité
- Age
- Surcharge pondérale: IMC >25
- HTA
- Dylipidémie
- Tabagisme chronique

### Complications du diabète

---

- Micro angiopathies :
  - Occulaire : rétinopathie
  - Rénales : néphropathie
  - Neurologique : neuropathie
- Macro angiopathies :
  - Complications cardio-vasculaires : infarctus, AVC
  - Atteinte des membres inférieur : artérite
- Le pied diabétique

### Objectifs

---

- HBA1c < 6.5-7% (meilleur témoin de l'équilibre du diabète)

### Traitements diététiques

---

#### But et principe

- Faire retrouver au patient un poids normal à l'aide d'un régime hypo énergétique
- Retrouver un équilibre glycémique en améliorant l'action de l'insuline endogène
- Eviter les complications

#### Glucides

- 50% de l'AET
- Si obésité abdominale, hyper TG, HDL-cholestérol bas : 40% de l'AET
- Favoriser aliment à IG bas, aliments peu glucidiques (légumes, laitages)

#### Lipides

- 30 à 40% de l'AET
- Une alimentation riche en lipides peut-être source d'insulino-résistance
- Peut entraîner des complications cardio-vasculaires

#### Protides

- 1g à 1.2g/kg/j chez un sujet en surcharge pondérale = éviter fonte musculaire
- Normoprotidique chez un sujet normal
- Néphropathie : 0.8Gp/kg/j

#### Choix des aliments

- Féculents/pains : quantités contrôlées et associer avec des légumes +++
- Attention aux lipides + choix des huiles : charcuteries, fromages, plats en sauce
- Attention aux sucres rapides : gâteaux, pâtisseries, sucreries