Diététicien libéral, une profession à part entière

Doriane COTEL
Vice-présidente ADL
et diététicienne nutritionniste
33 rue Véron, 75018 Paris, France

Alexandra MARTIN,
Présidente ADL
et diététicienne nutritionniste
7 rue Ernest-Cresson, 75014 Paris, France

Delphine TRUJILLO
Trésorière ADL
et diététicienne nutritionniste
55 avenue du Général-Leclerc, 75014 Paris, France

Parmi les options professionnelles s'offrant à lui, le diététicien nutritionniste peut s'orienter vers une activité en libéral, qui requiert de nombreuses qualités et ouvre vers de larges champs d'action. Au-delà des activités de consultations diététiques et d'expertise nutritionnelle, formation continue, travail en réseau, patience, écoute, persévérance et gestion constituent le quotidien du diététicien libéral.

Mots clés - consultation diététique ; diététicien libéral ; formation continue ; vacation

Freelance dietician, a profession in its own right. Among the career options open to them, nutritionist-dieticians can choose to work freelance, which draws on numerous qualities and opens up a wide scope of activities. Beyond the consultations in which they give dietary and nutritional advice, continuing training, networking, patience, listening, perseverance, and management become essential elements in the daily life of the freelance dietician.

Keywords - continuing training; dietetics consultation; freelance dietician; side work

Le diététicien est un professionnel paramédical, spécialiste de l'alimentation et de la nutrition. Capable d'adapter l'alimentation à toutes les situations de la vie, il intervient auprès des biens portants et des personnes souffrant de pathologies. De ce fait, les champs d'activité sont variés, la profession est ainsi riche et diversifiée.

La multitude des lieux d'exercice (structures publiques, privées et associatives) confère un attrait certain pour l'orientation et le choix des études en diététique.

L'activité libérale fait partie des différentes possibilités s'offrant aux diététiciens diplômés. L'exercice libéral est peu, voire mal connu et possède ses propres caractéristiques. Il est donc primordial de les connaître avant même de commencer la création d'une activité de ce type.

Diététicien avant tout

L'article L. 437-1 du Code de la santé publique [1] donne la définition de la profession de diététicien : « *Est considérée comme exerçant la profession de diététicien toute personne qui, habituellement, dispense des conseils*

nutritionnels et, sur prescription médicale, participe à l'éducation et à la rééducation nutritionnelle des patients atteints de troubles du métabolisme ou de l'alimentation, par l'établissement d'un bilan diététique personnalisé et une éducation diététique adaptée. Les diététiciens contribuent […] aux activités de prévention en santé publique relevant du champ de la nutrition. »

Le titre de diététicien est reconnu et protégé par le ministère de la Santé. Il s'obtient actuellement en validant un brevet de technicien supérieur (BTS) diététique ou un diplôme universitaire de technologie (DUT) génie biologique, option diététique.

Spécificités du diététicien en libéral

Lors de la formation de base, très peu de temps de formation et de stage sont consacrés à l'activité libérale. Une fois installé, le diététicien libéral doit gérer seul de nombreuses situations (*encadré 1*) et, indéniablement, sa pratique professionnelle est amenée à évoluer. Ces modifications sont le fruit de la formation continue, de l'expérience acquise et d'une remise en question régulière. Pour cela, la mise en place de séances d'analyse des pratiques professionnelles est nécessaire, en individuel ou en groupe. Dédiés aux situations difficiles et aux cas cliniques, ces échanges permettent de comprendre et de surmonter les difficultés ; ils sont indispensables pour le développement professionnel du diététicien et pour un meilleur accompagnement des patients.

Place de la formation continue

Le diététicien a pour obligation de se former régulièrement. Pour mettre à jour ses connaissances ou les approfondir, il lui est recommandé de participer aux journées de formation proposées par les associations professionnelles ou d'entreprendre la validation de diplômes universitaires (DU). De plus, il doit se tenir informé de l'actualité diététique et alimentaire en lisant des revues professionnelles et en assistant à des congrès. La formation continue est un temps essentiel et fondamental à l'activité libérale mais peut devenir très chronophage. Il est sage de définir un plan de formation annuel et de le respecter.

Spécialisation en libéral

Peu répandue à ce jour en libéral, la spécialisation est possible et vivement encouragée.

Les domaines de spécialisation les plus fréquents sont :

- micronutrition,
- nutrition du sportif,
- troubles des conduites alimentaires,
- pédiatrie,
- obésité,
- éducation thérapeutique, etc.

En se limitant à un ou deux domaines d'expertise, être spécialiste permet de proposer une prise en charge plus approfondie, de se créer un réseau pluridisciplinaire plus opérationnel, plus spécifique et d'être plus identifiable pour les autres professionnels de santé.

Les consultations diététiques

Le diététicien installé en libéral a deux casquettes : une activité de consultation et la gestion de son cabinet.

Encadré 1. **Les missions du diététicien libéral**

- Définition et réévaluation des tarifs de ses prestations.
- Gestion du temps de consultation.
- Structuration du contenu des séances lors des suivis au long cours.
- Création d'un réseau de prescripteurs.
- Organisation de l'agenda professionnel et conciliation avec l'agenda personnel.
- Gestion des émotions (des patients et les siennes) et de certaines situations difficiles en entretien.
- Tenue de la comptabilité et réalisation du bilan comptable.
- Rédaction de devis pour postuler à des vacations.

Comme pour tout diététicien, l'activité de consultation s'organise entre la réalisation de bilans diététiques et la mise en place de prises en charge diététique. Le diététicien libéral doit, en plus, s'adapter aux demandes du patient, tout en respectant les chartes de bonnes pratiques du diététicien.

L'écoute, l'empathie et la bienveillance sont des qualités indispensables. La pertinence des conseils doit permettre au patient de s'approprier le suivi et de faire évoluer ses habitudes et son comportement alimentaire.

La création d'une patientèle repose sur tous ces éléments mais aussi sur la personnalité du diététicien. En effet, chaque professionnel va établir un lien thérapeutique différent avec chaque patient. De même, chaque consultation de suivi est différente puisque le patient est en évolution. Cela impose au professionnel de travailler avec son savoir, son savoir-faire et son savoir être.

Soin diététique et prises en charge

En libéral, les suivis proposés sont multiples car adaptés à la demande du patient et à ses objectifs. Ils vont de la prescription diététique faisant suite à une prescription médicale à la rééducation du comportement alimentaire.

La prescription diététique vise à rééquilibrer l'alimentation des patients. La prise en charge est axée sur une réorganisation des choix alimentaires et une modification des quantités consommées afin d'adapter les apports caloriques et nutritionnels aux besoins de la personne et à ses habitudes tout en prenant en compte des pathologies éventuelles.

La rééducation du comportement alimentaire a pour but d'aider le patient à se réapproprier ses sensations alimentaires et à mieux comprendre et gérer les prises alimentaires d'origine émotionnelle.

Lors d'un suivi, il est possible de mettre en place plusieurs axes de travail en parallèle ou les uns après les autres.

Gestion du cabinet

En dehors des temps de consultation, le diététicien gère, comme tout autre professionnel libéral, les tâches administratives, comptables et pratiques inhérentes au bon développement de son cabinet : traitement du courrier, prise des rendez-vous, aménagement et entretien des locaux, gestion des comptes rendus et dossiers patients, etc.

Créer et développer une patientèle demande un énorme investissement en temps et en énergie. Il n'est possible de dégager un revenu qu'à partir de la deuxième, voire de la troisième année après la création. En effet, le volume de consultations augmente progressivement les trois premières années et tend à se stabiliser à partir de la cinquième. Cela correspond au délai nécessaire pour se faire connaître, se créer un réseau de prescripteurs, intégrer des réseaux de

santé, être référencé auprès d'associations et permettre au bouche-à-oreille de se développer.

Les autres activités du diététicien libéral

En complément de son activité de consultation en cabinet, le diététicien libéral peut être amené à intervenir sous forme de vacations pour augmenter son chiffre d'affaires, notamment les cinq premières années, ou le compléter. De nombreuses vacations sont ainsi réalisables *(encadré 2)*. Ces dernières années, nombreux sont les diététiciens exerçant en libéral qui ne se sont pas ou très peu orientés vers la consultation diététique en individuel. Ils préfèrent axer leur activité vers le développement d'une ou plusieurs vacations, en leur nom ou en créant une société.

Conclusion

Riche d'expériences et diversifiée par ces champs d'action, l'activité libérale est une pratique professionnelle avec ses spécificités et ses contraintes. Des consultations diététiques à la formation professionnelle, en passant par diverses activités en lien avec l'alimentation et la nutrition, elle est multiple. Pour être opérationnel, le diététicien diplômé devra s'enrichir de formations et d'expériences professionnelles et humaines avant de démarrer un projet d'installation. Il lui faudra aussi s'entourer d'un réseau de professionnels pluridisciplinaire et s'appuyer sur ses pairs pour consolider sa pratique.

La patience et la persévérance sont deux qualités essentielles pour découvrir ce métier passionnant et l'exercer au quotidien.

Encadré 2. Liste non exhaustive de vacations réalisées par un diététicien libéral

- **Mener des actions de prévention** au sein de structures privées ou publiques, sous forme d'animations ou des présentations ponctuelles et/ou régulières (associations, centres socioculturels, écoles, etc.).
- **Réaliser des consultations** pour des collectivités telles que des centres municipaux de santé et des mairies.
- **Donner des cours** dans des établissements en diététique ou dans des cursus abordant la diététique et la nutrition (écoles de sages-femmes et d'ostéopathie instituts de formation en soins infirmiers écoles d'aides-soignants etc.).
- **Animer des ateliers cuisine** au sein d'associations, de centres socioculturels, d'écoles, etc.
- **Animer des formations** par l'intermédiaire d'organismes de formation afin de transmettre savoir et savoir-faire aux diététiciens, ainsi qu'aux professionnels de santé (infirmiers, aides-soignants, kinésithérapeutes, sages-femmes, etc.) et sociaux (assistantes sociales, éducateurs, techniciens d'intervention sociale et familiale, professionnels de l'aide à la personne, etc.).
- **Rédiger des recettes ou des livres de recettes,** écrire des ouvrages pour le grand public ou les professionnels.
- **Animer des stands et/ou des conférences** lors de congrès.
- **Créer et animer des ateliers d'éducation thérapeutique** auprès de groupes de patients.
- **Établir des plans alimentaires et/ou des menus** au sein d'établissements de restauration collective, veiller à la mise en place et au respect des règles d'hygiène et réaliser la formation du personnel (crèches, écoles, restauration d'entreprise, maisons de retraite).