

PROGRAMME DE PERFECTIONNEMENT DES COMPÉTENCES

Les membres sont tenu(e)s de participer au Programme de perfectionnement des compétences (PPC) qui comprend la réalisation de deux objectifs d'apprentissage chaque année d'immatriculation. Lors du renouvellement d'immatriculation, les membres doivent identifier les deux objectifs d'apprentissage atteints ainsi que les activités d'apprentissage et l'autoréflexion liées à chaque objectif d'apprentissage. De plus, ils (elles) doivent identifier deux nouveaux objectifs d'apprentissage pour l'année PPC suivante.

Les objectifs d'apprentissage peuvent changer au cours de l'année PPC et les membres peuvent apporter les changements nécessaires à leurs objectifs d'apprentissage tout au long de l'année sur leur compte membre ADNB. Lors du renouvellement d'immatriculation, les membres doivent apporter les modifications nécessaires, le cas échéant, pour refléter les objectifs d'apprentissage qui ont été atteints au cours de l'année PPC.

Les membres sont fortement encouragé(e)s à utiliser le Manuel du membre PPC pour rédiger les soumissions PPC ainsi que pour compléter l'Étape 1 – Autoévaluation afin de déterminer les objectifs d'apprentissage et les compétences connexes. Consulter la page Web de PPC pour accéder au Manuel du membre PPC et à d'autres ressources PPC.

L'ADNB peut demander de revoir les documents justificatifs PPC à tout moment. Conservez-les pour un minimum de cinq ans.

Année PPC 1^{er} avril 2024 - 31 mars 2025

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE 1

1. Comment as-tu déterminé ton premier objectif d'apprentissage?

Besoins en milieu de travail (par exemple, un nouveau projet ou des responsabilités professionnelles)

2. Quelles sont les connaissances ou les compétences que tu dois ou veux apprendre?

D'ici le 31 mars 2025, je vais enrichir mes connaissances sur les recommandations nutritionnelles pour supporter une bonne santé intestinale en complétant le cours en ligne "Certificate of Gut Microbiome" pour mieux guider mes patients avec des troubles intestinaux.

3. Comment l'apprentissage te permettra-t-il de mettre à jour tes compétences à titre de diététiste?

À la lumière des résultats de l'autoévaluation de l'étape 1, détermine la norme de pratique, la compétence et l'indicateur de performance qui seront abordés au moyen de cet objectif d'apprentissage.

3: Nutrition Care

Compétence essentielle Competency **3.2**

Indicateur de performance **3.2.2**

Selects appropriate nutrition interventions.

4. Quelles sont les activités d'apprentissage que vous avez planifiées/envisagées pour atteindre cet objectif d'apprentissage?

Coche toutes les cases qui s'appliquent

- Cours/Résidence
- Recherche autodirigée/revues de revues
- Groupes de réseautage/discussion

5. À quel moment terminerez-vous les activités d'apprentissage pour cet objectif d'apprentissage?

Activités multiples tout au long de l'année

6. Qu'as-tu envisagé pour t'assurer que ton objectif est réaliste et qu'il peut être atteint pendant l'année de renouvellement?

Coche toutes les cases qui s'appliquent

- Finances – quels sont les coûts; cherchez-vous du financement (par exemple, auprès de votre employeur ou d'une autre source); Pouvez-vous payer les frais si le financement n'est pas disponible?
- Horaire des activités – les activités auront lieu pendant le travail ou le temps personnel? cours/événement programmé ou à rythme autonome; Est-ce que le timing entre en conflit avec des engagements professionnels ou personnels ou des échéances?
- Charge de travail – combien de travail/temps est requis pour compléter l'activité proposée; Peux-tu compléter la charge de travail requise pendant l'année CCP/Renouvellement?

JOURNAL D'ACTIVITÉS

Veillez noter : Le mois de mars est considéré comme un mois de transition et les activités d'apprentissage complétées en mars peuvent être utilisées pour atteindre vos objectifs d'apprentissage de l'année PPC en cours ou l'année PPC suivante.

Date 2024-04-30

Type de documentation justificative (certificats, reçus, références, etc.) Reçus cours en ligne

Description de l'activité d'apprentissage : Lectures sur le microbiome intestinal.

Date 2024-05-01

Type de documentation justificative (certificats, reçus, références, etc.) Réseautage avec Épithélia

Description de l'activité d'apprentissage : Révision des ressources de Andréanne Martin Dt.I. avec la clinique Épithélia, leader en santé intestinale

AUTORÉFLEXION

1. Quel a été l'effet de vos apprentissages sur votre croissance professionnelle?

Coche toutes les cases qui s'appliquent

- Amélioration de la pensée critique ou de la prise de décision
- Amélioration de la confiance
- Perfectionnement d'une connaissance, d'une aptitude ou d'une compétence
- Révision ou renforcement de connaissances
- Changement de perception, de compréhension, de conscience, d'éclairage ou de philosophie
- Perfectionnement de compétences professionnelles
- Prise de conscience du besoin d'informations ou d'actions supplémentaires

2. Décris un aperçu des nouvelles connaissances / compétences acquises :

J'ai appris sur l'ampleur de l'importance du microbiote intestinal pour la santé globale. Notamment, je ne savais pas que la santé intestinale jouait un rôle si important dans les autres systèmes comme le système immunitaire et même la santé mentale (psychobiotics). J'ai appris sur les différentes sortes de probiotiques et l'importance de sélectionner les bactéries en fonction des symptômes de la personne. Si un probiotique n'apporte pas de bienfaits après quelques semaines, ce n'est probablement pas la bonne souche et il faut pour traiter le symptôme, il faut un probiotique qui fonctionne pour traiter ce symptôme (ne pas donner un probiotique pour la constipation comme le BioGia pour la diarrhée de prise d'antibiotique). Par exemple pour la diarrhée on peut choisir lactobacillus reuteri, lactobacillus rhamnosus et saccharomyces boulardii. Pour le syndrome du colon irritable on peut choisir lactobacillus reuteri, lactobacillus rhamnosus, et bifidobacterium longum. Pour la diarrhée associée aux antibiotiques on peut choisir lactobacillus rhamnosus, lactobacillus casei et saccharomyces boulardii. Comme psychobiotique on peut choisir lactobacillus rhamnosus (augmente le GABA), bifidobacterium longum (pour l'anxiété), bifidobacterium infantis (augmente le tryptophane qui est un précurseur de la sérotonine). Le dysosmobacter welbionis augmente la production de butyrate et pourrait aider avec la résistance à l'insuline. Le butyrate est un acide aminé à chaîne courte. Les acides aminés à chaîne courte agissent comme source d'énergie pour les cellules du colon, nourrissent la couche muqueuse, produisent des vitamines, interagissent avec le système immunitaire et peuvent avoir un effet anti-inflammatoire. J'ai appris les critères importants pour la sélection de probiotiques, comme l'importance de ne pas utiliser de probiotiques expirés ou l'importance que l'expédition du produit soit dans des températures contrôlées pour ne pas tuer les bactéries (ex: ne pas acheter nos probiotiques sur Amazon). Les

allergies sont aussi importantes, certains probiotiques contiennent du gluten ou des produits laitiers (exemple le Align contient du lait, donc même s'il est réputé pour le syndrome du colon irritable, ne pas le donner à quelqu'un qui a une allergie au lait). J'ai aussi fait des lectures sur SIBO (small intestine bacterial overgrowth) un problème intestinal dont je ne connaissais pas l'existence avant mes lectures. Les symptômes de SIBO peuvent être semblable au syndrome du colon irritable (ballonnement, gas, rots, nausée, vomissements, diarrhée, constipation et brouillard mental). Le SIBO est caractérisé par une accumulation de bactérie dans l'intestin grêle où habituellement il y a moins de bactéries. La prise d'antibiotique est généralement le traitement. J'ai appris que l'endométriose, la dyspepsie fonctionnelle et la dyssynergie adomino-phrénique doivent être des maladies à considérer si quelqu'un a du ballonnement. Le ballonnement et la distension abdominale n'est pas la même chose (subjectif vs objectif). La constipation fait en sorte que les bactéries intestinales n'ont plus de nourriture et commence à se nourrir d'ammoniaque ou de soufre ce qui endommage le colon. Les kiwis, le psyllium et les graines de lins peuvent être des bons choix de laxatif naturel. Le yoga, la respiration abdominale (ou diaphragmatique) et les massages abdominaux peuvent aider la constipation et le ballonnement. Et plus encore! Veuillez vous référer à mes notes pour plus d'informations.

3. Décris comment les connaissances / compétences ont été appliquées à ta pratique (si l'apprentissage n'a pas influencé ta pratique, explique pourquoi c'est le cas)

La majorité de mes patients ont des problèmes de constipation ou de diarrhée, donc j'ai souvent l'opportunité d'appliquer mes nouvelles connaissances. Avec mes nouvelles connaissances, je suis capable de mieux expliquer à mes patients l'importance d'une bonne alimentation qui supporte la santé intestinale et les bienfaits possibles. J'avais certains patients en particulier qui avaient une qualité de vie réduite à cause de leur santé intestinale. Une des patientes avait été diagnostiquée avec le syndrome du côlon irritable (diarrhée) et maintenant qu'elle est paralysée, elle ne peut plus aller à la toilette de façon indépendante et elle reste seule durant le jour et faisait souvent des accidents. Elle a aussi un historique d'infection urinaire fréquent et doit souvent être sous des antibiotiques et elle est dépressive. Après mes lectures, j'ai appliqué mes connaissances en faisant des recommandations nutritionnelles et en faisant la sélection d'un probiotique qui fonctionne pour ses symptômes (diarrhée, dépression et prise d'antibiotiques). Aussi, considérant que les gens avec des lésions de la moelle épinière ou des maladies neuromusculaires ont souvent un transit ralenti, je prends en compte la possibilité que les symptômes de mes patients soient causés par SIBO, une maladie dont je ne connaissais pas l'existence avant mes lectures.

4. Décris comment ta pratique et tes compétences en tant que diététiste immatriculé(e) ont été améliorées en raison de tes nouvelles connaissances ou compétences.

Pour la première fois depuis 8 ans, la patiente mentionnée plus haut n'a plus de diarrhée. J'avais consulté avec cette patiente avant mes lectures, et elle continuait d'avoir des problèmes, donc je pense que ça démontre bien que mes compétences se sont améliorées. Je pense qu'en expliquant mieux la relation entre l'alimentation et la santé intestinale et la santé globale, ça motive les patients à agir. Ainsi, ma pratique s'est améliorée.

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE 2

1. Comment as-tu déterminé ton premier objectif d'apprentissage?

Besoins en milieu de travail

2. Quelles sont les connaissances ou les compétences que tu dois ou veux apprendre?

D'ici au 31 mars 2025, je vais développer mes connaissances sur la diète cétogène pour la gestion de l'épilepsie par l'entremise de collaboration avec une autre diététiste et de lectures afin de pouvoir appliquer ses connaissances pour un besoin sur le lieu de travail.

3. Comment l'apprentissage te permettra-t-il de mettre à jour tes compétences à titre de diététiste?

À la lumière des résultats de l'autoévaluation de l'étape 1, détermine la norme de pratique, la compétence et l'indicateur de performance qui seront abordés au moyen de cet objectif d'apprentissage.

2: Communication and Collaboration

Compétence essentielle **2.6**

Indicateur de performance **2.6.2**

Uses expertise of other health care providers as it is a key element in dietetic practice.

4. Quelles sont les activités d'apprentissage que vous avez planifiées/envisagées pour atteindre cet objectif d'apprentissage?

Coche toutes les cases qui s'appliquent

- Consultation avec d'autres professionnels de la santé/pairs
- Activités/réunions/travaux de comité de groupe professionnel
- Recherche autodirigée/revues de revues

5. À quel moment terminerez-vous les activités d'apprentissage pour cet objectif d'apprentissage?

Activités multiples tout au long de l'année

6. Qu'as-tu envisagé pour t'assurer que ton objectif est réaliste et qu'il peut être atteint pendant l'année de renouvellement?

Coche toutes les cases qui s'appliquent

- Horaire des activités – les activités auront-elles lieu pendant le temps de travail ou personnel? cours/événement programmé ou à rythme autonome; Est-ce que le timing entre en conflit avec des engagements professionnels ou personnels ou des échéances?
- Charge de travail – combien de travail/temps est requis pour compléter l'activité proposée; Peux-tu compléter la charge de travail requise pendant l'année CCP/Renouvellement?

JOURNAL D'ACTIVITÉS

Veillez noter : Le mois de mars est considéré comme un mois de transition et les activités d'apprentissage complétées en mars peuvent être utilisées pour atteindre vos objectifs d'apprentissage de l'année PPC en cours ou l'année PPC suivante.

Date 2024-04-12

Type de documentation justificative (certificats, reçus, références, etc.) Notes, références

Description de l'activité d'apprentissage : Réunion/collaboration avec la diététiste du IWK Erin Walker, Dt.I. Elle m'a donné beaucoup d'informations sur la diète et m'a partagé ses ressources.

Date 2024-04-15

Type de documentation justificative (certificats, reçus, références, etc.) références

Description de l'activité d'apprentissage : Erin m'a guidé pour d'autres lectures supplémentaires entre autres les lignes directrice sur la diète cétogène pour la gestion de l'épilepsie: International Recommendations for the Management of Adults Treated with Keto Diet Therapies

Cervenka, M. C., Wood, S., Bagary, M., Balabanov, A., Bercovici, E., Brown, M. G., Devinsky, O., Di Lorenzo, C., Doherty, C. P., Felton, E., Healy, L. A., Klein, P., Kverneland, M., Lambrechts, D., Langer, J., Nathan, J., Munn, J., Nguyen, P., Phillips, M., Roehl, K., Zupec-Kania, B. (2021). International Recommendations for the Management of Adults Treated With Ketogenic Diet Therapies. *Neurology. Clinical practice*, 11(5), 385–397. <https://doi.org/10.1212/CPJ.0000000000001007>

Date 2024-05-01

Type de documentation justificative (certificats, reçus, références, etc.) références

Description de l'activité d'apprentissage : Lecture de UpToDate Ketogenic Dietary Therapies for the Treatment of Epilepsy. UpToDate est une ressource clinique fondée sur des données probantes largement utilisée dans le domaine de la santé. UpToDate est reconnu pour sa fiabilité et est utilisé par les médecins pour accéder à des connaissances médicales à jour dans diverses spécialités.

Date 2024-04-12

Type de documentation justificative (certificats, reçus, références, etc.) Distribution

Description de l'activité d'apprentissage : Revue des documents du IWK destiné aux patients.

AUTORÉFLEXION

1. Quel a été l'effet de vos apprentissages sur votre croissance professionnelle?

Coche toutes les cases qui s'appliquent

- Amélioration de la pensée critique ou de la prise de décision
- Amélioration de la confiance
- Perfectionnement d'une connaissance, d'une aptitude ou d'une compétence

- Changement de perception, de compréhension, de conscience, d'éclairage ou de philosophie
- Perfectionnement de compétences professionnelles
- Prise de conscience du besoin d'informations ou d'actions supplémentaires

2. Décris un aperçu des nouvelles connaissances / compétences acquises :

J'ai été demandé par un neurologue de suivre un patient avec l'épilepsie qui ne répondait pas à la médication pour essayer de gérer ses crises avec une diète cétogène. J'ai appris qu'il y a bien des données probantes sur l'efficacité de la diète cétogène pour la gestion de l'épilepsie. J'ai appris que la diète cétogène pour la gestion de l'épilepsie est extrêmement stricte. Par exemple, il y a plusieurs étapes préliminaires avant de commencer la diète (revu de médicaments pour que les médicaments fournissent moins de 1 g de glucide, les contrindications pour commencer la diète, organiser une admission à l'hôpital pour l'initiation de la diète, les valeurs de laboratoire à vérifier, etc.). Les contrindications absolues pour la diète incluent des défauts d'oxydation des acides gras. La constipation, les calculs rénaux, la dyslipidémie, les maladies du foie, pancréatite, l'acidose métabolique et la cardiomyopathie sont des contrindications relatives. Il y a différents formats, mais pour les adultes, ce serait la version "Modified Atkins" qui serait la plus appropriée. Cette version permet plus de flexibilité au niveau des protéines et ainsi est plus favorable pour les adultes. J'ai appris les ratios de protéines, gras et glucides nécessaires pour la diète Modified Atkins (30% protéine, 65% gras et 5% glucides, environ 20g de glucides par jour). Les apports en gras recommandés sont élevés, donc il faut souvent ajouter de l'huile, du beurre de la crème ou de la mayonnaise aux repas et aux collations. La diète est souvent incomplète au niveau des micronutriments. Une analyse complète de l'alimentation est recommandée et il faut compléter au besoin. Une multivitamine sans glucide est souvent recommandée ainsi que des suppléments de zinc, calcium, sélénium, vitamine D et carnitine. Les symptômes de la diète cétogène peuvent inclure la constipation, le reflux, les calculs rénaux, la dyslipidémie, déficience en carnitine, pancréatite, fracture osseuse et la cardiomyopathie. C'est aussi possible d'avoir des hypoglycémies. J'ai appris comment traiter une hypoglycémie chez un patient en cétose. La glycémie devrait être au-dessus de 2.2mmol/L. Si on tombe sous 2.2mmol/L on donne 30 ml de jus, ensuite on doit augmenter l'apport calorique général du patient. Une hypoglycémie peut être une indication que le patient ne reçoit pas suffisamment de calories. La glycémie doit être prise à chaque 6 heures. J'ai appris l'existence de l'excès de cétose. Les symptômes de l'excès de cétose incluent devenir rouge, vomir, faiblesse, soif, confusion, douleur abdominale. Les niveaux de cétones dans l'urine devraient être de 8-16 mmol/L. Il faut tester l'urine deux fois par jour. Lorsqu'on initie la diète, on le fait à l'hôpital comme mentionné plus haut. Habituellement c'est une admission de 3-7 jours. On évalue la tolérance à la diète, on prend des prises de sang et on donne l'éducation nécessaire pour la gestion à la maison. Le patient devrait prendre des boissons spécialisées comme le KetoCal ce qui aide le patient à rester en cétose. Comme vous pouvez le constater avec l'information partagée plus haut, c'est une diète complexe qui nécessite beaucoup d'évaluations et d'éducation et nécessite une équipe interdisciplinaire. Après 3 mois, si la diète ne réduit pas les crises on peut tranquillement arrêter. C'est recommandé de réintroduire les glucides progressivement. Je pourrais continuer et donner plus d'informations, mais votre logiciel m'empêche de rajouter plus.

3. Décris comment les connaissances / compétences ont été

appliquées à ta pratique (si l'apprentissage n'a pas influencé ta pratique, explique pourquoi c'est le cas)Après avoir enrichi mes connaissances, j'ai été en mesure de les appliquer en collaborant avec le neurologue et le physiatre pour expliquer les recommandations de ce régime. J'ai aussi rencontré la mère et le patient et j'ai été en mesure de donner de l'éducation à la famille pour qu'ils puissent prendre une décision éclairée. La famille a décidé de commencer par essayer de maintenir leur enfant hydraté sans l'utilisation de jus, de lait ou de boisson gazeuse. Malheureusement, le patient n'a pas été capable de rester hydraté et donc la famille a opté de ne pas poursuivre la diète. Donc, je n'ai pas eu la chance d'appliquer mes connaissances au complet. Cela dit depuis ce patient, j'ai été en contact avec 2 diététistes qui ont reçu la même demande, de commencer une diète cétogène pour la gestion de l'épilepsie, donc j'ai offert de l'éducation à ces diététistes.

4. Décris comment ta pratique et tes compétences en tant que diététiste immatriculé(e) ont été améliorées en raison de tes nouvelles connaissances ou compétences.

Même si je n'ai pas eu la chance d'appliquer mes connaissances au complet, de suivre activement un cas et d'initier la diète en entier, j'ai acquis des connaissances sur une diète rare et complexe et j'ai ensuite été utilisé comme ressource au niveau provincial pour cette "expertise", donc je dirais que ça amélioré ma pratique. Nous n'avons pas de centre dédié à la gestion de l'épilepsie comme d'autres provinces, mais en tant que diététiste tertiaire dans un centre de neuroréhabilitation, peut-être que ce service grandira au centre Stan Cassidy et je me sens confiante après mes recherches et mes discussions avec Erin de devenir cette ressource et aider les patients dans notre province.

Veillez noter que ce formulaire doit être complet, car ce sera le formulaire utilisé pour soumettre au Comité d'assurance de la qualité si vous êtes sélectionné pour une vérification le 1 avril.

Yes/Oui : J'ai atteint les deux objectifs d'apprentissage durant l'année PPC en cours (du 1 avril au 31 mars).