

Dietitians in Telehealth

Better Health • Better Care • Better Value



The Facts¹

- Telephone sessions have been used successfully for patient education, self management training, goal setting, resolving behaviour change barriers, reinforcement, encouragement, and rapport building
- In one study, participants who received telephone counselling were more than twice as likely to meet national diet and physical activity guidelines than participants who received written materials. Dietary behaviour changes persisted six months after the intervention was delivered
- Telephone counselling can be easily adapted to meet individual needs and organizational constraints
- Shorter but more frequent appointments may help build rapport and improve health outcomes and it's cost-effective
- Research indicates that 95% of patients² were satisfied with telephone support and benefited from weekly telephone check-ins
- Highly effective dietary interventions have been successfully adapted for phone delivery.

1. Practice-based Evidence in Nutrition®
(<http://www.pennutrition.com>) – Telehealth/teledietetics.
2. Eat Right Ontario.

Telehealth delivers better health outcomes¹

- Dietitians are trained in behaviour change theories and motivational interviewing, both facilitate telephone counselling
- Telephone counselling delivered by dietitians, as part of a nutrition intervention, leads to better health outcomes such as:
 - *increased fruit and vegetable intake*
 - *decreased total and saturated fat intake*
 - *decreased energy intake*
 - *improved blood sugar control for people with diabetes*
 - *weight loss and decreased body mass index*
 - *decreased waist circumference*
 - *decreased prevalence of metabolic syndrome*
- Telephone counselling provided by a registered dietitian is an effective component of interventions aimed at improving dietary habits, weight loss and both diabetes and metabolic syndrome management.

Telephone nutrition counselling improves client access to registered dietitians and the health promoting information and support they provide.

Les diététistes en télésanté

Meilleure santé • Meilleurs soins • Meilleure valeur



Les faits¹

- Les séances téléphoniques s'avèrent bénéfiques auprès des patients en ce qui a trait à l'éducation, la formation à l'autogestion, l'établissement d'objectifs, l'élimination d'obstacles au changement de comportement, au renforcement, l'encouragement et la création de relations
- Dans une étude, les participants ayant reçu des services de consultation téléphonique étaient plus de deux fois plus susceptibles de satisfaire aux recommandations en matière d'alimentation et d'activité physique que ceux à qui on avait remis des documents écrits. De plus, les changements de comportement alimentaire perduraient chez ces personnes au cours des six mois suivant l'intervention
- Le counseling téléphonique peut être facilement adapté afin de répondre aux besoins individuels de chacun et de respecter les contraintes de nature organisationnelle
- Des rendez-vous moins longs, mais plus fréquents pourraient contribuer à établir une relation et à améliorer l'impact sur la santé tout en étant rentable
- La recherche indique que 95 % des patients² étaient satisfaits du soutien téléphonique reçu et tiraient profit des entretiens téléphoniques hebdomadaires
- Des interventions nutritionnelles efficaces ont été adaptées avec succès pour être réalisées par téléphone.

1. Practice-based Evidence in Nutrition®

(<http://www.pennutrition.com>) – Telehealth/teledietetics.

2. Eat Right Ontario.

La télésanté entraîne de meilleurs résultats en matière de santé¹

- Les diététistes reçoivent une formation sur les théories relatives au changement de comportement et sur l'entrevue motivationnelle, deux éléments qui facilitent le counseling téléphonique
- Le counseling téléphonique offert par les diététistes, dans le contexte d'une intervention nutritionnelle, donne lieu à de meilleurs résultats en matière de santé, notamment à :
 - Une augmentation de la consommation de fruits et légumes
 - Une réduction de l'apport en matières grasses totales et saturées
 - Une diminution de l'apport énergétique
 - Une amélioration de la gestion de la glycémie chez les personnes atteintes du diabète
 - Une perte de poids et une baisse de l'indice de masse corporelle
 - Une réduction du tour de taille
 - Une diminution de la prévalence du syndrome métabolique
- Les services de consultation téléphonique fournis par une diététiste constituent une composante efficace des interventions ayant pour but d'améliorer les habitudes alimentaires, de favoriser la perte de poids et de faciliter la gestion du diabète et du syndrome métabolique.

Le counseling téléphonique en nutrition améliore l'accès des clients aux services des diététistes de même qu'aux renseignements visant à promouvoir la santé et au soutien qu'offrent ces professionnels.