

# Alimentation des diabétiques non jeuneurs au cours du mois de ramadan

N. Abid, N. Lassoued, H.Ghalia, F. Hadjkacem, N. Charfi, M. Abid

Service d'Endocrinologie, CHU Hedi Chaker, Sfax, Tunisie

## Introduction

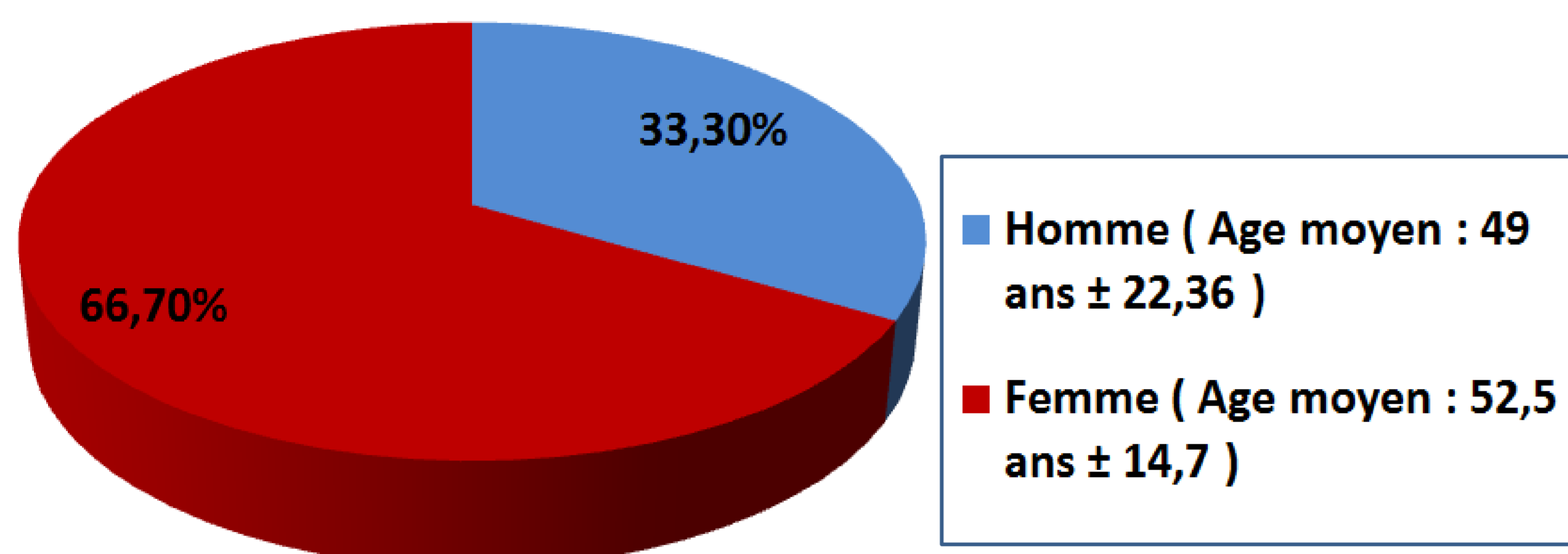
Le jeûne durant le mois de ramadan est le rite religieux le plus observé par les musulmans. Durant ce mois il y a un changement des horaires et de la qualité de l'alimentation. Le jeûne est déconseillé chez certains patients diabétiques. L'objectif de cette étude était donc d'évaluer les apports alimentaires pendant le mois de ramadan et en dehors de ce mois chez les diabétiques non jeûneurs afin de détecter les modifications des habitudes alimentaires et les erreurs commises durant ce mois.

## Patients et méthodes

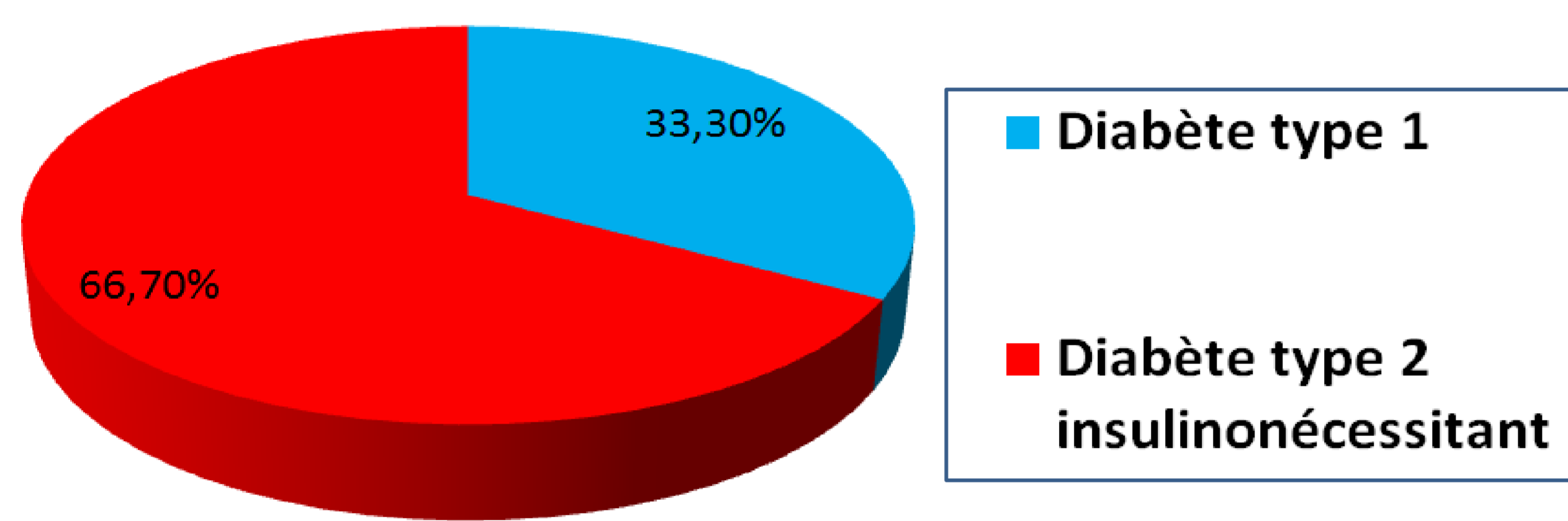
Étude descriptive menée chez 33 patients vus en consultation de diététique du service d'endocrinologie de Sfax avec réalisation de 2 enquêtes alimentaires pour chaque patient au cours du mois de ramadan et en dehors de celui-ci.

## Résultats

### 1/ Age et sexe



### 2/ Typage de diabète



### 3/ Répartition des calories quotidiennes par repas

|  | En dehors du Ramadan | Pendant le Ramadan | P     |
|--|----------------------|--------------------|-------|
| Petit déjeuner (Calories)                        | 22,12 ± 7,17         | 18,76 ± 6,25       | 0,027 |
| Collation (Calories)                             | 4,36 ± 0,39          | 6,36 ± 1,33        | 0,684 |
| Déjeuner (Calories)                              | 32,94 ± 7,12         | 27,22 ± 8,83       | 0,001 |
| Collation (Calories)                             | 5,89 ± 1             | 7,43 ± 1,9         | 0,825 |
| Diner (ou 'EL IFTAR' pendant Ramadan) (Calories) | 31,61 ± 6            | 41,45 ± 15,11      | 0,001 |
| Collation (Calories)                             | 4,1 ± 2,36           | 6,43 ± 3,1         | 0,483 |
| Grignotage (Calories)                            | 2,29 ± 1,75          | 1,97 ± 0,98        | 0,847 |

❖ On a objectivé une mauvaise répartition des repas avec diminution de la part du petit déjeuner et du déjeuner au profit du diner qui correspond dans ce cas à 'el iftar'

### 4/ Répartition des macronutriments

|                                     | En dehors du Ramadan | Pendant le Ramadan | P     |
|-------------------------------------|----------------------|--------------------|-------|
| Calories (kcal)                     | 2244,33 ± 648,81     | 2394,9 ± 918,83    | 0,178 |
| Protides (%)                        | 11,73                | 12,72              | 0,019 |
| Protides (g)                        | 66,12 ± 19,21        | 76,51 ± 31,42      | 0,011 |
| Protéine animale/ Protéine végétale | 1,1 ± 0,47           | 1,54 ± 0,81        | 0,002 |
| Lipides (%)                         | 37,78                | 41,25              | 0,002 |
| Cholestérol total (mg)              | 218,33 ± 142,2       | 362,83 ± 240,75    | 0,00  |
| Acide gras saturé (%)               | 8,8                  | 13,22              | 0,165 |
| Acide gras monoinsaturé (%)         | 15,62                | 16,93              | 0,093 |
| Acide gras polyinsaturé (%)         | 13,29                | 14,25              | 0,113 |
| Glucides (%)                        | 50,5                 | 46,21              | 0,001 |
| Saccharose (%)                      | 3,15                 | 4,08               | 0,008 |
| Saccharose (g)                      | 8,71 ± 1,3           | 13,57 ± 9,3        | 0,025 |
| Fibres (g)                          | 18,8 ± 10            | 19,21 ± 8,8        | 0,726 |

❖ Au cours du mois de ramadan l'apport journalier moyen en Kcal a augmenté de 6,7 % (p=NS). On a constaté une augmentation significative de la consommation des protides au dépens des protéines animales; une augmentation significative de la consommation des lipides avec augmentation de l'apport en cholestérol et une diminution de la consommation des glucides malgré l'augmentation significative de la consommation du saccharose. Le régime reste toujours pauvre en fibres.

### 5/Répartition des micronutriments

|                    | En dehors du Ramadan | Pendant le Ramadan | P     |
|--------------------|----------------------|--------------------|-------|
| Calcium (mg)       | 617,56 ± 320         | 789,09 ± 356       | 0,005 |
| Fer (mg)           | 8,64 ± 5,92          | 9,42 ± 2,69        | 0,675 |
| Vitamine C (mg)    | 85,24 ± 16,84        | 97,21 ± 8,69       | 0,409 |
| Magnésium (mg)     | 255,39 ± 105,78      | 273,66 ± 99,91     | 0,401 |
| Acide folique (µg) | 164,63 ± 90,48       | 171,91 ± 81,62     | 0,599 |

❖ L'apport en fer, vitamine C, magnésium et en acide folique est insuffisant en dehors et au cours du mois de Ramadan. Par contre l'apport calcique a augmenté de façon significative durant le mois de Ramadan sachant qu'il était insuffisant en dehors de ce mois.

**Discussion** Nos résultats concordent avec celles de Gourine et al, Sebani et al (2) et Benaji et al (3).

## Conclusion

Les résultats de notre étude reflètent les erreurs alimentaires commises par nos patients durant le mois de Ramadan. Ces données témoignent de la complexité de la gestion du diabétique non jeuneur. Une préparation avant le Ramadan et une approche éducative continue et accentuée du patient diabétique sont donc recommandées.