

DIETETIQUE

Ce logiciel nécessite une licence pour fonctionner.

Logiciel de suivi diététique personnalisé. Permet la gestion des menus, des phases et des mesures d'IMC, de masse maigre et de masse grasse.

1	IDENTIFICATION.....	2
2	CURE	3
2.1	RECHERCHE	3
3	AJOUTER/MODIFIER UNE CURE	3
3.1	CREATION D'UNE FICHE CLIENT	4
3.1.1	ALIMENTS PREFERES - EXCLUS.....	4
3.1.2	EXCLUSION.....	4
3.1.3	PROFIL.....	5
3.1.4	BILAN.....	5
3.1.4.1	N.A.P.	6
3.2	SAISIE DE LA CURE.....	7
3.2.1	AJOUTER – MODIFIER UNE MESURE.....	7
3.2.1.1	CALCULER	8
3.2.2	SUPPRIMER UNE MESURE.....	8
3.2.3	SUIVI.....	8
3.2.4	COMPARATIF.....	8
3.2.5	AJOUTER – MODIFIER UNE PHASE	9
3.2.5.1	AJOUTER UN ALIMENT	9
3.2.5.2	MODIFIER UN ALIMENT.....	10
3.2.5.3	AJOUTER – MODIFIER UNE LISTE / UN COMMENTAIRE.....	10
3.2.5.4	SUPPRIMER	10
3.2.5.5	PROGRAMME.....	10
3.2.6	SUPPRIMER UNE PHASE.....	10
3.2.7	DUPLIQUER UNE PHASE.....	11
3.2.8	PHASE.....	11
3.2.9	PHASE SANS NUTRIMENT.....	11
4	EDITION	11
4.1	SUIVI (Cf. CHAPITRE 3.2.3).....	11
4.2	COMPARATIF (Cf. CHAPITRE 3.2.4)	11
4.3	PHASE (Cf. CHAPITRE 3.2.8).....	11
4.4	PHASE SANS NUTRIMENT (Cf. CHAPITRE 3.2.9).....	12

1 IDENTIFICATION



Le nom de l'utilisateur et le mot de passe par défaut sont **ADMIN**.

DRAPEAUX

Choix de la langue dans laquelle vous voulez utiliser le programme. Si vous n'en choisissez pas la langue utilisée sera définie par votre compte.

ACTIVER

Saisissez votre code personnel dans le champ **Code** et cliquez sur le bouton **Activer** ou appuyez sur la touche **Entrée** du clavier. Si votre code n'est pas correct ou que vous n'avez pas l'autorisation d'utiliser ce logiciel, un message vous prévient sinon vous pouvez continuer.

QUITTER

Quitte le logiciel.



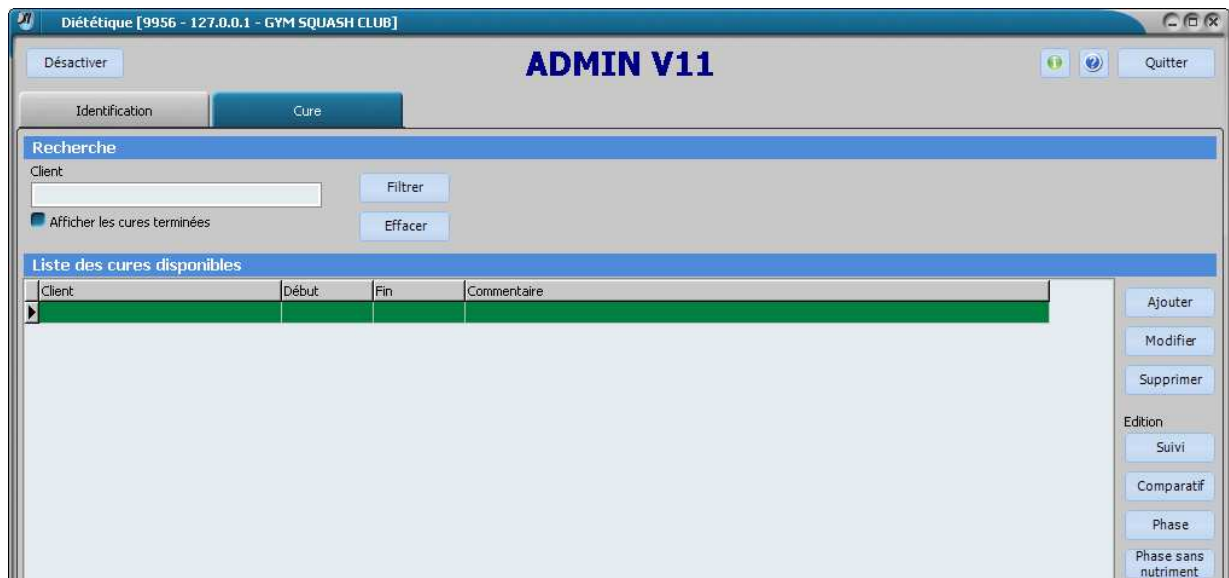
Ce bouton permet d'accéder à cette documentation.



Ce bouton en bas à droite à côté du numéro de version permet d'afficher des informations génériques sur les différents logiciels.

Une fois votre code validé toutes les options disponibles, par rapport à votre profil, apparaissent. Un bouton **Désactiver** apparaît en haut à gauche permettant de désactiver votre compte.

2 CURE

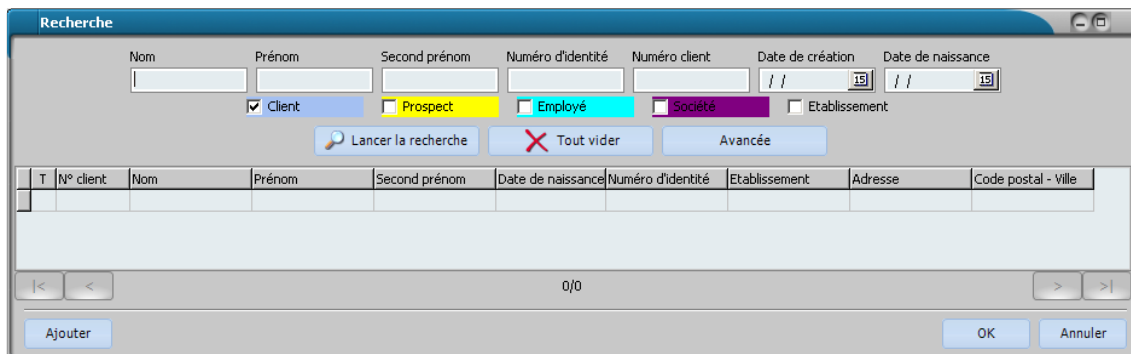


2.1 RECHERCHE

Ce cadre vous permet de rechercher des clients en particulier en saisissant le nom ou le prénom ou en sélectionnant l'option *Afficher les cures terminées*. En appuyant sur la touche **ENTREE** ou en cliquant sur le bouton **Filtrer** vous lancez la recherche dont le résultat s'affiche dans la **liste des cures disponibles** au dessous. Le bouton **Effacer** efface la recherche en cours et réaffiche la liste complète des cures non terminées.

3 AJOUTER/MODIFIER UNE CURE

Lors de l'ajout d'une cure une fenêtre apparaît permettant la recherche ou la saisie d'une fiche client.



Vous pouvez rechercher un client par son **nom**, son **prénom** ou son **numéro d'identité**. La liste affiche le résultat de votre recherche. Si la liste n'est pas vide vous pouvez cliquer sur la ligne correspondante et ensuite sur le bouton **OK** ou alors effectuez un double-clic sur cette ligne. Dans le cas où la liste est vide vous pouvez créer une nouvelle fiche en cliquant sur le bouton **Nouveau**.

3.1 CREATION D'UNE FICHE CLIENT

The 'Fiche client' window is a form for creating a client profile. It includes fields for personal details and lists for food preferences and exclusions.

Civilité : civilité de client. Ce champ est important car il définit le sexe du client.

Nom, prénom : informations obligatoires et uniques pour créer le client.

Second prénom : permet de gérer les doublons.

N° Identité : numéro d'identité du client.

Adresse, ville : coordonnées postales du client.

Domicile, portable : numéros de téléphone du client.

Email : email du client.

Date de naissance : date de naissance du client. Ce champ est obligatoire pour les mesures.

Aliments préférés : liste des aliments que le client préfère.

Aliments exclus : listes des aliments que le client n'aime pas ou ne peut pas manger.

Exclusions : liste des exclusions alimentaires. Les exclusions se créent dans le logiciel **Configuration** et servent à exclure un certain nombre d'aliment. Exemple : diabétique, végétarien, ...

3.1.1 ALIMENTS PREFERES - EXCLUS

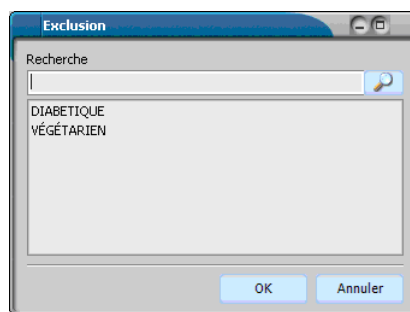
Lorsque vous cliquez sur le bouton **Ajouter** la fenêtre suivante apparaît :

The 'Recherche' window is used to search for food items in the database.

Vous pouvez alors rechercher dans la base de données l'aliment souhaité.

3.1.2 EXCLUSION

Lorsque vous cliquez sur le bouton **Ajouter** la fenêtre suivante apparaît :



Vous pouvez alors rechercher dans la base de données l'exclusion souhaitée.

3.1.3 PROFIL

Ce bouton permet de saisir le profil général du client.

3.1.4 BILAN

Ce bouton permet de saisir un bilan nutritionnel.

Bilan

Date: 17/06/2008 Expiration: 03/03/2009

☒ Ne pas recontacter

☒ Homme ☐ Femme

Poids (Kg): 78 Taille (cm): 171

Tour de taille: 88 Tour de hanches: 88

Avant-bras: 30 Thorax: 30 Cuisse: 30

Bras: 30 Ventre: 30 Mollet: 30

N.A.P.: N.A.P. = 1,40

Equilibre alimentaire

Protides	15%	326 kcal
Glucides	50%	1 087 kcal
Lipides	35%	761 kcal

Répartition journalière

Petit-déjeuner	25%	544 kcal
Déjeuner	40%	870 kcal
Diner	30%	652 kcal
Collation	5%	109 kcal

Informations

Poids	78 kg	Poids Idéal	65,75 kg	IMC	26,67
Dépenses énergétiques au repos	1 696 kcal/j	Métabolisme basal idéal	1 553 kcal/j		
Activité physique	678 kcal	Activité physique idéale	621 kcal		
Valeur calorique totale	2 374 kcal	Valeur calorique totale idéale	2 175 kcal	Différence	199 kcal

OK Annuler

3.1.4.1 N.A.P.

Cette fenêtre permet de définir le niveau d'activité physique du client.

Niveau d'activité physique

8 h Sommeil et sieste, repos en position allongée

15 h En position assise : repos, TV, micro-ordinateur, jeux vidéo, jeux de société, lecture, écriture, travail de bureau, couture..., transports, repas

0 h En position debout : toilette, petits déplacements dans la maison, cuisine, travaux ménagers, achats, travail de laboratoire, vente, conduite d'engins

1 h Femmes : marche, jardinage ou équivalent, gymnastique, yoga
Hommes : activités professionnelles manuelles, debout, d'intensité moyenne (industrie chimique, industrie des

0 h Hommes : marche, jardinage, activités professionnelles d'intensité élevée (maçonnerie, plâtrerie, réparation auto...)

0 h Sport, activités professionnelles intenses (terrassement, travaux forestiers...)

24 Heures/Jour N.A.P. = 1,4

Le total doit être égal à 24 heures

OK Annuler

3.2 SAISIE DE LA CURE

Cure

Client: HEITZSYSTEM M TOUZEY FREDERICK [Détail]

Date de naissance: 29/03/1970 [19] Sexe: ☒ Homme ☐ Femme

Cure
Début: 01/06/2010 [19] Fin: / / [19] Commentaire:

Mesure

Date	Poids	Taille (cm)	Commentaire
01/06/2010	78,00	171	

Phase

Ordre	Début	Fin	Libellé
1	01/06/2010		PHASE

Buttons: Ajouter, Modifier, Supprimer, Suivi, Comparatif, Ok, Annuler

Le cadre **client** contient les deux informations obligatoires pour le suivi du client : la **date de naissance** et le **sexe**. Le bouton **Détail** permet d'accéder au détail de la fiche client.

Le cadre **cure** contient les informations de la cure.

Début : date de début de la cure.

Fin (facultative) : date de fin de la cure si elle est connue.

Commentaire : commentaire sur la cure.

Mesure : liste contenant les différentes mesures effectuées sur le client tout au long de la cure.

Phase : liste contenant les différentes phases alimentaires de la cure.

3.2.1 AJOUTER – MODIFIER UNE MESURE

Mesure

Date: 27/06/2010 [19] Poids (Kg): 78,00 Taille (cm): 171 Poignet (cm): 16

Commentaire:

Cou (cm): 10

Poitrine (cm): 10

Bras (cm): 10

Tour de taille (cm): 10

Hanches (cm): 10

Cuisse (cm): 10

Pli cutané 1 (mm): 0 Pli cutané 2 (mm): 0

Biceps Triceps

Pli cutané 3 (mm): 0 Pli cutané 4 (mm): 0

Sous-scapulaire Supra-iliaque

IMC (Valeur bio-Impédancemétrie): 0

	Valeurs actuelles	Valeurs idéales Maximum	Valeurs idéales Minimum
Poids	78,00	54,10	72,81
IMC	26,67	18,5	24,9
Masse maigre	75,86	81,00	81,00
Masse grasse	24,14	19,00	19,00
Densité corporelle	1,01	0,98	1,00
Surface corporelle	1,95	1,60	1,88
Dépenses caloriques	1695		
Besoin si actif	2628		
Besoin si inactif	2331		

(1) Calculs effectués à partir du poids

Calculer

Ok Annuler

Cette fenêtre permet de saisir ou de consulter les mesures effectuées sur le client. Ces mesures servent au suivi du client et au calcul de l'IMC (Indice de Masse Corporelle) ainsi que d'autres indicateurs. Lorsque

vous créez une nouvelle mesure les données de la mesure précédente sont utilisées comme valeurs par défaut de cette nouvelle mesure.

Date : date de la mesure.

Poids : poids du client en kilogramme.

Taille : taille du client en centimètre.

Poignet : tour du poignet en centimètre.

Commentaire : commentaire spécifique à ces mesures.

Cou, poitrine, tour de bras, tour de taille, hanches, cuisses : mesures des différentes parties du corps pour suivre l'évolution tout au long de la cure. Ces mesures sont en centimètre. Une image vous permet de voir où les mesures doivent être effectuées.

Pli (1 à 4) : mesures facultatives des plis cutanés pour le calcul de l'IMC. Ces mesures sont en millimètre.

IMC (Valeur bio-Impédancemétrie) : valeur de l'IMC fournie par un appareil prévu à cet effet.

3.2.1.1 CALCULER

Ce bouton permet d'effectuer les calculs des différents indicateurs. L'IMC est calculé de la façon suivante :

- Valeur renseignée dans le champ **IMC (Valeur bio-Impédancemétrie)** si différente de 0.
- Calcul par rapport aux plis cutanés si la somme des 4 plis est supérieure à 0.
- Calcul par rapport à l'âge et à la taille.

3.2.2 SUPPRIMER UNE MESURE

Supprime la mesure sélectionnée.

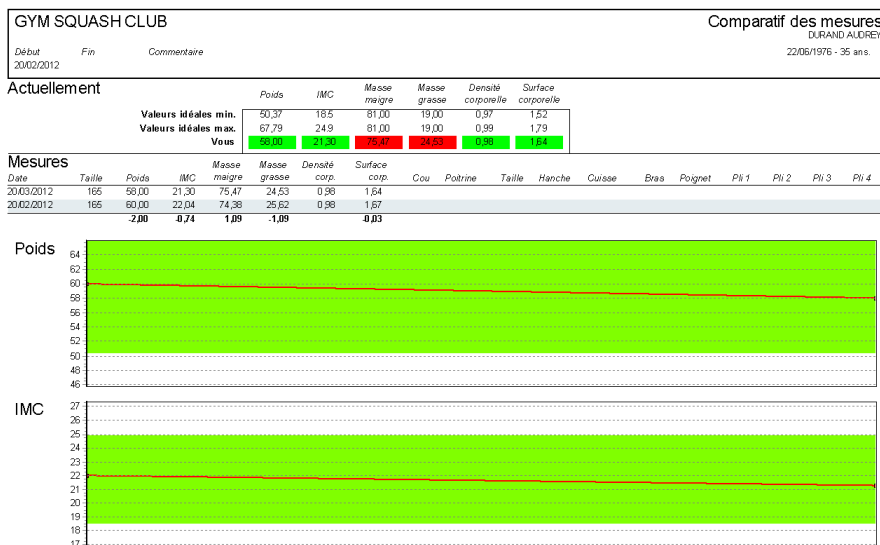
3.2.3 SUIVI

Impression du suivi des mesures avec les différences pour chaque partie du corps mesurée avec une représentation graphique de l'évolution de l'IMC par rapport aux normes.

GYM SQUASH CLUB										Suivi personnalisé													
Début		Fin		Commentaire										DURAND AUDREY - 22/06/1976 - 35 ans									
20/02/2012																							
Actuellement																							
				Poids		IMC		Masse maigre		Masse grasse		Densité corporelle		Surface corporelle									
Valeurs idéales min.				50,37		18,5		81,00		19,00		0,97		1,52									
Valeurs idéales max.				67,79		24,9		81,00		19,00		0,99		1,79									
Vous				58,00		21,30		75,47		24,53		0,98		1,64									
Mesures																							
Date	Taille	Poids	IMC	Masse maigre	Masse grasse	Densité corp.	Surface corp.	Cou	Poitrine	Taille	Hanche	Cuisse	Bras	Poignet	Pli 1	Pli 2	Pli 3	Pli 4					
20/03/2012	165	58,00	21,30	75,47	24,53	0,98	1,64																
				Maigre		Poids idéal		Surpoids		Obésité I		Obésité II		Obésité III									
20/02/2012	165	60,00	22,04	74,38	25,62	0,98	1,67																
				Maigre		Poids idéal		Surpoids		Obésité I		Obésité II		Obésité III									
Différences																							
				Poids		IMC		Masse maigre		Masse grasse		Densité corp.		Surface corp.									
				-2,00		-0,74		1,09		-1,09				-0,03									

3.2.4 COMPARATIF

Impression du comparatif simplifié des mesures avec des courbes d'évolution du poids et de l'IMC.



3.2.5 AJOUTER – MODIFIER UNE PHASE

Une phase est une étape de la cure contenant des menus et des aliments à consommer. La phase peut avoir une période définie à l'avance ou alors être active jusqu'à ce qu'un objectif soit atteint. Une cure peut contenir plusieurs phases de durées différentes.

Phase

Ordre: 1 Libellé: PHASE Début: 01/06/2010 Fin: / /

Jour 1: 598 KCal Jour 2: 91 KCal

Ajouter Modifier Supprimer

Recherche: 0 0

Menu: Effectuez un double-clic pour sélectionner le menu

Menu: [1] PETIT DEJEUNER [2] COLLATION (MATIN) [5] DINER [6] COLLATION (APRES MIDI) [9] DEJEUNER

Résumé

Glucides: 31 Lipides: 16 Protides: 74 Calories: 598

Nutriments seuls

Glucides: 25,62% Lipides: 13,22% Protides: 61,16%

Poids total

Glucides: 19,14% Lipides: 9,88% Protides: 45,68%

Programme Ok Annuler

Ordre : ordre d'utilisation de la phase.

Libellé : nom donné à la phase.

Début et fin : période sur laquelle cette phase va être active.

La partie de gauche contient les différents aliments organisés par repas.

La partie de droite permet de choisir les menus ou les aliments à consommer lors de cette phase.

La partie du bas contient le résumé nutritionnel

3.2.5.1 AJOUTER UN ALIMENT

L'ajout d'un aliment se fait :

- Soit par le choix d'un menu, ce qui aura pour effet l'ajout de tous les aliments contenus dans ce menu.

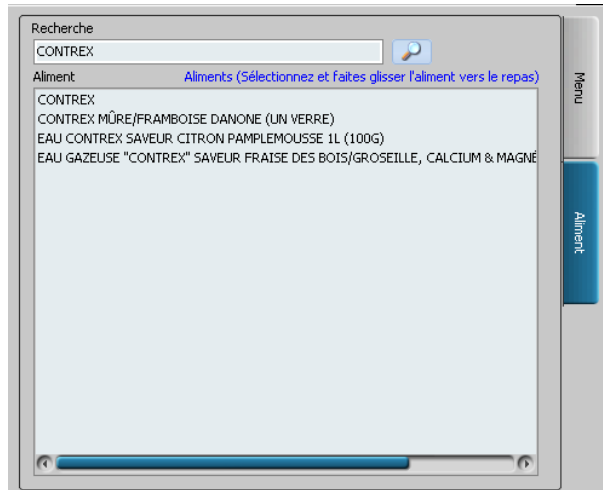
Recherche: 0 0

Menu: Effectuez un double-clic pour sélectionner le menu

Menu: [1] PETIT DEJEUNER [2] COLLATION (MATIN) [5] DINER [6] COLLATION (APRES MIDI) [9] DEJEUNER

Menu Aliment

- Soit par la sélection d'un aliment dans la liste suivante :

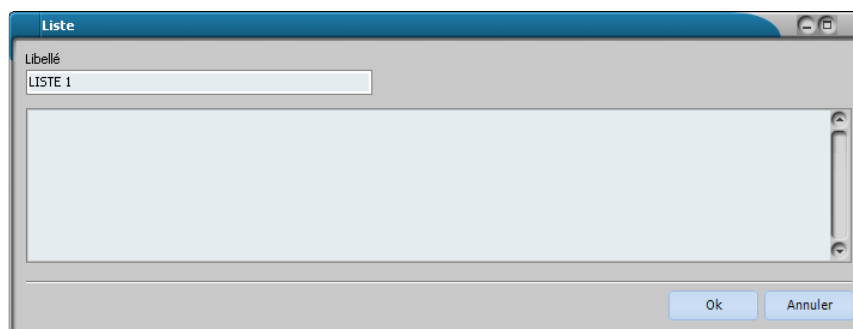


3.2.5.2 MODIFIER UN ALIMENT



Quantité : quantité consommée.

3.2.5.3 AJOUTER – MODIFIER UNE LISTE / UN COMMENTAIRE



Libellé : nom de la liste.

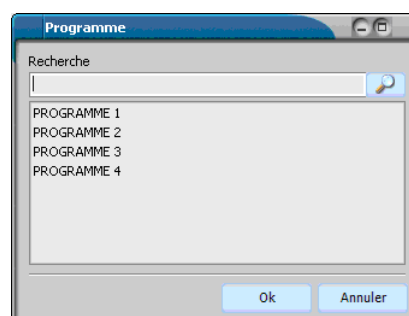
Le second cadre contient la liste qui apparaîtra dans l'édition des phases.

3.2.5.4 SUPPRIMER

Supprime l'aliment ou la liste sélectionné.

3.2.5.5 PROGRAMME

Ce bouton permet de sélectionner un programme préétabli au niveau du logiciel *Configuration*.



3.2.6 SUPPRIMER UNE PHASE

Supprime la phase sélectionnée de la cure.

3.2.7 DUPLIQUER UNE PHASE

Duplique la phase sélectionnée.

3.2.8 PHASE

GYM SQUASH CLUB		Cure: DURAND AUDREY			
PHASE		Début 20/02/2012		Fin	
Jour 1		Calorie	Protide	Lipide	Glucide
PETIT DEJEUNER					
6 G NUTRI ANTI STRESS		-	-	-	-
7 G NUTRI ANTIOXYDANT		-	-	-	-
31 G NUTRI BOISSON CACAO INTENSE (31 G DE POUDRE À 200ML D'EAU)		87,00	16,50	0,90	2,50
6 G NUTRI BRULEUR DE GRAISSE (1 STICK 6G POUR 150ML D'EAU)		20,00	0,30	0,10	4,70
7 G NUTRI DRAINER THE PECHE (1 STICK 7G / 1.5 LITRE D'EAU)		25,00	0,10	0,10	5,90
COLLATION (MATIN)					
45 G NUTRI BARRE CHOCOLAT 45G		158,00	15,00	5,40	8,70
DEJEUNER					
25 G NUTRI ENTREMET CHOCOLAT (25G DE POUDRE À 150ML D'EAU)		89,00	17,10	0,80	2,50
COLLATION (APRES MIDI)					
36 G NUTRI BISCUIT CHOCO 11G		173,45	9,49	8,18	15,38
DINER					
25 G NUTRI VELOUTE POULET CURRY 17G (25G DE POUDRE À 200ML)		91,00	17,20	1,20	2,70
Synthèse 'Jour 1'		643,45	75,69	16,68	42,38
Synthèse:		643,45	75,69	16,68	42,38
INFORMATION IMPORTANTE					
Phase De 3 à 5 jours permet de laver l'organisme, une première perte de poids et de préparer la base du travail. Il est important de prendre 5 repas poudre nutri-light par jours (gout au choix) Petit Déjeuner - collation 10h - Déjeuner - collation 16h - Dîner Toujours ; 2 doses d'antioxydant + 2 doses d'oméga 3 et de boire 2 litre d'eau par jour dont 1 additionné avec une dose de drainer. Prendre un complément vitaminique et minéraux. Avec modération thé et café sans sucre.					
TOUJOURS					

Impression de la phase ordonnée par jour et par type de repas. Un cumul des calories, protides, lipides et glucides est affiché pour chaque menu, pour chaque jour et pour la phase complète. En fin d'impression les différentes listes/commentaires apparaissent par ordre alphabétique.

3.2.9 PHASE SANS NUTRIMENT

Impression de la phase sans les informations concernant les nutriments (Protides, Lipides, Glucides).

GYM SQUASH CLUB		CURE: DURAND AUDREY	
PHASE		Début 20/02/2012 Fin	
Jour 1		Calorie	
PETIT DEJEUNER			
6 G NUTRI ANTI STRESS		-	
7 G NUTRI ANTIOXYDANT		-	
31 G NUTRI BOISSON CACAO INTENSE (31G DE POUDRE À 200ML D'EAU)		87,00	
6 G NUTRI BRULEUR DE GRAISSE (1 STICK 6G POUR 150ML D'EAU CHAUDE)		20,00	
7 G NUTRI DRAINER THE PECHE (1 STICK 7G / 1.5 LITRE D'EAU)		25,00	
COLLATION (MATIN)			
45 G NUTRI BARRE CHOCOLAT 45G		158,00	
DEJEUNER			
25 G NUTRI ENTREMET CHOCOLAT (25G DE POUDRE À 150ML D'EAU)		89,00	
COLLATION (APRES MIDI)			
36 G NUTRI BISCUIT CHOCO 11G		173,45	
DINER			
25 G NUTRI VELOUTE POULET CURRY 17G (25G DE POUDRE À 200ML D'EAU)		91,00	
Synthèse 'Jour 1'		Calorie	643,45
Synthèse:		Calorie	643,45
INFORMATION IMPORTANTE			
Phase De 3 à 5 jours permet de laver l'organisme, une première perte de poids et de préparer la base du travail. Il est important de prendre 5 repas poudre nutri-light par jours (gout au choix) Petit Déjeuner - collation 10h - Déjeuner - collation 16h - Diner Toujours ; 2 doses d'antioxydant + 2 doses d'oméga 3 et de boire 2 litre d'eau par jour dont 1 additionné avec une dose de drainer. Prendre un complément vitaminique et minéraux. Avec modération thé et café sans sucre.			
TOUJOURS			

4 EDITION

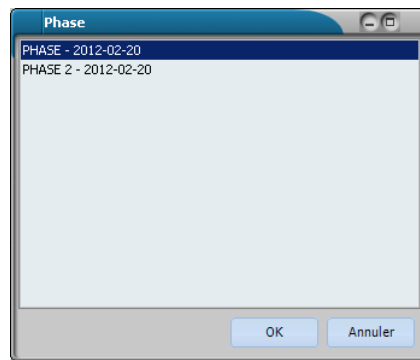
Ce cadre permet d'imprimer les différents états concernant la cure sélectionnée.

4.1 SUIVI (Cf. Chapitre 3.2.3)

4.2 COMPARATIF (cf. Chapitre 3.2.4)

4.3 PHASE (Cf. Chapitre 3.2.8)

Si la cure contient plusieurs phases la fenêtre suivante apparaît pour vous permettre de sélectionner la phase que vous voulez imprimer.



4.4 PHASE SANS NUTRIMENT (Cf. Chapitre 3.2.9)