

Intitulé de la formation :**Diététique et Nutrition de l'adulte - Niveau 2 (14h - 2 jours)****Objectifs :**

- Perfectionner ou acquérir des compétences en diététique et nutrition en tenant compte de l'évolution des techniques, des connaissances et de la profession,
- Approfondir l'alimentation santé, la diététique des pathologies et les résistances à la perte de poids,
- Savoir répondre aux demandes de la patientèle en associant un conseil diététique et micronutritionnel et savoir utiliser des outils d'aide à la prise en charge.

Publics ciblés et prérequis :

- Catégories professionnelles :
 - Professions de la pharmacie : pharmacien titulaire et assistant, préparateur en pharmacie, conseiller en parapharmacie,
 - Professions médicales : médecin, sage-femme,
 - Professions paramédicales : infirmier, aide-soignant, masseur-kinésithérapeute, diététicien,
 - Professions du bien-être : nutritionniste, coach, naturopathe.
- Mode d'exercice : libéral et salarié.

Maquette du programme :**● Étape 1 : Analyse des pratiques professionnelles (1 heure)**

- Présentation de chaque participant :
 - Diplôme, lieu d'exercice, attentes de la formation,
 - État des lieux des attentes des patients concernant le surpoids et la diététique,
 - État des lieux de la prise en charge diététique dans le lieu d'exercice,
- Analyse des résultats,
- Mise en place des objectifs de la formation.

● Étape 2/PARTIE 1 : L'alimentation santé (4 heures)

- Approfondir l'alimentation santé : équilibre acido-basique, apports en antioxydants, rapport sodium/ potassium, apports en fibres prébiotiques, notions de « super aliments », apports hydriques.

● Étape 2/PARTIE 2 : Diététique des pathologies (2 heures)

- Connaître les protocoles nutritionnels de pathologies diverses : diabète de type 2, dyslipidémies, reflux gastro-œsophagien, maladie cœliaque, syndrome du côlon irritable, maladies inflammatoires du côlon et de l'intestin, constipation, diarrhées, diverticulose.

● Étape 2/PARTIE 3 : Les résistances à la perte de poids (3 heures)

- Connaître les origines possibles des résistances à la perte de poids : causes hépato-digestives, stress et perturbations des neuromédiateurs, équilibre acido-basique, apports en oméga-3, insulino-résistance, équilibre thyroïdien, équilibre des hormones sexuelles féminines.
- Proposer des solutions nutritionnelles et micronutritionnelles.

● Étape 2/PARTIE 4 : L'entretien, outils et mise en pratique (3 heures)

- Découvrir les outils d'aide à la prise en charge et apprendre à les utiliser.

● Étape 3 : Mesure d'impact sur les pratiques professionnelles (1 heure)

- Questionnaire à choix multiples (20 minutes),
- Analyse des résultats (40 minutes).

Supports pédagogiques :

- Documentation technique remise au stagiaire,
- Module de formation présenté sur vidéoprojecteur.

Intervenant et concepteur :

- Sarah BREDON, consultante en nutrition et micronutrition (spécialisée en alimentation santé, sportifs, troubles intestinaux fonctionnels et dans la prise en charge du poids), fondatrice et responsable formation d'Oreka Formation, BP préparatrice en pharmacie, DU diététique, nutrithérapie et nutraceutique.

Comité scientifique d'évaluation du programme :

- Patrice CARTA, médecin spécialisé en nutrition et micronutrition, DU biologie et médecine du sport, DU médecine manuelle ostéopathie, DU diététique et maladies de la nutrition, DU alimentation santé et micronutrition.
- Marie-Isabelle LODATO, consultante en nutrition fonctionnelle clinique et formatrice en santé environnementale, nutrition santé, micronutrition et phytothérapie. Diplômée d'état en médecine vétérinaire, DU nutraceutiques - aliments santé et compléments alimentaires, DU diététique et génie alimentaire, DU phytothérapie et aromathérapie.
- Emmanuelle JOUANDON, naturopathe et consultante en nutrithérapie, DU diététique et nutrition, licence professionnelle « Génie physiologique - Essais cliniques et validation - physiologie et micronutriments », diplôme de praticien de santé naturopathe de l'école CENATHO (Paris, agréé FENAHMAN).