

Connaître les bases de la nutrition humaine : une nouvelle discipline à part entière, terminologie, classification des nutriments, classification des aliments; comprendre comment estimer les besoins nutritionnels puis calculer les apports nutritionnels conseillés; acquérir les clés de la prévention pour la santé : l'équilibre alimentaire, la nutrition préventive, allégations nutritionnelles et de santé; se retrouver dans les différents programmes nationaux de politiques nutritionnelles (PNNS, PNA, GEMRCN...); découvrir les nouveaux produits alimentaires à valeur santé ajoutée : aliments fonctionnels, produits diététiques, compléments alimentaires...; apprendre à lire les étiquetages nutritionnels; cas pratiques dans certaines situations physiologiques particulières : nouveau-né, personnes âgées, femmes enceintes, femmes allaitantes...; cas pratiques dans certaines situations pathologiques : diabète, obésité, pathologies digestives, cancers, insuffisance rénale chronique...



Les bases de la nutrition santé

PROGRAMME

Jour 1

- Introduction à la nutrition humaine
 - Mise au point des terminologies...
 - Classification des nutriments (macronutriments, micronutriments, nutriments essentiels...)
 - Groupes des aliments
- Les besoins et apports nutritionnels
 - Variabilité interindividuelle et variabilité temporelle
 - Méthodes d'estimation des besoins et de calcul des apports nutritionnels recommandés (ANC)
 - Exemples de calculs des ANC des apports énergétiques, de protéines, glucides, lipides...
- De la nutrition humaine à la nutrition santé
 - L'équilibre alimentaire et la nutrition préventive
 - La politique nutritionnelle (PNNS, PNA, GEMRCN)
 - Les aliments-santé et allégations

Jour 2

- Besoins alimentaires spécifiques
 - Besoins nutritionnels périnataux (nouveau-né, femme enceinte, femme allaitante)
 - Besoins nutritionnels des personnes âgées
 - Besoins nutritionnels des enfants
 - Besoins nutritionnels des adolescents
- Pathologies à composantes nutritionnelles
 - Maladies métaboliques (obésité, diabète...)
 - Maladies digestives (Constipation, cancer recto-colique...)
 - Insuffisance rénale chronique
 - Maladies cardiovasculaires



Le profil des participants

Toute personne concernée par l'alimentation et désireuse de comprendre les liens entre la nutrition et la santé afin de mieux conseiller son public

Personnel des cantines scolaires des collectivités territoriales

Personnel soignants (infirmières, aide-soignants, auxiliaires de santé...)

Les prérequis

Aucun pour la 1^{re} journée

Les connaissances de la 1^{re} journée si on n'assiste qu'à la 2^e journée

Modalités pédagogiques

Cours théoriques interactifs

Cas pratiques chez des personnes saines mais en situation physiologique particulière et des personnes malades

Présentation des nouveaux aliments-santé, lecture des étiquetages nutritionnels



Points forts de la formation

Un magnifique voyage dans l'univers de la nutrition santé avec l'étude des cas pratiques systématiques afin de mieux conseiller son public



Les profils des intervenants

Hassan YOUNES
Enseignant-Chercheur
Nutrition, Alimentation et Santé

Tarifs

2 jours (14 heures)

Code formation
SNES 101

700 €HT



Dates sur demande



À Beauvais



Offert



Nous consulter

Formation assurée à partir de 5 participants
Date limite d'inscription :
15 jours avant le début de la session



**Plus d'informations
auprès du responsable
formation continue :**

Agnès Sylvano | 03 44 06 76 05
agnes.sylvano@unilasalle.fr