

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION

## NIVEAU 2B

## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTEXTE

Le niveau 2B propose des conseils nutritionnels en nutrition préventive qui permet de maîtriser les outils indispensables à la réalisation d'un conseil professionnel pour optimiser la santé à titre préventif ou dans le cadre d'objectifs spécifiques : apporte les connaissances fondamentales pour maîtriser le conseil nutritionnel de manière professionnelle à partir des données validées par la littérature scientifique récente :

- Intégrer la biologie nutritionnelle dans sa pratique professionnelle.
- Organiser et mener une consultation en nutrition fonctionnelle et systémique.
- Personnaliser les conseils nutritionnels en fonction des objectifs : pratique sportive, régimes d'éviction, gestion du surpoids, grossesse et allaitement, troubles fonctionnels divers.



#### PUBLIC VISÉ

Professionnels de santé, de l'alimentation et du sport, particulier averti.



#### PRÉREQUIS

- Niveau 1 du cursus de formation de la Nutrition Positive
- Ou diplôme universitaire en nutrition ou micronutrition
- Ou diplôme de diététicien-nutritionniste
- Ou acceptation après analyse de la candidature par l'équipe pédagogique



#### MODE D'ORGANISATION

Blended learning



#### DURÉE

**430H** Durée totale estimée avec travail personnel  
**191H** E-learning de visionnage  
**34H** Classe virtuelle

#### 2 JOURNÉES EN PRÉSENTIEL

Un temps de travail personnel sera nécessaire pour bien acquérir les apprentissages transmis. Compter le même temps de travail personnel à fournir en plus des temps de visionnage.



#### PRIX ET MODALITÉS

4 990€ net de taxe \*

\*Cette formation n'est pas éligible au CPF

## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

#### À L'ISSUE DE L'ACTION DE FORMATION, LE STAGIAIRE SERA CAPABLE DE :

- Intégrer la biologie nutritionnelle dans sa pratique professionnelle
- Organiser et mener une consultation en nutrition fonctionnelle et systémique
- Personnaliser les conseils nutritionnels en fonction des objectifs : pratique sportive, régimes d'éviction, gestion du surpoids, grossesse et allaitement, troubles fonctionnels divers.

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION

## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

#### THÈME 1 : INTEGRER LA BIOLOGIE NUTRITIONNELLE DANS SA PRATIQUE PROFESSIONNELLE

##### MODULE 1 : FONDAMENTAUX DE LA BIOLOGIE FONCTIONNELLE

###### Introduction

###### Cours 1 : Histoire et évolution de la médecine

- Médecine mésopotamienne
- Hippocrate
- Du XVII au XXe siècle
- L'Ayurveda
- La Médecine chinoise
- La Naturopathie

###### Cours 2 : Notion de prise en charge fonctionnelle

- L'iceberg
- L'approche globale
- L'effet domino
- Un exemple

###### Cours 3 : Médecine des 4 P

- Prédictive
- Préventive
- Personnalisée
- Préventive

###### Cours 4 : Médecine conventionnelle versus fonctionnelle

###### Cours 5 : Biologie médicale

- Définition vidéo 11
- Evolution vidéo 12

###### Cours 6 : Biologie fonctionnelle

- Définition
- Piliers fonctionnels

###### Cours 7 : Modalités de réalisation

- La prescription est-elle obligatoire ?
- La consultation est-elle nécessaire ?
- Les laboratoires spécialisés
- Les enjeux

###### Cours 8 : Zoom sur 3 marqueurs de biologie fonctionnelle

- Physiologie des acides gras
- Profil des acides gras
- Les différents acides gras
- L'homocystéine
- La LBP

###### Conclusion

##### MODULE 2 : BIOLOGIE ET PILIERS FONCTIONNELS

###### Introduction

###### 1. Pilier insulinaire

- HbA1c
- Homa

###### 2. Pilier du stress oxydatif

- SOD GPx et cofacteurs
- Vitamines A et E
- Profil des caroténoïdes
- LDL oxydés et Ac anti LDL
- Coenzyme Q10
- Acide urique
- 8OHdG urinaire
- Exemple de bilans

###### 3. Inflammation de bas grade

- CRP us
- Profil en acides gras
- Protéines de l'inflammation

###### 4. Pilier intestinal : Perméabilité intestinale

- LBP
- Zonuline
- Alpha1 antitrypsine
- Calprotectine
- Cofacteurs
- 1 ère partie : MOU bactérien
- 2 ème partie : MOU fongique
- Coproscreen
- AGCC
- Microbiote intestinal (métagénomique)
- IgA sécrétoires
- FUT2
- Cofacteurs
- Enzyme DAO et histamine fécale
- Intolérance au lactose (gène)
- Hypersensibilité alimentaire IgG dépendantes

###### 5. Pilier mitochondrial

- Cofacteurs
- Métaux lourds

###### 6. Détoxification hépatique

- Méthylation
- 2 16OH œstrones
- Stress oxydatif
- Métaux lourds

###### 8. Pilier immunitaire

- Cofacteurs
- Zoom sur la vitamine D
- Santé intestinale
- Auto-immunité

###### Conclusion

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION

## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

#### THÈME 1 : INTEGRER LA BIOLOGIE NUTRITIONNELLE DANS SA PRATIQUE PROFESSIONNELLE

##### MODULE 3 : BIOLOGIE FONCTIONNELLE ET PATHOLOGIES

1. **Troubles cardiovasculaires**
  - APOA1 et APOB
  - CRPus
  - LDL oxydés
  - Lp(a)
  - LP PLA2
  - APOE (gène)
  - TMAO
  - PAG
  - Homocystéine
  - Exemple bilan cardiovasculaire
2. **Stress chronique, anxiété et burn out**
3. **Troubles de la fertilité**
4. **Troubles de la thyroïde**
5. **Surpoids et obésité**
6. **Dénutrition, perte de poids**
7. **SOPK et endométriose**
8. **Enfants, adolescents et TDA/H**

##### MODULE 4 : BIOLOGIE FONCTIONNELLE ET CAS SPECIFIQUES

- Cours 1 : Bilan d'optimisation et de prévention de la santé**  
**Cours 2 : Biologie du sportif**  
**Cours 3 : Biologie du modèle végétan ou végétalien**  
**Cours 4 : Biologie de la femme enceinte et allaitante**

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 2 : ORGANISER ET MENER UNE CONSULTATION NUTRITIONNELLE

#### MODULE 1 : METHOLOGIE DE LA GESTION DE CONSULTATION

##### 1. Organisation de la consultation

- Questionnaires préconsultation
- Anamnèse générale
- Anamnèse nutritionnelle
- Anamnèse fonctionnelle
- Rédaction du programme

##### 2. Les outils de consultation

- Outils de mesure de composition corporelle
  - Mesure des plis cutanés
  - L'impédancemètre
  - Principes
  - Suivi d'hydratation
  - Gestion du poids
- Les outils de gestion diététique
- Les outils micronutritionnels
- Les algorithmes d'aide au diagnostic et de recommandations
- Démonstration holiSané
  - Réalisation du questionnaire
  - Présentation de la plateforme professionnelle
  - Présentation de la plateforme patient

#### MODULE 2 : INTEGRATION DE L'APPROCHE COMPORTEMENTALE DE LA NUTRITION EN CONSULTATION

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 3 : FONDAMENTAUX DE LA NUTRITION SPORTIVE

#### MODULE 1 : OPTIMISER SA SANTÉ PAR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

##### Cours 1 : Les bénéfices de l'activité physique sur la santé

- Inactivité : état des lieux
- Situation chez les enfants
- Les différents types d'efforts
- Bénéfices sur la santé
  - Bénéfices physiques
  - Bénéfices psycho-émotionnels

##### Cours 2 : Fondamentaux du métabolisme énergétique à l'effort

- Les filières énergétiques
- Le cycle de Krebs
- La chaîne respiratoire mitochondriale
- Métabolisme du glucose et du glycogène
- Métabolisme des acides gras
- Métabolisme des protéines
- Synthèse

##### Cours 3 : Principales adaptations à l'effort

- Les exerkines
- Adaptations générales
- Modulation de l'inflammation et adaptations mitochondriales
- Écosystème intestinal et adaptation à l'effort
  - Le microbiote intestinal
  - Les troubles digestifs à l'effort
  - La muqueuse intestinale

##### Cours 4 : Effets de l'activité physique régulière sur les besoins nutritionnels

- Approche systémique de la nutrition sportive
- Les besoins énergétiques
- Les besoins protéiques
- Effets de l'effort sur le statut hydriqueLes besoins micronutritionnels

##### Cours 4 : Adaptation des recommandations alimentaires selon les horaires, le type d'activité et les objectifs

- Optimiser le confort digestif
- Organisation des repas
- Alimentation pendant l'effort
- Récupération
- Adaptation selon les horaires d'entraînement
- Stratégie nutritionnelle cas de reprise d'activité
- Stratégie nutritionnelle en cas d'amaigrissement
- Conclusion

#### MODULE 2 : OPTIMISER SES PERFORMANCES EN ENDURANCE

##### Cours 1 : Place de la nutrition quotidienne dans la performance

- Les facteurs nutritionnels d'adaptation
  - La gestion des apports caloriques
  - La balance oxydative
  - Le statut en glycogène
  - La sensibilité à l'insuline
  - Le statut en acides gras
  - Le statut hydrique
  - L'intégrité intestinale
  - L'élimination hépatique des xénobiotiques
  - Le statut micronutritionnel
- Optimisation de la réponse mitochondriale
  - Hormèse mitochondriale et adaptation à l'effort
  - Polymorphisme ApoE et adaptations nutritionnelles

##### Cours 2 : Récupération et fenêtre métabolique

- Apports glucidiques
- Association glucides et protéines
- Protéines et BCAA
- En pratique

##### Cours 3 : Stratégies pour optimiser les filières énergétiques à l'effort

- Alimentation cétogène
  - Principes
  - Alimentation cétogène et performances
  - Alimentation cétogène et microbiote
  - Les esters de cétone
  - Conclusion
- Alimentation low carb
- Périodisation nutritionnelle
  - Entraînement à jeûn
  - Train-low/ sleep-low
  - Vers une nouvelle périodisation
- Adapter l'intestin ?

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 3 : FONDAMENTAUX DE LA NUTRITION SPORTIVE

#### MODULE 3 : STRATÉGIE NUTRITIONNELLE DANS LE CADRE D'UNE ÉPREUVE SPORTIVE

##### Introduction

- **Cours 1 : La semaine avant l'épreuve**
  - Préparation à l'épreuve : stratégie nutritionnelle de J-8 - J-1
  - Confort digestif, régime d'épargne intestinal et alimentation pauvre en FODMAP
- **Cours 2 : L'alimentation le jour J**
  - Le repas d'avant-course
  - La ration d'attente
- **Cours 3 : Nutrition pendant l'effort**
  - **Hydratation pendant l'effort**
    - La déshydratation
    - L'hyperhydratation et l'hyponatrémie
    - Stratégie d'hydratation
  - **Apports glucidiques à l'effort**
    - Choix des produits de l'effort (boissons, gels, barres, etc.)
    - Quantités recommandées
    - Fréquence de consommation
- **Cours 4 : Optimiser la récupération**
  - Profiter de la fenêtre métabolique
  - Le repas de récupération
  - Alimentation au cours des jours suivant l'épreuve.
- **Cours 5 : Stratégie nutritionnelle en pratique selon le type d'épreuve**
  - 10 km
  - Semi-marathon
  - Marathon
  - Triathlon
  - Ironman
  - Cyclisme
  - Sports collectifs
  - Tournoi
  - Sports à catégorie de poids

##### Conclusion

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 3 : FONDAMENTAUX DE LA NUTRITION SPORTIVE

#### MODULE 4 : OPTIMISER LA PRISE DE MASSE MUSCULAIRE

##### Introduction

##### Cours 1 : Les facteurs nutritionnels d'optimisation des performances

- Les facteurs nutritionnels d'adaptation.
  - Apports caloriques.
  - Gestion du glycogène.
  - Statut en acides gras.
  - Balance oxydative (polyphénols).
  - Balance acido-basique.
  - Statut hydrique.
  - Intégrité intestinale.
  - Élimination hépatique des xénobiotiques.
  - Statut micronutritionnel : Fe, Mg, Zn, Vitamines du groupe B.
- Optimisation de la réponse mitochondriale.
  - Hormèse mitochondriale et adaptation à l'effort.
  - Polymorphisme ApoE et adaptations nutritionnelles.

##### Cours 2 : Optimisation nutritionnelle de la prise de masse musculaire

- Bénéfices sur la santé de la pratique de la musculation.
- Rappels sur la physiologie musculaire.
  - Anatomie et physiologie du muscle squelettique
  - Les adaptations à l'entraînement de force
- Stratégie nutritionnelle pour optimiser la prise de masse musculaire.
  - Gestion des besoins caloriques.
    - Optimisation des apports caloriques.
    - Définition des besoins protéiques.
    - Alimentation cétogène et prise de masse musculaire.
  - La fenêtre métabolique.
    - Apports protéiques et glucidiques.
    - Les BCAA.
      - Rôles.
      - Précautions d'usage.
      - BCAA ou AAE ?
    - Quelles sources de protéines choisir (whey, autres protéines animales, protéines végétales) ?
    - La fenêtre métabolique, un concept à remettre en question ?
    - En pratique, comment organiser les repas et la optimiser la fenêtre métabolique ?
  - Alcool et prise de masse musculaire.
  - Autres besoins micronutritionnels.
    - Créatine.
    - Glycine / collagène.
    - Vitamine D.
- Perte de poids et performances.
  - Stratégie nutritionnelle dans le cadre de la sèche.
  - Gestion de la perte du poids dans le cadre des différentes pratiques sportives.

##### Conclusion



# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 3 : FONDAMENTAUX DE LA NUTRITION SPORTIVE

#### MODULE 5 : DE LA PERFORMANCE À LA DÉSADAPTATION DU SPORTIF

##### Introduction

##### Cours 1 : Le syndrome RED-S

- De la triade féminine au RED-S
  - La triade de l'athlète féminin
  - Le RED-S
  - La triade de l'athlète masculin
- Conséquences sur la santé
- Conséquences sur les performances
- Dépistage et prise en charge
  - Dépistage
  - Évaluation de la sévérité
  - Diagnostic et traitement
- Synthèse

##### Cours 2 : Le surentraînement

- De la performance au surentraînement
- Le syndrome de déconditionnement paradoxal
- URTI
- Le déficit calorique chronique
- L'inflammation chronique
- La perturbation intestinale
- Les infections froides
- Le stress oxydatif non contrôlé
- Explorations nutritionnelles

##### Cours 3 : Les blessures

- Blessures et quantification du stress
- Accompagnement nutritionnel des blessures
  - Place de la nutrition
  - Apports en protéines
  - Les BCAA
  - Le collagène
  - Apports en glucides
  - Les oméga 3
  - La vitamine D
  - La citrulline Malate
  - La glutamine
  - La créatine
  - Les antioxydants
  - L'intégrité intestinale
  - L'inflammation de bas-grade
  - Les HSP

##### Cours 4 : Les tendinopathies

- Introduction
- La vitamine C
- Les oméga 3
- Le collagène
- Le MSM
- Les composés phyto-actifs
  - Boswellia
  - Flavonoïdes
  - EGCG
  - Curcuminoïdes
- L'écosystème intestinal
- Synthèse

##### Conclusion

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 3 : FONDAMENTAUX DE LA NUTRITION SPORTIVE

#### MODULE 6 : COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES ET PRODUITS DIÉTÉTIQUES DE NUTRITION SPORTIVE

##### Introduction

##### Cours 1 : La créatine

- Fonctions et effets généraux
- Autres bénéfices
- Polémiques
- En pratique
- Critères de choix

##### Cours 2 : La caféine

- Mécanismes d'action en endurance
- Effets sur les performances en endurance
- Mécanismes d'action en résistance
- Effets sur les performances en résistance
- Effets indésirables
- En pratique

##### Cours 3 : La bêta-alanine

- Présentation
- Mécanismes d'action
- Effets sur la performance
- En pratique

##### Cours 4 : L'arginine et la citrulline

- L'arginine
- La citrulline
- La citrulline-mallate

##### Cours 5 : Les nitrates

- Sources alimentaires
- Intérêts et effets sur la performance

##### Cours 6 : Le bicarbonate de sodium

- Mécanismes d'action
- Effets sur la performance
- Combinaisons possibles

##### Cours 7 : Le jus de cornichon

##### Cours 8 : Le collagène et la glycine

- Synthèse du collagène
- La glycine
- Supplémentation en collagène
- Supplémentation en glycine

##### Conclusion

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 4 : MAÎTRISER LES PRINCIPAUX PROTOCOLES D'ÉVICTION ALIMENTAIRE

#### MODULE 1 : L'ALIMENTATION VÉGANE OU VÉGÉTALIENNE

##### 1. Définitions

- Régimes à tendances végétales

##### 2. Conséquences nutritionnelles

- Statut en macronutriments
  - Protéines
  - Glucides (dont fibres)
  - Lipides
- Statut en micronutriments
  - Facteurs antinutritionnels
  - Vitamine B12
  - Autres vitamines
  - Fer
  - Magnésium
  - Zinc
  - Calcium
  - Iode
  - Choline

##### 3. Effets sur la santé

- Généralités
- Résistance à l'insuline
- Risques cardiovasculaires
- Fonctionnement thyroïdien
- Risques de cancer
- Microbiote intestinal
- Points de vigilance
  - Consommation de soja
  - Consommation d'AUT

##### 4. Populations spécifiques

- Sportif
- Femme enceinte et allaitante
- Enfant

##### 5. En pratique

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 4 : MAÎTRISER LES PRINCIPAUX PROTOCOLES D'ÉVICTION ALIMENTAIRE

#### MODULE 2 : L'ALIMENTATION CÉTOGÈNE

##### 1. Généralités

- Historique
- Grands principes
- Cétogénèse
  - Rappel du métabolisme énergétique
  - Métabolisme
  - Effets physiologiques
  - Variabilité individuelle
  - Stades de cétose
- Répartition énergétique

##### 2. Conséquences nutritionnelles

- Statut calorique
- Statut en macronutriments
  - Protéines
  - Glucides (dont fibres)
  - Lipides
- Statut en micronutriments
- Qualité de l'alimentation
- Points de vigilance

##### 3. Effets sur la santé

- Neuro-inflammation
- Alzheimer
- Épilepsie
- Maladies cardiovasculaires

- Obésité
- Diabète
- Cancer
- Microbiote intestinal
- Immunité
- Performances physiques

##### 4. En pratique

- Conseils en consultation
- Marqueurs biologiques à surveiller
- Répartition alimentaire
- Synthèse

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 4 : MAÎTRISER LES PRINCIPAUX PROTOCOLES D'ÉVICTION ALIMENTAIRE

#### MODULE 3 : LES DIFFÉRENTS JEÛNES : PRINCIPES, INTÉRÊTS, LIMITES ET MISE EN PRATIQUE

##### 1. Grands principes

- Historique
- Les différents jeûnes
- Fondements physiologiques et métaboliques
  - Switch métabolique
  - Autophagie

##### 2. Alimentation en temps restreint

- Principes
- Mécanismes physiologiques
  - Rythme circadien
  - Mitochondries
- Effets métaboliques et hormonaux
  - Sensibilité à l'insuline
  - Cortisol
  - Hormones thyroïdiennes
  - Hormones de la satiété
  - Santé de la femme
- Effets systémiques
  - Poids
  - Marqueurs inflammatoires
  - Microbiote intestinal
  - Autophagie
  - Modèle 20/4
  - OMAD
- Modalités d'application
  - eTRE (jeûne débutant l'après-midi)
  - Interactions avec l'activité physique
  - En pratique

##### 3. Modèle 5:2 et restriction calorique

- Principe des modèles 5:2 et FMD
- Résultats
- Perte de poids
- Microbiote intestinal
- Pathologies cardiovasculaires et métaboliques
- Cancer
- En pratique

##### 4. Le jeûne long

- Principe
- Résultats
  - Adaptations métaboliques
  - Réponses hormonales
  - Microbiote intestinal
  - Épargne protéique
  - Statut micronutritionnel
  - Cas cliniques remarquables
  - Plus grande étude mondiale sur le jeûne
  - Plus long cas de jeûne
- Effets attendus sur la santé
  - Inflammation
  - Poids
  - Diabète de type 2
  - Mécanismes auto-immuns
  - Polyarthrite rhumatoïde
  - Fibromyalgie
  - Cancer
- En pratique
  - Avant le jeûne
  - Pendant le jeûne
  - Après le jeûne

## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

#### THÈME 4 : MAÎTRISER LES PRINCIPAUX PROTOCOLES D'ÉVICTION ALIMENTAIRE

#### MODULE 4 : PROGRAMMES NUTRITIONNELS À VISÉE DIGESTIVE

##### 1. Quel régime pour quel(s) symptôme(s) ?

- Les différents régimes
- Etiologies des inconforts digestifs
- Arbre décisionnel
- Marqueurs biologiques

##### 2. L'alimentation d'épargne digestive

- Grands principes
- Conseils en consultation

##### 3. L'alimentation pauvre en FODMAP

- Généralités
- Aliments riches FODMAP
- Aliments pauvres en FODMAP
- Protocole
- Effets sur la santé
- Effets bénéfiques
- Risques et effets délétères
- Conseils en consultation

##### 4. L'alimentation pour le confort gastrique

- Grands principes
- Conseils en consultation

## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

#### THÈME 4 : MAÎTRISER LES PRINCIPAUX PROTOCOLES D'ÉVICTION ALIMENTAIRE

#### MODULE 5 : PROGRAMMES NUTRITIONNELS DE MODULATION IMMUNITAIRE

##### 1. Quel régime pour quel(s) symptôme(s) ?

- Les différents régimes
- Arbres décisionnels
- Marqueurs biologiques

##### 2. L'alimentation sans gluten

- Rappels sur le blé
- Le gluten
- Alimentation sans gluten

##### 3. L'alimentation sans caséines laitières

- Rappel sur le lait
- Les caséines laitières
- Alimentation sans caséines laitières

##### 4. L'alimentation pauvre en histamine

- L'intolérance à l'histamine
- Alimentation pauvre en histamine

##### 5. L'alimentation pauvre en polyamines

- Généralités
- Indications d'un régime pauvre en polyamines
- Conseils pratiques

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 5 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DU SURPOIDS ET DE L'OBÉSITÉ

#### MODULE 1 : STRATÉGIE NUTRITIONNELLE POUR MINCIR

##### 1. Introduction

- Définitions
- Classification et méthodes de mesure
  - IMC
  - Tour de taille
- Épidémiologie
- Complications

##### 2. Bases physiologiques

- Répartition corporelle et types de tissus
- Homéostasie énergétique : balance énergétique
- Métabolisme de base (MB) : définition et facteurs de variation
- Activité physique et niveau d'activité (NAP)

##### 3. Physiopathologie de l'obésité

- Mécanismes physiopathologiques
  - Introduction
  - Déséquilibre énergétique chronique
  - Mitochondries et stress oxydatif
  - Inflammation de bas grade
  - Insulinorésistance
  - Microbiote intestinal
- Étiologies
  - Génétiques
  - Environnementales
  - Comportements alimentaires
  - Stress
  - Sommeil
  - Médicamenteuses
  - Pathologies
  - Micronutriments

##### 4. Prise en charge nutritionnelle

- Déroulé de la consultation
  - Contexte et habitudes alimentaires
  - Évaluation des apports alimentaires
  - Évaluation des facteurs de risque
  - Bilan biologique
- Prise en charge nutritionnelle
  - Objectifs de la prise en charge
  - Régime hypocalorique
  - Répartition des macronutriments
  - Supplémentation
  - Jeûne intermittent
  - Choix des aliments
  - Les clés pratiques



## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

#### THÈME 5 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DU SURPOIDS ET DE L'OBÉSITÉ

#### MODULE 2 : APPROCHES COMPLÉMENTAIRES POUR OPTIMISER L'AMINCISSEMENT

##### 1. **Approche psycho-comportementale**

- Comprendre les comportements alimentaires
- Approche pluridisciplinaire
  - Accompagnement psychologique
  - TCC
  - Hypnose

##### 2. **Activité physique adaptée**

- Bénéfices de l'activité physique
- En pratique

##### 3. **Autres approches médicales**

- Chirurgies bariatriques
  - Généralités : indications, contre-indications, facteurs de risques
  - Techniques existantes
  - Volume et répartition en France
  - Etat des lieux
  - Complications
    - Complications nutritionnelles
    - Conséquences hormonales
    - Dumping syndrome
  - Résultats
  - Conseils pratiques

##### 4. **Médicaments anti-obésité**

- Historique
- Inhibiteurs des lipases pancréatiques
- Analogues GLP-1 et GIP

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 6 : MAÎTRISER LE CONSEIL NUTRITIONNEL POUR LA FEMME ENCEINTE ET L'ENFANT

#### MODULE 1 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE LA GROSSESSE

1. **Introduction**
2. **De l'intérêt de préparer la grossesse en amont**
  - Impact du mode de vie en périconception
  - (Micro)nutrition en périconception
3. **Évolutions physiologiques au cours de la grossesse**
  - Vue d'ensemble des évolutions physiologiques
  - Prise de poids au cours de la grossesse
  - Évolutions hormonales
  - Autres ajustements physiologiques
4. **Désagréments et pathologies au cours de la grossesse**
  - Désagréments rencontrés par la femme enceinte
  - Pathologies liées à la grossesse : HTA, diabète gestationnel, foie
5. **Évolutions du métabolisme et des besoins nutritionnels**
  - Coût nutritionnel de la grossesse
  - Evolution du métabolisme glucidique
  - Evolution du métabolisme lipidique
  - Besoins micronutritionnels
6. **Accompagner la femme enceinte en pratique**
  - L'alimentation de la femme enceinte en pratique
  - Zoom sur l'activité physique au cours de la grossesse
  - Zoom sur les perturbateurs endocriniens
  - Accompagnement holistique de la femme enceinte (= synthèse)

## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

#### THÈME 6 : MAÎTRISER LE CONSEIL NUTRITIONNEL POUR LA FEMME ENCEINTE ET L'ENFANT

#### MODULE 2 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE L'ALLAITEMENT

##### 1. Introduction

##### 2. L'allaitement maternel

- Les recommandations officielles
- Etat des lieux en France
- Avantages et inconvénients pour la mère
- Bénéfices pour l'enfant
- Bénéfices pour l'environnement

##### 3. Le lait maternel

- Le colostrum
- La lactation
- La composition du lait maternel

##### 4. La femme allaitante

- Besoins micronutritionnels
- L'alimentation de la femme qui allaite
- Zoom sur les perturbateurs endocriniens
- Accompagnement holistique

##### 5. Le sevrage

- De quoi parle-t-on ?
- Les multiples facettes du sevrage
- Une nécessité physiologique

##### 6. Les laits infantiles

- Définitions et réglementation
- Comment choisir un lait infantile ?
- Les quantités
- Biberons et microplastiques

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 6 : MAÎTRISER LE CONSEIL NUTRITIONNEL POUR LA FEMME ENCEINTE ET L'ENFANT

#### MODULE 3 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DU NOURRISSON À L'ADOLESCENT

##### 1. État des lieux et enjeux globaux

- Fondements et enjeux
  - Déterminant de la santé adulte
  - Concept des 1000 premiers jours
  - Âge et besoins
- Santé actuelle
  - Surpoids et obésité
  - Stéatose hépatique non alcoolique
  - Santé mentale
  - Cancers pédiatriques
  - Diabète de type II
  - Maladies auto-immunitaires
    - Diabète de type I
    - Allergies
    - Troubles liés au blé
  - Carence en fer
- Mode de vie
  - Alimentation
  - Activité physique
  - Sommeil
  - Les contaminants
  - Le microbiote intestinal
  - Les boissons

##### 2. Le nourrisson

- Principaux enjeux
  - Introduction
  - Étapes essentielles
- Besoins macronutritionnels
  - Besoins énergétiques
  - Besoins protéiques
  - Besoins glucidiques
  - Besoins lipidiques
- Besoins micronutritionnels
- Recommandations pratiques

##### 3. L'enfant

- Principaux enjeux
- Besoins macronutritionnels
  - Besoins énergétiques
  - Besoins protéiques
  - Besoins glucidiques
  - Besoins lipidiques
- Besoins micronutritionnels
  - Vitamine A
  - Vitamine B9
  - Vitamine B12
  - Vitamine C
  - Vitamine D
  - Calcium
  - Fer
  - Fluor
  - Iode
  - Magnésium
  - Sélénium
  - Zinc
  - Choline
  - Probiotiques
- Recommandations pratiques
  - Recommandations générales
  - Répartition alimentaire
- Enfant vegan

##### 4. L'adolescent

- Principaux enjeux
- Besoins macronutritionnels
  - Besoins énergétiques
  - Besoins protéiques
  - Besoins glucidiques
  - Besoins lipidiques
- Besoins micronutritionnels
- Recommandations pratiques

##### 5. Accompagnement du surpoids et de l'obésité chez l'enfant

- Définitions
- Déterminants
- Complications

## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

THÈME 6 : MAÎTRISER LE CONSEIL NUTRITIONNEL POUR LA FEMME ENCEINTE ET L'ENFANT

MODULE 3 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DU NOURRISSON À L'ADOLESCENT

#### 5. Accompagnement du surpoids et de l'obésité chez l'enfant et l'adolescent

- Définitions
- L'IMC
- Déterminants
- Complications
- Prise en charge
- Biologie fonctionnelle
- Interventions nutritionnelles
  - Objectifs
    - Diminuer l'insulinorésistance
    - Réduire l'inflammation de bas grade
  - Déroulé des consultations
    - Étudier les habitudes alimentaires
    - Expliquer les calories vides
    - Guider les courses
- Manque d'activité physique

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION

#### MODULE 1 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE LA FATIGUE

##### Définition et typologies de fatigue

- La fatigue en quelques chiffres
- Définition de la fatigue
- Fatigue aiguë et fatigue chronique
- Fatigue physique
- Fatigue mentale
- Fatigue émotionnelle
- Fatigue perçue vs fatigue de performance

##### Physiologie et mécanismes de la fatigue

- Impact du mode de vie
  - Rythme circadien et chronobiologie fonctionnelle
  - Sommeil
  - Stress aigu et stress chronique
  - Activité physique et sédentarité
  - Caféine
  - Conséquence de la fatigue sur le moyen / long terme
  - Impact iatrogène : médicaments et fatigue chronique
- Piliers fonctionnels
  - Stress oxydatif
  - Rôle du microbiote
  - Inflammation chronique
  - Insulinorésistance et variation chronique de la glycémie
  - Immunité / régulation hormonale
  - Mitochondries

##### Statut nutritionnel

- Statut énergétique
- Statut protéique
- Place des lipides
- Hydratation

##### Statut micronutritionnel

- Fer
- Magnésium
- Vitamines B (B1, B2, B3, B5, B6, B9, B12)
- Iode
- Zinc
- Vitamine D
- Coenzyme Q10
- Potassium
- Calcium
- Oméga 3

##### Pratique clinique et accompagnement micronutritionnel

- Anamnèse
- Bilan biologique et bilan hormonal
- Supplémentation
  - Micronutrition
  - Phytothérapie
  - Aromathérapie
- Répartition alimentaire
- Protocoles
  - Fatigue physique
  - Fatigue mentale
  - Fatigue émotionnelle

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION



## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

#### THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION

##### MODULE 2 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE L'ALLAITEMENT - *EN COURS D'ÉCRITURE*

Cours 1 : Mécanismes du stress et de l'apparition de troubles de l'humeur

Cours 2 : Les solutions nutritionnelles

Cours 3 : Les autres solutions de mode de vie

##### MODULE 3 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DES TROUBLES DU SOMMEIL - *EN COURS D'ÉCRITURE*

Cours 1 : Origines des troubles du sommeil

Cours 2 : Les solutions nutritionnelles

Cours 3 : Les autres solutions de mode de vie

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION

#### MODULE 4 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE L'ARTHROSE

##### 1. Arthrose et articulation

- L'arthrose en quelques chiffres
- L'articulation
  - Structure
  - Composition de la matrice extracellulaire
  - Rôles
- Généralités
  - Définition
  - Symptômes
  - Localisations
- Articulation et arthrose
  - Evolution
  - Stades radiologiques

##### 2. Physiopathologie

- Mécanismes impliqués
  - Caractéristiques démographiques, densité osseuse
  - Forme des os et articulations, morphologie
  - Traumatismes, profession
  - Activité physique
  - Statut en vitamine D
  - Statut en vitamine K
  - Obésité et inflammation de bas-grade
  - Asthme et dermatite atopique
  - Maladies auto-immunes

##### 3. Prise en charge de l'arthrose

- Traitement allopathique
- Mode de vie
  - Activité physique
  - Sommeil
  - Nutrition et phytothérapie
    - Alimentation méditerranéenne
    - Polyphénols
    - Oméga 3
    - Prébiotiques
    - Glucosamine
    - Chondroïtine sulfate
    - MSM
    - SAME
    - Collagène
    - Vitamine C
    - Vitamine E
    - Probiotiques
    - Gingembre
    - Boswellia
    - Capsaïcine
    - Harpagophytum
    - PEA
    - Autres
- En pratique
  - Conseils alimentaires
  - Arthrose débutante
  - Arthrose avec poussées inflammatoires



# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION

#### MODULE 5 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DES TROUBLES DE L'OSTÉOPOROSE

##### 1. Bases physiologiques

###### a. L'os

- Fonctions physiologiques
- Types d'os
- Tissu osseux
- Structure
- Composition
- Cellules

###### b. Remodelage osseux

- Mécanisme
- Facteurs de régulation
- Facteurs locaux
- Facteurs systémiques

##### 2. L'ostéoporose

- Grands principes
- Epidémiologie
- Classification
- Facteurs de risque
  - Vieillesse
  - Facteurs anthropométriques
  - Sexe féminin
  - Carence en œstrogènes
  - Pathologies
  - Etat nutritionnel
    - Déficit calorique chronique
    - Carence(s) micronutritionnelle(s)
    - Déséquilibre acido-basique
    - Microbiote intestinal
- Activité physique
- Alcool, tabac
- Diagnostic
- Traitement

##### 3. Prise en charge

- Nutritionnelle
- Mode de vie
- Phytothérapie
- En synthèse

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION

#### MODULE 6 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DES TROUBLES DES TROUBLES TENDINEUX

##### 1. Tendinopathies

- Généralités
- Physiopathologie
- Facteurs de risque
- Symptomatologie et diagnostic

##### 2. Place de la nutrition

- Equilibre acido-basique
- Stress oxydatif
- Régulation de l'inflammation
- Régulation insulinaire
- Ecosystème intestinal

##### 3. Supplémentation

- Vitamine C
- Oméga 3
- Collagène
- MSM
- Composés phyto-actifs
  - Boswellia
  - Flavonoïdes
  - Curcuminoïdes
  - Autres actifs

##### 4. Prise en charge

- Conseils alimentaires
- Bilan biologique
- Supplémentation

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION

#### MODULE 7 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DES DOULEURS CHRONIQUES

##### 1. Douleurs chroniques

- Généralités
- Définitions
- Classification
- Prévalence. Incidence
- Symptomatologie
- Pathologies : fibromyalgie, douleurs rhumatismales, pathologies digestives, infections froides

##### 2. Mode de vie

- Alimentation
  - Modèles alimentaires défavorables
    - Western Diet
    - Déficit protéique
    - Déficit calorique chronique
  - Modèles alimentaires favorables
    - Modèle méditerranéen
    - Modèle végétarien
    - Régime à faible teneur en glucides
    - Régime cétogène
    - Régime sans gluten
    - Régime pauvre FODMAPs
    - Régime pauvre en polyamines
    - Jeûne
  - Piliers fonctionnels
    - Pilier immunitaire
    - Pilier intestinal
    - Pilier mitochondrial
    - Pilier insulinaire
    - Balance acido basique
    - Piler hépatique
    - Régulation de l'inflammation
  - Statut miconutritionnel
    - Oméga 3 et 6
    - Vitamine C
    - Vitamine D
    - Vitamine E
    - Vitamine B12
    - Vitamine B6
    - Magnésium
    - Zinc
    - Sélénium
    - Cuivre
    - Manganèse
    - Glycine et collagène
    - CoQ10
- Sommeil
- Activité physique
- Stress chronique
- Exposition au froid

##### 3. Votre pratique

- Outils et questionnaires spécifiques
- Anamnèse
- Biologie
- Supplémentation
  - Selon la biologie
  - Supplémentation spécifique
    - Polyphénols
    - Glucosamine
    - Chondroïtine sulfate
    - Boswellia
    - MSM
    - SAME
    - PEA
    - Aromathérapie
    - Mycothérapie
- Synthèse - Points clés

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION



## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

**THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION**

**MODULE 8 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE L'ANÉMIE**  
**- EN COURS D'ÉCRITURE**

1. **Origines de l'anémie**
2. **Les solutions nutritionnelles**
3. **Les autres solutions de mode de vie**

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION

## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### CONTENU DE LA FORMATION

THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION

MODULE 8 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE L'ANÉMIE  
- EN COURS D'ÉCRITURE

1. Origines de l'anémie
2. Les solutions nutritionnelles
3. Les autres solutions de mode de vie

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION

#### MODULE 9 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DES MIGRAINES

##### 1. Les migraines

- Présentation
  - Les différents types de migraines
  - Prévalence
  - Étapes de la crise migraineuse
  - Agendas et questionnaires Physiopathologie
- Mécanismes
- Mode de vie
  - Stress
  - Sommeil et rythme circadien
  - Activité physique

##### 2. Nutrition et migraines

- Aliments
  - Boissons alcoolisées
  - Chocolat
  - Café
  - Glace
  - Sel
  - Additifs : monoglutamate, nitrites, édulcorants
  - Tyramine
- Micronutriments
  - Oméga 3
  - Vitamine D
  - Vitamines du groupe B
  - Magnésium
  - Sélénium
  - Zinc
  - Coenzyme Q10
  - Polyphénols
- Piliers fonctionnels
  - Écosystème intestinal
  - Stress oxydatif
  - Inflammation de bas-grade
  - Résistance à l'insuline
  - Dysfonctions hormonales
- Habitudes alimentaires

##### 3. En pratique

- Traitements conventionnels
- Biologie
- Conseils nutritionnels - synthèse

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## CONTENU DE LA FORMATION

### THÈME 7 : ACCOMPAGNER DIVERS TROUBLES FONCTIONNELS PAR LA NUTRITION

#### MODULE 10 : ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE LA DIFFICULTÉ À LA PRISE DE POIDS

##### 1. Bases physiologiques

- Poids et répartition corporelle
  - Définitions
  - Indice de masse corporelle
- Evaluation des besoins
  - Métabolisme de base (MB)
  - Niveau d'activité physique (NAP)
  - Evaluation du besoin calorique
  - Répartition énergétique
- Facteurs de variation du métabolisme de base

##### 2. Difficulté à la prise de poids

- Etiologies
  - Hypercatabolisme
    - Brûlures
    - Infections
    - Maladies chroniques
    - Médicaments
  - Malabsorptions
    - MICI
    - Maladie cœliaque
    - Syndrome du grêle court
    - Déficit enzymatique
    - Hypochlorhydrie
  - Troubles hormonaux
  - Troubles neuro-psychiatriques
  - Hyperactivité
- Dénutrition
  - Grands principes
  - Diagnostic

##### 3. Prise en charge

- Stratégies nutritionnelles
  - Augmenter l'apport énergétique-protéique
  - Optimiser le statut micronutritionnel
  - Supplémentation et aliments enrichis
  - Fréquence et timing des repas
- Stratégies non nutritionnelles
  - Prise de masse musculaire
- En pratique

# PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES, SUIVI ET ACTION

### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Enseignement à distance en e-learning pour s'adapter au rythme du stagiaire par module. Le contrôle par Health'Activ du suivi de la formation par le stagiaire se fera au moyen du fichier d'inscriptions et des rapports de connexion à la plateforme d'e-learning.

Le contrôle par Health'Activ du suivi de la visioconférence par le stagiaire se fera au moyen du rapport de connexion de la plateforme utilisée pour réaliser les classes distancielles.

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Cours vidéo et supports de formation écrits, accessibles pendant un an.

Classes virtuelles de 45 mn (une par module) destinées aux échanges entre les stagiaires et le formateur pour répondre aux éventuelles questions soulevées lors du visionnage des cours théoriques.

### MOYENS ET/ OU OUTILS PÉDAGOGIQUES

Les supports de cours (pdf et vidéo) sont accessibles via la plateforme LEARNY BOX, via l'espace personnel du candidat. Nous vérifions avant chaque inscription l'action de formation que le stagiaire dispose du matériel nécessaire à la réalisation de la formation (Ordinateur ou tablette, connexion internet stable, écran avec système audio et caméra).

### MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS À LA FORMATION

En amont de la contractualisation, l'intéressé a accès via le site internet [www.lanutritionpositive.com](http://www.lanutritionpositive.com) aux thématiques de la formation et à ses modalités.

- Pour les professionnels l'accès à l'espace apprenant débute 5 jours après validation de l'inscription. L'accès au contenu sera effectif à réception du paiement et au retour de la convention de formation signée.
- Pour les particuliers accès à l'espace apprenant 5 jours après validation de l'inscription. L'accès au contenu sera effectif à la réception du paiement et à réception contrat de formation signé.

### INTERVENANTS

Les supports de formation ont été conçus et réalisés par Anthony Berthou, nutritionniste et son équipe de professionnels de la nutrition. Les visioconférences et les classes présentielles optionnelles sont animées par Anthony Berthou et potentiellement par d'autres professionnels experts de la santé, du sport et de l'alimentation en cas de besoin spécifique.

### SANCTION DE LA FORMATION

Une attestation de formation est délivrée pour chaque module.

La validation du niveau est conditionnée à l'obtention de la moyenne à chaque évaluation de module et au suivi des participations aux classes virtuelles.

### MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DE SUIVI

- Questionnaire d'évaluation des connaissances en amont de l'action de formation par un questionnaire de positionnement.
- Questionnaires d'évaluation des acquis au cours de la formation
- Recueil des appréciations du stagiaire à la fin de l'action de formation



## PROPOSER DES CONSEILS NUTRITIONNELS EN NUTRITION PREVENTIVE

### ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Conformément à la réglementation (Loi du 11 février 2005, pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées / Articles D.5211-1 et suivants du code du travail) HEALTH'ACTIV peut proposer des aménagements (technique, organisationnel et/ou pédagogique) pour répondre aux besoins particuliers des personnes en situation de handicap. Le cas échéant, l'organisme de formation mobilise des compétences externes (centre de Ressources Formation Handicap Nouvelle-Aquitaine...) et les dispositifs ad-hoc (Accea, Epatech...) pour la recherche de solutions permettant l'accès aux formations.

### INDICATEUR DE RÉSULTAT EN DEVENIR (ESTIMATION DÉBUT 2025)

- **Indicateur 1** : % de formations réalisées en totalité
- **Indicateur 2** : % de personnes ayant obtenu leurs certifications
- **Indicateur 3** : Taux satisfaction global

### CONTACT PÉDAGOGIQUE, ADMINISTRATIF ET HANDICAP

Référent pédagogique : [info@lanutritionssystemique.com](mailto:info@lanutritionssystemique.com) / Anthony Berthou

Référent administratif et handicap : [info@lanutritionssystemique.com](mailto:info@lanutritionssystemique.com)