

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION

**NIVEAU 2B**

**THÈME 7**

**MODULE 6**

## ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DES TROUBLES TENDINEUX

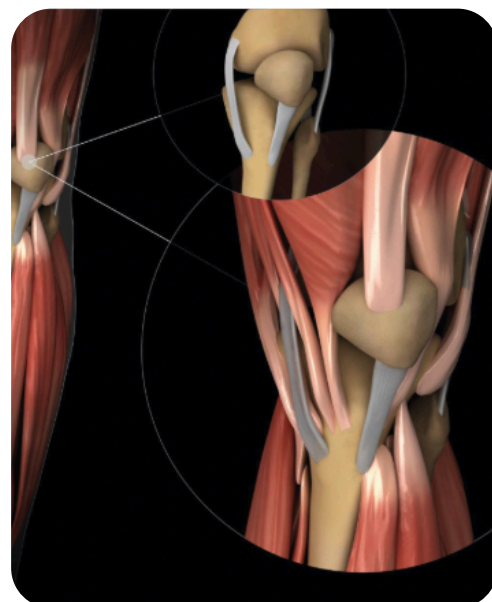
### CONTEXTE

Cette formation, conçue et animée par Anthony Berthou, propose une approche scientifique rigoureuse de l'accompagnement nutritionnel des troubles tendineux.

Elle s'adresse aux professionnels de santé souhaitant comprendre les mécanismes physiopathologiques des tendinopathies et les effets du mode de vie sur les risques d'apparition ou de pérennisation des troubles.

Basée sur l'EBP (Evidence-Based Practice), elle permet d'identifier les origines nutritionnelles et micronutritionnelles possibles de développement de tendinopathies (inflammation, stress oxydatif, régulation insulinaire, équilibre acido-basique, écosystème intestinal, carences en micronutriments) et la pertinence scientifique des suppléments alimentaires couramment proposés.

Cette formation vous permet d'établir et de maîtriser les protocoles personnalisés d'accompagnement en nutrition fonctionnelle des différents troubles tendineux.



#### PUBLIC VISÉ

Professionnels de santé, de  
l'alimentation et du sport



#### PRÉREQUIS

- Avoir validé le niveau 1  
ou
- avoir un DU nutrition ou micronutrition
- ou diplôme de diététicien-nutritionniste



#### MODE D'ORGANISATION

Blended learning



#### NOMBRE VIDEOS

22



#### DURÉE

**4H15** Durée totale estimée  
avec travail personnel  
**1H45** E-learning de visionnage  
**45 MIN** Classe virtuelle

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

297€ net de taxe \*

\* Cette formation n'est pas éligible au CPF

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION



## ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE LA DIFFICULTÉ A LA PRISE DE POIDS

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre la physiopathologie des tendinopathies et les mécanismes impliqués dans leur apparition ou leur chronicisation.
- Identifier les facteurs nutritionnels, micronutritionnels et de mode de vie susceptibles d'influencer la santé tendineuse.
- Analyser la littérature scientifique selon une démarche fondée sur l'EBP (Evidence-Based Practice) pour évaluer la pertinence des interventions nutritionnelles et des suppléments.
- Élaborer des protocoles d'accompagnement nutritionnel personnalisés intégrant alimentation, supplémentation et hygiène de vie.
- Appliquer une démarche structurée d'évaluation clinique et de suivi en nutrition fonctionnelle pour optimiser la prise en charge des troubles tendineux.

### COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation, le professionnel sera capable de :

- Mener une consultation en nutrition fonctionnelle et systémique auprès de patients souffrant de troubles tendineux.
- Relier les mécanismes physiopathologiques aux approches nutritionnelles et micronutritionnelles adaptées.
- Adapter ses recommandations nutritionnelles de manière personnalisée.
- Utiliser la littérature scientifique pour appuyer sa démarche clinique et orienter la supplémentation.
- Intégrer la nutrition selon une approche systémique et fonctionnelle de la prise en charge des pathologies musculosquelettiques.

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION



## ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE LA DIFFICULTÉ A LA PRISE DE POIDS

### CONTENU DE LA FORMATION

#### 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 insulinique
- 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

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION



## ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE LA DIFFICULTÉ A LA PRISE DE POIDS

### 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 présentiels 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

Attestation de formation délivrée pour chaque module.

#### 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

# FICHE DESCRIPTIVE DE L'ACTION DE FORMATION



## ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL DE LA DIFFICULTÉ A LA PRISE DE POIDS

### 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** : 22 personnes formées
- **Indicateur 2** : 95 % Taux satisfaction global

### CONTACT PÉDAGOGIQUE, ADMINISTRATIF ET HANDICAP

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

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