

Accompagnement nutritionnel des douleurs chroniques

NIVEAU 2B

THÈME 7

MODULE 7

Présentation de la formation

Les douleurs chroniques constituent aujourd'hui un enjeu majeur de santé publique, en raison de leur forte prévalence, de leur complexité physiopathologique et de leur impact fonctionnel, psychologique et social. Longtemps considérées comme un simple symptôme, elles sont désormais reconnues comme une pathologie à part entière, impliquant des mécanismes neurobiologiques, inflammatoires, métaboliques et psycho-comportementaux.

Ce module vise à fournir aux professionnels de santé une compréhension approfondie des douleurs chroniques et des leviers nutritionnels et micronutritionnels pouvant être mobilisés dans leur accompagnement. L'approche proposée s'inscrit dans une vision systémique, intégrant alimentation, mode de vie, statut micronutritionnel et individualisation de la prise en charge, afin d'améliorer la qualité de vie des patients et de soutenir leur prise en charge globale.



Public visé

Professionnels de santé, de l'alimentation et du sport



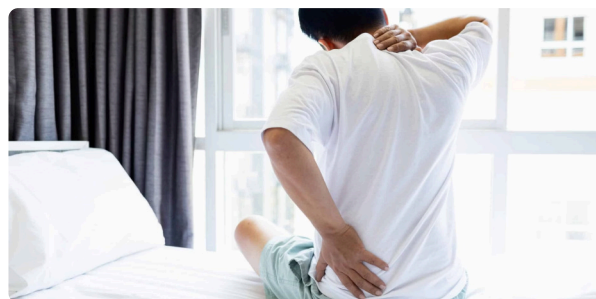
Prérequis

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



Mode d'organisation

Blended learning



Durée

Heures de visionnage : 4:15:28

Estimation visionnage + travail personnel :
8:30:56

Classe virtuelle : 45 min



Prix et modalités

297 €

Accompagnement nutritionnel des douleurs chroniques

NIVEAU 2B

THÈME 7

MODULE 7



Objectifs pédagogiques

À l'issue de ce module, vous serez capable de mener un accompagnement nutritionnel et micronutritionnel adapté pour des patients atteints de douleurs chroniques.

- Comprendre les douleurs chroniques et leurs mécanismes physiopathologiques
- Identifier les modes de vie et l'alimentation optimaux pour des patients atteints de douleurs chroniques
- Mettre en œuvre un accompagnement nutritionnel personnalisé en pratique

Compétences visées

- Mener une consultation en nutrition systémique pour les personnes souffrant de douleurs chroniques

Accompagnement nutritionnel des douleurs chroniques

NIVEAU 2B

THÈME 7

MODULE 7

1. DOULEURS CHRONIQUES

- Généralités
- Définitions
- Classification
- Prévalence et 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 en FODMAPs
 - Régime pauvre en polyamines
 - Jeûne
- Piliers fonctionnels
 - Pilier immunitaire
 - Pilier intestinal
 - Pilier mitochondrial
 - Pilier insulínique
 - Balance acido-basique
 - Pilier hépatique
 - Régulation de l'inflammation

◦ Statut micronutritionnel

- 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

Accompagnement nutritionnel des douleurs chroniques

NIVEAU 2B

THÈME 7

MODULE 7

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