

FICHE DESCRIPTIVE DE LA FORMATION

NIVEAU 3

THÈME 2

MODULE 1

PRISE EN CHARGE NUTRITIONNELLE DU SYNDROME MÉTABOLIQUE

Le syndrome métabolique représente un enjeu de santé publique majeur dont la compréhension a profondément évolué depuis sa première description par Reaven en 1988. Longtemps considéré comme une accumulation indépendante de cinq anomalies métaboliques, il est aujourd'hui compris comme l'expression clinique d'une dysrégulation systémique alimentée par cinq boucles de rétroaction interconnectées : insulino-résistance, inflammation chronique de bas grade, dysfonction mitochondriale, dysbiose intestinale et désynchronisation circadienne.

Ce module s'adresse aux professionnels de santé souhaitant acquérir une compréhension des mécanismes du syndrome métabolique, de ses comorbidités majeures et des leviers nutritionnels, micronutritionnels et comportementaux mobilisables. L'approche s'inscrit dans la vision systémique de La Nutrition Systémique, dans une démarche individualisée et evidence-based.

La rigueur scientifique constitue le socle du module : références scientifiques, niveaux de preuve explicites et triangulation entre méta-analyses récentes et guidelines internationales.



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

E-LEARNING



DURÉE

4H

Un temps de travail personnel sera nécessaire pour bien acquérir les apprentissages transmis.



NOMBRE VIDEOS

36



PRIX ET MODALITÉS

347 € net de taxe *

*Cette formation n'est pas éligible au CPF

FICHE DESCRIPTIVE DE LA FORMATION

LA NUTRITION SYSTÉMIQUE



PRISE EN CHARGE NUTRITIONNELLE DU SYNDROME MÉTABOLIQUE

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Définir le syndrome métabolique selon les critères diagnostiques actuels, comprendre son épidémiologie et son caractère systémique impliquant plusieurs mécanismes physiopathologiques interconnectés.
- Expliquer les mécanismes fondamentaux du syndrome métabolique : insulino-résistance, inflammation chronique de bas grade, dysfonction mitochondriale, dysbiose intestinale et désynchronisation circadienne.
- Identifier et analyser les principales comorbidités associées au syndrome métabolique (DT2, MASLD, maladies cardiovasculaires, SOPK, dysthyroïdie, déclin cognitif) et leurs interactions.
- Définir les stratégies nutritionnelles et micronutritionnelles ciblées selon le profil clinique du patient.
- Évaluer le niveau de preuve des interventions en micronutrition et supplémentation dans la prise en charge du syndrome métabolique.
- Construire un protocole de pratique clinique personnalisé intégrant anamnèse fonctionnelle, bilan biologique adapté, algorithme diagnostique, conseils alimentaires et supplémentation.

COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de ce module, l'apprenant aura développé les compétences suivantes :

Compétences cliniques en nutrition systémique

- Conduire une anamnèse fonctionnelle structurée intégrant les piliers du syndrome métabolique, adapter la stratégie nutritionnelle et micronutritionnelle selon le profil clinique et les comorbidités identifiées.
- Concevoir un protocole nutritionnel individualisé (alimentation adaptée, supplémentation ciblée, exercice physique, gestion du sommeil et des émotions, réduction des xénobiotiques) en articulant les connexions entre comorbidités.
- Analyser un bilan biologique spécifique, appliquer l'algorithme diagnostique et adapter la prise en charge aux profils cliniques variés (DT2, MASLD, SOPK, pathologies cardiovasculaires, déclin cognitif).
- Identifier les situations nécessitant une orientation médicale spécialisée.

Compétences scientifiques

- Maîtriser la physiopathologie du syndrome métabolique et ses mécanismes systémiques (insulino-résistance hépatique vs périphérique, lipotoxicité, voie des hexosamines, lipogenèse de novo, sirtuines).
- Évaluer le niveau de preuve de chaque intervention nutritionnelle et en micronutrition en distinguant données humaines, animales et in vitro.
- Interpréter les marqueurs biologiques spécifiques en intégrant les pièges d'interprétation.
- Sélectionner les micronutriments selon le profil dominant identifié (insulino-résistance, inflammation, mitochondrie, intestin, circadien) et le niveau de preuve disponible.

FICHE DESCRIPTIVE DE LA FORMATION

LA NUTRITION SYSTÉMIQUE



PRISE EN CHARGE NUTRITIONNELLE DU SYNDROME MÉTABOLIQUE

Cours 1 — Comprendre le syndrome métabolique

- 1.1 — Définition, épidémiologie, concept systémique
- 1.2 — Insulinorésistance
- 1.3 — Inflammation chronique de bas grade
- 1.4 — Dysfonction mitochondriale
- 1.5 — Dysbiose intestinale
- 1.6 — Désynchronisation circadienne

Cours 2 — Comorbidités

- 2.1 — Diabète de type 2
- 2.2 — MASLD (Metabolic dysfunction-Associated Steatotic Liver Disease)
- 2.3 — Maladies cardiovasculaires
- 2.4 — SOPK
- 2.5 — Thyroïde
- 2.6 — Déclin cognitif

Cours 3 — Mode de vie

- 3.1 — Alimentation
- 3.2 — Micronutrition ciblée
- 3.3 — Exercice physique et mode de vie

Cours 4 — Pratique clinique

- 4.1 — Anamnèse fonctionnelle
- 4.2 — Bilan biologique
- 4.3 — Profils et algorithme diagnostique
- 4.4 — Synthèse