

Prise en charge nutritionnelle de l'endométriose

NIVEAU 3

THÈME 7

MODULE 4

Présentation de la formation

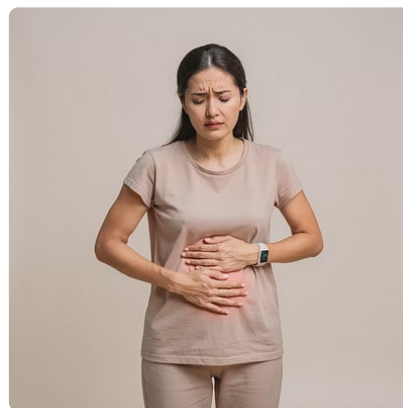
Cette formation animée par Géraldine Galan traite de façon intégrative de l'alimentation et du mode de vie à recommander chez les femmes atteintes d'endométriose.

À l'issue de ce module, vous connaîtrez les points fondamentaux identifiés à ce jour, caractérisant la physiopathologie complexe de cette pathologie, ainsi que leurs conséquences en termes de symptômes. Vous serez en mesure d'accompagner les femmes souffrant d'endométriose, en vue d'optimiser leur confort de vie, leur santé et leur fertilité de façon personnalisée et durable. Cet accompagnement intègre la nutrition mais aussi le mode de vie, y compris la question de l'exposition aux perturbateurs endocriniens. Vous saurez par ailleurs orienter les femmes vers des suppléments nutritionnelles ou de phytothérapie quand cela se justifie.



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



Durée

Heures de visionnage : 3h
Estimation visionnage + travail personnel : 6h
Classe virtuelle : 45 min



Mode d'organisation

Blended learning



Prix et modalités

297 €

Accompagnement nutritionnel de l'endométriose

NIVEAU 3

THÈME 7

MODULE 4

Objectifs pédagogiques

- Connaître les principaux mécanismes physiopathologiques de l'endométriose et ses symptômes les plus fréquents, afin de construire un accompagnement nutritionnel et intégratif cohérent et efficace.
- Définir les éléments d'accompagnement nutritionnel et intégratif qui viendront compléter et optimiser la prise en charge médicale en tenant compte des critères diagnostiques et de prise en charge de l'endométriose en médecine conventionnelle.
- Conseiller les femmes atteintes d'endométriose de façon globale en termes de mode de vie : alimentation, activité physique, exposition aux perturbateurs endocriniens, soutiens "micronutritionnels" et de phytothérapie, etc.
- Compléter l'accompagnement des femmes atteintes d'endométriose grâce à des leviers ciblant spécifiquement les déséquilibres hormonaux impliqués dans la pathologie.

Compétences visées

- Connaître les points fondamentaux identifiés à ce jour, caractérisant la physiopathologie complexe de cette pathologie, ainsi que leurs conséquences en termes de symptômes et d'impact sur la qualité de vie.
- Accompagner les femmes souffrant d'endométriose, en vue d'optimiser leur confort de vie, leur santé et leur fertilité de façon personnalisée et durable. Cet accompagnement intègre la nutrition mais aussi le mode de vie, y compris la question de l'exposition aux perturbateurs endocriniens.
- Orienter les femmes, quand cela se justifie, vers des suppléments micronutritionnels ou de phytothérapie pertinentes et personnalisées grâce, notamment, à la biologie fonctionnelle.

Accompagnement nutritionnel de l'endométriose

NIVEAU 3

THÈME 7

MODULE 4

1. CONNAÎTRE ET COMPRENDRE L'ENDOMÉTRIOSE

- **Définition et fréquence**
- **Tableau clinique**
- **Mécanismes physiopathologiques**
 - Mécanismes généraux
 - Menstruations rétrogrades et immunité
 - Impact de l'œstrobolome
 - Origines de la douleur
- **Troubles fréquemment associés**
 - Maladies auto-immunes
 - Syndrome de l'intestin irritable
 - Santé mentale
- **Qualité de vie**

2. PRISE EN CHARGE CONVENTIONNELLE

- **Stratégie diagnostique**
 - Une démarche en 3 étapes
 - Quid des tests salivaires ?
- **Traitements conventionnels**

3. ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL ET INTÉGRATIF

- **Principes transversaux**
 - Synthèse des leviers d'accompagnement intégratif
 - Biologie fonctionnelle Activité physique
 - Perturbateurs endocriniens
 - Alimentation
 - Supplémentations
- **Equilibre hormonal**
 - Rappels physiologiques
 - Principes généraux
 - Limiter l'imprégnation œstrogénique
 - Favoriser la synthèse de progestérone