



**évolutionkiné**  
INSTITUT DE FORMATION EN KINÉSITHÉRAPIE



## Nutrition et Micronutrition

Outre l'approche manuelle, nous avons dans notre décret de compétences le devoir de prévenir et de conseiller nos patients sur leur hygiène de vie. Aujourd'hui l'alimentation joue un rôle primordial dans la prévention et le traitement de certaines pathologies. Nous savons aujourd'hui qu'elle constitue un facteur déclenchant majeur de certaines maladies. Au cours de cette formation de 2 jours nous verrons l'utilité de maîtriser les connaissances nutritionnelles pour un thérapeute afin de conseiller au mieux son patient.

Durée: 16.00 heures (2.00 jours)

### Profil du stagiaire

#### Prérequis

- Masseur-Kinésithérapeute
- Ostéopathe
- Infirmière
- Sage-Femme
- Praticiens de Santé

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Comprendre la physiologie de la digestion
- Repérer et corriger les déficiences nutritionnelles et micro nutritionnelles de nos patients.
- Optimiser les fonctions, prévenir et traiter les déséquilibres et pathologies en apportant des solutions nutritionnelles et micro nutritionnelles en complément de nos prises en charge kinésithérapiques.
- Effectuer une mission de prévention de santé publique en conseillant les patients sur les comportements alimentaires pour prévenir les maladies dites de civilisation
- Aborder les différentes pathologies inflammatoires ayant un impact sur l'appareil locomoteur et leur correction alimentaire
- Aborder les Maladies de Civilisations pour effectuer notre travail de prévention
- Connaître et utiliser les outils et les méthodes d'apprentissage indispensables à une démarche d'éducation pour la santé.
- Connaître, comprendre et pouvoir utiliser avec des patients le contenu des objectifs nutritionnels prioritaires et spécifiques définis par le PNNS. Connaître et comprendre, en référence aux données scientifiques actuelles (ANSES, INSERM...), les grands principes régissant la transformation de l'aliment en nutriment, les pathologies qui s'y rapportent (Syndrome cardio métabolique, Obésité, Inflammations de bas grade...etc

### CONTENU (PROGRESSION PEDAGOGIQUE)

- Introduction
  - Principes d'action de la Micronutrition
  - La stratégie de la micronutrition
- Physiologie Digestive
  - Généralités
  - Cavité buccale
  - Oesophage
  - Estomac
  - Pancréas exocrine
  - Foie et Vésicule biliaire
  - Intestin grêle
  - Colon
- Alimentation
  - Principales notions
  - Les protéines
  - Les acides aminés
  - Les glucides
  - Les lipides



**évolutionkiné**  
INSTITUT DE FORMATION EN KINÉSITHÉRAPIE



- Les micro-nutriments
- Les déficits majeurs
  - Fer
  - Magnésium
  - Vitamine D
  - Zinc
- Les déséquilibres nutritionnels
  - Généralités
  - Oméga 3/6
  - NA/K
  - Acido-basique
  - Oxydant/antioxydant
  - Neurotransmetteurs
  - Le système immunitaire
  - L'inflammation de bas grade
  - L'écosystème intestinal
- Pathologies et nutrition
  - Intolérances
  - Hyperperméabilités intestinales
  - L'intestin irritable
  - Diabète
  - Surpoids
  - L'alimentation chronobiologique
  - la détoxification
  - La nutrition du sportif

## ORGANISATION

### Intervenant(e)

ORGANISME DE FORMATION EN KINÉSITHÉRAPIE

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.