

## Rôle préventif et pédagogique du MK en matière de nutrition en relation avec les pathologies liées au surpoids et à une alimentation inadaptée

### Nutrition santé pour kinés, niveau 1

#### Contenu de la formation

##### OBJECTIF DE LA FORMATION :

- Prévenir les troubles liés au surpoids et à une alimentation inadaptée.
- Acquérir les bases théoriques d'une alimentation équilibrée permettant aux patients de se rapprocher d'un état de santé satisfaisant.
- Évaluer les apports alimentaires du patient, détecter les erreurs alimentaires à corriger.
- Établir un programme progressif de correction alimentaire.
- Évaluer les résultats du traitement.

##### PUBLIC CONCERNÉ :

Masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, médecins, infirmiers(ères), micro-nutritionnistes, podologues.

##### PRÉ-REQUIS NÉCESSAIRES POUR SUIVRE LA FORMATION :

Posséder le diplôme du public concerné.

##### MODALITÉS D'ACCÈS / D'INSCRIPTION À LA FORMATION :

À partir de notre site par l'envoi d'un dossier d'inscription validé après la réception du règlement et du Contrat de formation signé.

##### MODALITÉS DE DÉROULEMENT DE LA FORMATION :

Approche pédagogique active basée sur des techniques pratiques et des cas cliniques.

##### TEMPS DE FORMATION :

3 jours soit 21 heures

##### FORMATEUR POUR KINÉ FORMATIONS :

Martial QUIN - Masseur Kinésithérapeute DE.

##### JOUR 1

- Présentation des participants.

Questionnaire écrit à remplir par chaque participant pour apprécier leurs connaissances par rapport au sujet abordé.

Introduction :

- Définition de la Santé.
- Quelques chiffres à propos des maladies actuelles.
- Le rôle des aliments.
- La notion de calories.

L'intestin :

- La paroi intestinale.
- La flore intestinale et ses différentes fonctions.
- Le concept de la perméabilité intestinale.
- La réponse immunitaire : comprendre le déroulement d'une réaction immunitaire et ses conséquences sur l'organisme.
- La réaction inflammatoire : ses origines, ses conséquences sur l'organisme.

Quizz sur l'intestin et l'immunité.

- Travaux pratiques par groupes sur des cas cliniques concrets.
- Mise en commun des informations et correction pour tout le groupe.

Les radicaux libres :

- Définition.
- Leurs origines et leurs fonctions dans l'organisme.
- Les moyens de défense anti-radicalaire.

\* *Conclusions*

##### JOUR 2

- Les graisses : les différentes catégories de graisses présentes dans l'organisme.
- Composition et structure de la membrane cellulaire.
- Le rôle fonctionnel des acides gras poly-insaturés : les Oméga 6 et les Oméga 3.
- Connaître les huiles couramment utilisées et leur teneur en Oméga 6 et Oméga 3.
- Quizz sur la partie des graisses.
- L'équilibre ionique au niveau cellulaire : notion du rapport sodium/potassium et approche de l'équilibre acido-basique.
- Connaître les aliments à pouvoir acidifiant et alcalinisant.
- Le cerveau en quelques chiffres.
- Le déroulement de la transmission synaptique : savoir quels aliments apporter au cours de la journée.
- La relation cerveau-intestin : savoir appréhender les symptômes évocateurs d'une origine digestive à certaines perturbations d'ordre psychique.

##### KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart

08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES

Tél. : 01 42 22 63 50

[www.kine-formations.com](http://www.kine-formations.com)

Déclaration activité : 21 08 00367 08

- Cas pratiques abordés par groupes.
- Le travail portera sur l'ensemble du contenu des 2 jours de formation.
- Mise en commun des informations recueillies au sein de chaque groupe et correction pour tout le monde.

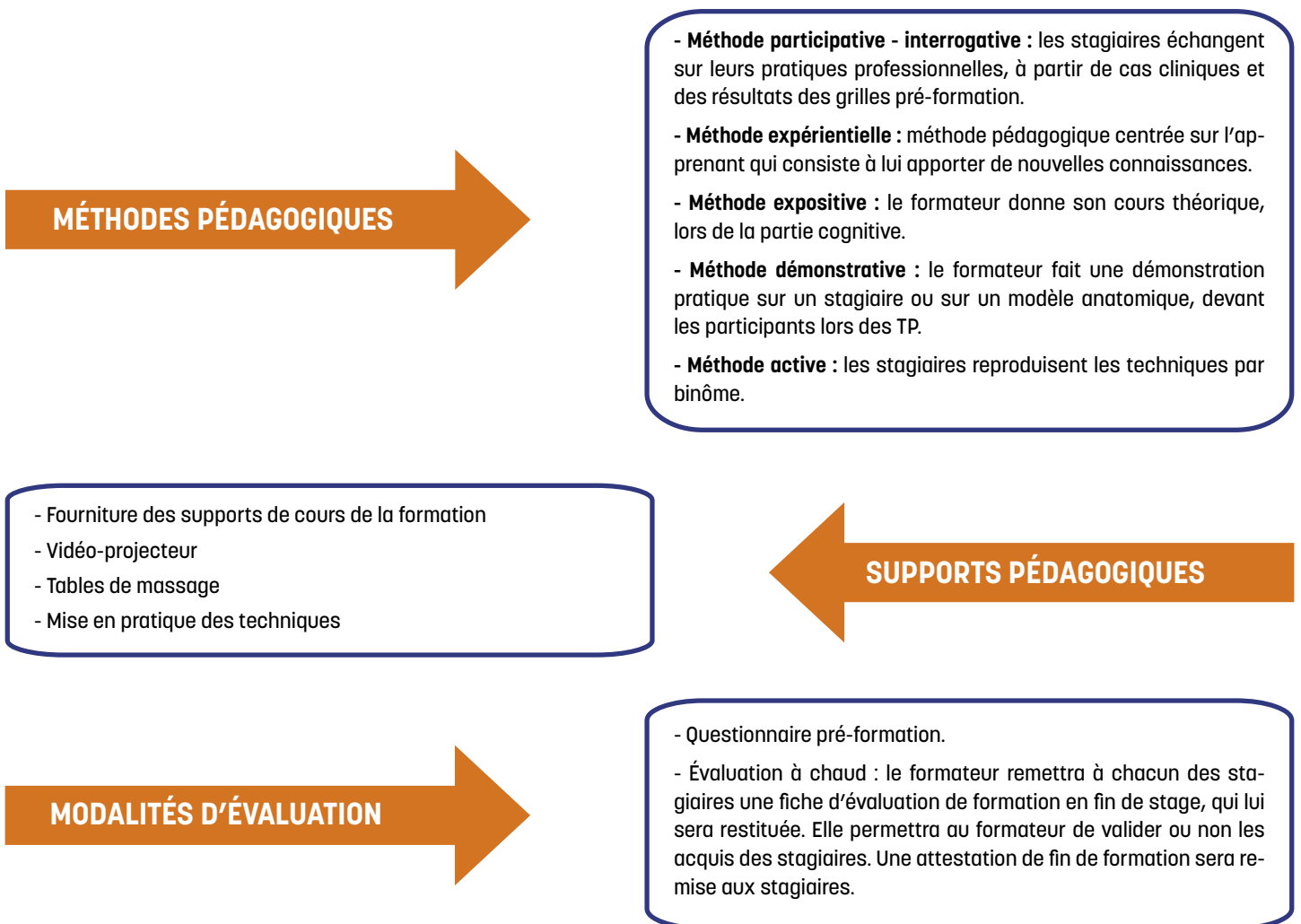
\* *Conclusions*

### **JOUR 3**

Mise en situation :

- Questionnaires patients
- Présentation de cas pratiques
- Travail par groupe sur cas pratiques
- Questions réponses - Conclusions

**Nature de l'action définie à l'article L.6313-1 du code du travail :** Actions d'adaptation et de développement des compétences.



### **BIBLIOGRAPHIE :**

- En Bonne Santé Grâce à la Micronutrition (Nouvelle Édition)** de Laetitia Agullo et Dr Didier Chos
- Mincir sur mesure grâce à la chrono nutrition** de Alain Delabos
- Micronutrition, santé et performance : Comprendre ce qu'est vraiment la micronutrition** de Denis Riché et Didier Chos
- Les secrets de la micronutrition** de Bertrand Guérineau
- Nutrithérapie - Bases scientifiques et pratique médicale** de Dr. Jean-Paul Curtay
- Micronutrition dans votre assiette** de Alain Triaire et Jean-Marie Pelt
- Ne nourrissez plus votre douleur micronutrition et fibromyalgie** de Denis Riché et Didier Chos
- Micronutrition et Nutrithérapie : Synthèse Générale à l'Attention des Professionnels de Santé** de Jérôme Manette
- Tous les bienfaits de la micronutrition** de Didier Chos et Cathy Selena
- Micronutrition du sport et de la vie** de Denis Riché
- Les secrets de l'alimentation anti-inflammatoire** de Serfaty

**NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE CONFIANCE**

Pour aller plus loin, [rendez-vous sur notre site](#)

