

Formation nutrition santé pour kinés, niveau 3



Formation
en présentiel

Explorez l'écosystème buccal et familiarisez-vous avec sa flore, ses fonctions, ses évolutions ainsi que les mécanismes d'équilibre et les signes de dysbiose.



Apprenez à reconnaître les vitamines liposolubles et hydrosolubles : leurs rôles, leurs sources alimentaires et les symptômes liés à un déficit.

Étudiez l'anatomie de la glande thyroïde, la synthèse et l'action des hormones thyroïdiennes ainsi que les maladies associées, notamment l'hypothyroïdie.

Vous découvrirez également les examens recommandés pour évaluer la fonction thyroïdienne, comme les dosages hormonaux et l'iodurie.

Enfin, explorez les traitements médicaux pour l'hypothyroïdie, l'importance des micronutriments, les régimes alimentaires appropriés et les plantes bénéfiques pour la santé de la thyroïde.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Découvrir l'intimité de notre bouche** et l'impact de son écosystème sur notre état de santé.
- Apprendre à **prendre soin** de notre bouche.
- **Connaître le rôle des vitamines lipo et hydrosolubles** dans l'organisme et savoir faire le lien entre d'éventuels déficits et certains symptômes répertoriés sur les questionnaires utilisés en consultation de micronutrition.
- **Appréhender les problèmes de thyroïde** grâce à une connaissance approfondie du fonctionnement de cette glande ainsi que des examens, bilans et traitements couramment prescrits aujourd'hui.
- **Être capable de prodiguer** des conseils adaptés dans les domaines de l'alimentation et de l'hygiène de vie à des patients présentant des problèmes de thyroïde, notamment une hypothyroïdie, maladie la plus fréquente de la glande thyroïde.

JOUR 1

8h30-9h00 :

Présentation de chaque stagiaire : chacun se présente individuellement devant le groupe, en précisant ses spécialités pratiquées en matière professionnelle ainsi que ses attentes par rapport à la formation.

9h00-10h45 :

I - L'ÉCOSYSTÈME BUCCAL

- 1) Introduction.
- 2) La flore buccale :
 - Composition du biofilm buccal.
 - Fonctionnement de la flore buccale.
 - Évolution de la flore buccale au cours de la vie.
 - Mécanismes favorisant l'équilibre de l'écosystème buccal.

10h45-11h00 : Pause.

11h00-12h00 :

- 3) La dysbiose buccale :
 - Différentes origines.
 - Conséquences sur l'organisme.

12h00-14h00 : Pause déjeuner.

14h00-15h45 :

- 4) Les signes cliniques évocateurs d'un dysfonctionnement de l'écosystème buccal.
- 5) Le rôle essentiel du monoxyde d'azote.

15h45-16h00 : Pause.

16h00-18h00 :

- 6) Comment prendre soin de sa bouche en pratique ?
 - Entretien des différentes structures de l'écosystème buccal.
 - L'hygiène bucco-dentaire.
 - Modèle alimentaire adapté.
- 7) Conclusion.

JOUR 2

8h30-10h45 :

II - LES VITAMINES

- 1) Les vitamines liposolubles :
 - La vitamine A : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

JOUR 2 (suite)

- La vitamine D : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

- La vitamine E : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

- La vitamine K : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

10h45-11h00 : Pause.

11h00-12h00 :

2) Les vitamines hyposolubles :

- La vitamine C : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

- La vitamine B1 : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

- La vitamine B2 : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

- La vitamine B3 : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

- La vitamine B5 : description, rôle dans l'organismen, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

12h00-14h00 : Pause déjeuner.

14h00-15h45 :

- La vitamine B6 : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

- La vitamine B8 : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

- La vitamine B9 : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

- La vitamine B12 : description, rôle dans l'organisme, sources alimentaires, signes cliniques de déficit.

15h45-16h00 : Pause.

16h00-18h00 :

III - PRISE EN CHARGE DES DYSFONCTIONNEMENTS DE LA GLANDE THYROÏDE

1) La glande thyroïde :

- Rappels anatomiques

- Synthèse des hormones thyroïdiennes.

- Action des hormone thyroïdiennes sur l'organisme.

JOUR 3

8h30-10h45 :

- 2) Les différentes maladies de la thyroïde.
- 3) L'hypothyroïdie : signes cliniques, origines du dysfonctionnement.

10h45-11h00 : Pause.

11h00-12h00 :

- 4) Les examens recommandés :
 - Dosage de la TSH.
 - Dosage sanguin de T4L, T3L, rT3.
 - Dosage des auto-anticorps.
 - L'iodurie.
 - Évaluation de la fonction surrénalienne.
 - Autres examens.

12h00-14h00 : Pause déjeuner.

14h00-16h00 :

- 5) Traitement médical de l'hypothyroïdie.
- 6) Approche globale des dysfonctionnements de la thyroïde :
 - L'iode, un micronutriment essentiel.
 - Les autres micronutriments indispensables à la thyroïdie.
 - Modèle alimentaire adapté.
 - Plantes utiles à la thyroïdie.
- 7) En pratique, comment faire ?
 - Absence de traitement médical.
 - Traitement médical en cours.
 - Prise en charge globale de certaines problématiques spécifiques en lien avec la glande thyroïde.



Durée : 3 jours, soit 21 heures.



Public concerné : kinésithérapeutes, ostéopathes, podologues, infirmier(ères), micro-nutritionnistes, médecins.



Pré-requis : nutrition santé, module 2. Posséder le diplôme du public concerné.



Formateur : **Martial QUIN**, kinésithérapeute, diplômé en alimentation, santé et micronutrition.



Déroulement : approche pédagogique active basée sur des techniques pratiques et des cas pratiques.

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

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

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Méthode participative - interrogative : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation.

Méthode expérientielle : méthode pédagogique centrée sur l'apprenant qui consiste à lui apporter de nouvelles connaissances.

Méthode expositive : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.

Méthode démonstrative : le formateur fait une démonstration pratique sur un modèle anatomique, devant les participants lors des travaux pratiques.

Méthode active : les stagiaires reproduisent les techniques par binôme.

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- Fourniture des supports de cours de la formation
- Vidéos anatomiques
- Vidéo-projecteur

MODALITÉS D'ACCÈS ET D'INSCRIPTION

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.

KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart - 08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES - Tél. : 01 42 22 63 50

www.kine-formations.com

Déclaration activité : 21 08 00367 08

Kiné  Formations soutient l'Association [«123 Togo»](#)



Infos, dates et lieux de formation sur le site de Kiné Formations en scannant ce QR code :

