





---

## Programme de la formation

### Micronutrition

-  En groupe sur site
-  37 heures sur 5 jour(s)
-  Tout public
-  Sur devis

### Description courte

Formation de 5 jours

Développez vos compétences en micronutrition pour une prise en charge globale de vos patients.

### Profil des participants

Professionnels de santé : diététiciens, pharmaciens, préparateurs en pharmacie, infirmiers, kinésithérapeutes, ostéopathes, sages femmes, éducateurs sportifs ...

Reconversion professionnelle

### Prérequis

Etre titulaire d'un diplôme professionnel de la santé, de la nutrition, de l'alimentation ou du sport

Ou avoir un projet professionnel en lien avec la formation

### Objectifs

**Maîtriser les micronutriments afin de comprendre et d'identifier les éventuelles carences.**

**Maîtriser les rôles, les normes santé et les sources alimentaires des différents micronutriments**

**Savoir adapter sa prise en charge aux besoins du patient.**

### Contenu

- **L'équilibre digestif**

Dysbiose, Hyperperméabilité intestinale, détoxification

Les micronutriments de l'intestin et de la détoxification hépatique

- **Le stress oxydatif**

Le vieillissement cellulaire, l'oxydation, la glycation, l'inflammation de bas grade

Les défenses antioxydantes de l'organisme

---

---

Les micronutriments du stress oxydatif

- **L'équilibre métabolique**

Les pathologies du métabolisme

Les micronutriments de l'équilibre métabolique

- **Le système immunitaire**

Les causes de dysfonctionnement du système immunitaire

Les micronutriments du système immunitaire

- **Le système ostéoarticulaire**

La dégénérescence : causes et conséquences

Les micronutriments du système ostéoarticulaire

- **L'équilibre acido-basique**

Rappel sur l'équilibre acido-basique

Rôles et sources alimentaires des micronutriments alcalinisant

- **L'équilibre nerveux**

Les troubles nerveux

Les micronutriments dans l'équilibre des neurotransmetteurs

La chrononutrition

- **L'équilibre hormonal**

Les troubles hormonaux et les micronutriments associés

## Pédagogie et organisation

Cours magistraux, étude de cas, échanges avec les formateurs et mise en situation.

## Mode de validation

Attestation de formation (en fonction des évaluations en cours de formation)

## Financements possibles

**Financements possibles par les OPCO**

## Intervenant

Formateurs et intervenants experts : médecins, phytothérapeute, diététiciennes, biologistes, naturopathe ...

---