

## Module : nutrition spécialisation I (144h)

<ul style="list-style-type: none"> <li>Apprenants</li> </ul>	<p>Formation destinée aux apprenants du cursus de naturopathie qui désirent en faire leur spécialisation.            Formation destinée aux apprenants ayant choisi la Nutrition comme technique.            Tous les apprenants souhaitant se former dans leur cadre professionnel ; pharmaciens, droguistes, infirmières, médecins, coachs sportifs, etc..</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Aperçu de la formation (Définition)</li> </ul>	<p>Apprentissage global et spécifique en fonction de la pathologie de l'intérêt d'une complémentation Nutri-thérapeutique.            Apprentissage et mise en place d'une consultation en nutrition et nutrithérapie.            Cas pratiques, posologies et connaissance des produits sur le marché en fonction de la pathologie.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Intervenants</li> </ul>	<p>Catherine Chollet, infirmière et naturopathe diplômée fédéral            Sarah Riche, naturopathe            François Fllaudeau, naturopathe            Audrey Amatte, naturopathe            Christèle Corrèas, pharmacienne, homéopathe et naturopathe</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Objectifs d'apprentissage généraux</li> </ul>	<p>Expliquer de manière simple et précise les particularités des différentes formes de régimes alimentaires.            Accompagner et supplémer un individu en fonction de son âge et de son activité dans un cadre diététique et nutri-thérapeutique avec un objectif précis.            Accompagner une personne vers une meilleure hygiène alimentaire.            Conseiller des compléments alimentaires adaptés.            Conseiller et accompagner une personne lors d'un jeûne thérapeutique.            Detoxifier le corps grâce à l'alimentation en prenant en compte les facteurs environnementaux, physiques et mentaux.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Contenu</li> </ul>	<p><b>Nutrition I : (144h)</b></p> <p><b>1. Le système digestif <span style="float: right;">16h</span></b></p> <p>Le système digestif étant la base de toutes les absorptions et le départ de nombreuses pathologies. Il sera important d'apprendre et de comprendre son fonctionnement ainsi que son dysfonctionnement. Il représente une base importante de la nutrition et de la micro-nutrition. Appelé également « le deuxième cerveau ». Vous allez donc</p>

apprendre à reconnaître ses dysfonctionnements, à analyser les maux du consultant afin de le conseiller au mieux en nutrition et micro-nutrition.

**2. Fatigue chronique et gestion du stress** **16h**

Connaître les différentes causes d'une fatigue chronique et de la Fibromyalgie. Comprendre leurs différents mécanismes physiologiques et de pouvoir analyser les carences nutritionnelles afin d'être en capacité d'émettre des conseils judicieux en nutrition et micro-nutrition.

Savoir reconnaître un stress, de quel type et comment retrouver l'équilibre physique et mental par le biais de l'équilibre alimentaire, de la micro-nutrition et de l'hygiène de vie.

**3. Excès de poids** **16h**

Connaître la définition de l'excès de poids, comprendre les syndromes poly-métaboliques qui en découlent.

Pouvoir expliquer le lien avec certains comportements alimentaires, l'implication des différents systèmes physiologiques (endocriniens et nerveux) dans cette problématique, et d'être en capacité de mettre en application des conseils nutritionnels adaptés.

**4. Alimentation du sportif et stress oxydatif** **16h**

Comprendre les différentes implications biologiques face à l'effort. Et par la suite accompagner des sportifs tout au long de leur entraînement afin d'améliorer leur performance, l'endurance, les phases de récupérations, et/ou la prise de masse musculaire selon le sport et la demande tout en préservant leur santé. Etre en capacité de définir et de reconnaître un stress oxydatif et savoir le prendre en charge à la fois sur un plan préventif et curatif.

**5. Le système ostéo-articulaire** **16h**

Comprendre et évaluer les implications de certains comportements alimentaires sur les pathologies articulaires et les phénomènes d'inflammation chronique associés. Prise en charge des principales pathologies articulaire en nutrition et micro-nutrition. Définition et approfondissement de l'équilibre acido-basique

**6. Alimentation de l'enfant, intolérances et allergies** **16h**

Acquérir les connaissances nécessaires afin d'être en capacité de conseiller une jeune maman dans la diversification alimentaire et faire face aux différentes problématiques rencontrées au cours de la petite enfance.

**7. Système hormonal et oncologie** **16h**

Après un cours rappel physiologique du système hormonal, vous serez à même de comprendre tous les troubles liés à ce système. Vous serez donc en mesure d'analyser les besoins nutritionnels de la personne et de la conseiller judicieusement en fonction de sa problématique en lien avec le système hormonal.

	<p>Comprendre le fonctionnement et la mise en place d'un cancer. Connaître les différentes étapes du cancer. Connaître les solutions nutritionnelles et micro-nutritionnelles. Savoir analyser les besoins du consultant et adapter les conseils en fonctions des différents traitements médicaux.</p> <p><b>8. Détox et monodiètes</b> <span style="float: right;"><b>16h</b></span></p> <p>Comprendre la fonction des différents émonctoires de l'organisme et leur interrelation. Etre en mesure de comprendre, de promouvoir et d'appliquer les grands principes de détoxination prodigués en naturopathie hygiéniste. Etre en mesure de proposer et d'appliquer un protocole de traitement concernant les monodiètes et le jeûne, adapté à la typologie du patient. Mise en situation réelle d'une monodiète de 2 jours.</p> <p><b>9. Bilans sanguin et anamnèse</b> <span style="float: right;"><b>16h</b></span></p> <p><b>Bilans sanguins (8h)</b></p> <p>Analyse sur la prévention digestive (tels que test « Floriscan » : profil bactérien, candida, élastase, Hb, produits de digestion et test « métabolome » : acides gras à chaînes courtes phénols, zonuline, etc.)</p> <p>Analyse des AGE</p> <p>Analyse du stress oxydatif avec le test FORT/ FORD</p> <p><b>Anamnèse (8h)</b></p> <p>Elaboration d'une anamnèse, synthèse de la problématique dudit patient et élaboration d'un suivi thérapeutique ; création du lien thérapeutique.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bibliographie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (Author), R. D. B. G. (2021). <i>Les Aliments contre le cancer, nouvelle édition revue et augmentée : La prévention du cancer par l'alimentation (French)</i>. Trecarre</li> <li>- Braverman, E. (2007). <i>Un cerveau à 100% (Guides pratiques) (French Edition)</i> (Guides pratiques éd.). THIERRY SOUCCAR.</li> <li>- Chos, D., &amp; Agullo, L. (2014). <i>En bonne santé grâce à la micronutrition (A.M. DIETETIQ.) (French Edition)</i>. ALBIN MICHEL.</li> <li>- Craig, G. (2012). <i>Le manuel d'EFT - Le manuel officiel (French Edition)</i>. DANGLES.</li> <li>- Delabos, A. (2012). <i>Mincir sur mesure : Grâce à la Chrono-nutrition (A.M. DIETETIQ.) (French Edition)</i> (ALBIN MICHEL éd.). ALBIN MICHEL.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (Docteur), B. L. (2011). L'EFT (Maxi pratiques : Emotional Freedom Technic : mode d'emploi) (French Edition) (JOUVENCE éd.). JOUVENCE.</li> <li>- Grosdidier, R. (2011). Compléments alimentaires - Le guide (French Edition) (TREDANIEL éd.). TREDANIEL.</li> <li>- Kieffer, D. (2007). Encyclopédie de revitalisation naturelle. SULLY.</li> <li>- Keiffer, D. (2008). Votre première visite chez le naturopathe (Hors Collection). SOUFFLE OR.</li> <li>- Lagarde, C. (2016). Votre santé se cache au coeur de vos cellules (Jouvence Santé : Découvrez la Nutrition Cellulaire Active) (French Edition). JOUVENCE.</li> <li>- Lipton, B. H. (2016). Biologie des croyances - Comment affranchir la puissance de la conscience, de la matière et des miracles (French Edition). ARIANE.</li> <li>- Manuel pratique nutrition 2/e livre + CD-ROM by Medart Jacques (July 24,2009). (2021). (July 24, Deboeck 2009).</li> <li>- O'Hare, D. (2015). Maigrir par la cohérence cardiaque - Nouvelle édition (Guides pratiques) (French Edition). THIERRY SOUCCAR.</li> <li>- Shinya, H. (2008). Le régime Shinya (French Edition) (TREDANIEL éd.). TREDANIEL.</li> <li>- Serreau, C. (2010). Solutions locales pour désordre global (Essais sciences humaines et politiques) (French Edition) (ACTES SUD éd.). ACTES SUD.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Méthodologie</li> </ul>	Théorique et pratique.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Support</li> </ul>	Polycopié
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pré-requis</li> </ul>	Bases de la Nutrition APP I

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Durée</li> </ul>	Nutrition I : 144 heures
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Structure horaire de la formation</li> </ul>	Journées de 8h (0900 – 1230 / 1330 - 1800) soit 9 week-ends
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluation</li> </ul>	Examen théorique à la fin de l'année scolaire, plus un travail sur l'expérience empirique de 10 pages
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconnaissance du module</li> </ul>	Formation reconnue par toutes les écoles suisses et les associations compétentes dans la matière pour autant que l'apprenant puisse justifier d'au moins 150 heures de cours
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disclaimer / Clause d'exonération de responsabilité</li> </ul>	L'IFMV se réserve le droit de modifier tout ou partie du présent document ; cela en tout temps. Il se réserve le droit d'adapter en fonction de l'évolution des directives et des règlements. Il n'a aucune obligation envers les personnes qui consultent le site.