



Formation en Kinésithérapie

PROGRAMME Micro nutrition

Séminaire 1 :

Module 1 : Aliments, Nutriments et tube digestif (1 jour – 8H)

- Les bases de la consultation en médecine nutritionnelle et fonctionnelle (ou micronutrition): Les bases de la médecine nutritionnelle et fonctionnelle (1h)
- Macronutriments et micronutriments) (1h)
- L'écosystème intestinal (importance de la digestion) (1h)
- Rôle clé de la barrière intestinale, Le syndrome du « Leaky gut » (1h)
- Le microbiote intestinal (30min)
- La candidose (30min)
- L'hypersensibilité non coeliaque au gluten (30min)
- La constipation (30min)
- Application pratique (2h)

Module 2 : « Equilibre acido-basique - Lipides et santé » (1 jour-8H)

- Les acides gras essentiels (des molécules multifonctionnelles capitales pour la santé de l'organisme. (2h)
- Importance de l'équilibre Oméga 3/ Oméga 6. - Le cholestérol (2h)
- L'équilibre oxydo-inflammatoire (2h)
- L'équilibre acido-basique (L'acidose systémique tissulaire latente : étiologie, détection, correction) (2h)

Séminaire 2 :

Module 3 : Energie, mitochondrie , stress oxydant (1 jour-8H)

- La mitochondrie / Energie - Stress oxydant (3h)
- Les neurotransmetteurs (2h)
- La détoxification (3h)

Module 4 : Nutrition, Maladies cardiovasculaires et sport (1 jour- 8H)

- Maladies cardiovasculaires (1h)
- Hypertension artérielle (30min)
- Hypercholestérolémie (30min)
- Prévention nutritionnelle de l'infarctus et de la mort subite cardiovasculaire (30min)
- Prévention de la récurrence cardiovasculaire (30min)
- Nutrition, activité physique santé (3h)
- Nutrition du sportif amateur et professionnel (2h)