

Module : M2 - Bases de la Nutrition

<ul style="list-style-type: none"> • Apprenants 	<p>Formation destinée aux apprenants du cursus du diplôme fédéral de naturopathie MTE, de naturopathie ASCA et de nutritithérapeute.</p> <p>Tous les apprenants souhaitant se former dans leur cadre professionnel ; pharmaciens, droguistes, infirmières, médecins, coachs sportifs, etc.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Aperçu de la formation (Définition) 	<p>Connaissances de base des aliments et de leur rôle dans le maintien de la santé.</p> <p>Histoire de la diététique, changements de notre modèle alimentaire.</p> <p>Apprentissage basique des groupes d'aliments, des besoins de l'être humain, des notions de qualité biologique.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Intervenants 	<p>Céline Gili, naturopathe diplômée fédérale</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Objectifs d'apprentissage généraux 	<p>Développer la maîtrise des outils pratiques afin d'éviter les gestes dans la vie quotidienne qui pourraient entraîner des carences.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Contenu 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Histoire de l'alimentation 2. De la préhistoire à l'agroalimentaire 3. Glucides, lipides, protides, micronutriments : vitamines, oligoéléments, enzymes. <ol style="list-style-type: none"> a) Glucides : différentes sources de glucides b) Lipides : acides gras saturés, polyinsaturés, mono-insaturés c) Protides : acides aminés essentiels. d) Vitamines : A ; B1 ; B2 ; B3 ; B5 ; B6 ; B9 ; B8 ; B12 ; C ; D ; E. Différences entre les liposolubles et les hydrosolubles. e) Minéraux et oligo-éléments : N, K, Ca, Mg, Zn, Fe, Cu, Se, S. Eléments traces . 4. Acquisition d'une vision globale du lien entre la santé et nos modes alimentaires.

	5. Exemples d'équilibre quotidien en rapport avec les besoins de l'être humain. (il s'agira dans ce cas d'un individu sain)
• Méthodologie	Travail théorique, apprentissage des groupes d'aliments, leur rôle.
• Support	Polycopié
• Pré-requis	Aucun
• Durée	32h de présentiel 16h de pratique accompagnée
• Structure horaire de la formation	Journées de 8h (0900 - 1230 1330 - 1800), soit 2 week-end.
• Evaluation	Examen Théorique à la fin de l'année scolaire Pour la reconnaissance à l'EPS : examen global du M2
• Reconnaissance du module	Ce module est requis pour l'obtention du diplôme de naturopathe et de nutrithérapeute
• Disclaimer / Clause d'exonération de responsabilité	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.