



**Intitulé de la formation :**

**Micronutrition de l'adulte - Niveau 1 (14h - 2 jours)**

**Publics ciblés :**

- Professions de la pharmacie : pharmacien titulaire et assistant, préparateur, conseiller en parapharmacie,
- Professions médicales : médecin, sage-femme,
- Professions paramédicales : infirmier, aide-soignant, auxiliaire de puériculture, masseur-kinésithérapeute, pédicure-podologue, diététicien,
- Professions du bien-être : nutritionniste, coach, naturopathe.

**Objectifs :**

- Perfectionner ou acquérir des compétences en micronutrition en tenant compte de l'évolution des techniques, des connaissances et de la profession,
- Savoir répondre aux demandes de la patientèle en associant un conseil micronutrition,
- Apprendre à être critique vis-à-vis de l'offre des compléments alimentaires.

**Maquette du programme :**

- **PARTIE 1 : Les bases de la micronutrition (4 heures)**
  - Connaître les notions fondatrices de la micronutrition et de l'alimentation santé,
  - Connaître les différentes familles nutraceutiques utilisées par la micronutrition,
  - Savoir évaluer la qualité d'un complément alimentaire,
  - Savoir évaluer le risque de surdosage en micronutrition.
- **PARTIE 2 : Assimilation des nutriments dans l'organisme (2 heures)**
  - Connaître les différentes étapes d'assimilation et de transport des nutriments dans l'organisme,
  - Savoir évaluer la qualité d'une forme de nutriment dans un complément alimentaire,
  - Connaître le mode de prise optimal d'un complément alimentaire.
- **PARTIE 3 : La prise en charge micronutritionnelle (6 heures)**
  - Connaître les grandes fonctions de notre organisme et les maillons faibles de notre santé : métabolisme énergétique, barrières biologiques, système immunitaire, communication et protection cellulaire,
  - Savoir évaluer le risque de carence en micronutriments et les déséquilibres des grandes fonctions : inflammation, oxydation, acidose, intoxication,
  - Savoir donner un conseil en micronutrition pour une indication précise : fatigue, troubles digestifs, douleurs, mycoses, infections urinaires, allergies, déficit en neurotransmetteurs, hypoglycémie réactionnelle, hypothyroïdie frustrée, troubles hormonaux féminins, surcharge hépatique.

**Développement Professionnel continu (DPC) :**

- Formation validante DPC pour les pharmaciens et les préparateurs en pharmacie,
- La loi de santé publiée au Journal Officiel le 27 janvier 2016 indique que chaque professionnel de santé (pharmacien titulaire, pharmacien adjoint, préparateur en pharmacie, etc.) doit justifier, sur une période de trois ans, de son engagement dans une démarche de DPC.

**Orientations nationales 2016-2018 du DPC des professionnels de santé concernées :**

- Orientation nationale n°5 : risques sanitaires liés à l'environnement,
- Orientation nationale n°17 : prise en charge de la douleur,
- Orientation nationale n°32 : éducation pour la santé.

**Intervenant et concepteur :**

- Florèle GAY, pharmacienne assistance, consultante en micronutrition,
- DU conseil en nutrition et micronutrition à l'officine, DU phytothérapie et aromathérapie.