

# PROGRAMME

## Micronutrition Niveau 1

Kiné Formations

### DESCRIPTION :

Cette formation offre aux professionnels de santé une maîtrise approfondie de la micronutrition. Vous explorerez la démarche clinique et les aspects biologiques essentiels, afin de proposer des consultations adaptées et personnalisées pour vos patients.

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

1. Comprendre la physiologie des systèmes principaux concernés.
2. Être en capacité de faire des liens et des hypothèses devant une situation clinique.
3. Élaborer notre raisonnement avec la biologie fonctionnelle.
4. Mener une consultation personnalisée et bâtir une stratégie thérapeutique.
5. Organiser nos connaissances pour hiérarchiser un conseil, une consultation ou un atelier thérapeutique.

### PUBLIC CONCERNÉ :

Kinésithérapeute ou autre diplôme de santé

### PRÉ-REQUIS :

Posséder le diplôme du public concerné.

### MODALITÉS D'ACCÈS / D'INSCRIPTION À LA FORMATION :

À partir du site [Kiné-formations.com](http://Kiné-formations.com) par l'envoi d'un dossier d'inscription validé après la réception du règlement et du contrat de formation signé.

### MODALITÉS DE DÉROULEMENT DE LA FORMATION :

Approche pédagogique active basée sur des techniques pratiques et des cas cliniques.

### DURÉE DE FORMATION :

3 jours – Total : 21 heures

### FORMATRICE POUR KINÉ FORMATIONS :

Elsa JOUENNE, Masseur kinésithérapeute – D.U. micronutrition



### KINÉ FORMATIONS

8 rue Baron Quinart  
08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES  
Tél. : 01 42 22 63 50  
[www.kine-formations.com](http://www.kine-formations.com)  
Déclaration activité : 21 08 00367 08

## DÉROULÉ DE LA FORMATION

### *Micronutrition Niveau 1*

#### Jour 1 – Fondations & physiologie des rythmes

##### **Matin : Objectifs et bases de la consultation**

- Objectifs d'une consultation
- Définition de la micronutrition
- Apports quotidiens : nutriments et micronutriments
- Définir les axes de travail : identifier les dysfonctions

##### **Après-midi : Chrononutrition & physiologie**

- Chrononutrition : principes généraux
- Rythmes hormonaux circadiens
- Physiologie des neurotransmetteurs (bilans cliniques et physiologie)
- composition du petit déjeuner / déjeuner / dîner

#### Jour 2 – Terrain immunitaire et digestif

##### **Matin : Immunité & inflammation**

- Inflammation : repères et impacts fonctionnels
- Insuline : notions clés et implications pratiques
- statuts en acides gras
- Anti-oxydants : repères principaux
- Vitamine D : statuts, points d'attention

##### **Après-midi : Troubles digestifs fonctionnels**

- Troubles digestifs : cadre global
- troubles gastriques
- troubles hépato-biliaires
- troubles intestinaux

#### Jour 3 – Biologies & mise en pratique

##### **Matin : Biologies et stratégies d'accompagnement**

- Biologies : repères d'interprétation
- biologie fonctionnelle : principes
- valeurs « santé » : lecture orientée prévention / terrain
- compléments alimentaires : repères d'usage (choix, cohérence, prudences)

##### **Jour 3 après-midi : Application au cabinet (cas & ateliers)**

- Consultations de micronutrition : mise en situation
- Cas pratiques
- Ateliers (construction de stratégies, discussion guidée)

### Horaires :

8 h 30 à 18 heures pour les jours 1 et 2.

8 h 30 à 16 heures pour le jour 3.

Nature de l'action définie à l'article L.6313-1 du code du travail : Actions d'adaptation et de développement des compétences.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Méthode participative - interrogative : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des grilles pré-formation.
- Méthode expérimentuelle : méthode pédagogique centrée sur l'apprenant qui consiste à lui apporter de nouvelles connaissances.
- Méthode expositive : la formatrice donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.
- Méthode démonstrative : la formatrice fait une démonstration pratique sur un stagiaire ou sur un modèle anatomique, devant les participants lors des TP.
- Méthode active : les stagiaires reproduisent les techniques par binôme.

- Fourniture des supports de cours de la formation
- Vidéo-projecteur
- Tables de massage
- Mise en pratique des techniques

## SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Questionnaire pré-formation.
- Évaluation à chaud : la formatrice remettra à chacun des stagiaires une fiche d'évaluation de formation en fin de stage, qui lui sera restituée. Elle permettra à la formatrice de valider ou non les acquis des stagiaires. Une attestation de fin de formation sera remise aux stagiaires.



**SARL au Capital social de 80.000 €**  
**Déclaration d'activité n°21.08.00367.08**

- Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état -

**RCS** : SEDAN : 490 958 84

**Mail** : info@kine-formations.com

**Bureaux** : 34 avenue Charles de Gaulle 08000 Charleville-Mézières

**Tel.** : 01 42 22 63 50

**Siège Social** : 8, rue du Baron Quinart, 08000 Charleville-Méz.

**Courrier** : BP 60254 08104 Charleville-Méz. CEDEX