

Descriptif de la Formation professionnelle en Nutrition-Santé

Définition

L'influence majeure de la nutrition sur la santé est aujourd'hui largement reconnue, mais les recommandations pour l'optimiser sont moins consensuelles. Les discours des nutritionnistes varient selon leurs croyances et les recommandations publiques sont influencées par des intérêts économiques qui doivent être préservés.

Comment s'y retrouver ? Peut-on choisir, en dehors de tout concept nutritionnel contraignant, une alimentation qui nous convient, optimise notre santé et notre bien-être, tout en réduisant les risques des maladies chroniques qui apparaissent avec le vieillissement?

Une réponse claire à ces questions est désormais donnée par la Nutrition-Santé, qui s'appuie sur des données scientifiques rigoureuses tout en se libérant du dogme scientifique et des influences de l'industrie agro-alimentaire.

Pré-requis

- Avoir un certificat fédéral de capacité (CFC), une maturité professionnelle ou faire une reconnaissance d'acquis de son expérience professionnelle
- Avoir un entretien pour valider son projet de formation

Objectifs

Les objectifs de la formation sont de développer à la fois

- Des connaissances académiques, avoir une compréhension du corps humain (anatomie, physiologie, pathologie, psychologie)
- Des compétences liées à la pratique du praticien, techniques réflexes, biothérapies, test musculaire
- Des compétences comportementales, axées sur les outils relationnels
- Des compétences par rapport à l'état d'être du praticien, à sa compréhension de l'humain.

Public

- Toute personne intéressée par le domaine de la santé et plus précisément des thérapies complémentaires
- Toute personne désirant acquérir une nouvelle profession
- Les thérapeutes en médecine complémentaire qui souhaitent acquérir de nouvelles compétences

Compétences

Compétences professionnelles :

- Situer la nutrition-santé dans le domaine holistique de la santé
- Connaître les limites de la nutrition
- Organiser outil de travail thérapeutique et sa profession

Compétences méthodologiques :

- Percevoir le potentiel santé et les ressources du client (e) et l'encourager à les développer
- Conseiller des mesures de promotion de la santé et de la qualité de vie ainsi que de prévention de la maladie
- Développer une sensibilité envers divers comportements et habitudes en matière d'alimentation et prendre en considération ces comportements

Compétences sociales et personnelles :

- Avoir une attitude orientée vers le patient, respecter les personnes et les accepter en tant qu'individus appartenant à un certain milieu socio-culturel et ayant leur propre système de valeurs et de croyances
- Être autonome et responsable
- Evaluer, en fonction de principes éthiques, sa manière de penser, de sentir et d'agir dans le cadre son activité professionnelle et avoir la capacité de modifier certains comportements et évoluer dans sa pratique

Durée et structure

Pour l'obtention et la validité du diplôme, nous vous proposons une formation professionnelle sur une **durée moyenne d'une année avec 157,5 heures effectives** de cours, examen inclus. Elle est structurée en **7 modules** comme suit :

1 - Bases de l'Alimentation Santé (3 jours)

L'apport des études scientifiques sur le lien entre mode alimentaire et santé.
Pourquoi l'alimentation moderne occidentale répond mal à nos besoins physiologiques ?
Comment l'optimiser dans la réalité du monde actuel.
Descriptif des grandes familles d'aliments. Comment les choisir et les préparer.

2 - Diététique et Concepts nutritionnels (4 jours)

Étude détaillée des nutriments (glucides, protides, lipides, fibres)
Besoins quantitatifs (calories) et qualitatifs (nutriments essentiels)
Les principaux concepts nutritionnels : leur intérêt et leurs limites

3 - Comportement alimentaire et Surpoids (3 jours)

Différents aspects du comportement alimentaire et principaux troubles
Approche globale du surpoids (facteurs alimentaires et autres)

4 - Troubles fonctionnels intestinaux & intolérances alimentaires (3 jours)

Les troubles digestifs courants : constipation, intestin irritable, etc...
Allergies alimentaires et multiples formes d'intolérances
L'atrophie intestinale et ses conséquences

5 - Nutriments essentiels et compléments alimentaires (3 jours)

Les nutriments essentiels : vitamines, minéraux, acides gras, antioxydants, facteurs de santé intestinale : intérêt, apports alimentaires et apports complémentaires

6 – Atelier culinaire pratique (2 jours)

Découvrir des aliments méconnus. Apprendre les modes de cuissons et la préparation facile de plats qui allient esthétique, santé et plaisir.

7 – Synthèse, introduction à la pratique de consultation et examen (3 jours)

Synthèse des différents aspects de la Nutrition-Santé.

Adaptation aux diverses situations de la vie (grossesse, sportifs, personnes âgées) et aux principales maladies chroniques.

Introduction l'accompagnement nutritionnel.

Examen

Méthodes

Approches pédagogiques interactives, alternance entre pratique et théorie.

Evaluation

- Formation : présence à 90% minimum à chaque cours et participation active
- Réflexion régulière par écrit sur son propre processus d'apprentissage (carnet de bord)
- Avoir réussi les examens du cursus de nutrition-santé
- Avoir réussi les examens du module médecine académique Tronc-commun (EPS-TC) 450h

Titre du certificat

Diplôme de thérapeute en nutrition-santé.

Le diplôme est accompagné d'un complément décrivant le parcours de formation effectué ainsi que les résultats obtenus. Pour l'obtention du diplôme et sa validité par les principaux organismes de reconnaissance (ASCA, RME, APTN,...), il est nécessaire d'avoir suivi un cursus en médecine académique Tronc commun de minimum 450 h (ou avoir une reconnaissance d'acquis pour ce module) avec réussite aux examens.

Après l'obtention du diplôme, le thérapeute complémentaire devra effectuer un minimum **16 heures par an en formation continue** (durée variable selon les organismes) pour la continuité de sa validation auprès des différentes instances, afin que les clients puissent continuer à bénéficier du remboursement de la part des assurances maladies.

Dates, horaires

La formation se déroule en principe sur Genève. Les inscriptions se font au secrétariat du centre Esclarmonde S.A.

Prix

Le prix des différents modules et de la formation complète sont à disponibles au secrétariat.