

FORMATIONS

Accompagnement nutritionnel



**Obtenez votre certification
de qualification professionnelle**

Public : Professionnels du secteur
de la santé, du sport, du bien-être
et certaines activités de services
à la personne



Chambre
de **Métiers**
et de l'**Artisanat**

OCCITANIE

GARD

VOS OBJECTIFS SONT :

- ✓ Comprendre l'importance de la nutrition pour la santé et la prévention des maladies
- ✓ Maîtriser le rôle des aliments dans l'organisme et savoir les choisir dans le cadre d'une alimentation santé
- ✓ Aider un individu à composer des menus équilibrés pour prévenir des déficiences nutritionnelles
- ✓ Convaincre un individu de consulter un professionnel de la nutrition dans des cas de troubles du comportement alimentaire suspectés
- ✓ Aider un individu à respecter son programme médical dans des cas de pathologies diagnostiquées
- ✓ Comprendre, maîtriser et évaluer l'importance de la nutrition dans le cadre d'une activité sportive

NUTRITION

NOTRE SOLUTION :



Accompagner dans le cadre d'un programme nutritionnel

Formation visant la Certification : accompagner dans le cadre d'un programme nutritionnel, inscrite au RSCH et délivrée à Actinutrition sous le numéro RS5562.

FORMATION CERTIFIANTE

Durée : 39h

Structurer l'équilibre nutritionnel
Choisir les aliments de base
Analyser les différents leviers constitutifs du choix alimentaire
Diagnostiquer la composition corporelle et schématiser la fabrication et dépense énergétique
Construire ses outils de travail et s'exercer

+ Pour aller plus loin dans votre formation... Module nutrition sportive

MODULE COMPLÉMENTAIRE

Durée : 31h

Structurer l'équilibre nutritionnel, avant pendant et après une compétition
Appréhender l'effort sportif et ses enjeux nutritionnels
Mettre en adéquation, alimentation quotidienne et complémentation alimentaire
Expliquer la notion de métabolisme avec les besoins du sportif
Comprendre la particularité du stockage glycogénique et hydrique adapté au sportif
Prendre en charge un individu sportif et intervenir devant un groupe de sportifs

**Chambre de Métiers
et de l'Artisanat du Gard**

904 Av. Maréchal Juin
30900 NÎMES

rca-contact@cma-gard.fr

04 66 62 80 89



cma-gard.fr