

PROGRAMME DE FORMATION

« La santé est dans l'assiette » 1 jour

Objectifs de la formation : A la fin de la formation la pharmacie pourra promouvoir l'intérêt d'une alimentation conforme au plan national nutrition santé (PNNS4) et accompagner tous les patients pour adapter l'alimentation à leurs pathologies. L'équipe pourra guider les patients dans leurs choix nutritionnels et leur intérêt pour leur santé.

Public cible : Pharmacien(ne), préparateur(rice) en pharmacie

Pré requis : Diplôme de pharmacien ou de préparateur en pharmacie

Contenu :

- Définir la communication pour guider au mieux les patients
- Définir les groupes d'aliments
 - o Les légumes
 - o Les féculents
 - o Les protéines
 - o Les produits laitiers
 - o Les fruits
- Comprendre le rôle pour la santé de chaque groupe
- Découvrir les macro et micro nutriments de chaque groupe. En déduire leur impact sur la santé
- Comprendre l'importance des choix des graisses
- Comprendre les dégâts du sel sur la santé et trouver le moyen d'en consommer moins
- Apprendre à lire les étiquettes nutritionnelles. Découvrir les pièges des produits allégés
- Découvrir la notion de Nutriscore
- Définir le PNNS4 : Plan National Nutrition Santé 4
- Définir les besoins des enfants de 0 à 3 ans
- Définir les besoins de la femme enceinte
- Définir les besoins des enfants de 4 à 17 ans
- Définir les besoins des seniors
- Définir la notion de dénutrition et amener des solutions
- Comprendre l'importance de l'équilibre acido basique :
 - o Comment l'obtenir ?
 - o Quelles sont les conséquences sur la santé d'un mauvais équilibre ?
- Comprendre comment doit manger le patient diabétique
- Comprendre comment doit manger le patient cardiaque
- Comprendre les mécanismes et les risques de différents régimes
 - o Régime végétarien, végétalien, végan
 - o Régime hyperprotéiné
 - o Le jeûne
- Comprendre les intolérances alimentaires
- Définir les nouveaux traitements contre l'obésité

Durée, date et lieu :

- Durée : Le programme de formation se déroule sur 1 jour.
- Date : voir plaquette
- Lieu : Il vous sera communiqué 15 jours avant selon le secteur géographique des pharmacies participantes. Ce programme peut se faire en visioconférence selon les conditions sanitaires.
- Les personnes en situation de handicap sont invitées à nous contacter avant la formation afin d'étudier les adaptations nécessaires à leur accueil et à leur participation.

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement :

- Méthodes actives et expérientielles : analyse de situations de travail, partage d'expérience.
- Alternance entre apports théoriques et travaux de groupe

Prix : 325 €/personne susceptible d'être pris en charge par les OPCO EP et les FIF

Suivi et évaluation :

- Emargements
- Mise en situation

Modalités de délai d'accès :

Suite à la demande de formation, le délai d'accès à la formation est de 1 semaine