

Nutrition et Diététique

Durée maximale: 180 jours

Contenu du cours

Version: Français

1. Introduction à la nutrition et à la diététique: des RNP de l'ANSES aux besoins nutritionnels
2. Les nutriments: macronutriments, micronutriments et protéines
3. Les besoins nutritionnels par étape de vie: grossesse, enfance, adolescence, personnes âgées
4. Digestion et absorption des nutriments chez l'humain
5. Équilibres alimentaires et construction d'une ration adaptée
6. Nutrition et maladies chroniques: cardiovasculaire, os et métabolisme
7. Bases de la diététique thérapeutique: diabète, troubles digestifs, allergies et intolérances
8. Nutrition sportive pour le pratiquant amateur
9. Sécurité alimentaire et cadre réglementaire: HACCP, étiquetage INCO, Nutri-Score
10. Le coach en nutrition face au diététicien: cadre légal, GLP-1 et débat sur les aliments ultra-transformés
11. Stage professionnel
12. Projet final

Inscription en ligne:

<https://www.htlescueladeempresonline.com/fr/inscription-en-ligne/>