

## NUTRITION ET SANTÉ MENTALE : STRATÉGIES POUR LA PRISE EN CHARGE DU SURPOIDS ET DE L'OBÉSITÉ

### PUBLICS CONCERNÉS

- Psychologues, Psychothérapeutes, Psychanalystes

### DURÉE

- 12 heures – 2 jours (en e-learning)

### TARIF

- 400 euros TTC

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

La formation propose une compréhension intégrée de l'obésité, de son épidémiologie et de sa classification (IMC), en articulant impacts somatiques, psychiques et sociaux pour affiner l'évaluation clinique et réduire la stigmatisation.

Elle approfondit les mécanismes physiopathologiques et leurs déterminants (génétiques, environnementaux, comportementaux) afin de soutenir la formulation de cas.

L'accent est mis sur des approches compatibles avec l'alliance thérapeutique : alimentation intuitive, pleine conscience, travail sur les signaux internes, régulation émotionnelle et prise en compte des troubles du comportement alimentaire.

Les participants apprendront à coconstruire des objectifs nutritionnels réalistes, sans sortir de leur champ de compétences, à coordonner des plans alimentaires personnalisés en collaboration avec les nutritionnistes, et à comprendre les indications, mécanismes d'action, effets indésirables et critères de prescription des traitements médicamenteux et chirurgicaux, afin d'assurer une orientation et un suivi éclairés, y compris en post-opératoire et à long terme.

**1. Comprendre l'épidémiologie et la classification de l'obésité :**

- Analyser l'impact sur la santé physique et mentale
- Familiariser avec les catégorisations selon l'IMC

**2. Analyser les mécanismes physiopathologiques de l'obésité :**

- Identifier les facteurs génétiques, environnementaux et comportementaux

**3. Mettre en œuvre des outils de prise en charge nutritionnelle :**

- Appliquer les principes de l'alimentation intuitive et de la pleine conscience

**4. Élaborer des plans alimentaires personnalisés :**

- Adapter les régimes aux niveaux d'obésité et aux besoins individuels

**5. Examiner les médicaments disponibles pour traiter l'obésité :**

- Comprendre le mécanisme d'action et les effets secondaires
- Apprendre les critères de sélection des patients

**6. Appliquer des stratégies de suivi et d'évaluation :**

- Suivre l'évolution des patients sous traitement médicamenteux

**7. Connaître les types de chirurgie bariatrique :**

- Identifier les procédures et leurs indications spécifiques

**8. Gérer la nutrition post-chirurgicale :**

- Élaborer des recommandations alimentaires post-opératoires
- Reconnaître l'importance du suivi nutritionnel à long terme.

## MOYENS PÉDAGOGIQUES

- **Plateforme de Formation :**

La formation est dispensée en e-learning via une plateforme interactive, accessible 24h/24 pendant 3 mois, permettant aux stagiaires de suivre les cours à leur convenance.

- **Séquences Pédagogiques :**

La formation est structurée en différents modules abordant des thématiques spécifiques.

- **Cours en Vidéo :**

Les modules comprennent des vidéos d'une durée de 10 à 15 minutes pour faciliter l'assimilation des concepts.

- **Supports Imprimables :**

Des supports pédagogiques en format PDF sont remis aux stagiaires pour chaque cours, téléchargeables et imprimables pour une consultation ultérieure.

- **Évaluations :**

Un questionnaire à choix multiples (QCM) est administré au début et à la fin de la formation afin d'évaluer les connaissances et mesurer la progression de l'apprentissage.

- **Forums et Échanges :**

La plateforme comprend des forums de discussion permettant aux participants d'interagir, poser des questions et partager des expériences avec leurs pairs.

- **Feedback et Suivi :**

Des sessions de feedback seront organisées après chaque module pour répondre aux questions et clarifier les thématiques abordées.

## TYPE DE SUPPORT PÉDAGOGIQUE REMIS AUX STAGIAIRES

### 1. Vidéos de Formation :

Cours en vidéo d'une durée de 10 à 15 minutes, accessibles en ligne pour une meilleure assimilation des contenus.

## **2. Supports Imprimables :**

Documents pédagogiques au format PDF pour chaque module, téléchargeables et imprimables pour une consultation ultérieure.

## **3. Diaporamas :**

Présentations PowerPoint résumant les principaux concepts abordés dans chaque module.

## **4. Études de Cas :**

Cas pratiques permettant d'appliquer les connaissances acquises à des scénarios réels.

## **5. QCM d'Évaluation :**

Questionnaire à choix multiples pour évaluer les connaissances au début et à la fin de la formation.

## **6. Forums de Discussion :**

Accès à des forums en ligne pour discuter avec d'autres participants et formateurs, échanger des expériences et poser des questions.

## **7. Feedback Documenté :**

Retour d'évaluation sur les participations, les activités et les QCM pour aider à l'amélioration continue.

## **TYPE D'ÉVALUATION PRATIQUÉE**

### **1. QCM au début et à la Fin de la Formation :**

Un questionnaire à choix multiples est administré au début de la formation pour évaluer les connaissances initiales des participants.

Le même QCM est également proposé à la fin de la formation, permettant une évaluation comparative pour mesurer la progression de l'apprentissage et l'acquisition de nouvelles compétences.

## **2. Évaluations Formatives :**

Quiz intégrés à la fin de chaque module visant à tester la compréhension des concepts et des compétences abordées.

Ces évaluations permettent aux stagiaires de mesurer leur progression tout au long de la formation.

## **3. Études de Cas Pratiques :**

Les participants sont évalués sur leur capacité à appliquer les connaissances acquises à travers des études de cas réels, permettant d'analyser leur compréhension des applications pratiques.

## **4. Feedback et Évaluation Qualitative :**

Les formateurs fournissent un retour sur les réponses des participants aux QCM et aux études de cas, en mettant l'accent sur les points forts et les domaines à améliorer.

Ces retours aideront les stagiaires à affiner leurs compétences et à mieux comprendre les concepts.

## **5. Évaluation de Satisfaction :**

À la fin de la formation, les participants rempliront un questionnaire de satisfaction pour donner leur avis sur le contenu, les méthodes pédagogiques et l'organisation de la formation.

## **SUIVI DE L'EXECUTION**

- Une convocation est remise aux apprenants avant la formation.
- Un certificat de suivi de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action est remise aux apprenants après la formation
- Un certificat de validation de formation, est remis aux apprenants à la fin de la formation
- Les supports de cours sont remis aux apprenants directement via la plateforme e-learning

## **ACCESSIBILITE**

Pour tout besoin spécifique en matière de handicap, nous vous invitons à nous contacter directement à l'adresse [centreformation.trocadero@gmail.com](mailto:centreformation.trocadero@gmail.com), afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

## **MODALITES ET DELAI D'ACCES**

La formation est ouverte à l'inscription tout au long de l'année.  
Les délais moyens pour débiter la formation dépendent de la période à laquelle vous souhaitez vous former. Néanmoins, nous pourrions débiter votre formation au plus tard sous 1 semaine ouvrés à la suite du premier contact (hors délai de rétractation).  
Nous vous invitons à nous contacter pour en savoir plus.

## **CONTENU DE FORMATION**

- **Test de positionnement**
- **QCM en début de formation : (1 heure)**

Un questionnaire sera administré au début pour évaluer les connaissances initiales des participants et de nouveau à la fin de la formation. En utilisant le même QCM, cela permettra de mieux évaluer la progression de l'apprentissage.

### **Module 1 : Introduction à l'obésité (2 heures)**

#### **1.1. Épidémiologie et classification de l'obésité :**

- Comprendre l'impact de l'obésité sur la santé physique et mentale
- Classification de l'obésité selon les IMC

#### **1.2. Mécanismes physiopathologiques :**

- Analyser les facteurs contribuant à l'obésité (génétique, environnement, comportement).

#### **1.3. Évaluation QCM du module**

## **Module 2 : Approches nutritionnelle (3 heures)**

### **2.1. Outils de prise en charge nutritionnelle :**

- Techniques d'alimentation intuitive : principes et mise en œuvre
- Alimentation en pleine conscience : stratégies pour favoriser une relation saine avec la nourriture

### **2.2. Élaboration de plans alimentaires personnalisés :**

- Adapter des régimes en fonction des niveaux de l'obésité et des besoins individuels des patients
- Exemples de régimes équilibrés pour garantir la perte de poids efficace et durable

### **2.3. Évaluation QCM du module**

## **Module 3 : Traitements médicamenteux de l'obésité (3 heures)**

### **3.1. Médicaments disponibles :**

- Examen des médicaments utilisés pour la gestion de l'obésité, leur mécanisme d'action et effets secondaires
- Critères de sélection des patients pour le traitement médicamenteux

### **3.2. Suivi et évaluation :**

- Stratégies de suivi des patients sous traitement médicamenteux pour observer les effets sur la santé et l'état nutritionnel

### **3.3. Évaluation QCM du module**

## **Module 4 : Chirurgie bariatrique (2 heures)**

### **4.1. Types de chirurgie bariatrique :**

- Présentation des différentes procédures (sleeve gastrectomie, bypass gastrique, etc.) et indications spécifiques

#### **4.2. Gestion nutritionnelle post-chirurgicale :**

- Nutritions et ajustements alimentaires nécessaires après la chirurgie
- Importance du suivi nutritionnel à long terme

#### **4.3. Évaluation QCM du module**

##### **Évaluation de la formation : (1 heure)**

- **QCM au début et à la fin de la formation** : Un questionnaire sera administré au début pour évaluer les connaissances initiales des participants et de nouveau à la fin de la formation. En utilisant le même QCM, cela permettra de mieux évaluer la progression de l'apprentissage.