



## **FORMATION : NUTRITION ET PATHOLOGIES CARDIOVASCULAIRES : STRATÉGIES DE PRISE EN CHARGE MÉDICALE**

### **PUBLICS CONCERNÉS**

- Médecins généralistes
- Endocrinologues-diabétologues-nutritionnistes

### **DURÉE**

- 21 heures – 3 jours (en e-learning)

### **OBJECTIFS DE LA FORMATION**

L'action de formation proposée, s'aligne rigoureusement sur les recommandations de bonnes pratiques actuellement en vigueur, établies par la Haute Autorité de Santé (HAS).

- 1. Comprendre les fondements de la nutrition dans les pathologies cardiovasculaires :**  
acquérir une compréhension approfondie de l'importance de la nutrition dans la prévention et la gestion des maladies cardiovasculaires.
- 2. Évaluer les besoins nutritionnels spécifiques des patients cardiaques :**  
développer des compétences pour évaluer efficacement les besoins énergétiques et nutritionnels des patients dans un cadre clinique.
- 3. Formuler des stratégies diététiques pour la prévention de l'hypertension :**  
apprendre à élaborer des recommandations nutritives précises pour aider les patients à maintenir une pression artérielle saine, en fonction de leur situation individuelle.

4. **Analyser l'impact des nutriments sur la pression artérielle** : étudier les effets des nutriments clés (sodium, potassium, calcium, magnésium) sur la régulation de la pression artérielle et leur intégration dans les conseils diététiques.
5. **Réaliser des évaluations nutritionnelles approfondies** : maîtriser les méthodes d'évaluation nutritionnelle adaptées aux patients présentant des troubles cardiovasculaires afin de détecter les carences et les besoins spécifiques.
6. **Intégrer les micronutriments dans les recommandations cliniques** : identifier le rôle des vitamines et des minéraux dans la santé cardiaque et apprendre à formuler des recommandations nutritionnelles intégrant ces éléments essentiels.
7. **Promouvoir la consommation de fibres pour la santé cardiovasculaire** : reconnaître l'importance des fibres alimentaires dans la prévention des maladies cardiovasculaires et conseiller les patients sur des choix alimentaires appropriés.
8. **Incorporer des stratégies de gestion du poids dans les plans de traitement** : discuter des implications de l'excès de poids pour la santé cardiovasculaire et élaborer des stratégies adaptées pour l'évaluation et la gestion du poids des patients.
9. **Éduquer efficacement les patients et leurs familles sur la nutrition** : développer des compétences en communication pour sensibiliser les patients et leurs proches à l'importance d'une alimentation saine dans la gestion des maladies cardiovasculaires.
10. **Collaborer avec des professionnels interdisciplinaires pour une prise en charge complète** : renforcer les compétences nécessaires pour travailler en collaboration avec des diététiciens, des infirmiers et d'autres professionnels de santé afin d'optimiser la prise en charge nutritionnelle et médicale des patients.

## 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 PRATIQUÉ**

### **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**

- **QCM en début de formation : (30 minutes)**

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 : Les Besoins et apports nutritionnels conseillés (6 heures)**

**Objectif :** Comprendre les fondements nutritionnels essentiels et leur impact sur la santé cardiovasculaire afin de recommander des apports nutritionnels appropriés

### **1.1. Métabolisme basal (MB) (1 heure)**

- Explorer le concept de métabolisme basal et son rôle dans l'évaluation des besoins énergétiques des patients cardiaques

### **1.2. Calcul et interprétation de l'Indice de Masse Corporelle (IMC) (1 heure)**

- Apprendre à calculer l'IMC et à l'utiliser pour évaluer l'état nutritionnel des patients et les risques associés

### **1.3. Besoins énergétiques et dépenses énergétiques (1 heure)**

- Analyser les besoins énergétiques selon l'activité physique et les conditions cliniques des patients

### **1.4. Apports nutritionnels en macronutriments (1 heure et 30 minutes)**

- Étudier les rôles des protéines, lipides et glucides, et élaborer des recommandations adaptées à la prévention et au traitement des maladies cardiovasculaires

### **1.5. Apports nutritionnels en micronutriments et leur rôle (1 heure)**

- Discuter de l'importance des vitamines et minéraux pour la santé cardiaque et comment les intégrer dans les conseils alimentaires

### **1.6. Évaluation QCM du module (30 minutes)**

## **Module 2 : Nutrition et hypertension artérielle (6 heures)**

**Objectif :** Comprendre l'impact de la nutrition et du mode de vie sur l'hypertension artérielle afin d'orienter les patients vers des comportements favorables à la santé cardiovasculaire.

### **2.1. Influence du poids sur la tension artérielle (1 heure)**

- Analyser l'effet du poids corporel sur la pression artérielle et développer des stratégies pour conseiller le patient sur la gestion du poids

### **2.2. Impact des nutriments sur la tension artérielle (1 heure)**

- Étudier les effets des nutriments tels que le sodium, le potassium, le calcium et le magnésium dans la régulation de la pression artérielle

### **2.3. Élaboration de recommandations diététiques (1 heure)**

- Concevoir et formuler des recommandations diététiques pratiques pour aider les patients à atteindre et maintenir une pression artérielle saine.

### **2.4. Cas pratiques : intégration des connaissances (1 heure et 30 minutes)**

- Analyse des études de cas réels pour appliquer les recommandations nutritionnelles dans des situations cliniques

### **2.5. Rôle de l'éducation nutritionnelle (1 heure)**

- Discuter des méthodes efficaces pour sensibiliser les patients à l'importance des choix alimentaires dans la gestion de l'hypertension

### **2.6. Évaluation QCM du module (30 minutes)**

## **Module 3 : Stratégies nutritionnelles et pratiques recommandées (8 heures)**

**Objectif :** Doter les médecins de compétences pratiques pour appliquer une approche nutritionnelle dans la gestion des pathologies cardiovasculaires.

### **3.1. Micronutriments et santé cardiaque (1 heure et 30 minutes)**

- Comprendre le rôle essentiel des micronutriments dans la prévention des maladies cardiovasculaires





### **3.2. Importance des fibres alimentaires (1 heure)**

- Expliquer les bienfaits des fibres pour la santé cardiaque et proposer des stratégies pour en augmenter la consommation chez les patients

### **3.3. Gestion du poids et dépense énergétique (1 heure et 30 minutes)**

- Analyser l'impact de l'excès de poids sur la santé cardiovasculaire et discuter de l'importance de l'activité physique régulière

### **3.4. Pratiques culinaires favorables à la santé cardiaque (1 heure)**

- Enseigner des méthodes de préparation des aliments et des choix alimentaires qui minimisent les risques cardiovasculaires

### **3.5. Éducation des patients et implication des familles (1 heure et 30 minutes)**

- Développer des compétences pour communiquer efficacement avec les patients, et leurs familles sur l'importance d'une alimentation saine pour la santé cardiovasculaire, et impliquer les proches dans le processus de prise en charge

### **3.6. Éducation des patients et implication des familles (1 heure)**

- Discuter des stratégies de collaboration avec d'autres professionnels de santé pour assurer une prise en charge complète et intégrée des patients

### **3.7. Évaluation QCM du module (30 minutes)**

#### **Évaluation de la formation : (30 minutes)**

- **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.