

Objectifs

- Evaluer les niveaux d'activité physique et de sédentarité des patients
- Démontrer l'importance de l'activité physique avec le patient
- Conjuguer les bénéfices de l'accompagnement diététique et de l'activité physique

Programme

ACTIVITE PHYSIQUE ET SANTE

- Notions de physiologie de l'effort
- Définitions de l'AP, sport et sédentarité
- Connaître les outils existants de l'évaluation de l'AP et de la sédentarité
- Bénéfices de l'activité physique en prévention primaire, secondaire et tertiaire des pathologies
- Limites et contre-indication à la pratique d'une AP
- Freins et raisons de non-pratique
- Recenser les acteurs de la prescription de l'activité physique (réseaux, professionnels) pour proposer des relais au patient

ACTIVITE PHYSIQUE ET PATHOLOGIES CHRONIQUES

: OBESITE ET DIABETE

- Bilan préalable à effectuer avant la pratique
- Modalités de pratique de l'activité physique : comment engager un patient dans une démarche d'AP
- Développer un argumentaire des bénéfices à retirer pour le patient

ANALYSE DES PRATIQUES ET PLAN D'AMELIORATION

- Analyse de cas pratiques
- Discussion autour des difficultés rencontrées et formalisation des solutions proposées
- Proposition de plans d'amélioration

Prérequis

Connaissance des fondamentaux de la nutrition pour les non diététiciens-nutritionnistes

Public cible

Diététiciens-nutritionnistes, professionnels de santé ou collaborateurs concernés par le thème

Intervenants

Médecin du sport, diététicien nutritionniste

Modalités pédagogiques	Modalités d'évaluation	Durée
Alternance de méthodes pédagogiques : apports de connaissances, exercices pratiques, études de cas, réflexion, analyses et échanges d'expériences. Document pédagogique remis à chaque participant. Nombre de participants limité	Les acquis sont évalués par oral (et/ou écrit (études de cas, questionnaires...) tout au long et/ou en fin de formation. Une attestation de fin de formation est délivrée à chaque participant.	2 jours soit 14 heures
		Dates
		Du 02 au 03 décembre 2020 Du 18 au 19 mai 2021
Lieu et Contact	Modalités et délais accès	Tarif
SSHA - ISA 16A, rue de l'Estrapade 75005 PARIS Tél : +33 (0)1 43 25 11 85 Email : isa@ssha.asso.fr Site web : www.ssha.asso.fr Intra possible : nous consulter	– Convention de formation si inscription initiée par l'employeur dans le cadre du plan de développement de compétences – Contrat de formation individuel si inscription initiée par le participant – Inscription par le biais d'un bulletin téléchargeable sur le site internet, J-30 avant la formation et possible jusqu'à J-1 selon disponibilité	2020 : 930 € H.T. 2021 : 950 € H.T. T.V.A. : en sus
		Accessibilité aux personnes handicapées
		SSHA ISA est un établissement ERP 3ème catégorie en conformité avec la réglementation PMR en vigueur