

# Acquérir une démarche clinique en consultation de micronutrition

## DUREE

**2 jours (14 heures)**

## NOMBRE DE STAGIAIRES

- Minimum : 8 (sauf cas exceptionnels)

- Maximum : 20

## ENSEIGNANTE

Guénaëlle ABEGUILE – MK – Formatrice

## PRE-REQUIS

Avoir effectué la première formation : Alimentation – Santé et micronutrition : application en kinésithérapie

## OBJECTIFS

- Apprendre au participant à développer une « démarche diagnostic nutritionnel », à proposer un traitement et à suivre l'évolution de son patient dans les domaines étudiés au 1<sup>er</sup> niveau.

- Le participant apprendra à utiliser différents outils (les questionnaires, la clinique, les analyses biologiques...) lui permettant d'objectiver les déséquilibres, les déficits macro et micro-nutritionnels. Il établira ainsi le profil de son patient et lui proposera un protocole alimentaire adapté, fonctionnel et individualisé. Lorsque l'alimentation est insuffisante (forte déficience, mauvaise absorption, mauvaise métabolisation, excès de perte...) une complémentation alimentaire sera proposée afin de restaurer les fonctions et de remonter les déficiences.

**Premier jour : 8h30-12h30 & 13h30-17h00**

## Matin

Echanges - Retours d'expérience

La Démarche Clinique en Nutrithérapie (Déroulement d'une consultation type) :

## Bilan micro-nutritionnel :

- Anamnèse
- Antécédents familiaux, personnels
- Traitements médicaux, chirurgicaux- effets anti nutritionnels de certains traitements et de certaines interventions chirurgicales
- Mode de Vie
- Clinique :
  - o Plaintes/ Douleurs
  - o Fatigue
  - o Sommeil
  - o Digestion
  - o Equilibre psychologique
  - o Fonction immunitaire
- Biologie
  - o Marqueurs biologiques classiques- interprétation
  - o Marqueurs biologiques spécifiques- interprétation
- Analyse de l'assiette type du patient
- Palpation viscérale



**MAISON  
DES  
KINES**  
INK FORMATION

Institut National de la Kinésithérapie  
[www.maisondeskines.com](http://www.maisondeskines.com)

> 3, rue Lespagnol - 75020 Paris  
tél. : 01 44 83 46 71

[secretariat@ink-formation.com](mailto:secretariat@ink-formation.com)

N° de déclaration d'activité : 1175 116 30 75



### Analyse-Interprétation du bilan :

Relier les différents éléments du bilan, comprendre l'origine des troubles et leurs conséquences

- Repérer les déficiences micro-nutritionnelles :
  - o A partir des déficits d'apports
  - o A partir de surutilisation de micronutriments
  - o A partir de défaut d'absorption
  - o A partir de défaut de métabolisation
  - o A partir des statistiques
  - o A partir des symptômes
- Etablir un terrain
  - o Déséquilibre des acides gras
  - o Déséquilibre Radicaux libres/ Antioxydants
  - o Déséquilibre de la flore intestinale/ perméabilité digestive/ Surcharge hépatique
  - o Déséquilibre acido-basique
  - o Déséquilibre des neurotransmetteurs
  - o Dysfonction mitochondriale

### Objectifs :

Etablir des objectifs en fonction du bilan et de la motivation du patient

### Traitement :

- Proposer un traitement nutritionnel adapté
- Proposer un traitement micro-nutritionnel
- Suivi du patient dans le temps

### Après-midi

#### VERIFICATION DE LA COMPREHENSION DE LA DEMARCHE CLINIQUE :

Cas Clinique « Fibromyalgie » : Les participants travaillent par groupe. Jeux de rôle « Déroulement de la consultation d'un patient fibromyalgique »  
Présentation aux autres participants

#### LA FIBROMYALGIE

- Terrain de tension pulsionnel élevée : déficit de sérotonine aggravé par le manque de magnésium. Correction nutritionnelle et micro-nutritionnelle
- Défaut de recapture du Magnésium (HLA B35)
  - o Conséquences :
    - Fatigue : Rôle du magnésium dans la production d'énergie : cycle de Krebs
    - Stress : Rôle du magnésium dans la gestion du stress par le biais des hormones cortico-surréaliennes
    - Tension musculaire
    - Déficit de magnésium et douleur
  - o Correction nutritionnelle et micro-nutritionnelle
    - Sources de Magnésium
    - AJR
    - Evaluation de la déficience
    - Complémentation en Magnésium :
      - Les différents sels de magnésium
      - Protocole
- Remonter le niveau d'énergie
  - o L'activité Physique : augmente le nombre de mitochondries par fibres musculaire
  - o Lutter contre la sarcopénie :
    - Activité physique



DEVIENT



- Lutter contre l'inflammation :
  - Implication de l'inflammation dans le détricotage musculaire via le TNF alpha
  - Trilogie anti-inflammatoire
- Lutter contre l'acidose tissulaire
- Nutriments du cycle de Krebs :
  - Les bons Glucides :
    - Notion d'**index glycémique (IG)** :
      - . Définition
      - . Classification des aliments suivant leur IG
      - . Conséquences des aliments à IG haut
      - . Terrain de tension pulsionnel élevée : attirance pour les sucres rapides :  
Par quel mécanisme, comment casser le cercle vicieux ?
      - . Stratégies nutritionnelles permettant de diminuer l'IG
        - Acides gras oméga 3= Très bonne source d'énergie
        - Cofacteurs enzymatiques du cycle de Krebs :
          - . Magnésium
          - . Vit B
          - . O<sup>2</sup>
          - . CoQ10
- Déficience Dopaminergique :
  - Comment une déficience en sérotonine peut-elle entraîner une déficience en dopamine.
  - Evaluation
  - Correction si nécessaire
- Stratégies nutritionnelles pour lutter contre la douleur :
  - Le Magnésium
  - Lutter contre l'inflammation : triade anti-inflammatoire
  - Polyphénols : Inflammation tendineuse
- Inflammation du tube digestive et dysbiose : Evaluation et correction
- HPPI et polymédication
- **Intoxication hépatique**
  - Evaluation de la fonction hépatique
    - Biologie
    - Clinique
- Détoxification hépatique

## CORRECTION PAR LES PARTICIPANTS DE LEUR CAS CLINIQUE

Analyse critique

### Deuxième jour : 8h30-12h30 & 13h30-17h00

#### Matin

- Présentation d'outils d'aide à la consultation en nutrithérapie
- Elaboration d'une fiche de synthèse

#### Après-midi

- Etudes de cas cliniques rencontré dans la patientèle des participants

Travail en groupe - Présentation à l'ensemble des participants

Analyse critique