

## FORMATION NUTRITION – BTS DIETETIQUE

### Objectifs pédagogiques

Bloc RNCP n°5 : Bases scientifiques de la diététique

- Acquérir des connaissances scientifiques sur les nutriments et leurs fonctions dans l'organisme.
- Analyser et évaluer les besoins nutritionnels des populations bien portantes aux différents stades de la vie.
- Acquérir des connaissances spécifiques et analyser la composition des aliments et leurs effets sur la santé.
- Sélectionner les aliments pour promouvoir la santé des individus ou des groupes.
- Organiser et évaluer l'alimentation pour des individus ou groupes de population en utilisant les outils et ressources dans le domaine de la nutrition et l'alimentation humaine.
- Acquérir des connaissances scientifiques sur les nutriments et leurs fonctions dans l'organisme.
- Analyser et évaluer les besoins nutritionnels des populations bien portantes aux différents stades de la vie.
- Acquérir des connaissances spécifiques et analyser la composition des aliments et leurs effets sur la santé.
- Sélectionner les aliments pour promouvoir la santé des individus ou des groupes.
- Organiser et évaluer l'alimentation pour des individus ou groupes de population en utilisant les outils et ressources dans le domaine de la nutrition et l'alimentation humaine.

### Temps moyen de formation

60 heures

### Système d'évaluation

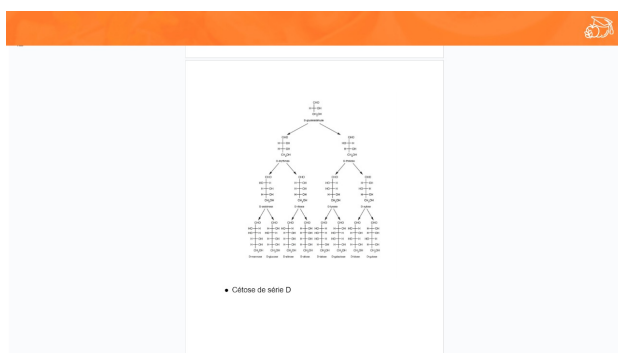
OUI

### Pré requis technique

- Navigateur web : Edge, Chrome, Firefox, Safari
- Système d'exploitation : Mac ou PC

### Technologie

- Vidéo et Quizz
- Norme SCORM



### Quizz Nutrition

Si on ne consomme pas assez de fruits, légumes et produits céréaliers quelles peuvent être les conséquences ?

- Risque de diabète de type 2
- Aucune, on trouve tout ce qu'il faut dans d'autres aliments
- Risque de maladies cardiovasculaire
- Risque de cancer

Valider

## ▶▶▶ FORMATION NUTRITION – BTS DIETETIQUE

### La nutrition

- Introduction
- Présentation
- Introduction
- Une alimentation saine
- Historique de l'alimentation
- Le contexte actuel
- Recommandations des agences de santé
- Le régime Méditerranéen

### Les bases de la biochimie et de la physiologie

- Introduction
- Biochimie structurale
- Biochimie : enzymologie
- Biochimie métabolique
- Génétique moléculaire
- Biochimie - Exercice activité correction en vidéo
- Physiologie - la cellule eucaryote
- Les principaux tissus de l'organisme
- Le milieu intérieur
- Le système digestif
- La respiration
- La circulation sanguine
- Le cœur
- Le rein
- Le système nerveux
- Le système endocrinien
- Les systèmes de régulation
- Le système immunitaire
- Grossesse et lactation
- Développement de l'enfant
- Physiologie – Exercice activité correction en vidéo

### Notions de base en nutrition – Partie 1

- Introduction
- Energie
- Protéines
- Glucides
- Lipides – Besoins en lipides
- Lipides – Les lipides en pratique
- Les vitamines
- Les minéraux
- Fibres
- Eau

### Notions de base en nutrition – Partie 2

- Introduction
- Femmes enceintes
- Femmes enceintes - 2
- Femmes allaitantes
- Enfants de 0 à 3 ans
- Enfants de 0 à 3 ans - 2
- Enfants et adolescents
- Personne âgée
- Les Sportifs
- Les Sportifs - 2

### Notions de base en nutrition – Partie 3

- Introduction
- L'équilibre alimentaire – Partie 1
- L'équilibre alimentaire – Partie 2
- L'équilibre alimentaire – Partie 3
- Exemples de cas pratiques
- Récapitulatif

### Les groupes d'aliments – Partie 1

- Introduction
- Définition
- Fruits et légumes frais – Partie 1
- Fruits et légumes frais – Partie 2
- Les fruits secs
- Les fruits amylicés
- Les fruits oléagineux
- Les graines oléagineuses
- Les algues
- Champignons
- Pommes de terre et autres tubercules
- Légumineuses
- Soja

### Les groupes d'aliments – Partie 2

- Introduction
- Produits céréaliers – Le blé
- Produits céréaliers – Pain, produit de panification viennoiseries.
- Produits céréaliers – Pâte alimentaires, semoule de blé, blé dur précuit, sous espèce de blé
- Produits céréaliers – Le Riz
- Produits céréaliers – Le Maïs
- Produits céréaliers – La place dans la ration

## ▶▶▶ FORMATION NUTRITION – BTS DIETETIQUE

### Les groupes d'aliments – Partie 2 (suite)

- Laits et produits dérivés – Le Lait
- Laits et produits dérivés – Laits fermentés
- Laits et produits dérivés – Laits gélifiés et desserts lactés
- Laits et produits dérivés – Fromage
- Laits et produits dérivés – Place dans la ration de ce groupe d'aliments et équivalence
- Viandes et Charcuteries – introduction
- Viandes et Charcuteries – Viandes de boucheries
- Viandes et Charcuteries – Viandes hachées
- Viandes et Charcuteries – Volailles et animaux de basse-cour
- Viandes et Charcuteries – Charcuterie et produits à base de viande
- Viandes et Charcuteries – Place dans la ration de ce groupe d'aliments
- Produits de la pêche et de l'aquaculture - Poissons
- Produits de la pêche et de l'aquaculture - Mollusques
- Produits de la pêche et de l'aquaculture - Crustacés

### Les groupes d'aliments – Partie 3

- Œufs et ovoproduits – Œuf
- Œufs et ovoproduits – Ovoproduits
- Œufs et ovoproduits – Place dans la ration de ce groupe d'aliments et équivalence
- Matières grasses ajoutées – introduction
- Matières grasses ajoutées – Beurre
- Matières grasses ajoutées – Crème
- Matières grasses ajoutées – Autres matières grasses animales
- Matières grasses ajoutées – Huile végétale
- Matières grasses ajoutées – Margarine et matières grasses composées
- Matières grasses ajoutées – Utilisation des corps gras
- Matières grasses ajoutées – Place dans la ration de ce groupe d'aliments
- Produits sucrés – Sucre
- Produits sucrés – Chocolat et cacao
- Produits sucrés – Confiture, gelées, marmelade
- Produits sucrés – Miel et ses dérivés
- Produits sucrés – Produits glacés
- Produits sucrés – Confiseries
- Produits sucrés – Place dans la ration des produits sucrés

### Collectivités et conditionnement alimentaire

- Introduction
- Additif alimentaire
- Auxiliaires technologiques
- Arômes
- Edulcorants
- Étude des procédés de conservation des denrées alimentaires
- Conditionnements alimentaires
- La ration alimentaire – Partie 1
- La ration alimentaire – Partie 2
- La ration alimentaire – Partie 3
- Alimentation en collectivités - restauration hors foyer
- Conclusion

### Autres aliments et réglementations (toxicologie, d'étiquetage)

- Introduction
- Nouveaux aliments et ingrédients
- Aliments et boissons destinés à une alimentation particulière
- Etiquetage des denrées alimentaires pré-emballées
- Agriculture durable
- Conclusion

### Activités possibles dans le secteur de la nutrition

- Introduction
- Activités possibles dans le secteur de la nutrition
- Conclusion