

Diplôme d'Université

DU NUTRITION ET ACTIVITES PHYSIQUES 2018/2019

OPTION : PREVENTION SANTE

Durée : 1 année universitaire

Lieux : UFR STAPS de Clermont-Ferrand

Tarifs de formation :

- Formation initiale : **600 €**

(Étudiants en cours de cursus)

- Reprise d'études : **600 €**

(Interruption d'étude depuis plus de 2 ans -

Financement individuel - sans conventionnement)

- Formation continue : **1 800 €**

(Financement employeur ou OPCA - avec conventionnement - suivi personnalisé des présences)

Renseignements, candidatures, et inscriptions administratives :

UFR STAPS

3 rue de la Chebarde

TSA 30104 - CS 60026

63178 AUBIERE Cedex

du-nap@uca.fr

04 73 40 75 35

Dossier de candidature à télécharger

<http://www.uca.fr/formations/nos-formations/catalogue-des-formations/diu-nutrition-et-activites-physiques-18685.kjsp?RH=2415527888425688>

et à retourner à l'UFR STAPS

Secrétariat administratif :

Véronique COURTEIX

UFR STAPS

3 rue de la Chebarde

TSA 30104 - CS 60026

63178 AUBIERE Cedex

Tél. : 04.73.40.75.35

du-nap@uca.fr

Diplôme dispensé par :

UFR STAPS de Clermont-Ferrand

Université Clermont Auvergne

Responsable pédagogique du diplôme : **Nathalie BOISSEAU**

Objectif de l'enseignement :

Le diplôme est décliné en un tronc commun permettant d'acquérir des connaissances générales concernant **la nutrition** et **l'activité physique**, et deux options permettant d'aborder spécifiquement ces notions au regard de populations et de finalités différentes :

- Prévention-Santé : connaissances théoriques et pratiques sur le rôle préventif et curatif de l'activité physique et de l'intervention nutritionnelle chez l'individu sain ou malade;
- Performance sportive : connaissances théoriques et pratiques sur la prise en charge nutritionnelle de l'individu sportif dans un but d'optimisation de la performance.

Ce D.U. a pour but de permettre à des professionnels (médecins, diététiciens, entraîneurs, cadres diplômés en Master STAPS, ...) d'acquérir de nouvelles connaissances issues du champ de la nutrition et de l'activité physique. Il doit permettre à ces professionnels de renforcer leurs compétences en termes de conseils auprès de publics spécifiques dans le domaine de la nutrition et de l'activité physique.

Ces objectifs sont regroupés en 4 modules de 3 jours en fin de semaine de février à mai (80 h d'enseignements dont 76 h CM, 4 h TD, 4 h TP).

Le D.U. est constitué d'un tronc commun de 40 h ainsi que deux options de 40 h chacune : l'une à dominante « activité physique » et l'autre à dominante « nutrition-diététique ».

- Dans l'option « Prévention - Santé », des enseignements sont dispensés concernant la prise en charge par la nutrition et l'activité physique de publics particuliers (sujets atteints de pathologies métaboliques, de maladies cardiovasculaires, personnes âgées, etc.);
- Dans l'option « performance sportive », des enseignements sont proposés concernant l'équilibre alimentaire et hydrique de l'individu sportif ainsi que différentes recommandations en liaison avec la discipline pratiquée. Les produits ergogéniques et la notion de dopage sont également évoqués.

Conditions d'inscription :

Formation initiale : Maîtrise, Master 1, DEA, DESS ou autre diplôme équivalent, étudiants en Médecine, pharmacie et chirurgie dentaire ayant validé le 2^{ème} cycle.

Formation Continue / Reprise d'études : Diététiciens, médecins, pharmaciens, entraîneurs titulaires du BEES2 ou DES, cadres de l'industrie pharmaceutique ou agro-alimentaire. Les candidats justifiant de titres étrangers équivalents aux titres et diplômes cités (diplômes traduits et certifiés obligatoires).

Cas particulier : *Les candidats diplômés d'un niveau inférieur à bac + 4 mais disposant d'une expérience significative dans le domaine du diplôme visé, une procédure de Validation des Acquis devra être préalablement engagée (ex. : Diététiciens, Infirmiers Diplômés d'Etat).*

Evaluation des connaissances :

Le diplôme est obtenu si l'apprenant obtient **une note au moins égale à 10 / 20 à l'examen écrit**. L'examen écrit est **une épreuve unique** portant sur **l'ensemble des enseignements dispensés** et est organisé en **fin de formation**.

PROGRAMME du D.U. « NUTRITION ET ACTIVITES PHYSIQUES » 2018/2019

Nathalie Boisseau, Christelle Guillet, Yves Boirie,

TRONC COMMUN NUTRITION ET ACTIVITE PHYSIQUE

UE 1 - ACTIVITE PHYSIQUE, EXPLORATION FONCTIONNELLE ET EVALUATION EN NUTRITION ET MEDECINE DU SPORT (16 h) :

1.1 Adaptations physiologiques à l'exercice et explorations fonctionnelles (6 h)

- 1.1.1 Adaptations physiologiques à l'exercice aigu
- 1.1.2 Adaptations physiologiques à l'exercice chronique
- 1.1.3 Explorations fonctionnelles

1.2 Dépenses énergétiques et bioénergétique à l'exercice (3 h)

1.3 Composition corporelle, régulation pondérale et exercice (2, 5 h)

1.4 Contrôle alimentaire et rôle de l'activité physique (4, 5 h)

UE 2 - DE L'ALIMENT AU NUTRIMENT (14 h) :

2.1 Digestion et fonction intestinale (2 h)

- 2.1.1 La digestion
- 2.1.2 Fonction de la flore intestinale

2.2 Les macronutriments (3 h)

- 2.2.1 Les glucides
- 2.2.2 Les protides
- 2.3.3 Les lipides

2.3 Les micronutriments (3 h)

- 2.3.1 Les vitamines
- 2.3.2 Les minéraux et oligoéléments
- 2.3.3 Polyphénols

2.4 Les fibres (1, 5 h)

2.5 Les apports hydriques (1, 5 h + 3 h TP)

UE 3 - LA DIETETIQUE EN PRATIQUE (10 h) :

3.1 Equilibre alimentaire (3 h)

Les apports nutritionnels conseillés, principes d'équilibre alimentaire et applications, carences et déficiences nutritionnelles dans la population, le plan national nutrition-santé

3.2 Bonnes pratiques : enquêtes alimentaires (2 h)

Les différents types d'enquête alimentaire, comment donner des conseils alimentaires ?

3.3 Les différents régimes alimentaires : avantages, inconvénients (2 h)

Le régime méditerranéen, le régime sans sel, le régime hypocalorique, les régimes dissociés, les diètes protéinées, principe, prescription.

3.4 Compléments alimentaires et aliments fonctionnels, micronutrition, allégations (3 h)

OPTION PREVENTION SANTE

UE 4 : PRISE EN CHARGE PREVENTIVE ET CURATIVE DES DIFFERENTES POPULATIONS (40 h) :

4.1 Méthodologie/Statistiques en épidémiologie

Aspects théoriques, quelques grandes études d'observation et d'intervention

4.2 Pathologies métaboliques : obésité, diabète, syndrome métabolique

4.3 Pathologies cardiovasculaires

4.4 Vieillesse, sarcopénie

4.5 Cancer

4.6 Ostéoporose

4.7 Pathologies respiratoires