

# QSA102 - Alimentation et Santé

## Présentation

### Prérequis

Tous publics. Il est conseillé d'avoir un niveau bac+2 et des notions en nutrition et en biochimie alimentaire.

Cet enseignement se déroule entièrement à distance au travers de la plateforme internet du Cnam. Les supports du cours sont accessibles de manière progressive en lien avec des activités pédagogiques (études de cas, exercices,...). Des vidéo-conférences sont organisés en direct avec l'enseignant que vous pouvez suivre depuis votre ordinateur.

### Objectifs pédagogiques

Sensibiliser et donner des méthodes permettant de bien comprendre les enjeux stratégiques et opérationnels de la relation santé-alimentation appliqué au secteur de l'agro-alimentaire.

## Programme

### Contenu

#### I - Le comportement alimentaire :

- Alimentation et santé : la situation
- Evolution du comportement alimentaire
- Comportement alimentaire et santé
- Facteurs agissant sur le comportement alimentaire
- Signaux physiologiques et sensoriels
- Facteurs d'environnement social et comportement.

#### II - Plaisir, santé et prix :

- Les priorités du comportement alimentaire
- La fin de notre modèle alimentation / santé
- L'espérance de vie en bonne santé
- L'offre de valeur des aliments
- Qualité nutritionnelle et prix
- Plaisir, santé et prix
- Les maladies chroniques.

#### III - Les déterminants alimentaires de la santé :

- Les aliments
- Les nutriments
- Les autres éléments : polluants, additifs, antioxydants
- Equilibre et déséquilibre alimentaire
- Le sel et la santé
- Les glucides et la santé
- Les lipides et la santé.

🌟 Valide le 19-01-2019

**Code : QSA102**

6 crédits

**Responsabilité nationale :**  
EPN07 - Industries, chimie,  
pharma et agroalimentaires /  
Sylvie DAVIDOU

**Contact national :**

Qualité et sécurité alimentaire  
Centre régional du Cnam -  
Zoopôle Fort Morel  
2 Rue Jean Rostand BP 57  
22440 Ploufragan  
0 972 311 312  
Laurent Buchon  
[cnam@cnam-bretagne.fr](mailto:cnam@cnam-bretagne.fr)

## IV - L'alimentation de demain : l'alimentation durable :

- La situation d'aujourd'hui et ses limites
- Naturalité et santé
- De la révolution verte à l'agriculture en 2050
- Qualité nutritionnelle et qualité environnementale
- Les protéines, la nutrition et l'environnement
- Les pertes et le gaspillage
- Les enjeux de l'alimentation de demain.

*Cet enseignement est dispensé par M. Gérard Boivin. Ingénieur agronome et docteur en économie, il a débuté sa carrière chez Danone avant de rejoindre le Groupe fromager BEL où il a occupé différents postes dont celui de PDG pendant 8 ans. Aujourd'hui Président de la Holding BEL, M. Gérard Boivin est également administrateur de l'ANSES, de l'AFNOR, de la Fédération nationale de l'industrie laitière (FNIL) et il préside l'Association des amis du Fonds français pour l'alimentation et la santé.*

## Bibliographie

Titre	Auteur(s)
Démographie climat et alimentation mondiale 2011	EDP Science - Collectif
9 milliards dhommes à nourrir	François Bonnin - 2011 M. Guillon
La chimie de l'alimentation	EDP Science - 2011 Collectif
La stratégie de l'offre	Pearson - 2009 H. Bodinat
Les dépenses de santé - CEPREMAP - 2009	B. Dormont
Manger tous et bien	Seuil - 2011 B. Parmentier
Pourquoi je suis ce que je mange ? - Amazon - 2015	G. Boivin - K. Boras
Mangez, on s'occupe du reste - Plon - 2014	P. Weill
Coup de pied dans le plat - Marabout - 2015	P. Legrand