USAB50 - Nutrition santé, approche environnementale et déterminants

Mis à jour le 08-12-2025

Code : USAB50

Unité spécifique de type mixte

6 crédits

Responsabilité nationale : EPN12 - Santé solidarité / Edith LECOMTE

Présentation

Prérequis

Cet enseignement nécessite de disposer d'un niveau bac +2 dans le domaine de la diététique ou nutrition.

Objectifs pédagogiques

Maitriser les liens nutrition santé, s'approprier les recommandations nationales, les fondamentaux de la micronutrition et l'impact des traitements ou transformation des aliments afin de pouvoir conseiller et orienter tout type de public.

Initier les auditeurs à l'approche de l'alimentation saine et durable pour la mise en place de projets prenant en compte ces thématiques

Par la connaissance des dimensions physiologique, sociologique et psychologique du comportement alimentaire, améliorer la prise en charge des patients

Compétences

- **Mobiliser les connaissances nécessaires pour le développement d'une pensée critique au sujet de l'impact de la nutrition sur la santé**
- **Être en mesure d'adapter les recommandations nutritionnelles**
- **Accompagner et outiller les professionnels pour atteindre les objectifs des lois EGAlim et climat et résilience : produits durables, produits issus de l'agriculture biologique, diversification protéique, réduction du gaspillage alimentaire**
- **Connaitre les déterminants du comportement alimentaire**

Programme

Contenu

Nutrition santé (17.5 heures)

- Liens nutrition santé et inégalités sociales de santé
- Recommandations nutritionnelles et déterminants des choix, prise en compte de la précarité, du handicap
- Micronutrition - Relation entre santé et apports en micro-nutriments, aliments fonctionnels, compléments nutritionnels

Science des aliments (14.5 heures)

- Impact de certains traitements sur l'absorption
- Utilisation et effets secondaires des aliments
- Aliments ultra transformés

Alimentation saine et durable (7 heures)

- Impact environnemental des régimes alimentaires
- Pratiques agricoles plus écologiques
- Gaspillage alimentaire
- Inégalités sociales d'accès

Dimension physiologique du comportement alimentaire (7 heures)

- Acteurs régulateurs
- Contrôle du poids et de l'appétit
- Rythme
- Déterminants de la prise alimentaire et de la satiété

Dimension sociologique et psychologique autour de l'acte alimentaire (14 heures)

- Enjeux et place de l’alimentation dans le développement de l’enfant,
- Importance de la relation enfant-parents
- Aspects psychologiques des préférences alimentaires
- Sensibilisation gustative et néophobie alimentaire

Modalités de validation

- Contrôle continu
- Examen final