

# Diététique pratique en santé au travail



Médecins  
Infirmier(e)s

DPC MED INF (soumis à validation)

EN PRÉSENTIEL Réf. 12b022



21 h  
6 au 8 mars



1200 € HT - Repas inclus

## ANIMATION

Diététicien(ne)

## DÉROULEMENT

➤ 9h00-12h30 / 13h30-17h00

## SUIVI ET ÉVALUATION

- Supports de cours inclus.
- Tests de positionnement.
- Évaluation des acquis : autoévaluations, quiz, analyses de cas, etc.
- Évaluation à froid.

  
**afometra**  
 FORMATION EN SANTÉ AU TRAVAIL  
 ISO 9001:2015  
 Labellisation PMR

**Cette formation permet à tout professionnel de santé d'acquérir les bases en diététique pour conseiller efficacement travailleurs et employeurs, aussi bien sur les relations nutrition-travail (travail de nuit, horaires décalés) que pour une prévention en santé publique (loi du 2 août 2021).**

R

## Prérequis

Exercer en SPST.

## Objectifs

- Mettre en pratique les principes de base en diététique en santé travail.
- Repérer les travailleurs en prévention primaire, et conseiller les salariés (surpoids, obésité, diabète, rythmes de vie...).
- Faire passer des messages de prévention adaptés à chaque public.
- Mettre en œuvre des actions relatives à la nutrition en suivi individuel et collectif.

## Programme

### Jour 1

- État des lieux législatif et réglementaire.
- Le comportement alimentaire.
- Les contraintes liées au travail à horaires atypiques.
- Identifier les inégalités sociales pour accompagner les salariés.

### Jour 2

- Actualisation des recommandations en nutrition.
- Repères pratiques pour conseiller les salariés.
- Objectifs nutritionnels pour les salariés selon la diversité des conditions de travail, des horaires et de l'organisation des pauses.
- Incidences des conditions de travail sur la prise de poids et de l'état de santé sur la qualité de vie au travail.

### Jour 3

- Identifier les contraintes et les pratiques selon les postes de travail.
- Comportement alimentaire : stress, dépression, addictions.
- Diététique pratique selon les entreprises et les postes.
- Identification des aliments et des ressources culinaires ou organisationnelles pour déjouer les pièges.
- Présentation et analyse d'outils pédagogiques pour une approche individuelle et collective d'accompagnement et de promotion de la santé par l'alimentation.
- Pistes de méthodologie et de thématiques d'actions collectives.

## Modalités pédagogiques

- Alternance de méthodes affirmatives, interrogatives et expérientielles.
- Étude de cas. Partage de pratique et mise en situation.
- Tests sensoriels.
- Évaluation par quiz.