Diététique pratique en santé au travail

Médecins
IST

EN PRÉSENTIEL Réf. 12b022

21 h
19 au 21 mai
ou 1er au 3 décembre

1200 € HT - Repas inclus

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 découpés) que pour une prévention en santé publique (loi du 2 août 2021).

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

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

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.

efometra
FORMATION EN SANTÉ AU TRAVAIL

ISO 9001:2015
Labellisation PMR

09.2026