Institut Européen de Diététique et Micronutrition

MERCREDI 16 décembre 2020 de 12h30 à 13h30

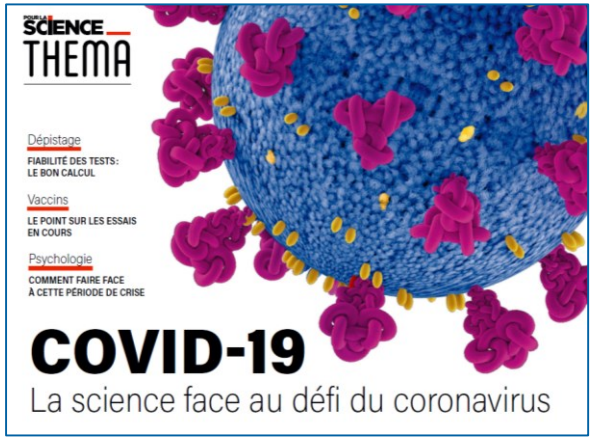
« Comprendre et accompagner la fatigue, la déprime, le risque de fragilité chez nos patients touchés par le Covid19… :

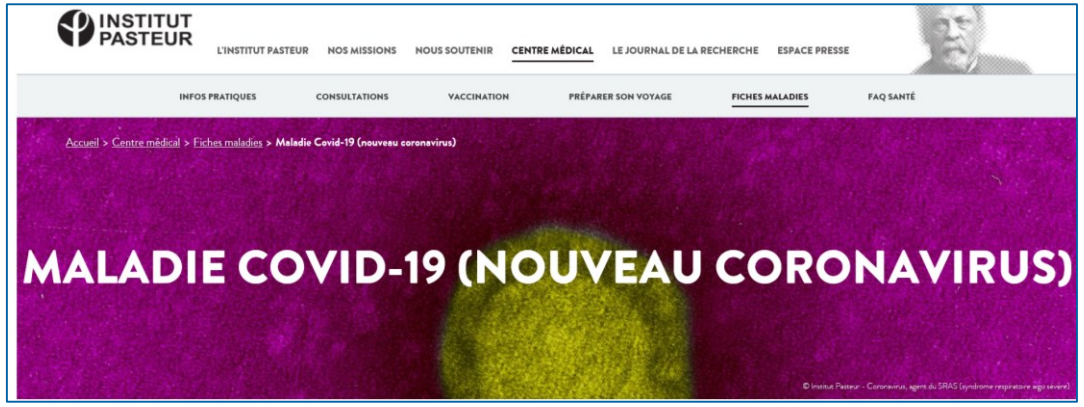
L'intérêt de se former à la Micronutrition !

Webinaire proposé par L'IEDM (Institut Européen de Diététique et Micronutrition)

animé par le Docteur Didier CHOS (Président de l'IEDM)

EN INTRODUCTION….





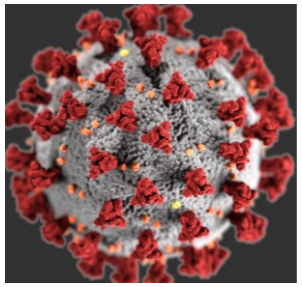
philosophie magazine

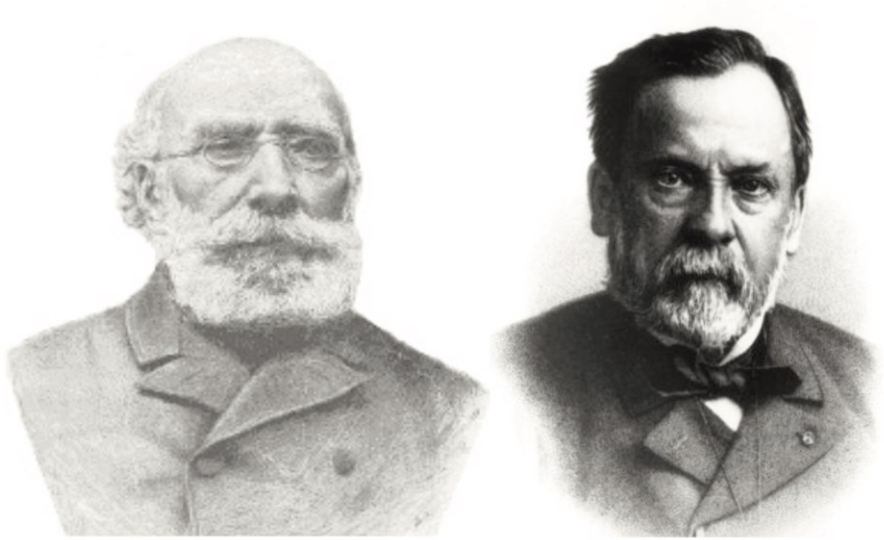
Le concept du moment

"Syndémie" : déjà malades avant de tomber malades ?

PENDANT LA 1ÈRE VAGUE, NOUS AVONS VÉCU DES DÉBATS STÉRILES…

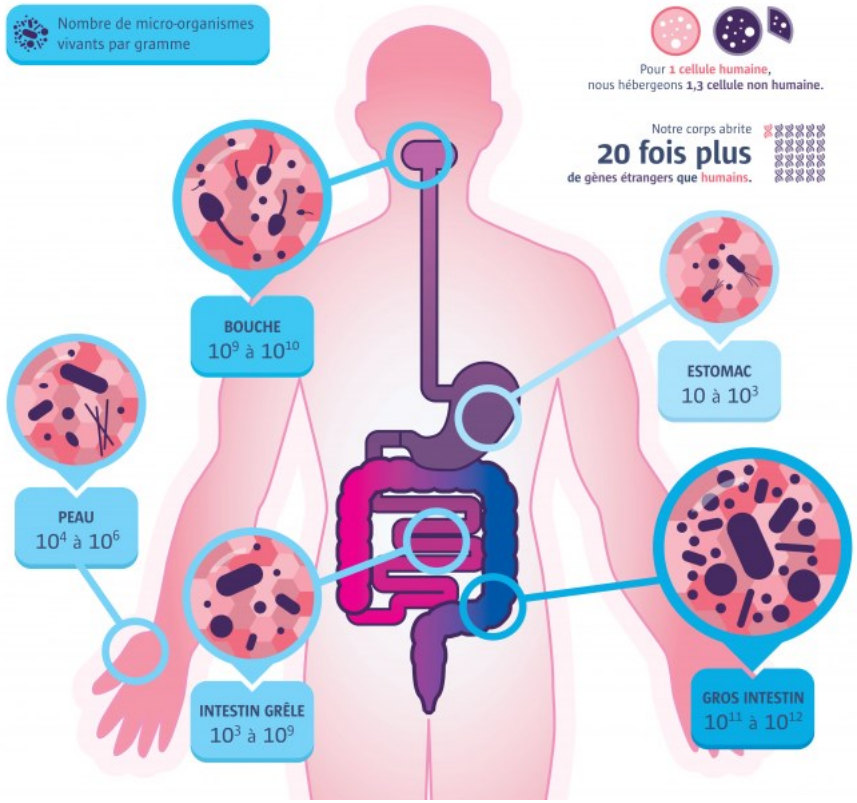
NOUS AVIONS REMARQUÉ LORS DE LA « 1ÈRE VAGUE »



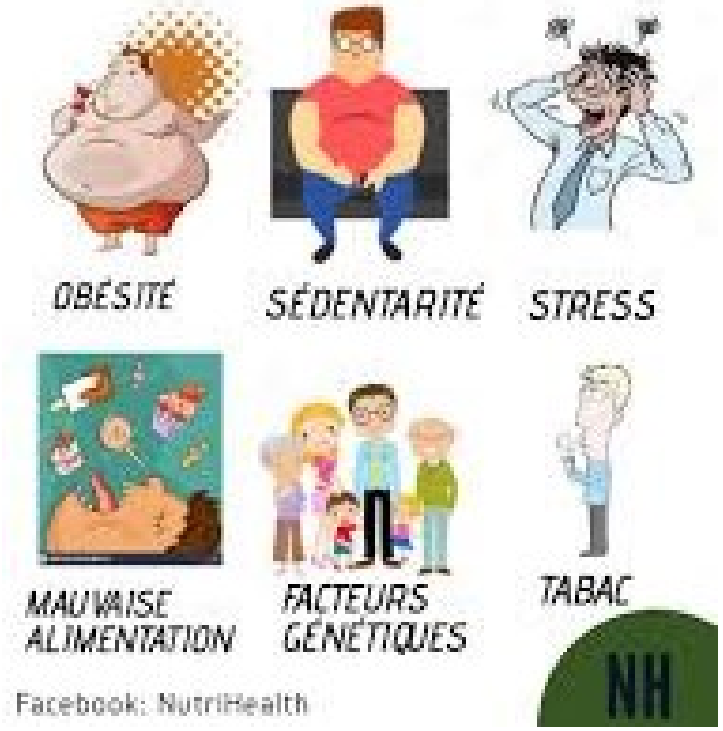


LE MICROBE N'EST RIEN, LE TERRAIN EST TOUT…

ON AVAIT TOTALEMENT OUBLIÉ…



La REVOLUTION des MICROBIOTES



Les EPIDEMIES silencieuses

NOTRE SANTÉ EST UN VÉRITABLE ICEBERG…

La MALADIE
Les PATHOLOGIES

Les états intermédiaires de SANTE :

= Dysfonctions bruyantes
= Dysfonctions muettes

Réservé exclusivement aux professionnels de santé. Ne peut être diffusé.

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

DIAGNOSTIQUER ET DÉPISTER LES SITUATIONS À RISQUE

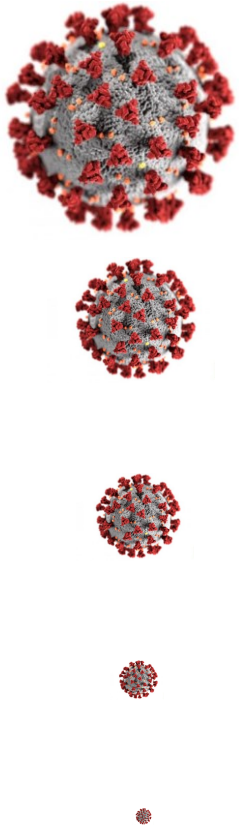
Cancers, M.A.I, malnutritions sévères, maladies cardio-métaboliques, pathologies dégénératives…

Perturbations fonctionnelles et nutritionnelles :

- Etats de dysbiose
- Stress chronique
- Obésité, dysmétabolies
- Inflammation de BG, stress oxydant
- Déficits nutri et micronutritionnels
- Etats de fatigue et/ou de douleur chroniques
- Liées à l'âge (états de fragilité…)

LE COVID A UNE EXPRESSION À GÉOMÉTRIE VARIABLE…

Formes graves



Formes asymptomatiques

La MALADIE
Les PATHOLOGIES

Les états intermédiaires de SANTE :

= Dysfonctions bruyantes
= Dysfonctions muettes

L'ETAT DE PLEINE SANTE

CAT DES PATIENTS EN PLEINE SANTÉ « APPARENTE »….AUX PATIENTS VULNÉRABLES

I. **L'immunité … quand tout va bien!**

= Les conseils d'usage

II. **Les patients à risque:**

= La vision académique

= La vision systémique

III. **Les hypothèses physiopathologiques et les propositions**

CAT DES PATIENTS EN PLEINE SANTÉ « APPARENTE »….AUX PATIENTS VULNÉRABLES

I. **L'immunité … quand tout va bien!**

= Les conseils d'usage

II. **Les patients à risque:**

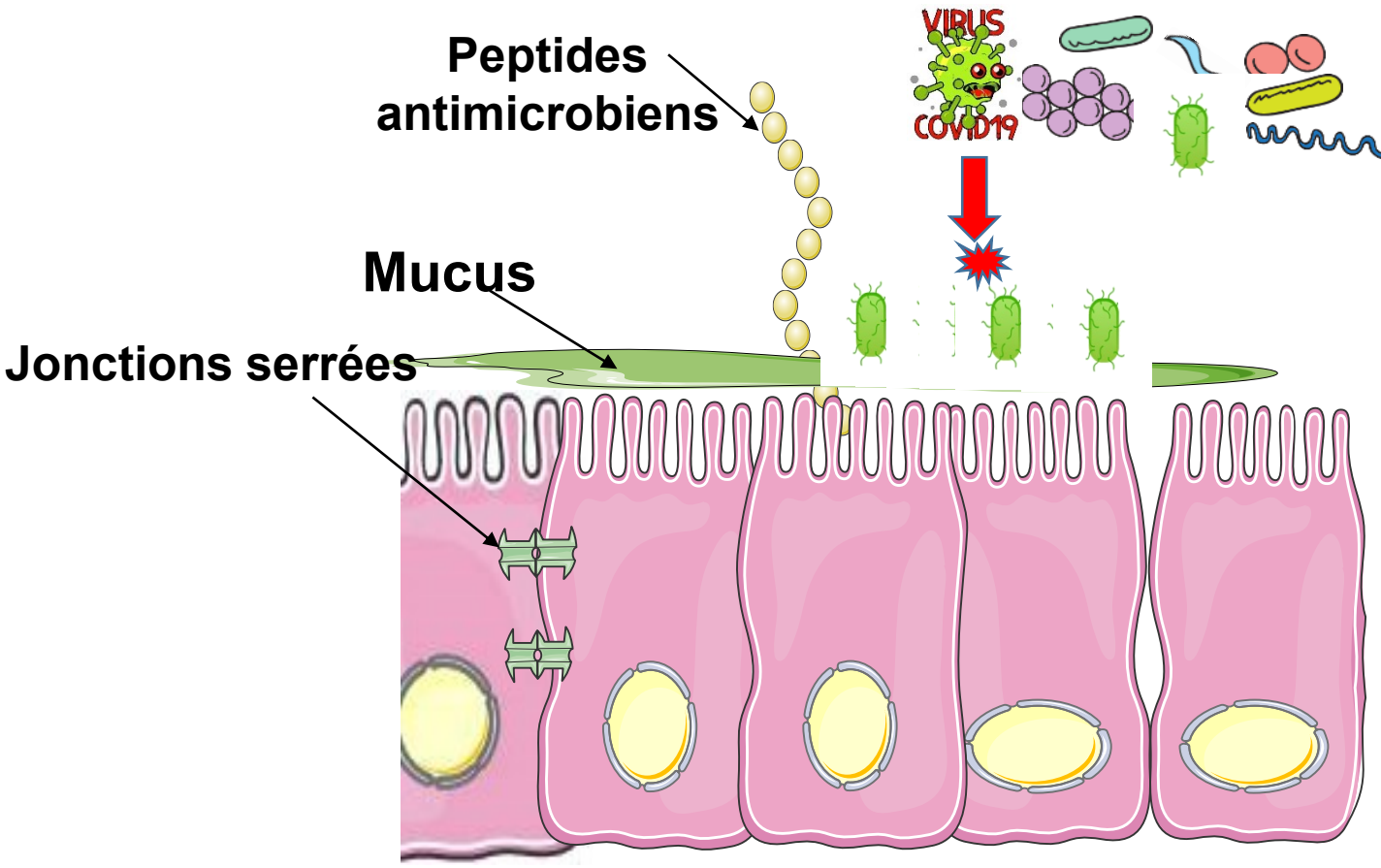
= La vision académique

= La vision systémique

III. **Les hypothèses physiopathologiques et les propositions**

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

NOTRE 1ÈRE BARRIÈRE DE PROTECTION : LES MUQUEUSES



Bactéries du microbiote

- Bactériocines
- Acide lactique
- H_2O_2

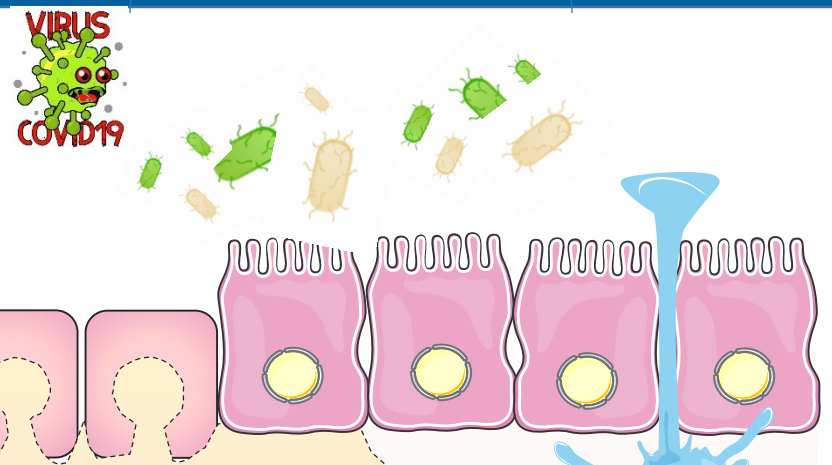
QUE SE PASSE-T-IL UNE FOIS LA BARRIÈRE ÉPITHÉLIALE FRANCHIE… ?

Bactéries du microbiote

- Bactériocines
- Acide lactique
- H_2O_2

EPITHÉLIUM

Peptides antimicrobiens (Défensines)



Cellules M

Cellule dendritique

SI inné : 4 jours

- Macrophage
- PN neutrophi
- PN éosino
- Mastocyte

➢ **4 jours : SI Adaptatif :**

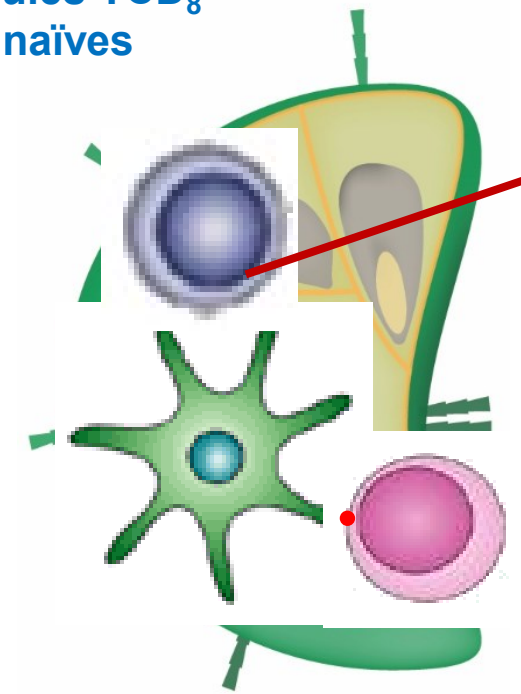
- Lymphocytes T4 et T8
- Lymphocytes B

SYSTÈME IMMUNITAIRE ADAPTATIF

Réservé exclusivement aux professionnels de santé. Ne peut être diffusé.

L'IMMUNITÉ ADAPTATIVE POUR LES VIRUS

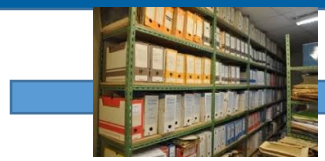
Cellules TCD_8 naïves



Cellules TCD_4 naïves (Th0)

IFN-g, IL-12

Lymphocytes TCD_8 cytotoxiques



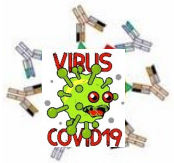
Lymphocytes T_8 Mémoires

Lymphocytes Th1

Lymphocytes Th1 Mémoires

Lymphocytes B

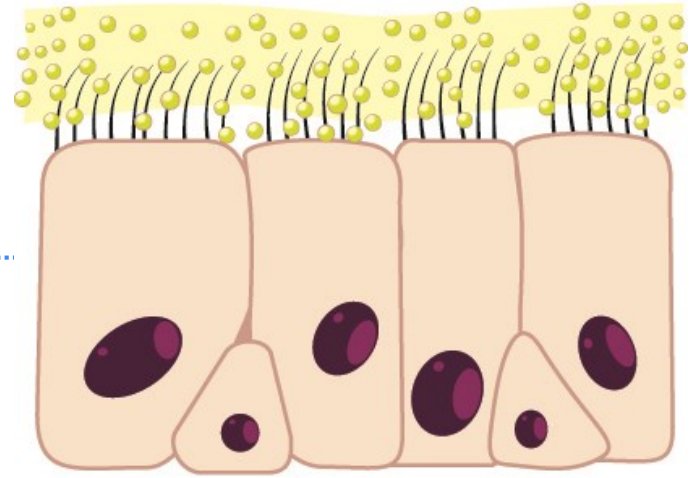
Lymphocytes B Mémoires

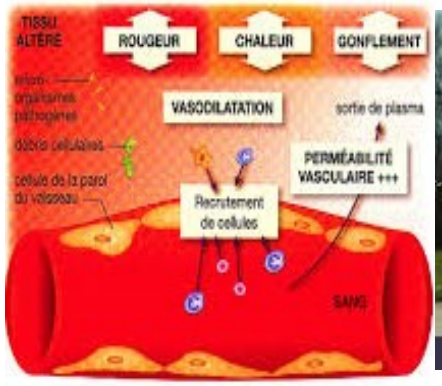


https://www.reseau-canope.fr/corpus/video/l-immunite-adaptative-43.html

RÉSUMONS LES DIFFÉRENTES PHASES : LES MUQUEUSES, LES LANCE-FLAMMES, LES TIREURS D'ÉLITE, LES ARCHIVISTES…

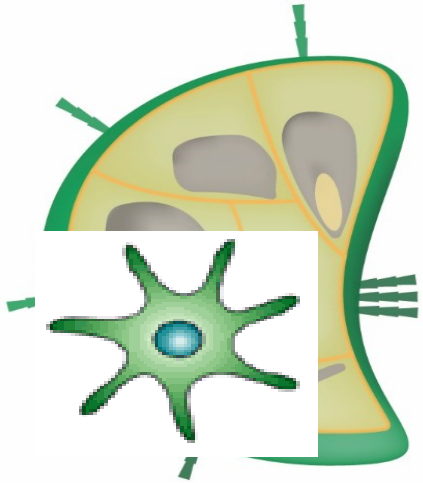
1





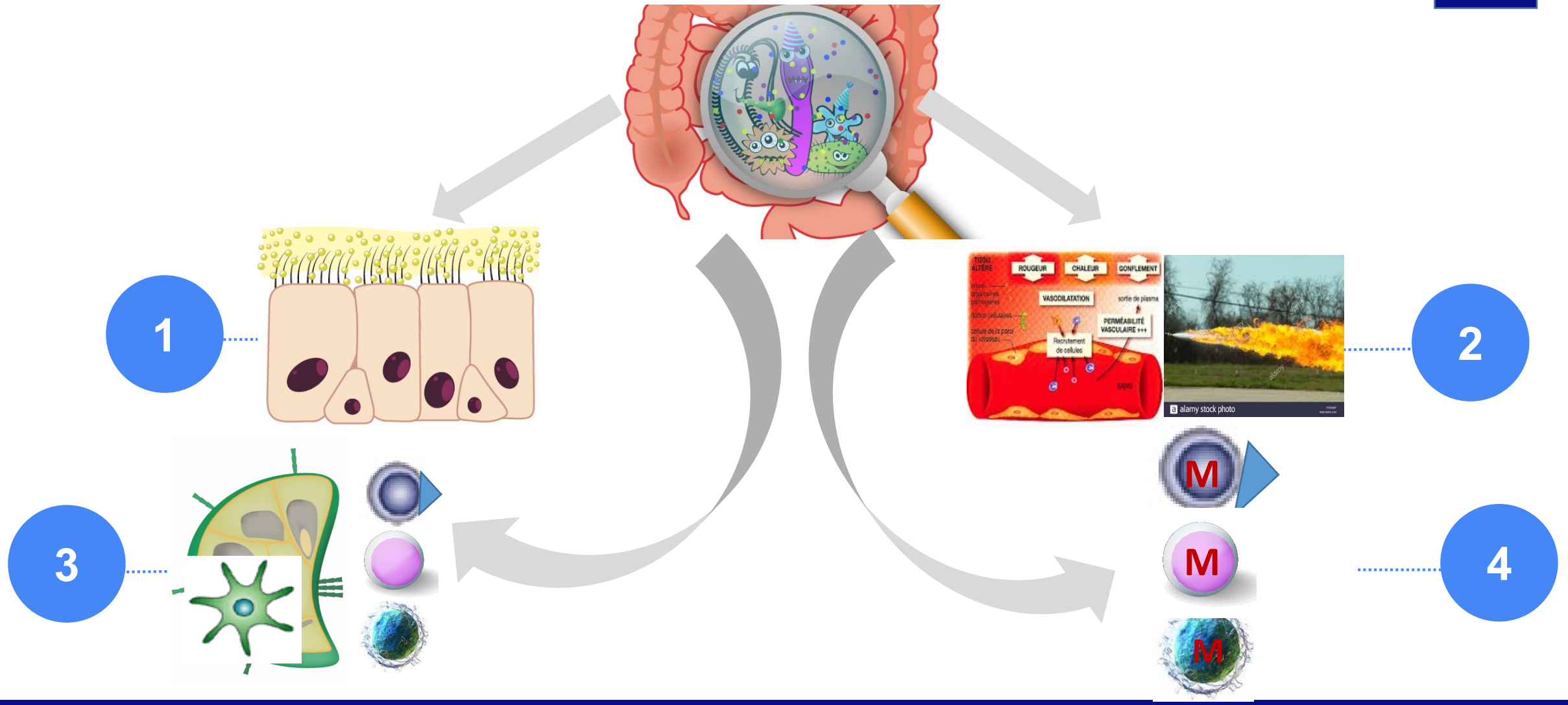
2

3



4

SOUS LA BAGUETTE DU CHEF D'ORCHESTRE : LES MUQUEUSES, LES LANCE-FLAMMES, LES TIREURS D'ÉLITE, LES ARCHIVISTES…



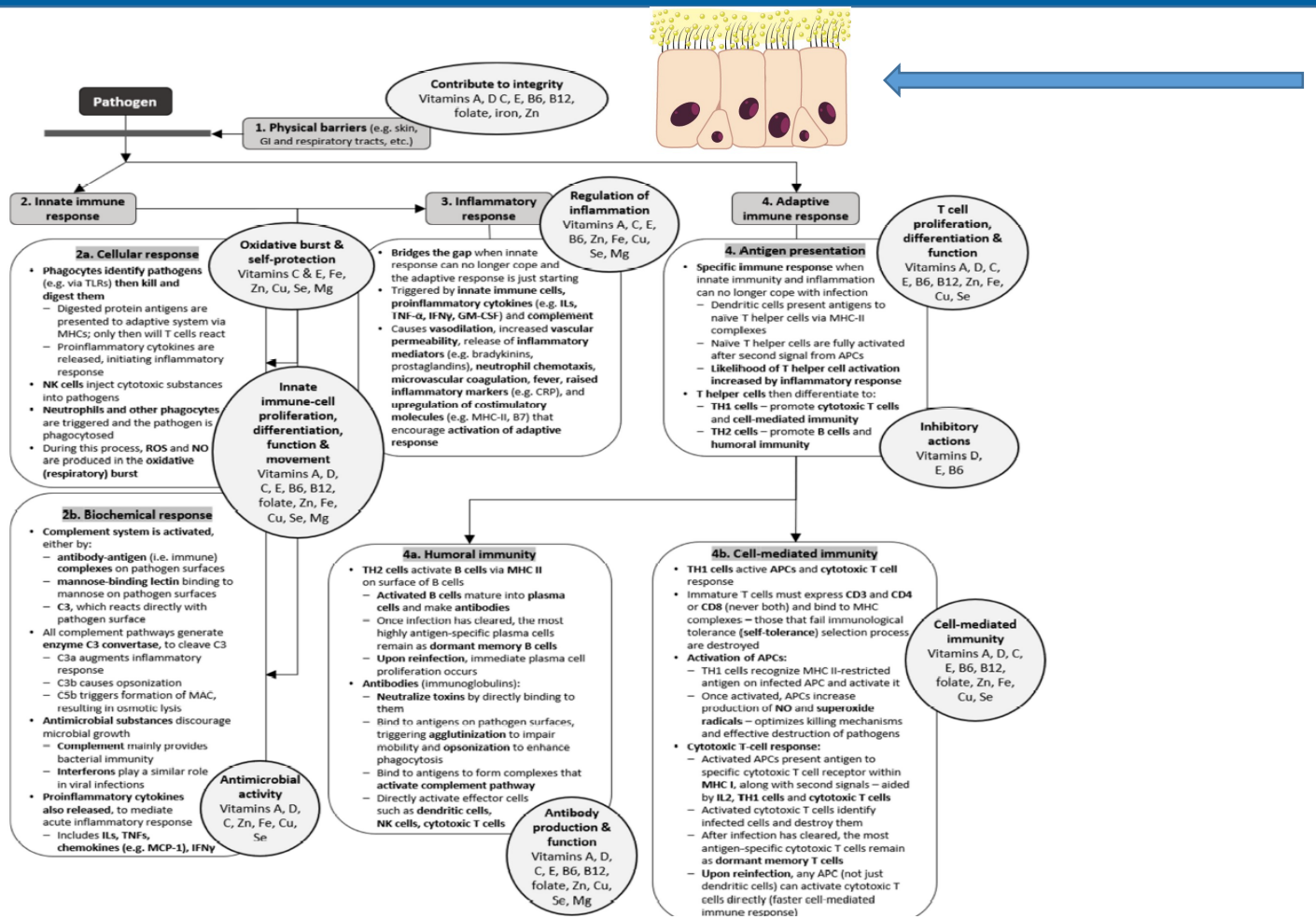
PRINCIPAUX ACTEURS NUTRITIONNELS ET MICROBIOTIQUES

I. Les confirmations et les études

II. Les conseils d'usage

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

DÉFICITS NUTRI ET MICRONUTRITIONNELS ET IMMUNITÉ



A Review of Micronutrients and the Immune System–Working in Harmony to Reduce the Risk of Infection
Adrian F. Gombart 1 , Adeline Pierre 2 and Silvia Maggini 2, Nutrients 2020, 12, 236; doi:10.3390/nu12010236

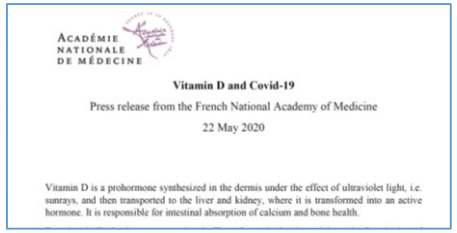
Réservé exclusivement aux professionnels de santé. Ne peut être diffusé.

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

LES ACTEURS NUTRITIONNELS INDISPENSABLES

Entre 2000 et 4000 U/J

Focus



ACADÉMIE NATIONALE DE MÉDECINE

Vitamin D and Covid-19

Press release from the French National Academy of Medicine

22 May 2020

Vitamin D is a prohormone synthesized in the dermis under the effect of ultraviolet light, i.e. sunrays, and then transported to the liver and kidney, where it is transformed into an active hormone. It is responsible for intestinal absorption of calcium and bone health.

VITAMINES: A, D, C, E, B6, B9, B12

MINERAUX: Zinc, Fer, Cuivre, Sélénium, Mg

Les conseils d'usage

1.
2.
3.
4.

A Review of Micronutrients and the Immune System–Working in Harmony to Reduce the Risk of Infection
Adrian F. Gombart 1 , Adeline Pierre 2 and Silvia Maggini 2, Nutrients 2020, 12, 236; doi:10.3390/nu12010236

Réservé exclusivement aux professionnels de santé. Ne peut être diffusé.

QUELLES SOUCHES PROBIOTIQUES POUR OPTIMISER SES DÉFENSES?

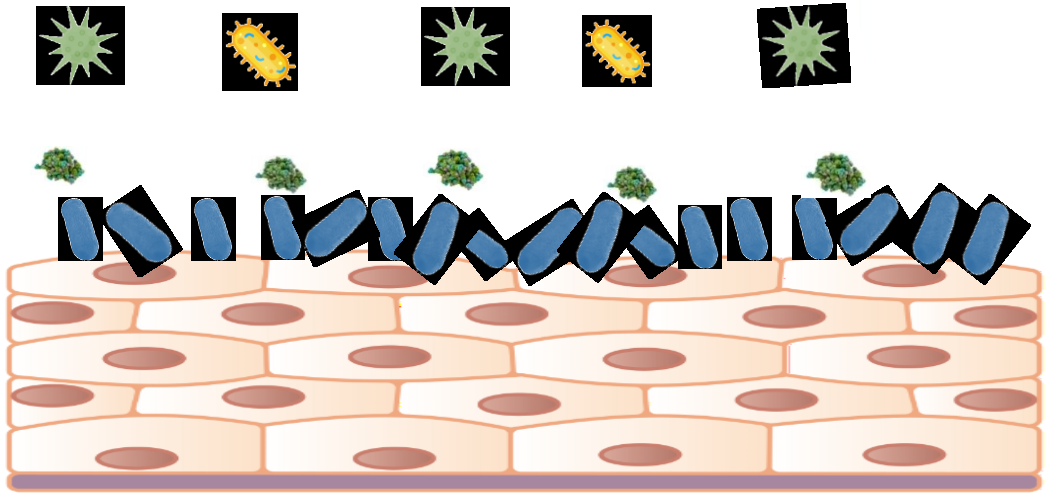
Réservé exclusivement au

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

SOUCHES PROBIOTIQUES DOTÉES D'EFFET BARRIERE

Action locale : effet barrière

- ✓ INHIBITION DE L'ADHÉSION ET DE LA PROLIFÉRATION BACTÉRIENNE
- ✓ SÉCRÉTION DE PEPTIDES ANTIMICROBIENS



Lactobacillus paracasei LA 802

Zohaib Khurshid et al., Saudi Pharmaceutical Journal 2016 24, 515–524

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

SANS OUBLIER LES CONSEILS PERSONNALISES POUR ADOPTER LE MODE DE VIE FAVORABLE

Manger Crétois

Oméga 3 naturels
FILIÈRE LIN TRADITION
Bleu-Blanc-Cœur

CAT DES PATIENTS EN PLEINE SANTÉ « APPARENTE »….AUX PATIENTS VULNÉRABLES

I. **L'immunité … quand tout va bien!**

= Les conseils d'usage

II. **Les patients à risque:**

= La vision académique

= La vision systémique

III. **Les hypothèses physiopathologiques et les propositions**

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

LA VISION ACADÉMIQUE

Quels sont les critères de vulnérabilité officiels depuis le 31.08.2020 ?

Vous êtes considéré comme vulnérable si vous vous trouvez dans l'une des situations suivantes :

- Être atteint de **cancer évolutif** sous traitement (hors hormonothérapie) ;
- Être atteint d'une **immunodépression congénitale ou acquise** :
  - **médicamenteuse** : chimiothérapie anticancéreuse, traitement immunosuppresseur, biothérapie et/ou corticothérapie à dose immunosuppressive ;
  - **infection à VIH** non contrôlée ou avec des CD4 < 200/mm^3 ;
  - consécutive à une **greffe** d'organe solide ou de cellules souches hématopoïétiques ;
  - liée à une **hémopathie maligne** en cours de traitement ;
- Être âgé de **65 ans et plus** et avoir un **diabète** associé à une obésité ou des **complications micro ou macrovasculaires ;**
- Être **dialysé** ou présenter une **insuffisance rénale chronique sévère.**

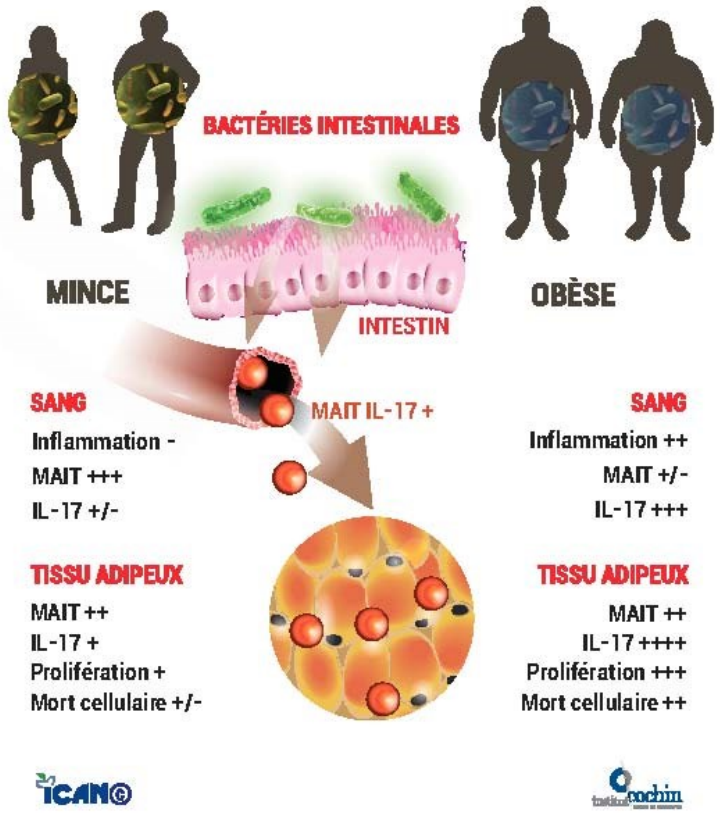
https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A14242

Communiqués de presse de Olivier VéranCommuniqués et dossiers de presseCOVID-19Santé

Réservé exclusivement aux professionnels de santé. Ne peut être diffusé.

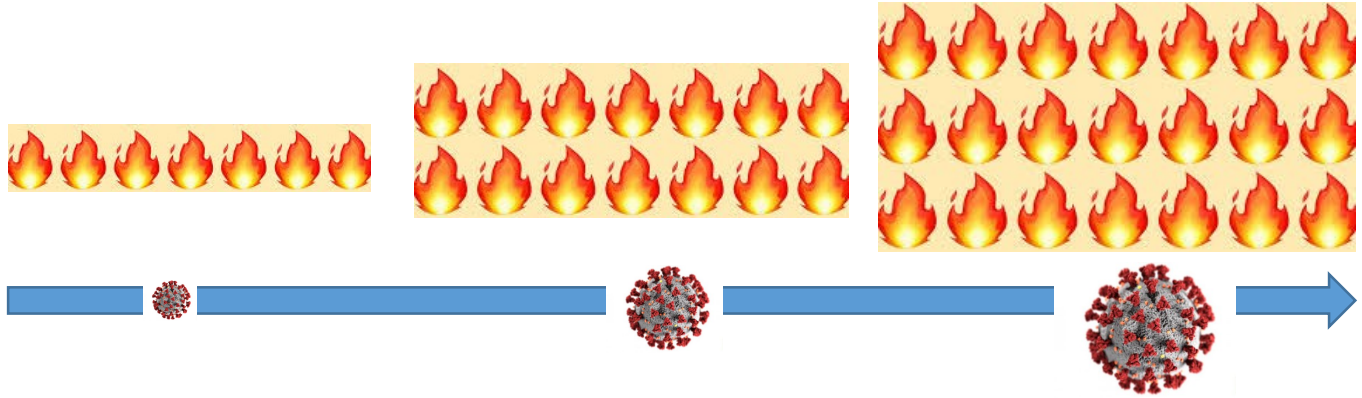
De la vision académique à la vision systémique

COVID-19, OBÉSITÉ, TISSU ADIPEUX ET MICROBIOTE INTESTINAL : LIAISONS POTENTIELLEMENT DANGEREUSES



Quel est le point commun entre:

- L'obésité (maladie du TA)
- La dysbiose selon Joël Doré (rupture de symbiose)
- Les M.A.I
- Le Cancer
- Les personnes âgées malades…



MAIT : Mucosal-Associated Invariant T cells*

Covid-19, obésité, tissu adipeux et microbiote intestinal : liaisons potentiellement dangereuses *30 mai 2020 ; Dr Tiphaine Le Roy, Pr Karine Clément*

LES FATIGUES ET SÉQUELLES POST-COVID: UN COVID PLUS OU MOINS LONG…

DR LIAM TOWNSEND DE L'HÔPITAL ST JAMES (DUBLIN, IRLANDE)

Post-COVID-19 : la fatigue persistante est indépendante de la gravité de l'infection - Medscape - 30 oct 2020.

Sur les 128 participants à l'étude (âge moyen: 50 ans), 52% ont fait état d'une fatigue persistante lors d'une évaluation réalisée en moyenne dix semaines après leur *«guérison clinique»,* **quelle qu'ait été la gravité de leur infection initiale**. Chez tous, l'infection a été confirmée par test virologique.

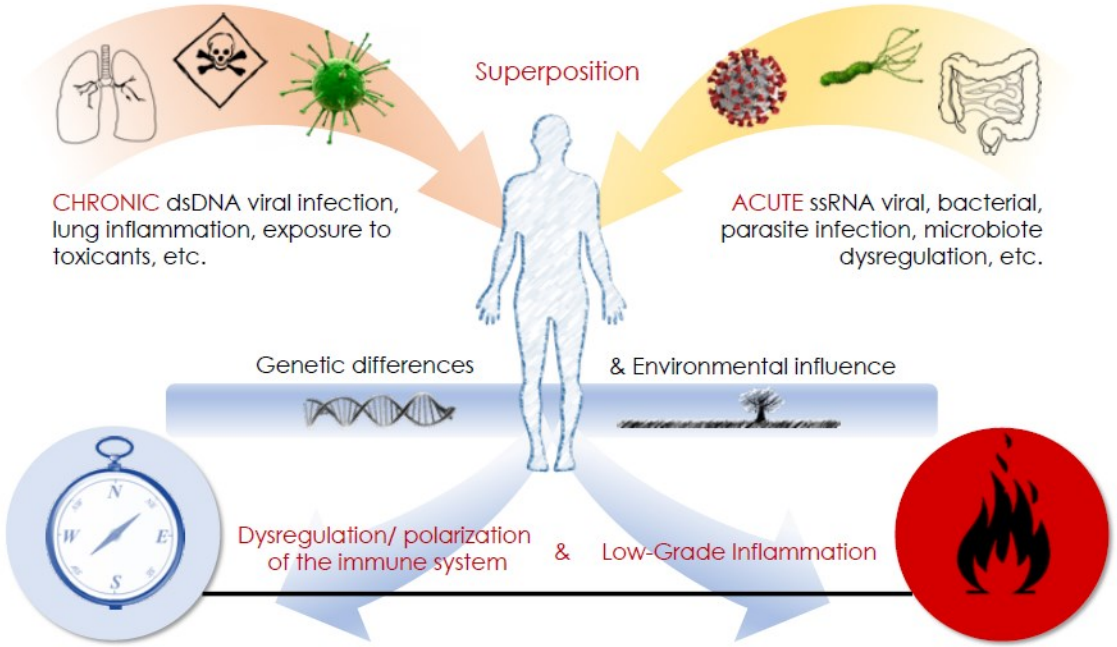
Syndrome de Fatigue chronique (EM/SFC)
Post infectieux (Epstein Barr, CMV…)

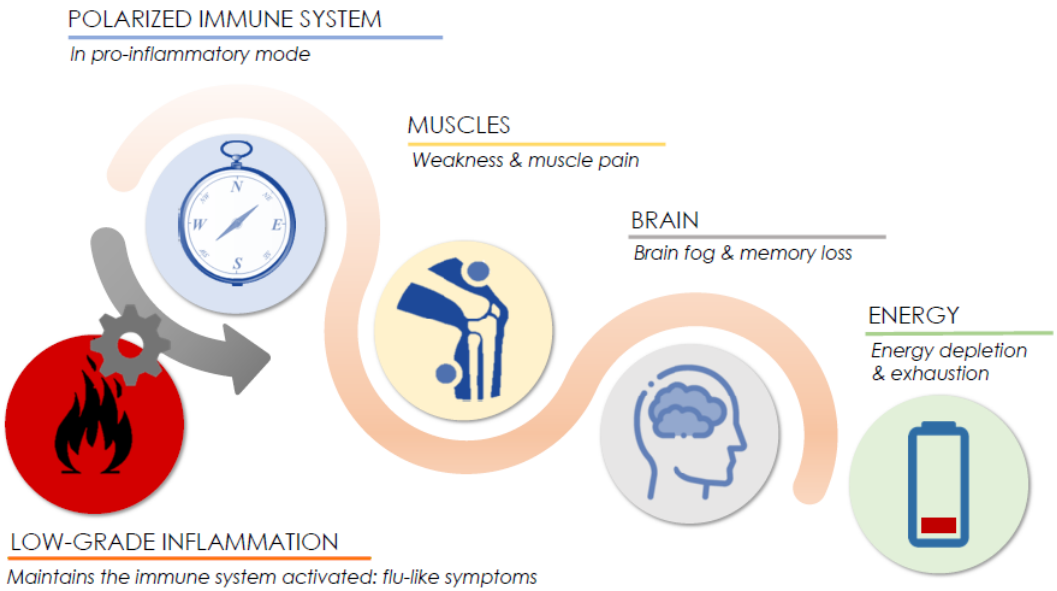
Les signes et les symptômes

Cette réponse anormale face au stress, en plus de la fatigue causée au corps par l'élément déclencheur, est considérée comme étant à l'origine d'un large éventail de symptômes qui peuvent se manifester :

- une apparition soudaine de fatigue grave, durable et qui diminue grandement les activités du patient; elle peut se combiner à une exténuation, à de l'épuisement, à de la faiblesse, à une sensation de lourdeur et à plus d'efforts au mouvement;
- un sentiment de grande fatigue qui persiste plus de 24 heures après un très petit travail physique ou mental;
- un sommeil non réparateur (sommeil, après lequel les personnes ne se sentent pas reposées);
- une douleur musculaire qui se déplace, parfois sans raison évidente; une douleur à une articulation sans rougeur ni œdème;
- un mal de tête;
- une diminution de la mémoire ou de la concentration;
- un mal de gorge récurrent;
- les ganglions sympathiques fragiles : le plus souvent sur les côtés du cou et sous les bras;
- un étourdissement ou une faiblesse en position debout;
- une sensibilité à la lumière, au bruit et aux odeurs;
- une nouvelle sensibilité aux aliments/aux médicaments/aux produits chimiques;
- des problèmes gastro-intestinaux comme le syndrome du côlon irritable.

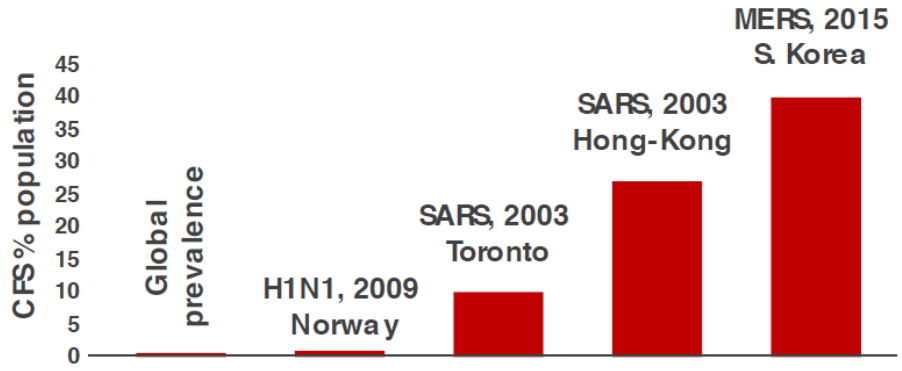
UNE APPROCHE PASSIONNANTE EN MODE START UP….

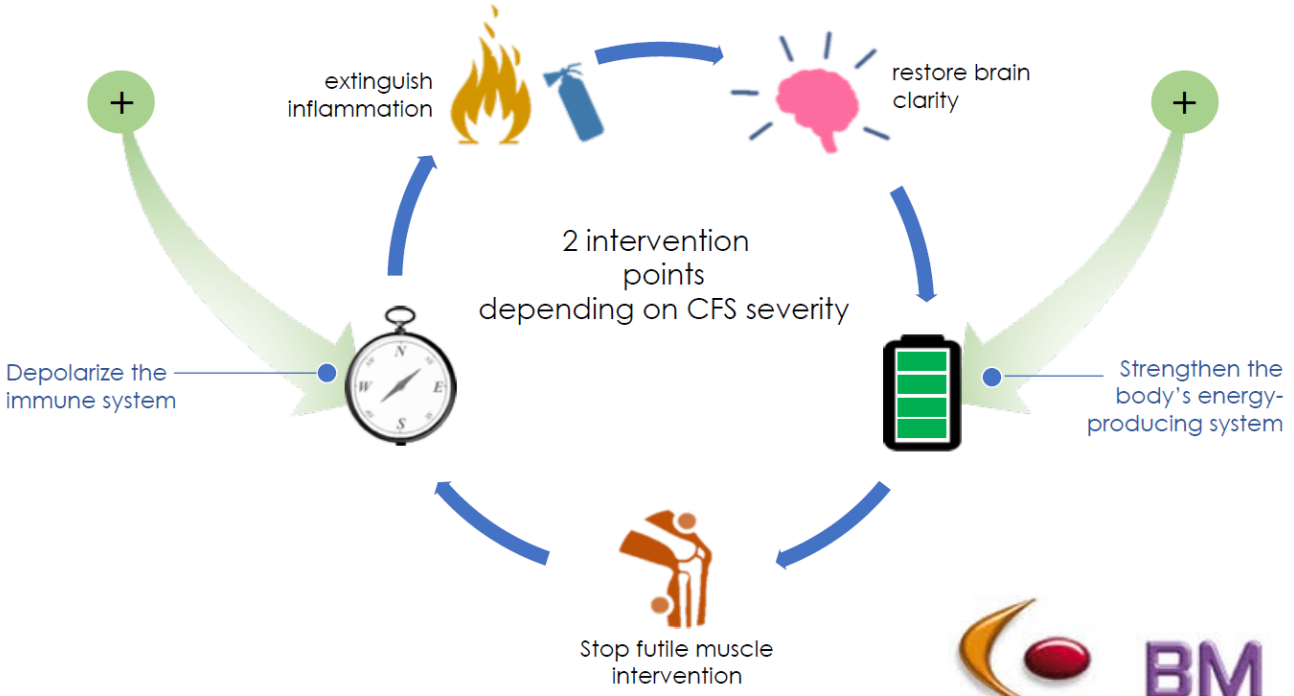




BM Systems

PRÉVALENCE ET SOLUTIONS A VENIR





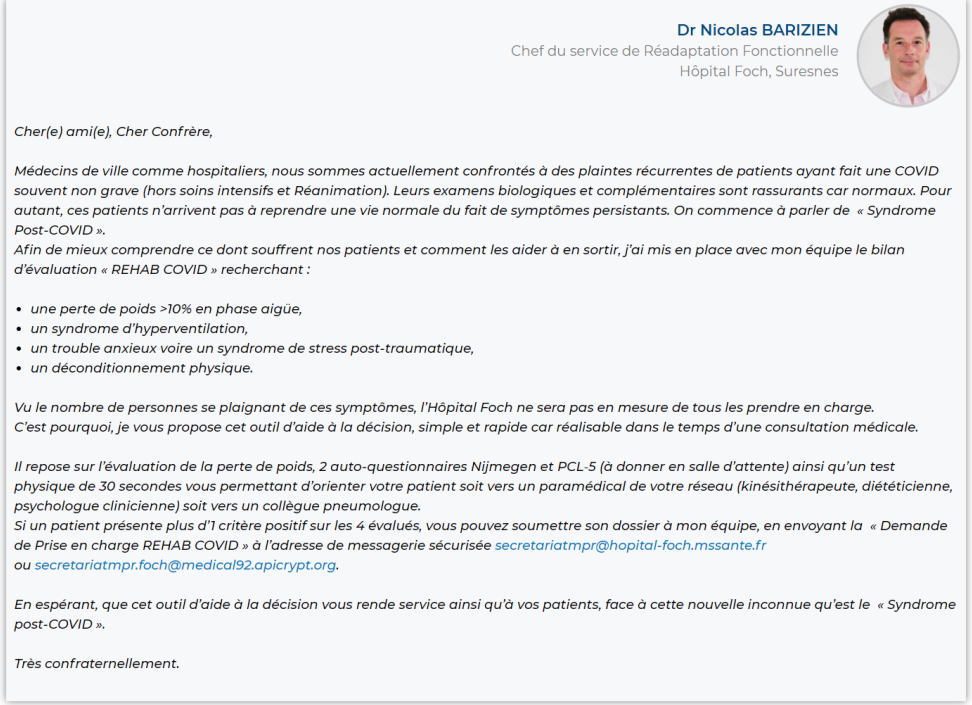
BM Systems

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

UNE INITIATIVE PARTICULIÈREMENT INTÉRESSANTE

HOPITAL FOCH

Le programme RÉHAB-COVID



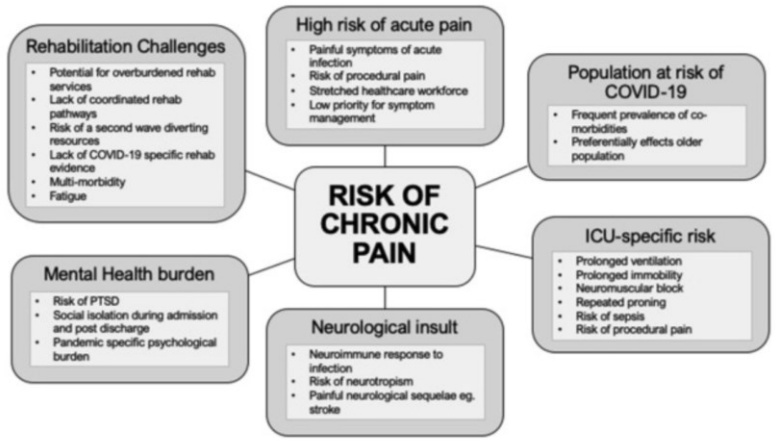


Fig 1 Potential risk factors for development of chronic pain after COVID-19. COVID-19, coronavirus disease 2019; PTSD, post-traumatic stress disorder.

Editorial| Volume 125, ISSUE 4, P436-440, October 01, 2020
Chronic pain after COVID-19: implications for rehabilitation
Harriet I. Kemp; Eve Corner; Lesley A. Colvin

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

PROPOSITION D'UN BILAN POST-COVID

Bilan post-Covid

Pour réaliser le bilan, vous trouverez ci-joint les différents questionnaires qui peuvent vous aiguiller pour la prise en charge des patients ayant été atteints du Covid-19.

Perte de poids

Score positif si supérieur à 10% du poids du patient.

NIJMEGEN

Score positif si supérieur ou égal à 23.

Test NIJMEGEN .pdf

PCL-5

- Tout score supérieur à 30 nécessite un accompagnement psychologique
- Score entre 33 et 38 : stress post-traumatique probable
- Stress post-traumatique avéré si score supérieur à 38.

Test PCLS .pdf

Debout — assis

Score positif si indice inférieur à 3.

Test debout — assis .pdf

Prise en charge

- **Si les 4 évaluations sont normales :** patient à rassurer + rééducation.
  → Orientation vers un kinésithérapeute pour 8 séances de reconditionnement à l'effort (2x/sem pendant 4 semaines).
  - Ordonnance — Kinésithérapie respiratoire Covid .pdf
  - Ordonnance — Kinésithérapie reconditionnement effort post Covid .pdf
  - Ordonnance — Kinésithérapie rééducation post Covid .pdf

- **Si un des scores est positif :** adresser le patient au professionnel compétent :
  → Perte de poids > 10% = diététicienne ou nutritionniste
  → Nijmegen > 23 = avis pneumologue ou kinésithérapeute respiratoire
  → PCL-5 = avis d'un psychologue (clinicienne / psychiatre)
  → Debout — assis = reconditionnement à l'effort par un kinésithérapeute.

- **Si plusieurs scores sont positifs :** compléter la « Demande de prise en charge REHAB-COVID » pour un bilan complet à l'Hôpital Foch et l'envoyer à l'adresse mail : **secretariatmpr@hopital-foch.mssante.fr ou secretariatmpr.foch@medical92.apicrypt.org.**

Demande de prise en charge REHAB-COVID .pdf

QUESTIONNAIRE DE NIJMEGEN

NOM : Prénom : Date :

	0 JAMAIS	1 RAREMENT	2 PARFOIS	3 SOUVENT	4 TRES SOUVENT
SENSATION DE TENSION NERVEUSE					
INCAPACITE DE RESPIRER PROFONDEMENT					
RESPIRATION ACCELEREE OU RALENTIE					
RESPIRATION COURTE					
PALPITATIONS					
FROIDEUR DES EXTREMITES					
VERTIGES					
ANXIETE					
POITRINE SERREE					
DOULEUR THORACIQUE					
FLOU VISUEL					
FOURMILLEMENT DES DOIGTS					
ANKYLOSE DES BRAS ET DES DOIGTS					
SENSATION DE CONFUSION					
BALLONEMENT ABDOMINAL					
FOURMILLEMENTS PERI BUCCAUX					
TOTAL					

TEST PCL-5

Consignes : Voici une liste de problèmes que les gens éprouvent parfois suite à une expérience vraiment stressante. Veuillez lire chaque énoncé attentivement et cocher la case pour indiquer dans quelle mesure ce problème vous a affecté dans le dernier mois.

Dans le dernier mois, dans quelle mesure avez-vous été affecté par :	Pas du tout	Un peu	Modérément	Beaucoup	Extrêmement
1. Des souvenirs répétés, pénibles et involontaires de l'expérience stressante ?					
2. Des rêves répétés et pénibles de l'expérience stressante ?					
3. Se sentir ou agir soudainement comme si vous viviez à nouveau l'expérience stressante ?					
4. Se sentir mal quand quelque chose vous rappelle l'événement ?					
5. Avoir de fortes réactions physiques lorsque quelque chose vous rappelle l'événement ?					
6. Essayer d'éviter les souvenirs, pensées, et sentiments liés à l'événement ?					
7. Essayer d'éviter les personnes et les choses qui vous rappellent l'expérience stressante (lieux, personnes, activités, objets) ?					
8. Des difficultés à vous rappeler des parties importantes de l'événement ?					
9. Des croyances négatives sur vous-même, les autres, le monde (des croyances comme : je suis mauvais, j'ai quelque chose qui cloche, je ne peux avoir confiance en personne, le monde est dangereux) ?					
10. Vous blâmer ou blâmer quelqu'un d'autre pour l'événement ou ce qui s'est passé ensuite ?					
11. Avoir des sentiments négatifs intenses tels que peur, horreur, colère, culpabilité, ou honte ?					
12. Perdre de l'intérêt pour des activités que vous aimiez auparavant ?					
13. Vous sentir distant ou coupé des autres ?					
14. Avoir du mal à éprouver des sentiments positifs (par exemple être incapable de ressentir de la joie ou de l'amour envers vos proches) ?					
15. Comportement irritable, explosions de colère, ou agir agressivement ?					
16. Prendre des risques inconsidérés ou encore avoir des conduites qui pourraient vous mettre en danger ?					
17. Etre en état de « super alerte », hyper vigilant ou sur vos gardes ?					
18. Sursauter facilement ?					
19. Avoir du mal à vous concentrer ?					
20. Avoir su mal à trouver le sommeil u à rester endormi ?					

UNE AUTRE APPROCHE AVEC LE GROUPE COMPARE…

ComPaRe
LA COMMUNAUTÉ
DE PATIENTS
POUR LA RECHERCHE

COVID long

Fin octobre 2020, ComPaRe a lancé une étude sur le Covid long.

Plus de 600 personnes ont détaillé leurs symptômes et ont partagé leurs difficultés quotidiennes liées au Covid long.

Voici les 50 manifestations du Covid long mises en avant par cette première phase de l'étude

https://compare.aphp.fr

CAT DES PATIENTS EN PLEINE SANTÉ « APPARENTE »….AUX PATIENTS VULNÉRABLES

I. **L'immunité … quand tout va bien!**

= Les conseils d'usage

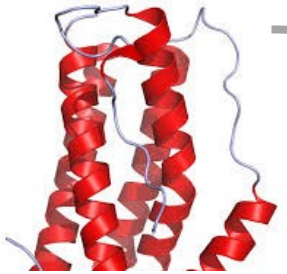
II. **Les patients à risque:**

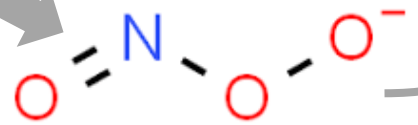
= La vision académique

= La vision systémique

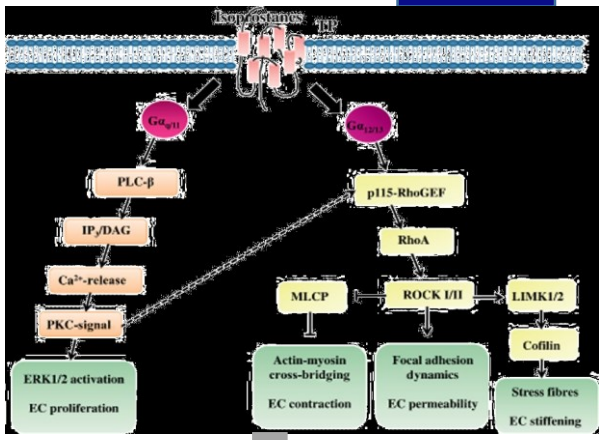
III. **Les hypothèses physiopathologiques et les propositions**

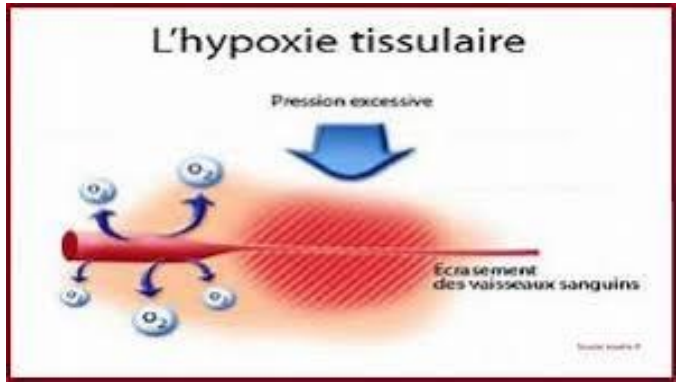
IMMUNITÉ ET SYNDROME DE FATIGUE CHRONIQUE

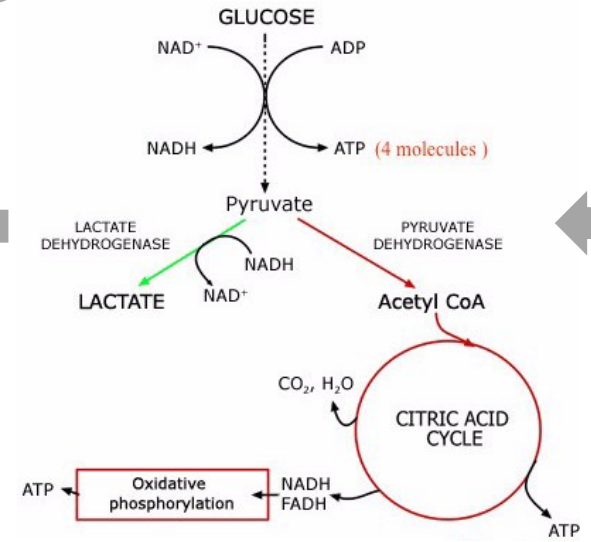




- Antioxydants

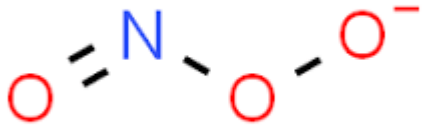


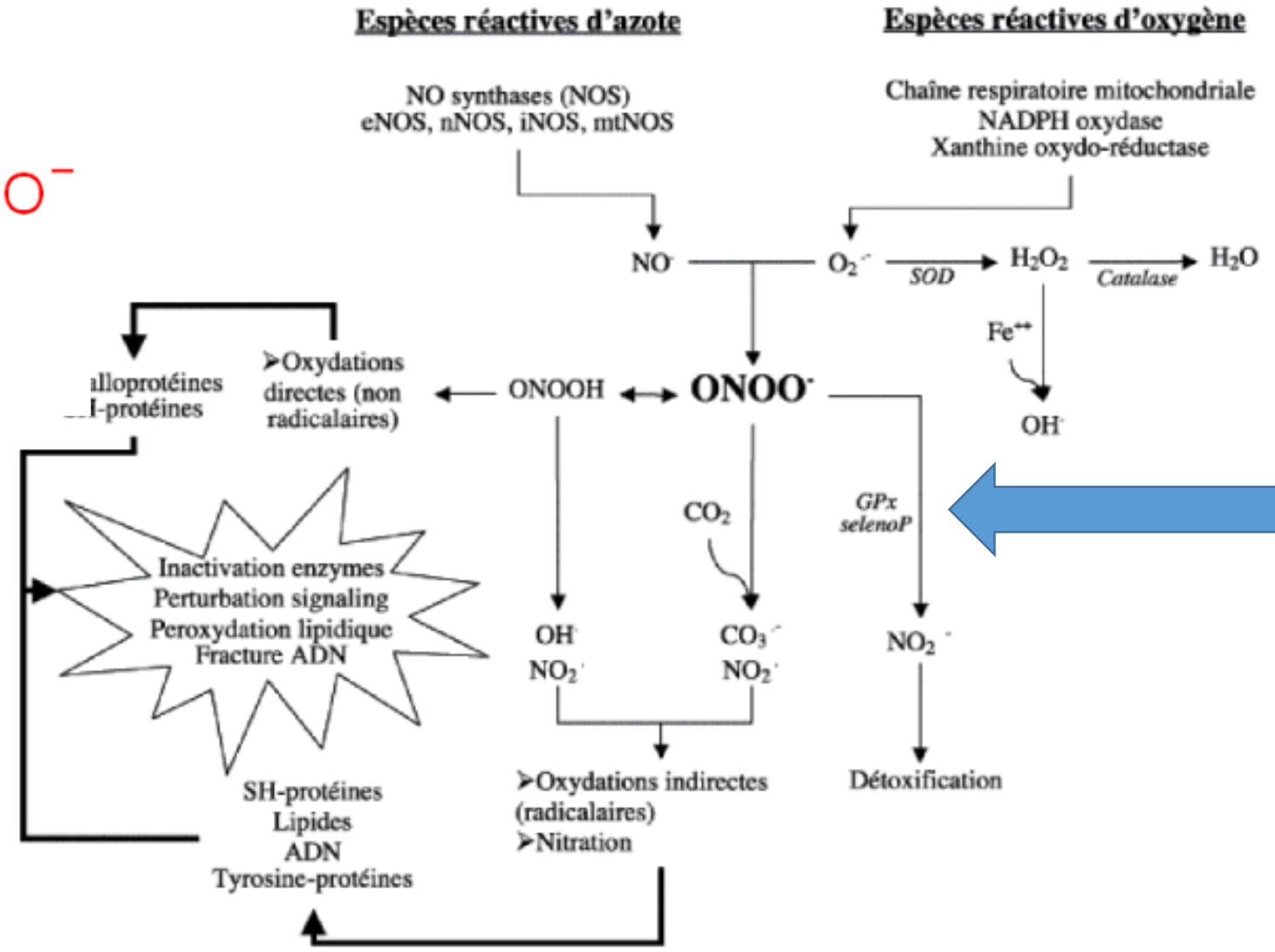




Réservé exclusivement aux professionnels de santé. Ne peut être diffusé.

CHIMIE BIOLOGIQUE DU PEROXYNITRITE

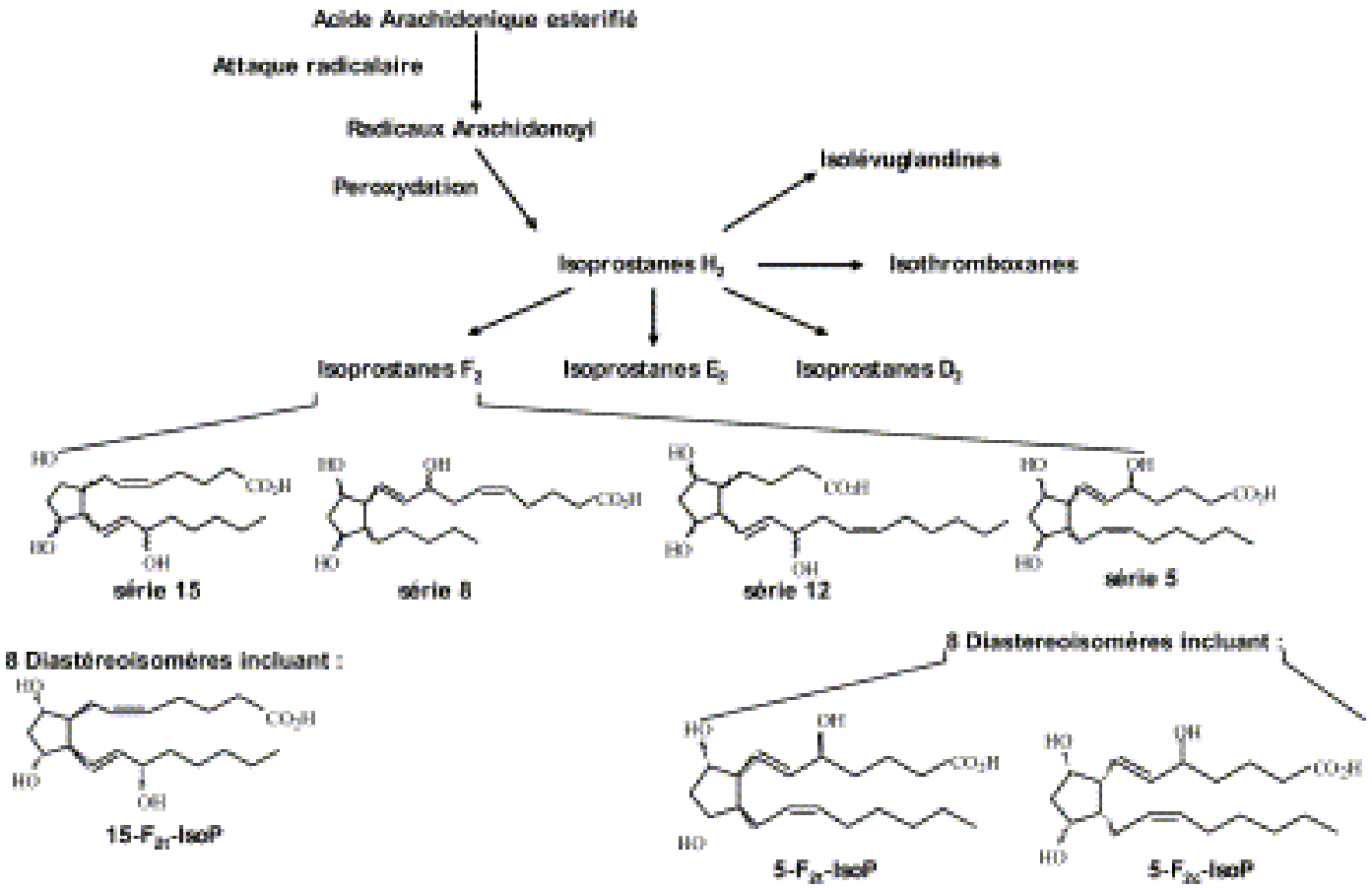


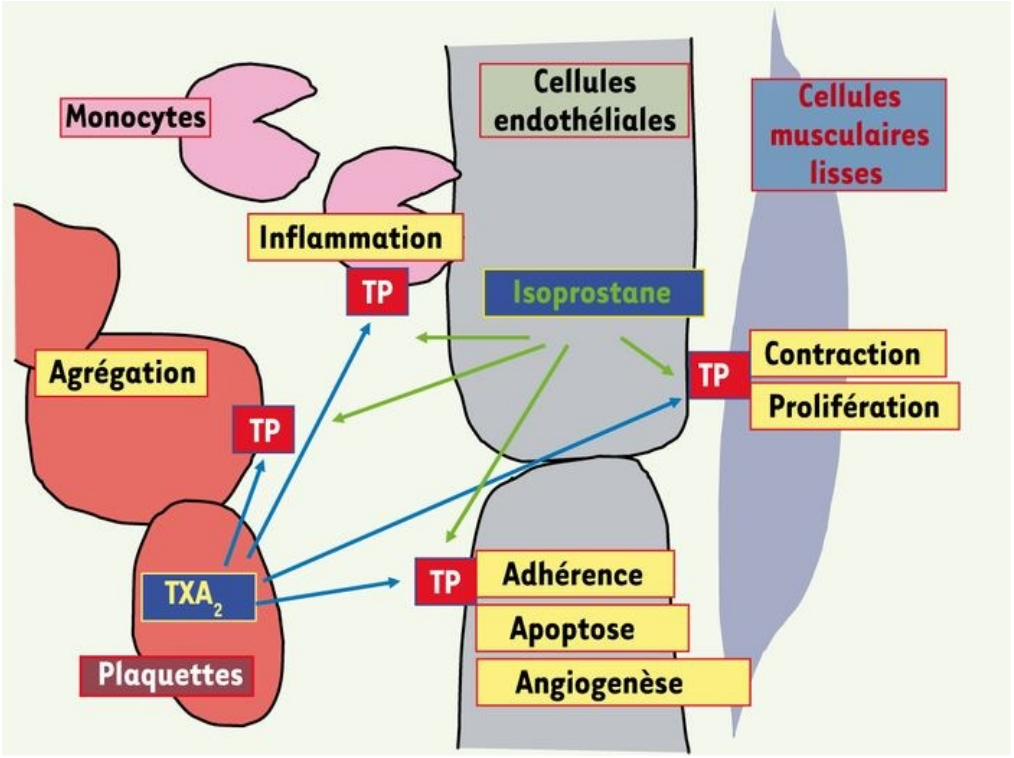


Zinc
Sélénium
Cu
VitC, VitE,
Glutathion

Sélénium +++

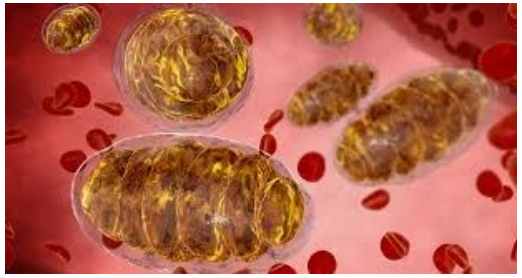
CE MÉCANISME PEUT EXPLIQUER L'EMBALLEMENT CYTOKINIQUE





L'INTÉRÊT DE CE MODÈLE…

De l'approche fonctionnelle: les plaintes



Aux explorations fonctionnelles…

Aux solutions fonctionnelles…

QUELLES PROPOSITIONS?

EN PRATIQUE

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

EXPLORATION DU COVID LONG

1° Questionnaire

- Au moment de l'infection: J0
- Au moment de la consultation: J?

SYMPTÔMES COVID

NOM : **Prénom :** **Age :**

Symptômes les plus fréquents:

= fièvre : OUI O NON O

= toux sèche: OUI O NON O

= fatigue: OUI O NON O

Symptômes moins fréquents:

= courbatures: OUI O NON O

= maux de gorge: OUI O NON O

= diarrhée : OUI O NON O

= conjonctivite: OUI O NON O

= maux de tête: OUI O NON O

= perte de l'odorat ou du goût: OUI O NON O

= éruption cutanée, ou décoloration des doigts ou des orteils: OUI O NON O

Symptômes graves:

= difficultés à respirer ou essoufflement: OUI O NON O

= sensation d'oppression ou douleur au niveau de la poitrine: OUI O NON O

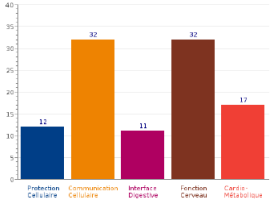
= perte d'élocution ou de motricité: OUI O NON O

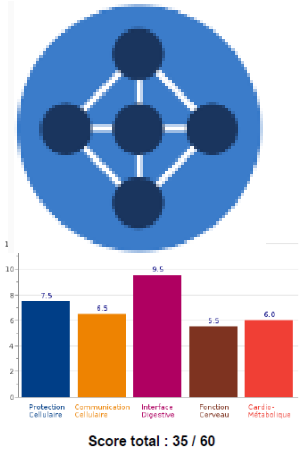
2° Examens complémentaires:

- EXALIS ou QMS/QAF, HAD
- SPPB
- ACC
- Biologie Fonctionnelle et Nutritionnelle

L'évaluation fonctionnelle

Les questionnaires





1. Je me sens tendu(e) ou énervé(e) :
- La plupart du temps 3
- Souvent 2
- De temps en temps 1
- Jamais 0

2. Je prends plaisir aux mêmes choses qu'autrefois :
- Oui, tout autant 0
- Pas autant 1
- Un peu seulement 2
- Presque plus 3

3. J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver :
- Oui, très nettement 3
- Oui, mais ce n'est pas trop grave 2
- Un peu, mais cela ne m'inquiète pas 1
- Pas du tout 0

4. Je ris facilement et vois le bon côté des choses :
- Autant que par le passé 0
- Plus autant qu'avant 1
- Vraiment moins qu'avant 2
- Plus du tout 3

5. Je me fais du souci :
- Très souvent 3
- Assez souvent 2
- Occasionnellement 1
- Très occasionnellement 0

6. Je suis de bonne humeur :
- Jamais 3
- Rarement 2
- Assez souvent 1
- La plupart du temps 0

7. Je peux rester tranquillement assis(e) à ne rien faire et me sentir décontracté(e) :
- Oui, quoi qu'il arrive 0
- Oui, en général 1
- Rarement 2
- Jamais 3

8. J'ai l'impression de fonctionner au ralenti :
- Presque toujours 3
- Très souvent 2
- Parfois 1
- Jamais 0

9. J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué :
- Jamais 0
- Parfois 1
- Assez souvent 2
- Très souvent 3

10. Je ne m'intéresse plus à mon apparence :
- Plus du tout 3
- Je n'y accorde pas autant d'attention que je devrais 2
- Il se peut que je n'y fasse plus autant attention 1
- J'y prête autant d'attention que par le passé 0

11. J'ai la bougeotte et n'arrive pas à tenir en place :
- Oui, c'est tout à fait le cas 3
- Un peu 2
- Pas tellement 1
- Pas du tout 0

12. Je me réjouis d'avance à l'idée de faire certaines choses :
- Autant qu'avant 0
- Un peu moins qu'avant 1
- Bien moins qu'avant 2
- Presque jamais 3

13. J'éprouve des sensations soudaines de panique :
- Vraiment très souvent 3
- Assez souvent 2
- Pas très souvent 1
- Jamais 0

14. Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission de radio ou de télévision :
- Souvent 0
- Parfois 1
- Rarement 2
- Très rarement 3

HAD

Réservé exclusivement aux professionnels de santé. Ne peut être diffusé.

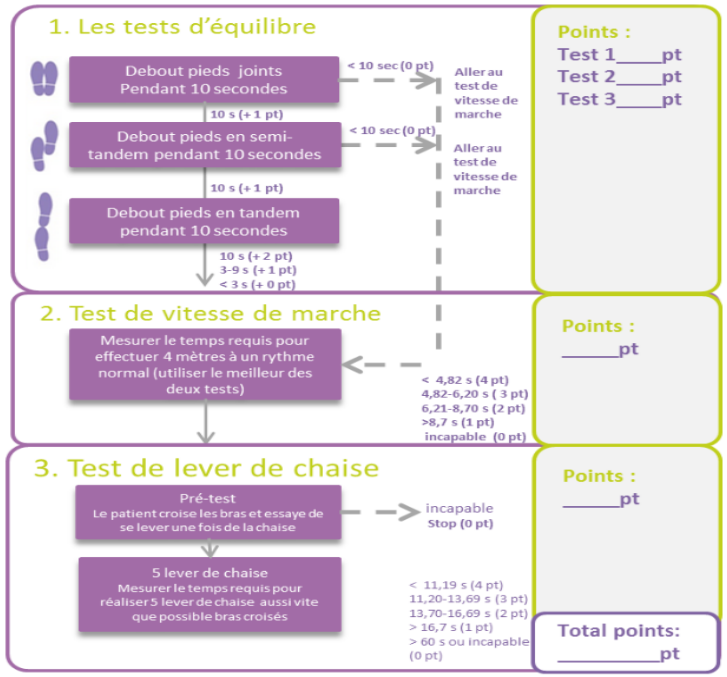
Institut Européen de Diététique et Micronutrition

LE TEST CLINIQUE: LE SPPB

Le test clinique

SPPB (Short Physical Performance Battery)

Le SPPB (Short Physical Performance Battery) est la somme des scores sur trois critères : le test d'équilibre, le test de vitesse de marche et le test de lever de chaise. Ce test permet d'évaluer la performance physique d'un individu.



L'addition des scores de tous les tests permet d'obtenir un score de performance globale. Un score inférieur à 8 est indicateur de risque de sarcopénie (ou dystrophie musculaire liée à l'âge)[1].

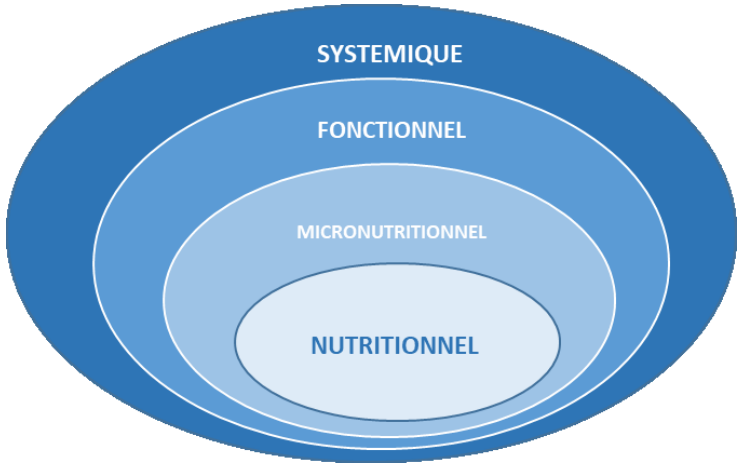
Résultats :

- **SPPB 0-6 Faible performance**
- **SPPB 7-9 Performances intermédiaires**
- **SPPB 10-12 Haute performance**

Réservé exclusivement aux professionnels de santé. Ne peut être diffusé.

LES MARQUEURS BIOLOGIQUES

Les marqueurs biologiques



Homa, Pré-Alb
Vit D, Se, Zn, Fe

CRPUs,
Ac AntiLDLox,
CoenZ Q10

<u>Selon le contexte</u>
LBP
CAR…

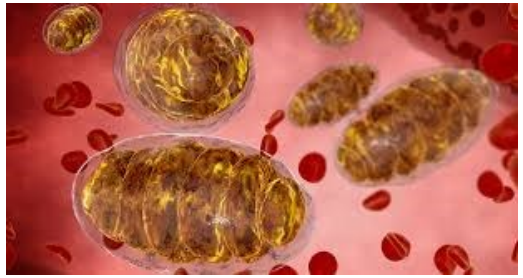
L'ACC

Réservé exclusivement aux professionnels de santé. Ne peut être diffusé.

LES SOLUTIONS FONCTIONNELLES: LE PLUS TÔT POSSIBLE

Le PROTOCOLE d'ATTAQUE du « COVID LONG »

Complexe A.A.B + Alcalinisant 15j



RSV 400mg pendant **15j**

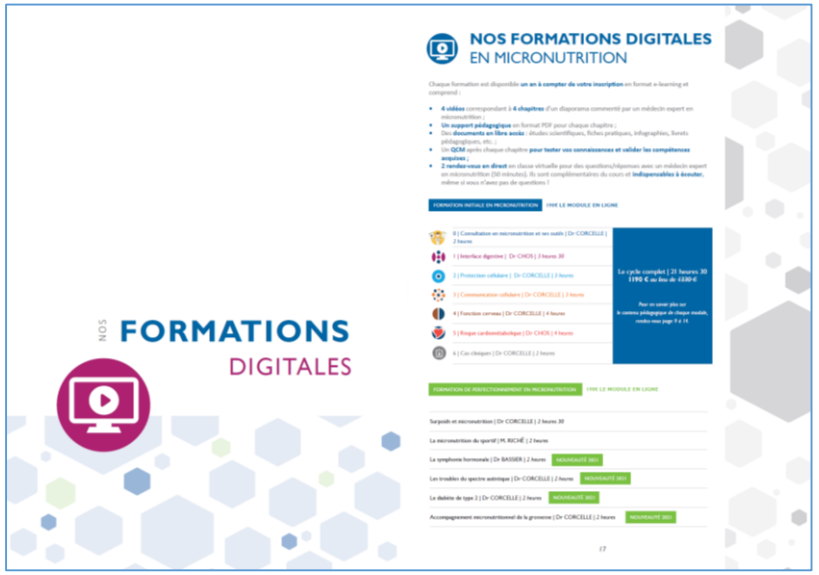
COENZYME Q10 200mg: 15j

Modulateur Immuno: Mod.HSP (900mg): 5j

ENQUÊTE OBSERVATIONNELLE POUR LA PREVENTION DU COVID LONG

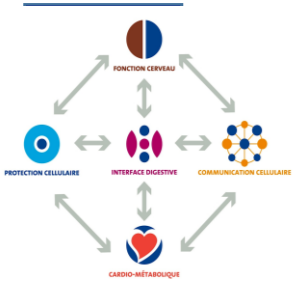
contact@iedm.asso.fr

L'intérêt de se former à la Micronutrition !



Institut Européen de Diététique et Micronutrition

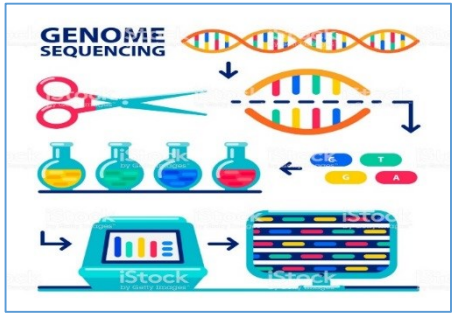
LA MICRONUTRITION PARTICIPE À UNE VISION DE MEDECINE 4P…

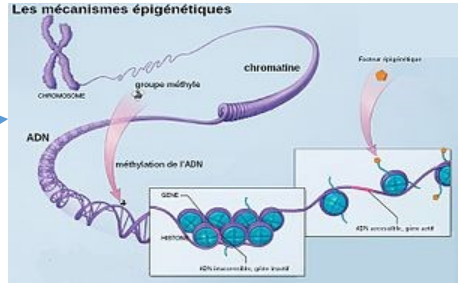


LA MÉDECINE 4P

4P MEDICINE

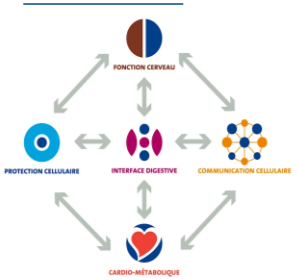
- Prédictive
- Préventive
- Personnalisée
- Participative

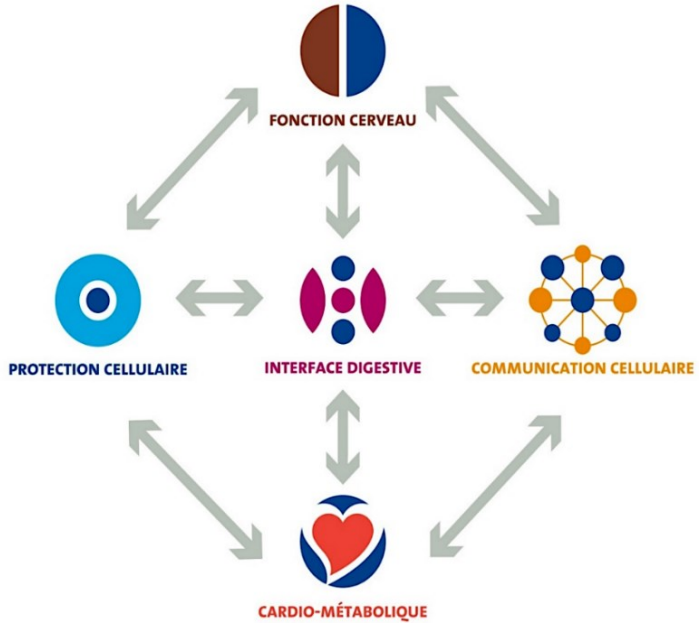




Institut Européen de Diététique et Micronutrition

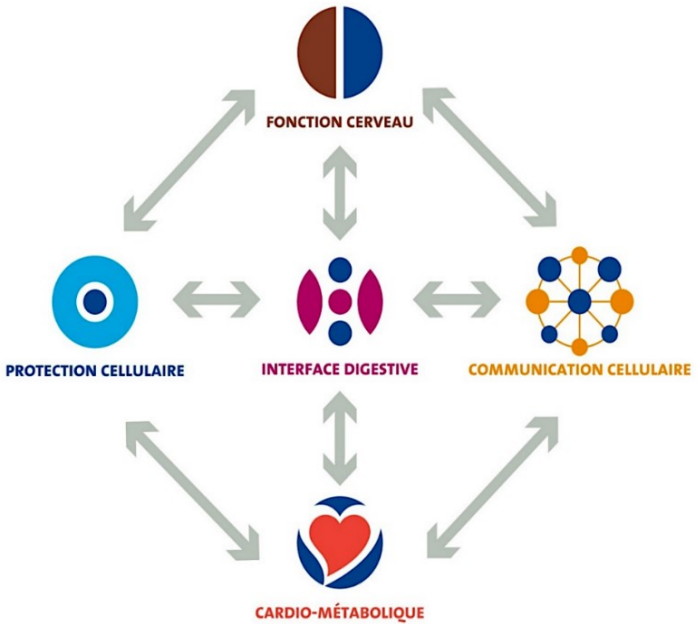
NOTRE ALIMENTATION INFLUE SUR 5 GRANDES FONCTIONS….

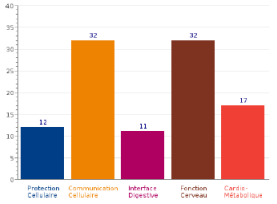


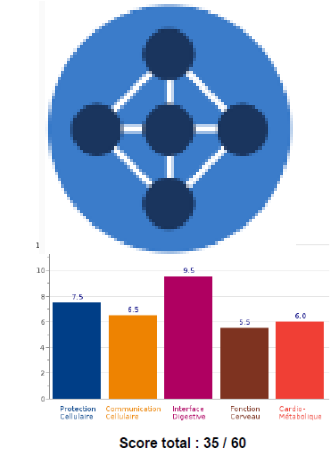


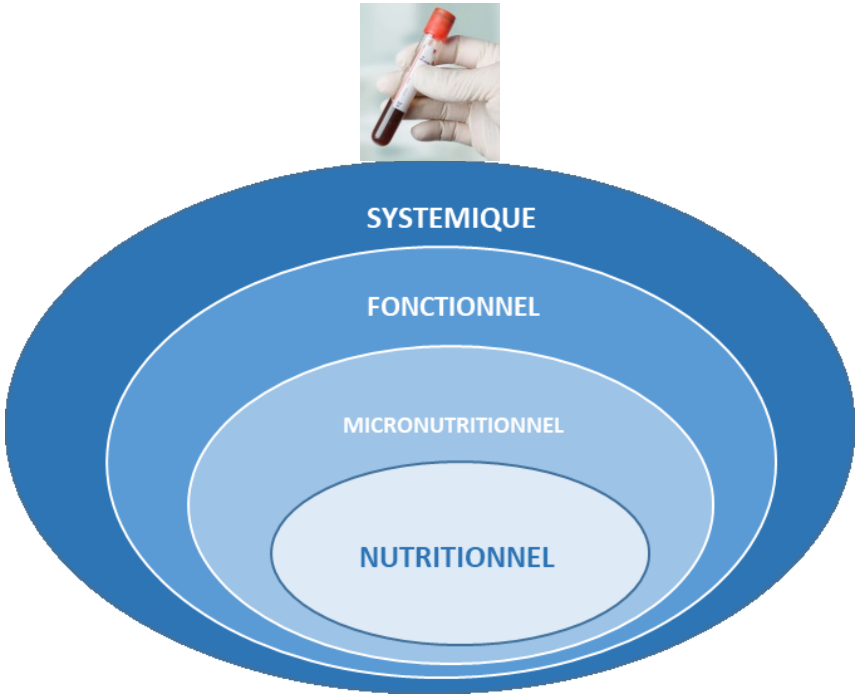
Institut Européen de Diététique et Micronutrition

L'ÉTAT FONCTIONNEL PEUT ÊTRE ÉVALUÉ PAR…..



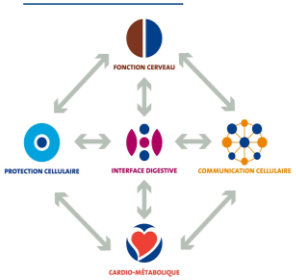


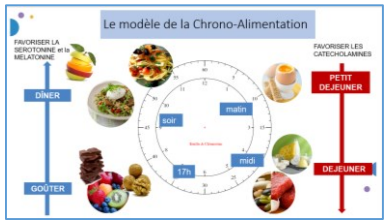


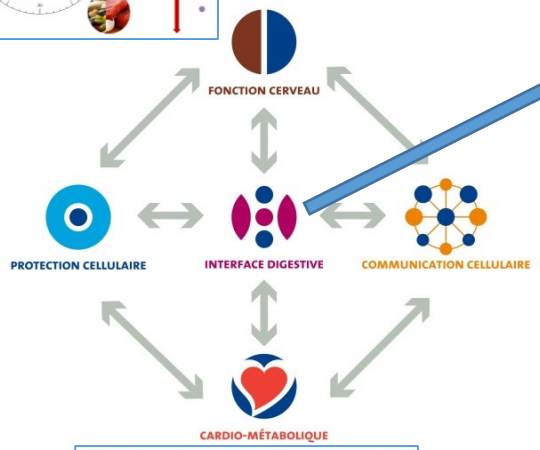


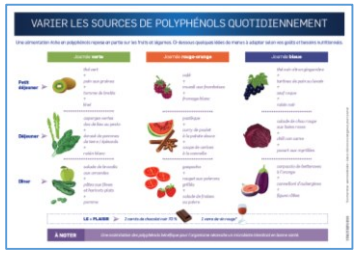
Institut Européen de Diététique et Micronutrition

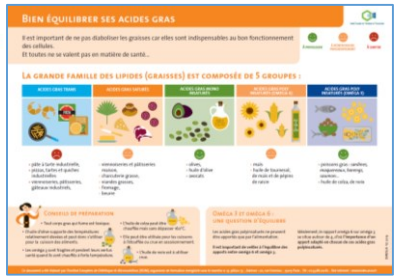
LE CONSEIL EN MICRONUTRITION PASSE PAR L'AJUSTEMENT ALIMENTAIRE…











Institut Européen de Diététique et Micronutrition

L'IEDM, UNE DOUBLE VOCATION…

I. LA FORMATION des PDS:

- A partir de 1997:

CYCLE DE FORMATION
médico-scientifique à la micronutrition
Institut Européen de Diététique et Micronutrition

- Enseignements universitaires:

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

UNIVERSITÉ DE BOURGOGNE

POITIERS FACULTÉ des SCIENCES du SPORT

UNIVERSITÉ MOHAMMED VI DES SCIENCES DE LA SANTÉ CASABLANCA

UNIVERSITÉ DE STRASBOURG

DU Alimentation Santé et Micronutrition (DIJON 2001)
DU Nutrition/Micronutrition Exercice et santé (Poitiers 2012)
DU Alimentation Santé et Micronutrition (Casablanca 2016)
DU Micronutrition (Strasbourg 2017)
DU Micronutrition (Antilles 2019)

II. LA COMMUNICATION:

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

L'IEDM EST AUJOURD'HUI LA RÉFÉRENCE DE LA FORMATION MICRONUTRITION

CHIFFRES CLÉS

+ 20 ans
d'expérience en micronutrition

+100000
visiteurs sur le site web

900
professionnels de santé formés par an

97%
de satisfaction présentiel et en ligne

IEDM
Institut Européen de Diététique et Micronutrition

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

DES FORMATIONS EN PRÉSENTIEL ET EN E.LEARNING

En 2020, l'**Institut Européen de Diététique et Micronutrition** continue de soutenir le **développement des compétences** pour une **santé durable**. L'Institut propose aux professionnels de santé des **formations fondamentales** et des **formations thématiques** innovantes en micronutrition mais également dans d'autres champs de la prévention santé.

Ces formations peuvent être suivies en **présentiel** dans différentes villes de France, mais également **à distance**, sur votre ordinateur ou téléphone portable.

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

TOUT LE CYCLE DE FORMATION DE 6 JOURS EST DÉSORMAIS LIGNE…

FORMATION CONTINUE

21 heures 30 — 1190 €

Dr Jacqueline LASMÈNES

Cycle complet – Formation en ligne

Cycle complet de formations fondamentales en micronutrition en ligne, disponible…

En savoir +

2 heures — 190 €

Dr Jacqueline LASMÈNES

Cas pratiques – en ligne

Formation en ligne disponible toute l'année. Cas cliniques : formation en ligne…

En savoir +

3 heures 30 — 190 €

Dr Jacqueline LASMÈNES

Interface digestive – en ligne

Formation en ligne disponible toute l'année - Interface digestive. L'inter…

En savoir +

3 heures — 190 €

Dr Jacqueline LASMÈNES

Protection cellulaire – en ligne

3 heures — 190 €

Dr Jacqueline LASMÈNES

Communication cellulaire – en ligne

4 heures — 190 €

Dr Jacqueline LASMÈNES

Fonction cerveau – en ligne

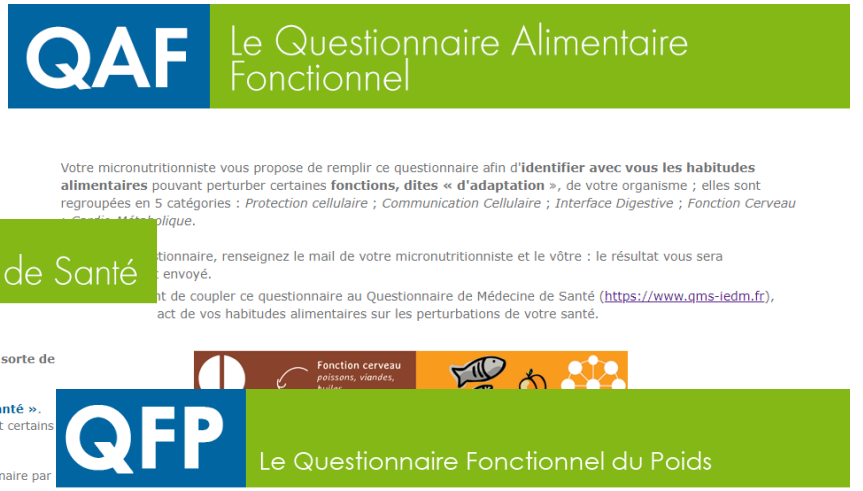
Institut Européen de Diététique et Micronutrition

DES OUTILS FONCTIONNELS SPÉCIFIQUES

L'IEDM a mis en place des outils fonctionnels spécifiques d'**aide à la consultation** et d'**aide au diagnostic** par un **dépistage personnalisé**, pour un **accompagnement personnalisé** des problématiques de santé de vos patients.

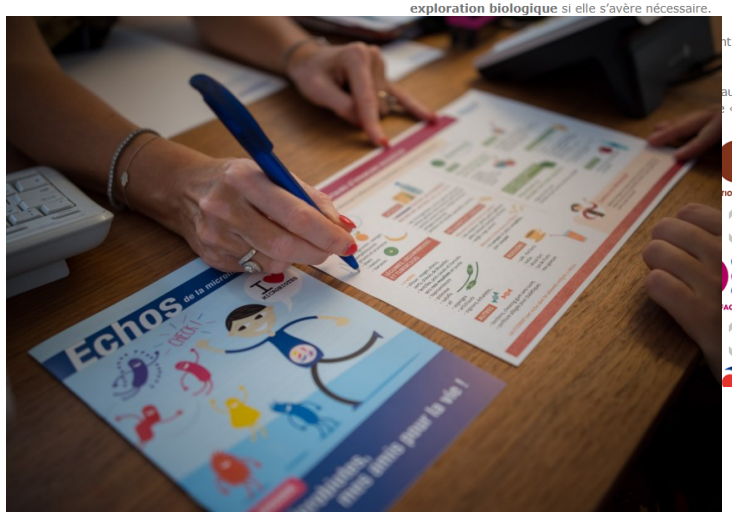
Des questionnaires d'aide au diagnostic :

- https://www.qfp-iedm.fr/
- https://www.qaf-iedm.fr/
- https://www.qms-iedm.fr/



Des fiches conseil pour vos patients :

- **Le sel et l'équilibre acido basique**
- **Les polyphénols**
- **Modèle alimentaire d'épargne digestive**
- **La remise en mouvement**
- **Bien équilibrer ses acides gras**



Institut Européen de Diététique et Micronutrition

LES CONTACTS UTILES

Institut Européen de Diététique et Micronutrition

20, Rue Emeriau, 75015 Paris
Mail : contact@iedm.asso.fr
Standard téléphonique du (lun-ven / 9H-12H30) : **01 53 86 00 81**
Site internet : https://www.iedm.asso.fr/
LinkedIn : https://www.linkedin.com/school/18861124/
Facebook : https://www.facebook.com/echosdelamicro/
YouTube : https://www.youtube.com/channel/UCieBCrvza7keZDPk-hQfMMA

Pour connaître le nom d'un professionnel de santé spécialiste en Micronutrition proche de chez vous, appelez l'IEDM au **01 53 86 00 81**.

Les Echos de la Micronutrition sont également disponibles sur facebook @echosdelamicro

MERCI DE VOTRE ATTENTION….