

Programme complet de formation e-learning « Micronutrition ou comment optimiser la santé de vos patients »

INTITULÉ : FORMATION INITIALE DE MICRONUTRITION E-LEARNING + PRESENTIEL

Public :

Aucun prérequis attendu.

Formation ouverte aux médecins, pharmaciens, préparateurs en pharmacie, kinésithérapeutes, sage-femmes, infirmiers et diététiciens installés en cabinet.

Objectifs :

Objectif de la formation en e-learning

Valider les 7 modules des fondamentaux de la Micronutrition afin d'être en capacité de faire du conseil en Micronutrition auprès de votre patientèle

- La consultation de micronutrition et ses outils
- L'interface digestive
- La protection cellulaire
- La communication cellulaire
- La fonction cerveau
- Le risque cardiométabolique
- Les cas cliniques de micronutrition

Objectif des journées de formation en présentiel

1ère Journée : La résistance à l'amaigrissement :

- Connaître les données épidémiologiques mondiale et française, les définitions du surpoids et la physiologie du tissu adipeux ;
- Maîtriser les différents profils micronutritionnels du surpoids, appréhender les résistances à la perte de poids en lien avec les déficits micronutritionnels et les déséquilibres des neuromédiateurs
- Établir un diagnostic clinique et biologique (questionnaires de dépistage des profils micronutritionnels du surpoids QFP et QAF ; analyse de composition corporelle ; évaluation biologique) ;
- Pratiquer une prise en charge globale : nutritionnelle, micronutritionnelle et phytothérapeutique, par la remise en mouvement et la gestion du stress.



FORMATIONS PROFESSIONNELLES

2ème Journée : La micronutrition du sportif :

- Connaître l'historique de la prise en charge des sportifs de haut niveau en biologie et micronutrition.
- Appréhender les différents mécanismes de tolérance à l'effort intensif, et ses limites.
- Connaître les outils d'exploration de l'état de santé du sportif.
- Pratiquer une prise en charge globale du sportif : biologique, nutritionnelle, micronutritionnelle du sportif.
- Connaître les outils d'exploration à venir (à propos du projet Médecine Personnalisée et JO 2024).

3ème Journée : La Psychonutrition, l'allié du conseil en micronutrition:

- Connaître et comprendre les bases de la psychonutrition selon l'Approche Neuro-Cognitive et Comportementale (Dr Jacques Fradin) :
 - Les états d'urgence de l'instinct ;
 - Les modes mentaux automatique et adaptatif ;
 - Les structures de personnalités ;
 - Le positionnement grégaire.
- Connaître les outils de l'alliance thérapeutique : Le trépied de Rogers.
- Mettre en place les conditions du changement.

4ème Journée : La Biologie Fonctionnelle et Nutritionnelle en Médecine de Santé.

Les objectifs de la formation :

- Connaître les outils biologiques fonctionnels :
 - Du l'axe intestin - cerveau
 - De la fonction cardio-métabolique.
 - Des déficits nutritionnels et micronutritionnels.
- Comprendre la distinction entre l'exploration biologique de la maladie et de l'état de santé.
- Introduire la notion des Etats Intermédiaires de Santé.
- Comment aborder une consultation de Médecine des Etats Intermédiaires de Santé (MEDEIS).
- Aborder et pratiquer des études de cas.

Programme & déroulé :

Formation en e-learning :

- 4 vidéos correspondant à 4 chapitres d'un diaporama commenté par un médecin expert en micronutrition,
- Supports pédagogiques en format PDF,
- Documents pédagogiques en libre accès : questionnaires d'aide à la consultation, études scientifiques, fiches pratiques, infographies, livrets pédagogiques...

Formation en présentiel :

- Du 25 au 28 juin 2024

E-learning module 1 :

« La consultation de micronutrition et ses outils »

Les récents questionnaires « Médecine de santé » et « Alimentaire Fonctionnel » (QMS et QAF) recueillent les perturbations de santé de vos patients/clients sur informatique, depuis chez eux ou dans un espace dédié chez le professionnel de santé. Cela facilite un interrogatoire global en micronutrition. L'envoi automatique des résultats permet de gagner du temps en consultation, de raisonner par corrélations et également de mesurer régulièrement les progrès de chaque individu lié au conseil.

Partie théorique : les questionnaires en micronutrition (2 heures)

Les outils de consultation au service des concepts de micronutrition

A. Historique des 5 maillons : intérêt pédagogique

Historique des questionnaires ; questionnaires de 1ère et 2ème génération
L'impact de l'alimentation sur l'individu se mesure :

I- Sur les perturbations de santé :

- L'approche fonctionnelle
- L'alimentation
- I- Sur les perturbations de santé :
- L'approche fonctionnelle
- L'alimentation

II- Sur les marqueurs biologiques :

- Déficits et excès
- Etats de santé : stress oxydatif, inflammatoire, dysbioses, risque cardio-métabolique.
- Dysfonction immunitaire

B. Descriptif, explications et interprétations des questionnaires

1. Utilisation et interprétation du Questionnaire Médecine de Santé (accès, envoi au patient...)
 - Organisation de chaque rubrique
 - Comment lire les résultats du QMS ? 3 niveaux de LECTURE
 - Synthèse de la méthode d'exploitation des résultats du questionnaire
2. Utilisation et interprétation du Questionnaire Alimentation Fonctionnel
 - L'évaluation des habitudes alimentaires par un questionnaire alimentaire sur une journée, ou la journée type et les limites à prendre en compte

- Les questions du QAF sont organisées autour des 5 maillons faibles
- 3. Corrélations des résultats des QAF et QMS
- 4. Utilisation des outils de conseil IEDM (fiches pratiques par exemple)
- 5. Des exemples... et premier exercice pratique

Partie pratique : à propos de 6 cas cliniques (2 heures)
Quelques cas pratiques et des interprétations
interactives pour être en mesure de proposer un
conseil adapté selon les réponses aux questionnaires.

Pour chaque cas un résultat de QMS est présenté, puis :

- 1° Score Global: A qui j'ai à faire?
- 2° Existe-t-il?
 - 1 maillon perturbé
 - 2 maillons perturbés
 - 3 maillons perturbés
 - 4 ou 5 maillons perturbés
- 3° Analyse et synthèse de chaque maillon perturbé.
- 4° Synthèse du QMS
- 5° Hypothèses
- 6° Explorations biologiques nécessaires ?
- 7° Propositions en 1ère intention.

A. 3 cas cliniques commentés

1. Caroline, 41 ans, prise de poids de 6 kg en 1 an, plaintes digestives...
2. Gaspard, 12 ans, autisme et TFI : constipation opiniâtre, TOC...
3. Sauveur, 60 ans, surcharge pondérale et aggravation de son HTA sous traitement

B. 3 cas cliniques à travailler ensemble

1. Françoise, 60 ans dyslipidémie, surpoids, bloc de branche gauche, Syndrome dépressif, asthme
2. Eleana, 31 ans, Fatigue +++, amaigrissement de 4 kg, TFi depuis l'enfance...
3. Elodie, 14 ans, amaigrissement de 8kg en 3 mois (une sœur de 10 ans avec handicap mental)

Sessions de questions/réponses en direct (2 x 45 minutes) Consultation des documents et validation des QCM (1h30)

E-learning module 2 : « L'Interface digestive »

Partie 1 (1 heure)

A. Interface digestive

Définitions et Rôles

Le tube digestif : notre « second cerveau » Entité anatomique et fonctionnelle

Zone d'interaction entre le milieu intérieur et extérieur L'Interface digestive : une entité anatomique

B. Support anatomo-physiologique de l'interface digestive

1. La muqueuse digestive :
 - La paroi digestive intestinale
 - La muqueuse digestive intestinale
 - Les différents types de cellules épithéliales de l'intestin
 - Répartition des cellules intestinales
 - L'entérocyte
 - Les jonctions intercellulaires de l'épithélium digestif
 - Les jonctions serrées et la zonuline
 - Le mucus
2. Le microbiote digestif
 - Définition et biodiversité du microbiote,
 - Composition, fonctions et évolution au cours de la vie
3. Le système immunitaire intestinal
 - Définition, les compartiments du GALT
4. Foie et pancréas
 - Leurs fonctions hépatique et pancréatique
 - Causes et conséquences des insuffisances hépatiques et pancréatiques

Partie 2 (1 heure)

C. L'interface digestive, un écosystème fonctionnel

1. Définition
2. Rôle nutritionnel, immunitaire, métabolique
 - Un écosystème fonctionnel
 - L'immunité
3. Axe intestin- cerveau
 - Système nerveux entérique

Partie 3 (1 heure)

D. Physiopathologies de l'interface digestive

1. Le microbiote, de l'eubiose à la dysbiose:
 - la dysbiose buccale,
 - Helicobacter pylori,
 - Les Troubles fonctionnels intestinaux,
 - L'intolérance aux FODMAPs,
 - Le candida
2. L'inflammation, l'hyperperméabilité:
 - les MICI
 - L'intolérance ou la sensibilité au gluten

Partie 4 (1 heure)

E. Diagnostics

1. Le Questionnaire Médecine de Santé (QMS) des perturbations de l'interface digestive
2. Le dépistage spécifique de l'H. Pylori
3. Place de la biologie dans l'évaluation des perturbations de l'interface digestive

F. Prise en charge en nutrition et micronutrition

1. En Nutrition: Modèle d'épargne digestive, prébiotique
2. En Micronutrition: probiotique, prise en charge de la muqueuse intestinale
 - la glutamine, le zinc, les polyphénols
3. En phytothérapie: anti inflammatoire, anti oxydant, à visée hépato pancréatique

Sessions de questions/réponses en direct (2 x 45 minutes) Consultation des documents et validation des QCM (1h30)

E-learning module 3 : « La protection cellulaire »

Partie 1 : Partie fondamentale : les mécanismes de la protection cellulaire (2 heures)

A. Contexte

- Définition de la protection cellulaire
- Les agressions cellulaires exogènes et endogènes
- Les grands mécanismes de la protection cellulaire
- Le principe de l'hormèse

B. Espèces réactives (ER) de l'oxygène, de l'azote et du chlore d'un mécanisme physiologique à la pathologie

- D'un mécanisme physiologique à la pathologie
- Sources (endogènes, exogènes ou pathologiques)
- Rôle, fonctions cellulaires physiologiques régulées par les ER
- Les systèmes de la défense anti-oxydante :
 - anti-oxydants, vitamines E et C, les caroténoïdes, le beta-carotène, polyphénols, CoQ10, les vitamines du groupe B.
- Pathogénicité

C. Glycation et carbonylation : une autre forme de stress oxydant

D. Espèces réactives (ER) de l'oxygène et de l'azote

Lutter contre le stress oxydant et ses effets : les solutions en micronutrition

- CoQ10
- Les antioxydants spécifiques de l'œil
- Les antioxydants spécifiques prostatiques
- Les antioxydants spécifiques de la peau et phanère
- Les protéines de stress
- Leur mécanisme dans la protection cellulaire
- En micronutrition : les modulateurs des protéines de stress



FORMATIONS PROFESSIONNELLES

Inflammation

- Mécanisme dans la protection cellulaire
- La résolution de l'inflammation
- Les protecteurs de l'inflammation :
 - polyphénols,
 - oméga-3,
 - au niveau articulaire

Détoxification

- Mécanisme de protection cellulaire
- Les modulateurs de la détox hépatique

Partie 2 : Partie pratique (2 heures)

Modèle de compréhension en micronutrition

Dépister le risque oxydatif

- Les questionnaires alimentaires et fonctionnels
- Liste des explorations biologiques

La protection cellulaire et tissulaire

- Rétablir l'équilibre : recommandations anti-inflammatoire et anti- oxydante
- Conseil simple
- Conseil associé à l'ordonnance
- Conseil complexe : savoir orienter vers le professionnel adapté

Conclusion

Sessions de questions/réponses en direct (2 x 45 minutes) Consultation des documents et validation des QCM (1h30)

E-learning module 4 : « La communication cellulaire »

Partie 1 : La Communication cellulaire (1 heure)

Introduction au concept

Le devenir d'une cellule Rôle de la communication cellulaire

Partie 2 : La Communication entre les cellules et avec le milieu (1 heure)

Bases fondamentales

La communication entre les cellules

Principes généraux des différents modes de communication

- La communication directe
- La communication indirecte : les molécules signaux et les différents récepteurs

La communication cellulaire avec le milieu

- Principes généraux des échanges ioniques dans l'homéostasie cellulaire
- Rôles et objectifs : le potentiel de membrane et le potentiel hydrogène

Le potentiel de membrane

La communication cellulaire avec le milieu

Le potentiel hydrogène, ph ou équilibre acido-basique

La communication cellulaire avec le milieu

Les sources de protons, H⁺ dans l'organisme

Le potentiel hydrogène, Ph ou équilibre acido-basique

Comment assurer une bonne communication cellulaire ?

- Le rôle des apports alimentaires
- Le rôle de la membrane cellulaire

Partie 3 : Les micronutriments de la communication cellulaire (1 heure)

Les micronutriments de l'équilibre acido-basique et ionique : Na, K, Mg, Ca, et H⁺

Les acides gras : micronutriments de la membrane plasmique et éléments directs de la communication cellulaire

- Micronutriments de l'équilibre acido basique et ionique
- Alimentation actuelle et équilibre acido-basique
- Micronutriments de la communication cellulaire : les acides gras,
- Les acides gras, micronutriments de la communication cellulaire
- Les lipides de l'assiette à la membrane
- État des lieux de notre consommation actuelle en lipides



FORMATIONS PROFESSIONNELLES

Partie 4 : La Communication cellulaire : en pratique (1 heure)

Dépister

Evaluer

Proposer des solutions

- Évaluation biologique de la CC
- Rétablir l'équilibre
- Rétablir la balance des acides gras
- Les co facteurs de l'équilibre en acide gras
- Rétablir l'équilibre acido basique

Sessions de questions/réponses en direct (2 x 45 minutes) Consultation des documents et validation des QCM (1h30)

E-learning module 5 : « La fonction cerveau »

Partie 1 : Anatomie physiopathologie du cerveau (1 heure)

A. Rappels anatomiques : le cerveau et les cellules cérébrales :

- Vue latérale des zones corticales du cerveau
- Coupe sagittaire du cerveau
- Les cellules constitutives du cerveau
- Le neurone, la cellule noble du cerveau
- Réseau neuronal,
- Les astrocytes, les cellules étoilées,
- Oligodendrocyte ou cellule de Schwann
- La cellule microgliale

B. Physiopathologie du cerveau

- Le glucose, substrat énergétique du neurone en condition basale
- Le lactate, un substrat énergétique du neurone en phase d'activation
- Le couple énergétique astrocyte-neurone, en cas de carences de glucose

Spécificité des besoins : énergétiques, structurels, fonctionnels et micronutritionnels

- Besoins structurels : AGPI
- Les besoins structurels et fonctionnels des membranes
- Le DHA et les synapses : rôle fonctionnel majeur
- Besoin en anti-oxydant
- La cascade anti oxydante contre la lipoperoxydation
- Besoins fonctionnels : le potentiel de membrane
- Besoins fonctionnels du potentiel d'action

Les neurotransmetteurs :

- Précurseurs nutritionnels des neuromédiateurs
- Les enzymes de la synthèse des neuromédiateurs et leurs cofacteurs
- Les étapes de la synthèse des neurotransmetteurs
- Importance de la digestion
- Particularité des enzymes, des récepteurs
- Dysfonctionnement des récepteurs : hypo ou hyperactivation

Les catécholamines :

- Biosynthèse de dopamine, noradrénaline et adrénaline
- Particularités métaboliques de la tyrosine

Les indolamines :

- Biosynthèse de la sérotonine et mélatonine
- Particularités métaboliques du tryptophane
- Déficit sérotoninergique et perturbations digestives

Acétylcholine, GABA, acide gamma amino butyrique :

- Biosynthèse de l'acétylcholine
- Gaba et glutamate (acide glutamique)
- La synapse glutamatergique

C. Inflammation et neuro-inflammation :

- Corrélation inflammation et pathologie psychiatrique
- Cytokines intracérébrales et pathologies
- Les relations immunité – cerveau
- L'inflammation altère le métabolisme des neurotransmetteurs
- L'inflammation altèrent le métabolisme des neurotransmetteurs
- Neurotoxicité de l'inflammation
- Conséquences de l'inflammation sur les neurotransmetteurs : une réaction en cascade

D. L'influence de l'interface digestive : microbiote et intestin :

- Un axe intestin-cerveau
- Organisation du système nerveux entérique
- Le cerveau influence l'interface digestive
- Le microbiote influence le cerveau
- Maladie de coeliaque et psychiatrie
- La sensibilité au gluten : de l'intestin au cerveau

Partie 2-Stress et troubles de l'humeur (1 heure)

A. Le STRESS, définitions et physiopathologie

- Définitions psycho comportementales
- Les facteurs qui modulent la perception des événements
- Définition selon l'approche neurocognitive, ANC
- Du stress au burn out...
- Le stress aigu, du stress aigu au stress pathologiques : troubles de l'adaptation
- Mécanismes physiopathologiques
- Physiologie de la phase d'alarme à la résistance

- Rôle de la noradréline et du magnésium
- De la phase de résistance au surmenage : le rôle de la DHEA
- Conséquences de l'élévation chroniques du cortisol sur les neurotransmetteurs
- Le ratio cortisol/DHEA
- Physiopathologie de l'épuisement ou burnout

B. Les troubles de l'humeur, définitions et physiopathologie

- Reconnaître la dépression, selon le D.S.M
- Psychopathologie et Physiopathologie des troubles de l'humeur
- Facteurs de risques d'une perturbation des NT

C. Aspects cliniques

- De l'activation du SNA
- D'une perturbation des neurotransmetteurs : dopamine, noradréline, sérotonine
- D'un déficit en cofacteurs majeurs : magnésium en fer

D. Aspects diagnostics

- Dépistage du stress perçu
- Diagnostics différentiel anxiété/dépression
- Diagnostic différentiel d'une perturbation des neurotransmetteurs
- Evaluation globale des facteurs associés
- Diagnostics biologiques

Partie 3-Les rythmes et les troubles du sommeil (1 heure)

Les rythmes de l'organisme : un corps en rythme, rythme circadien, les horloges corporelles

- Le sommeil, structure,
- Différents phénotypes du dormeur

Le cycle veille/sommeil :

- Les circuits neuronaux,
- L'endormissement

Les troubles du sommeil :

- Les dys-somnies, parasomnies
- Les troubles du sommeil de l'enfant
- Les conséquences
- Dépister les troubles du sommeil

Chapitre 4 - Troubles du spectre autistique (Chapitre 4 à 6 : 1 heure)

- Épidémiologie : aspects cliniques des TSA
- Définitions du DSM-V
- Aspects cliniques
- Facteurs environnementaux
- Physiopathologie, Bilans biologiques nutritionnels

Chapitre 5 - Troubles neurodégénératifs :

- Troubles de la mémoire, Démence : Alzheimer, Parkinson, SLA, SEP, Huntington...
- Atteintes neurocognitives : définitions
- Physiopathologie des troubles neurodégénératifs

Chapitre 6 - Prise en charge nutritionnelle, micronutritionnelle et phytothérapeutique

- Agir sur le système nerveux autonome (SNA) et l'axe hypothalamo hypophysosurrénalien (HHS)
- La cohérence cardiaque, le stretching
- Agir sur les composantes orthosympathiques du SNA dans la phytothérapie
- Les neurotransmetteurs : la sérotonine, les catécholamines, en phytothérapie, en micronutrition et en nutrition
- La neuro inflammation et l'oxydation : la nutrition et la micronutrition, les polyphénols, les AGPI, le Q10
- L'axe intestin-cerveau : prendre en charge les perturbations de l'interface digestive

Sessions de questions/réponses en direct (2 x 45 minutes) Consultation des documents et validation des QCM (1h30)

E-learning module 6 : « Le risque cardio-métabolique »

A. Introduction (30 minutes)

B. Le risque cardio-métabolique (30 minutes)

Les 5 situations pratiques en consultation :

- Patient sous statines présentant des douleurs musculaires.
- Prévention primaire chez un patient présentant un LDL cholestérol élevé.
- Patient présentant une glycémie au-dessus de 1gr/l isolée. Un syndrome métabolique débutant.
- Un syndrome métabolique débutant
- Un patient en demande de prévention cardio-vasculaire.

C. Le risque cardio-métabolique : de quoi parle-t-on ? (30 minutes)

Des facteurs de risque cardio-métaboliques au risque résiduel.

D. Un peu de physiopathologie (30 minutes)

Le cholestérol et la maladie athéro-thrombotique A propos des statines

De l'adiposité abdominale au diabète

E. L'évaluation biologique aujourd'hui (30 minutes)

Les marqueurs de risque conventionnels ; Les autres marqueurs ;

Les profils des acides des gras et cardio-métaboliques.

F. La palette des solutions (30 minutes)

Le conseil alimentaire

La Remise en Mouvement La gestion du stress

La complémentation cardio-métabolique

Sans oublier le sevrage tabagique +++

G. Le risque cardio-métabolique (30 minutes)

Prise en charge et protocoles micronutritionnels :

Patient sous statines présentant des douleurs musculaires.

Prévention primaire chez un patient présentant un LDL cholestérol élevé.

Patient présentant une glycémie au-dessus de 1gr/l isolée. Un syndrome métabolique débutant.

Un patient en demande de prévention cardio-vasculaire.

H conclusion (30 minutes)

**Sessions de questions/réponses en direct (2 x 45 minutes) Consultation
des documents et validation des QCM (1h30)**

E-learning module 7 : « Cas cliniques »

Chapitre 1 (1 heure)

Rappel de la consultation en micronutrition et les outils QMS et QAF et cas cliniques

Rappels sur la lecture des résultats du QMS :

- score global,
- score des maillons faibles,
- lecture des détails de chaque maillon faible,
- recherche des items prépondérants sur les autres maillons,
- synthèse du QMS
- QAF, ACC, explorations biologiques,
- propositions en 1ère intention

Motif de consultation

Persistance de problèmes intestinaux

Rappels sur la corrélation QMS-QAF

Hypothèses diagnostiques et prise en charge

Chapitre 2 (1 heure)

Cas cliniques

Fatigue chronique Troubles du sommeil

Troubles compulsifs alimentaires

Dans un contexte de stress professionnel

ATCD personnels

Traitement actuel

ATCD familiaux

Examen clinique

Chapitre 3 (1 heure)

Cas cliniques

Contexte :

Aggravation du surpoids

Syndrome dépressif

Asthme

ATCD personnels

Traitement actuel A

TCD familiaux

Chapitre 4 (1 heure)

QCM (Questionnaire à choix multiples) pour tester les connaissances et savoir-faire

Aggravation du surpoids dans un contexte d'IDM Traitement actuel
ATCD familiaux ATCD personnels
Lecture détaillée des maillons faibles Résultats du QAF
Corrélation QMS, QAF
Synthèse du QMS et hypothèses Proposition de bilans biologiques Agir sur l'interface digestive
Rééquilibrer les acides gras
Lutter contre l'inflammation et l'oxydation Apporter des polyphénols
Agir sur l'HTA
Fiche sel et équilibre acido-basique
Agir sur l'insulinorésistance : jeune intermittent

Sessions de questions/réponses en direct (2 x 45 minutes) Consultation des documents et validation des QCM

PROGRAMME DES 4 JOURNÉES DE FORMATION PRESENTIEL

1ère Journée : La résistance à l'amaigrissement :

- Connaître les données épidémiologiques mondiale et française, les définitions du surpoids et la physiologie du tissu adipeux ;
- Maîtriser les différents profils micronutritionnels du surpoids, appréhender les résistances à la perte de poids en lien avec les déficits micronutritionnels et les déséquilibres des neuromédiateurs ;
- Établir un diagnostic clinique et biologique (questionnaires de dépistage des profils micronutritionnels du surpoids QFP et QAF ; analyse de composition corporelle ; évaluation biologique) ;
- Pratiquer une prise en charge globale : nutritionnelle, micronutritionnelle et phytothérapeutique, par la remise en mouvement et la gestion du stress.

2ème Journée : La micronutrition du sportif :

- Connaître l'historique de la prise en charge des sportifs de haut niveau en biologie et micronutrition.
- Appréhender les différents mécanismes de tolérance à l'effort intensif, et ses limites.
- Connaître les outils d'exploration de l'état de santé du sportif.



FORMATIONS PROFESSIONNELLES

- Pratiquer une prise en charge globale du sportif : biologique, nutritionnelle, micronutritionnelle du sportif.
- Connaître les outils d'exploration à venir (à propos du projet Médecine Personnalisée et JO 2024).

3ème Journée : La Psychonutrition, l'allié du conseil en micronutrition:

- Connaître et comprendre les bases de la psychonutrition selon l'Approche Neuro-Cognitive et Comportementale (Dr Jacques Fradin) :
 - o Les états d'urgence de l'instinct ;
 - o Les modes mentaux automatique et adaptatif ;
 - o Les structures de personnalités ;
 - o Le positionnement grégaire.
- Connaître les outils de l'alliance thérapeutique : Le trépied de Rogers.
- Mettre en place les conditions du changement.

4ème Journée : La Biologie Fonctionnelle et Nutritionnelle en Médecine de Santé.

- Connaître les outils biologiques fonctionnels :
 - o Du l'axe intestin - cerveau
 - o De la fonction cardio-métabolique.
 - o Des déficits nutritionnels et micronutritionnels.
- Comprendre la distinction entre l'exploration biologique de la maladie et de l'état de santé.
- Introduire la notion des Etats Intermédiaires de Santé.
- Comment aborder une consultation de Médecine des Etats Intermédiaires de Santé (MEDEIS).
- Aborder et pratiquer des études de cas.