

MANUEL III

Nutrition intégrative

DURÉE 250 H · 8 SEMAINES

VOLUME ≈ 480 PAGES

COMPÉTENCES C3 · C4 · C6

Une approche de la nutrition par le terrain et l'assimilabilité, et non par la prescription universelle. Lecture critique des modèles dominants.

AXES D'ÉTUDE

- 01 Digestion et assimilabilité
- 02 Nutriments et interactions
- 03 Organisation des repas
- 04 Supplémentation — approche critique
- 05 Nutrition, système nerveux et terrain

ACQUIS VISÉS

- Adapter la nutrition au terrain
- Évaluer la pertinence d'une intervention
- Éviter les recommandations universelles
- Développer un regard critique sur les régimes