



---

Faculté des Sciences du Sport Université de Poitiers

[#]

# Diplôme d'université - Nutrition, Micronutrition, Exercice et Santé (NMES)

## Présentation

---

**Nature** Formation diplômante

**Lieu**

---

## Objectifs

Apporter ou d'actualiser des connaissances scientifiques et méthodologiques concernant la nutrition et la micronutrition dans le contexte de l'exercice physique et du sport

Permettre la maîtrise du conseil individualisé à l'attention du sportif et/ou du sujet reprenant une activité physique

Donner les compétences pour mettre en œuvre un programme individualisé en nutrition/micronutrition. Il est enseigné comment faire un état des lieux, identifier des déficits et des troubles fonctionnels, rectifier des erreurs alimentaires, organiser un suivi et une planification nutritionnelle.

## Admission

---

**Accessible en** Formation initiale

---

## Formation requise

Le DU se situe à l'interface de la Licence STAPS spécialité « Activités Physiques Adaptées – Santé » et du Master STAPS spécialité « Ingénierie de la Rééducation, du Handicap et de la Performance Motrice » de l'Université de Poitiers. Il permet aux étudiants titulaires de la Licence, qu'ils soient inscrits ou non en Master, de bénéficier d'un complément de formation relatif à la micronutrition et la nutrition du sportif ou de la personne souhaitant intégrer l'activité physique dans son mode de vie pour par exemple des raisons de santé.

Les candidats doivent être titulaires d'une Licence STAPS, ou d'un titre admis en équivalence de niveau Bac +3 (autres Licences en relation avec le domaine sportif ou Diplômes du Ministère en charge de la jeunesse et des sports), Kinésithérapeutes, médecins, pharmaciens...

La formation est également ouverte aux diététiciens, nutritionnistes,... avec une expérience professionnelle d'au moins deux ans (équivalent temps plein) afin de réaliser une validation d'acquis professionnel et personnel et seront conseillés dans leur démarche par le service professionnalisation de la Faculté des Sciences du Sport (FSS). Ce dossier sera examiné par une commission de validation d'acquis professionnels composée d'enseignants de la FSS et de professionnels. Une fois l'accord donné au candidat, celui-ci s'inscrit selon les modalités mises en place et précisées par courrier.

## Inscription

Candidater [ici](https://ecandidat.appli.univ-poitiers.fr) [https://ecandidat.appli.univ-poitiers.fr]

[Calendrier et tarifs 2018/2019 pour Poitiers « ici » \[PDF - 244 Ko\]](#) [[http://fss.univ-poitiers.fr/images/medias/fichier/calendrier-tarifs-du-nmes-poitiers-2018-2019\\_1535462815587-pdf?INLINE=FALSE](http://fss.univ-poitiers.fr/images/medias/fichier/calendrier-tarifs-du-nmes-poitiers-2018-2019_1535462815587-pdf?INLINE=FALSE)]

[Calendrier et tarifs 2018/2019 pour La Réunion « ici » \[PDF - 244 Ko\]](#) [[http://fss.univ-poitiers.fr/images/medias/fichier/calendrier-tarifs-du-nmes-la-reunion-2018-2019\\_1535462850006-pdf?INLINE=FALSE](http://fss.univ-poitiers.fr/images/medias/fichier/calendrier-tarifs-du-nmes-la-reunion-2018-2019_1535462850006-pdf?INLINE=FALSE)]

## Programme

### Organisation générale des études

Seront abordés des aspects fondamentaux et des aspects pratiques de la nutrition, de la micronutrition, de l'impact de l'activité physique sur la santé, et de la prescription d'activité physique.

Les dates prévisionnelles sont :

A Poitiers :

du 16 au 19 janvier 2018,

du 3 au 6 avril 2018,

du 14 au 18 mai 2018.

A la Réunion :

du 16 au 21 novembre 2017,

27, 28 et 30 avril 2018,

A distance : du 14 au 18 mai 2018

Les enseignements sont les suivants :

#### **Partie d'enseignement du Dr Riché**

##### 1) LES BASES FONDAMENTALES- LES CONCEPTS :

La notion d'adaptation à l'exercice

De la nutrition « énergétique » à la nutrition fonctionnelle »

De la nutrition du déficit à la nutrition du trouble fonctionnel

Les concepts (maillons faibles, poupées russes, individualisation, fonctionnalité)

Les questionnaires et le raisonnement

##### 2) APPROCHE INTEGREEE DU METABOLISME :

Les enzymes, les systèmes régulateurs, les systèmes informationnels

Approche intégrée du métabolisme de l'activité : de l'ATP au nutriment

Du nutriment à l'aliment

##### 3) LE CONCEPT DES MAILLONS FAIBLES :

La protection cellulaire  
La communication cellulaire  
L'interface digestive  
Le fonctionnement cérébral  
Les applications pratiques : conseil alimentaire et micronutritionnel

#### 4) LE CONCEPT DES « POUPEES RUSSES » :

Présentation- Introduction  
Les glucides  
Lipides  
Les protides

#### 5) LES APPORTS MICRONUTRITIONNELS :

Le calcium  
Le magnésium  
Le zinc  
Le cuivre  
Le manganèse  
Le fer  
Les oligo-éléments  
Les vitamines

#### 6) L'ACCOMPAGNEMENT DE L'ACTIVITE

Avant  
Pendant  
Après l'effort- le « surentraînement »

### **Partie d'enseignement des Dr Dugué, Dupuy et Enea**

#### 1) EXERCICE PHYSIQUE, PERFORMANCE & SANTE

Exercice physique et santé des populations  
Interactions avec le vieillissement et sa prise en charge  
Interactions avec les pathologies et leurs prises en charge  
Interactions avec la nutrition  
Exercice physique et performance dans le contexte sportif

#### 2) ALIMENTATION, COMPLEMENTS ALIMENTAIRES ET ALLEGATIONS SANTE

## Et après ?

### Secteurs d'activités

NC

## Contacts

### Renseignements

Pour toute question d'ordre pédagogique, vous pouvez contacter le responsable de la formation :  
Benoit Dugué  
Faculté des sciences du sport

TSA 31113  
86073 Poitiers cedex 9  
courriel : benoit.dugue@univ-poitiers.fr

## Responsables

Le DU NMES a été créé en 2012 par Denis Riché (Micronutritioniste consultant), Laurent Bosquet, et Benoit Dugué (Professeurs des Universités à l'Université de Poitiers). Cette formation est ouverte sur les sites de Poitiers et de la Réunion (partenariat avec le syndicat des médecins généralistes).

## Responsables Scolarité

Nathalie Lebault  
Faculté des sciences du sport  
Bâtiment C6 - TSA 31113  
86073 Poitiers cedex 9  
courriel : [scolarite.scsport@univ-poitiers.fr](mailto:scolarite.scsport@univ-poitiers.fr)

## Contacts formation continue

Amélie Murat  
Faculté des Sciences du Sport  
Bâtiment C6- TSA 31113  
86073 Poitiers Cedex 9  
Téléphone 05 49 45 33 43  
courriel : [professionnalisation.scsport@univ-poitiers.fr](mailto:professionnalisation.scsport@univ-poitiers.fr)

Dernière mise à jour le 28 août 2018

### **Faculté des sciences du sport**

8, Allée Jean Monnet Bât C6

TSA 31113

86073 POITIERS CEDEX 9

Tél. : +33 5 49 45 33 43

Fax : +33 5 49 45 33 96

Mail [<mailto:ufr.scsport@univ-poitiers.fr>]

Site web [<http://scsport.univ-poitiers.fr>]

Université de Poitiers - 15, rue de l'Hôtel Dieu - TSA 71117 - 86073 POITIERS Cedex 9 - France - Tél : (33) (0)5 49 45 30 00 - Fax : (33) (0)5 49 45 30 50 - [webmaster@univ-poitiers.fr](mailto:webmaster@univ-poitiers.fr)