

## Programme formation nutrition

### Contexte de la formation

A Mayotte, l'évolution des modes de consommation fait apparaître une modification des comportements alimentaires (une alimentation riche en sucres, en graisses, en sel, la sédentarité, ...). Cette situation est préjudiciable à la santé car elle favorise l'apparition de maladies chroniques (diabète, hypertension, obésité).

Du point de vue obstétrical, environ 10% des femmes enceintes présentent un diabète gestationnel à Mayotte.

Dans ce contexte, il paraît important pour Rédiab Ylang 976 et le réseau périnatal de Mayotte de proposer une formation spécifique aux professionnels de santé de la périnatalité qui tient compte du contexte économique, spirituel et culturel de la population mahoraise.

### Publics concernés

Sage-femmes diplômés d'Etat : CHM, libéral et PMI ; Auxiliaires de puériculture et Aide soignantes du service maternité.

### Objectifs généraux de la formation

- Connaître ou renforcer les connaissances en équilibre alimentaire adapté à Mayotte ;
- Maîtriser les spécificités de l'alimentation adaptée en diabétologie ;
- Renforcer la capacité des participants à faire de la prévention nutritionnelle à partir d'outils adaptés à Mayotte.

### Objectifs pédagogiques

- Maîtriser les repères et recommandations nutritionnelles favorables à la santé des femmes enceintes avec facteurs de risques et/ou diabétiques ;
- Connaître les équivalences nutritionnelles des aliments locaux ;
- Maîtriser les outils de prévention mis à disposition ;

### Contenu

- Présentation des 3 partenaires (Rédiab Ylang 976, MSP du Lagon et CHM), de l'ETP et des outils de prévention ;
- Références au Programme National Nutrition Santé n°4 ;
- Notion de quantité, variété, diversité, aliments locaux et de saison ;
- Présentation des différents modes de cuisson et leurs impacts sur la glycémie ;
- Rôle des nutriments pour la femme enceinte et son bébé ;
- Rôle des vitamines et minéraux pour la femme enceinte et son bébé ;
- Association des aliments pour une régulation glycémique optimale ;
- Impact des AUT (Aliments Ultra Transformés) sur la glycémie, la santé de la maman et du bébé.

## Programme formation nutrition

### Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques ;
- Echanges de pratique ;
- Partage de documents ;
- Mises en situation ;
- Démarche participative.

### Durée 6h

### Horaires

**8h – 12h 13h – 15h**

### Dates :

**30/11/2021 ; 02/12/2021 ; 07/12/2021 ; 09/12/2021**

### Lieu de formation

Réseaux de santé de Mayotte  
Impasse Said Hassan M'Nagnochi - Quartier Boboka  
97 600 Mamoudzou  
02.69.62.28.15

### Coût

Aucun frais d'inscription. Formation financée par l'ARS Mayotte. Seuls les frais de déplacements et de restauration restent à la charge des participants.

### Intervenants

**RIZIKI Samyna (Diététicienne)**  
**DURETTE Stéphanie (Diététicienne)**  
**PONTVIANNE Leslie (Coordinatrice prévention nutrition)**

### Renseignements inscription

REPEMA inscription via doodle form.

### Déroulé de la journée

<b>8h – 8h30</b>	Tour de table Présentation + échange de pratique
<b>8h30 – 9h</b>	Présentation partenaires
<b>9h – 10h</b>	Présentation PNNS 4 + Repères adaptés à Mayotte
<b>10h – 11h</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rôles des nutriments, des vitamines et des minéraux pour la femme enceinte et son bébé</li> <li>- Association des aliments pour une régulation glycémique optimale</li> <li>- Impact des AUT (Aliments Ultra Transformés) sur la glycémie et la santé de la maman et du bébé</li> </ul>
<b>11h – 12h</b>	Présentation livret diabète gestationnel + cahier des charges
<b>12h – 13h</b>	Pause déjeuner
<b>13h – 14h</b>	Etude de cas
<b>14h – 15h</b>	Correction et évaluation