TSA, TDAH ET ALIMENTATION : COMMENT LA MICRONUTRITION SOUTIENT LE CERVEAU EN DÉVELOPPEMENT

Public concerné

Professionnels de santé (psychologues, diététiciens, médecins, orthophonistes, psychomotriciens) éducateurs spécialisés.

Pré requis :

La formation mobilise quelques connaissances de base en santé. Un bilan peut être réalisé en contactant la responsable formation APAR

Les compétences développées en formation.

- À l'issue de la formation, les participants seront capables de :
- Comprendre les particularités neurodéveloppementales du TSA et du TDAH
- Identifier les carences et déséquilibres nutritionnels fréquemment observés dans ces profils
- Utiliser les outils de la micronutrition pour soutenir le développement cognitif, émotionnel et comportemental
- Intégrer une approche nutritionnelle complémentaire dans le suivi pluridisciplinaire des enfants et adolescents

Modalités pédagogiques

- Pédagogie active
- Présentation des outils à partir de cas cliniques apportés par le groupe et le formateur
- Travail en groupe
- Analyse de bilans biologiques

Supports pédagogiques

- Diaporama complet avec illustrations
- Fiches récapitulatives par nutriment / situation clinique
- Études de cas interactives
- Grilles d'évaluation nutritionnelle et comportementale

Modalités d'évaluation

- Recueil des attentes et niveau de connaissances des participants
- Questionnaire en amont et après la formation
- Échanges avec le groupe pendant et en fin de formation
- Quizz des connaissances
- Questionnaire de satisfaction

PROGRAMME

Jour 1

Module 1 : Neurodéveloppement, TSA et TDAH

- Les bases du développement cérébral de l'enfant
- Particularités neurobiologiques du TSA et du TDAH
- Fonctionnement cérébral et comportements : focus attention, impulsivité, hypersensibilité, rigidité

Module 2 : L'alimentation comme pilier neuro fonctionnel

- Cerveau immature, besoins nutritionnels spécifiques
- Impact du microbiote intestinal sur le développement neurocomportemental
- Lien entre inflammation silencieuse, perméabilité intestinale et troubles neurodéveloppementaux

Module 3 : Troubles digestifs, sélectivité alimentaire et carences

- Comprendre la sélectivité et ses impacts nutritionnels
- Troubles digestifs fréquents dans le TSA/TDAH (constipation, diarrhées, douleurs...) • Les carences nutritionnelles fréquentes : fer, zinc, magnésium, oméga-3, vitamine D, B6, etc

Jour 2

Module 4 : Approche micro nutritionnelle – outils et stratégies

- Évaluer les besoins : bilans, observations cliniques, questionnaires
- Supplémentations ciblées : pour qui, comment, combien de temps ?
- Choisir les formes galéniques adaptées (pédiatrie)
- Études de cas cliniques

Module 5 : Mise en pratique pluridisciplinaire

- Intégrer la nutrition dans le parcours de soin
- Collaboration entre professionnels : comment communiquer et coordonner ?
- Accompagner les familles avec bienveillance et progressivité
- Outils pratiques : carnet alimentaire, recommandations, plans d'action personnalisés

Modalités

Format·eur·rice

Psychologue clinicienne formée aux approches du fonctionnement des Microbiotes et des thérapeutiques mobilisables et micronutritionRemise d'une attestation en fin de formation

Dates : Module 7 - Volume horaire : 14 h

- 17 & 18 novembre 2026
- 14 & 15 décembre 2027

Horaires

- de 9h-12h30 – 13h30-17h (7H de formation)

Lieu

- Aix en Provence, 830, route de Saint Canadet

Tarif

- Prise en charge par un établissement/OPCO : 750 €
- A titre personnel / Famille / Autre situation : nous contacter

Contact

marie.diaz@apar-autisme.org

Référent handicap:

Sabrina Lerda sabrina.lerda@apar-autisme.org