

DIU Activité physique, nutrition et santé

Domaine :

Sciences – Technologie – Santé

UFR/Institut :

UPEC – UFR de Santé

Type de diplôme :

Diplôme inter-universitaire

Niveau(x) de recrutement :

Bac + 3

Durée des études :

78h sur 5 mois

Accessible en :

Formation continue

Présentation de la formation

Cette formation vise à exposer des connaissances actualisées concernant l'activité physique et la nutrition comme moyen de prévention et de traitement des pathologies chroniques modernes.

Capacité d'accueil

50 participants

Co-accréditations

Sorbonne Université

Compétence(s) visée(s)

À l'issue de cette formation, le professionnel pourra :

- Prévenir et traiter les pathologies chroniques modernes par l'activité physique et la nutrition
- Délivrer des conseils de mode de vie quant à la nutrition et l'activité physique
- Connaître les différentes prises en charge portant sur l'activité physique

Poursuites d'études

Cette formation vise le développement de compétences spécifiques directement mobilisables dans la pratique professionnelle, sans objectif de poursuite d'études.

Débouchés professionnels

Ce diplôme permet d'élargir ou de renforcer un champ d'intervention spécifique dans la pratique médicale, en cohérence avec les évolutions professionnelles dans le domaine de la médecine du sport et de la nutrition.

Organisation de la formation

La formation se déroule en présentiel

Programme :

Définitions, épidémiologie, santé publique : Définition de l'activité physique, de l'exercice physique, du sport et de la sédentarité. Définition des critères de condition physique. Liens entre sédentarité, nutrition et maladies chroniques. Niveaux d'activité physique et de sédentarité en fonction des populations et de l'avancée en âge.

Physiologie – Physiopathologie : Adaptation des grands systèmes à l'activité physique

(cardiorespiratoire, appareil locomoteur, système immunitaire, système nerveux...). Régulation de la balance énergétique : apports et besoins nutritionnels (macronutriments, micronutriments), dépenses énergétiques.

Evaluation et mesures : Activité physique, sédentarité, capacité physique, apports alimentaires. Tests de laboratoire/tests de terrain. Enquêtes, questionnaires, compteurs de mouvement, tests d'effort. Composition corporelle. Démonstrations pratiques.

Démarche préventive : Principes de l'éducation à la santé. Activité physique, nutrition et prévention des pathologies chroniques : pathologies cardiovasculaires, diabète, obésité, cancers, appareil locomoteur... Courbe dose-réponse. Recommandations d'activité physique et nutrition en France et dans le monde, en population générale et pour des publics spécifiques.

Démarche thérapeutique : Principes de l'éducation thérapeutique du patient (ETP). Activité physique, nutrition et traitement des pathologies chroniques : pathologies cardiovasculaires, diabète, obésité, cancers, appareil locomoteur... Toutes les informations données sur cette page sont indicatives et n'ont pas de valeur contractuelle

Nutrition et sport : Besoins nutritionnels du sportif (énergie, nutriments, hydratation). Conseils nutritionnels en fonction des familles de disciplines sportives et de l'environnement (température, altitude).

Acteurs de la prise en charge - contextes de pratique : Rôles des différents professionnels de l'activité physique, du sport et de la santé. Rôle des différentes structures et institutions. Présentation de cas concrets - Bibliographie.

Lieu des enseignements : Faculté de santé Sorbonne Université - site Pitié-Salpêtrière

Contrôle des connaissances

- Examen final écrit
- Contrôle continu par séminaire

Calendrier pédagogique

La formation se déroule de novembre 2025 à mai 2026

Sous réserve de modifications

Modalités d'admission en formation continue

Public visé :

Médecins du sport, diététiciens, docteurs en médecine, internes, médecins hors UE, étudiants en STAPS, kinésithérapeutes, médecins nutritionnistes, préparateurs physiques, professeurs d'activité physique, psychologues, IDE, professionnels de la nutrition.

Tarifs 2025-2026 :

Frais de formation financeur : 1500 € - 254 € de droits d'inscription

Contactez dufmc.fc@u-pec.fr pour toute autre situation.

Candidature

CV et d'une lettre de motivation à
Pr Pierre PORTERO : pierre.portero@u-pec.fr

> Plus d'informations sur les modalités d'inscription

Responsables pédagogiques

Pr Pierre PORTERO : pierre.portero@u-pec.fr
Pr Stéphane HATEM
Pr Jean-Michel OPPERT

Plus d'informations

dufmc.fc@u-pec.fr
01 49 81 39 32

Pour toute personne en situation de handicap : lacheny@u-pec.fr

> Modalités d'accès au campus

