

## SPORT, NUTRITION ET NOUVELLES TECHNOLOGIES DANS LE DIABÈTE DE TYPE 1

**Organisme Formateur :**

IFSET

**Concepteurs / Formateurs :**

Aurélien DESCATOIRE, Docteur en Sciences du Sport\*

Quentin RABETTE, Diététicien Nutritionniste\*

Dr Catherine FERMON, diabétologue\*

\* Centre d'Éducation et de TRAitement du Diabète et des Maladies de la Nutrition,  
Centre Hospitalier de Roubaix

  
Centre Hospitalier  
de Roubaix  
**CETRADIMN**



## **CONTEXTE**

Quel sportif diabétique de type 1 n'a jamais éprouvé des difficultés à gérer les variations glycémiques à l'effort ou à la récupération ?

De nombreuses recommandations existent sur les choix d'adaptations thérapeutiques ou nutritionnelles à mettre en œuvre lors d'une activité physique. Cependant, la détermination d'une stratégie de pratique sportive ne peut se limiter à l'application d'une recette « miracle » valable pour tous.

C'est pourquoi une meilleure connaissance de la physiologie de l'effort chez la personne DT1 couplée à une plus grande compréhension de la nutrition du sportif sont des compétences indispensables pour définir une stratégie de pratique individualisée, tout en restant en sécurité.

De plus, l'explosion et la démocratisation d'activités sportives extrêmement exigeantes (ultra distance, trails ...) demandent un approfondissement en compétences des pratiquants et des équipes soignantes afin de pour pouvoir agir dans les meilleures dispositions.

Enfin, le monde du sport et du diabète sont fortement liée à l'utilisation des nouvelles technologies (pompe à insuline, capteur CGM, montre ou objet connecté ...). Quel(s) dispositif(s) privilégier au regard de son projet sportif ? Que faire des informations provenant d'une performance ? Autant de questions centrales dans les champs du sport et de la santé...

## **OBJECTIFS DE LA FORMATION**

- Mieux comprendre les spécificités de l'activité physique chez les personnes DT1
- Mieux comprendre les bases nutritionnelles du sportif
- Mieux accompagner un patient DT1 à définir une stratégie thérapeutique et nutritionnelle vis-à-vis du pratiquant et de son projet sportif
- Mieux comprendre les nouvelles technologies appliquées au domaine du sport et du diabète.



## **DEMARCHE PEDAGOGIQUE**

La formation est destinée aux professionnels du monde de la santé, du sport ou de la nutrition : diététicien, E.APA, médecins, infirmiers, préparateurs physiques...

La formation est également ouverte aux personnes présentant un diabète de type 1 souhaitant accroître leur expertise dans la gestion de la maladie.

La formation comporte des apports théoriques, des analyses de pratiques et des expérimentations. Les mises en situation seront toutefois privilégiées de manière à mettre en perspective les sous-jacents pédagogiques de cette formation, afin qu'ils soient transposables aux situations rencontrées par les soignants, professionnels ou personnes diabétiques. Une synthèse des travaux de groupe et une copie des exposés théoriques présentés par les formateurs sont envoyées par mail aux participants à la fin de la formation.

## **PRÉSENTATION DES INTERVENANTS**

**Aurélien DESCATOIRE** est titulaire d'un doctorat en sciences du sport depuis 2009. Il travaille au CETRADIMN<sup>(1)</sup> où il coordonne les actions liées à l'activité physique et à l'éducation thérapeutique du patient. Aurélien possède une expertise reconnue dans l'accompagnement du sportif diabétique de type 1.

**Quentin RABETTE** est diététicien spécialisé dans le diabète et la nutrition du sportif (DU nutrition du sportif) depuis 2009. Il porte son intérêt sur l'optimisation de la performance sportive chez le diabétique de type 1.

**Catherine FERMON** est Endocrinologue et diabétologue exerçant depuis 1982, travaille au CETRADIMN<sup>(1)</sup> depuis 2010. Elle est investie depuis de nombreuses années dans le traitement par pompe à insuline et les nouvelles technologies.

<sup>(1)</sup> Le Centre d'Éducation pour le TRAitement du Diabète et des Maladies de la Nutrition (CETRADIMN, Centre Hospitalier de Roubaix) accompagne, depuis 1982, des patients diabétiques à mieux vivre avec leur maladie. Depuis 2009, le centre s'est particulièrement ouvert à l'éducation à l'activité physique des patients diabétique de type 1.

## **EVALUATION DE LA FORMATION**

Notre choix s'est porté sur la mise en place d'un questionnaire à choix multiples. Un questionnaire de satisfaction sera également remis aux participants en fin de session.



## CONTENU DE LA FORMATION

### JOUR 1

<i><b>Horaires</b></i>	<i><b>Contenu</b></i>	<i><b>Techniques pédagogiques</b></i>
8h30 - 9h30	<b>Présentation</b>	Blason en regard croisé
9h30 - 10h30	<b>Les Bases nutritionnelles du sportif</b>	Apport théorique Power point
10h45 - 11h30	<b>Activité physique et diabète de type 1</b>	Apport théorique Power point
11h30 - 12h30	<b>Maîtriser l'étiquetage nutritionnel pour mieux gérer sa pratique physique</b>	Approche expérientielle et analyse de cas

<i><b>Horaires</b></i>	<i><b>Contenu</b></i>	<i><b>Techniques pédagogiques</b></i>
<b>13h30 - 15h30</b>	<b>Savoir mener un entretien sport-diabète</b>	Construction d'un entretien + patient imaginaire Jeux de rôle
<b>15h30 - 16h30</b>	<b>Adaptation thérapeutique et nutritionnelle chez le sportif DT1</b>	Analyse de cas



## JOUR 2

<i>Horaires</i>	<i>Contenu</i>	<i>Techniques pédagogiques</i>
9h00-12h00	Vivre une séance éducative : activité physique et diabète de type 1	Approche pratique (accessible à tous) et expérientielle

<i>Horaires</i>	<i>Contenu</i>	<i>Techniques pédagogiques</i>
13h30 - 15h00	Les nouvelles technologies en diabétologie	Apport théorique + Analyse de pratique
15h00 - 16h00	Analyser un retour de performance sportive via les nouvelles technologies	Résolution de situations problèmes
16h00 - 16h30	Evaluation de la formation	QCM et questionnaire de satisfaction



## **RENSEIGNEMENTS PRATIQUES ET FRAIS D'INSCRIPTION**

### **Renseignements pratiques :**

Lieu de la formation :

Salle de sport-santé « Erga-Omnes »  
256 avenue Gustave DELORY  
59100 Roubaix

*Jours de formation et horaires\* :*

Jour 1	Vendredi 22 septembre 2017	8h30-12h30 / 13h30-16h30
Jour 2	Samedi 23 septembre 2017	9h-12h / 13h30-16h30

*\*Ces horaires sont susceptibles d'être adaptés après concertation entre le formateur et les participants*

### **Frais d'inscription :**

Les professionnels peuvent s'inscrire à la formation :

- Au titre du Plan de Formation de leur structure ou du Congé Individuel de Formation (CIF) : 500 Euros
- Ou à titre individuel : 350 Euros (Patient, professionnel à titre personnel)

