

NUTRITION & CANCER

JOUR 1

FICHE PROGRAMME

Durée de la formation
2 jours de formation / 14h

Formateur
Mélissa ANKRI

09h00–10h00	<ul style="list-style-type: none">• Accueil des participants
10h00–12h00	<ul style="list-style-type: none">• Qu'est-ce que le cancer ?• Étiologie des causes du cancer• Tout commence avec la cellule<ul style="list-style-type: none">• Le gène : pivot du bon fonctionnement de notre corps• Les mutations de l'ADN
12h00–13h00	PAUSE DÉJEUNER
14h00–17h00	<ul style="list-style-type: none">• Facteur de risque mutation : le stress oxydatif physiologique• Le développement du cancer : 3 phases• Le ravitaillement des cellules cancéreuses :<ul style="list-style-type: none">• L'angiogenèse• Inflammation pro tumorale• Facteurs de croissance cellulaire

NUTRITION & CANCER

JOUR 2

09h00–12h00	<ul style="list-style-type: none">• Les facteurs de risque• Le système immunitaire face au cancer• La prise en charge des terrains<ul style="list-style-type: none">• Le terrain oxydé• Le terrain neurodystonique ou stress• Le microbiote
12h00–13h00	PAUSE DÉJEUNER
14h00–17h00	<ul style="list-style-type: none">• L'alimentation : comment manger dans le cadre d'un cancer ?<ul style="list-style-type: none">• Une alimentation saine et équilibrée<ul style="list-style-type: none">• Glucides – graisses – protéines• Cuisson• Les antioxydants• Le régime cétogène

SARL PHYSIO'LEARN

60 Rue du Montparnasse — 75014 PARIS 14

Attention, les horaires ci-dessous sont donnés à titre indicatif. Ils sont susceptibles d'être modifiés en fonction des besoins.