

Nutrition et 1000 premiers jours

Présentation

Pourquoi les 1000 premiers jours sont-ils déterminants ? Accompagnez les familles sur l'alimentation et l'activité physique/sédentarité du nouveau-né et du nourrisson à chaque étape du développement.

Public, conditions d'accès et prérequis

Publics

Diététicien-nutritionniste
Infirmier
Sage-femme
Puéricultrice

Prérequis

Compétences et expérience en nutrition-santé.

Objectifs

Approfondir ses connaissances sur le développement du nouveau-né et du nourrisson pendant la période des 1000 premiers jours
Être en mesure d'accompagner les familles sur l'alimentation et l'activité physique/sédentarité du nouveau-né et du nourrisson à chaque étape du développement
Acquérir des compétences dans le soutien à la parentalité pour renforcer le parcours des 1000 premiers jours

Intervenants

Véronique NEGRE, Pédiatre au sein de l'Association pour la Prise en charge et la prévention de l'Obésité en Pédiatrie (APOP) de Nice
Aliette CSILLAG, Diététicienne-nutritionniste et chargée de projets en santé publique au sein du CODES 06 & CERON PACA à Nice

Méthodologie et outils

Analyse des pratiques des participants, fixation d'objectifs et d'actions d'amélioration.
Appui sur l'expérience des participants, partage d'expériences et travail sur les référentiels de pratiques et outils utilisés par chacun.
Mises en situation concrètes par la réalisation d'un inventaire des procédures en place et amélioration de celles-ci.
Études de cas cliniques.

Méthodologies d'évaluation

Un questionnaire de satisfaction est complété en fin de formation.

Un questionnaire d'évaluation des connaissances et des pratiques professionnelles est complété au démarrage et à la fin de la formation.

Voir aussi les formations en

[Nutrition](#)

[Santé : pratiques](#)

Programme

Programme

Jour 1 :

Les 1000 premiers jours

Période de vulnérabilité et fenêtre d'opportunité
Impact sur la santé future
Concept de la DOHaD et de « programmation fœtale »

Activité physique et sédentarité

Activité physique et sédentarité pendant la grossesse : effets sur la femme enceinte, sur l'enfant et sur l'accouchement
Activité physique et sédentarité jusqu'aux 2 ans de l'enfant (de la naissance à 6 mois, de 6 mois à 1 an et à partir de 12 mois)

Alimentation

Étapes de l'alimentation de l'enfant selon sa croissance et ses besoins nutritionnels
Allaitement maternel : bénéfices et application
Préparations lactées pour nourrisson : les différents laits et leurs utilisations
Étapes de la diversification et recommandations
Allergies, intolérances et adaptations alimentaires

Jour 2 :

Aspects éducatifs

Acquisition et éveil du goût
Sensibilité individuelle, néophobie alimentaire, aversions
Accompagnement parental : partage des responsabilités et alimentation réactive

Surpoids et obésité

Régulation de la balance énergétique
Suivi des courbes de croissance
Déterminants précoces du surpoids de l'enfant
Accompagnement éducatif (parents, famille, professionnels...)

Informations pratiques

Contact

Par téléphone : 03.83.85.45.37 - Par e-mail : contact@cnam-istna.fr

Complément lieu

292 rue Saint-Martin, 75141 Paris Cedex 03

Conservatoire national des arts et des métiers Paris

[Agrandir le plan](#)

Session(s)

du 17 décembre 2026 au 18 décembre 2026

du 24 novembre 2027 au 25 novembre 2027



Sessions en présentiel

Code Stage : SANT14

Nombre d'heures

14

17 décembre 2026 - 18 décembre 2026



Formation présentielle

Tarifs

à partir de 560 € TTC

[Cliquez ici pour plus de détails](#)

Diététiciens et infirmiers libéraux :



Prise en charge possible par le FIFPL

Session(s)



en présentiel

17 et 18 décembre 2026
24 et 25 novembre 2027

S'inscrire



[Retrouvez ici l'ensemble des guides de l'auditeur](#)

<https://www.cnam-istna.fr/formations/formations-du-catalogue/nutrition-et-1000-premiers-jours-1560572.kjsp?RH=1787>