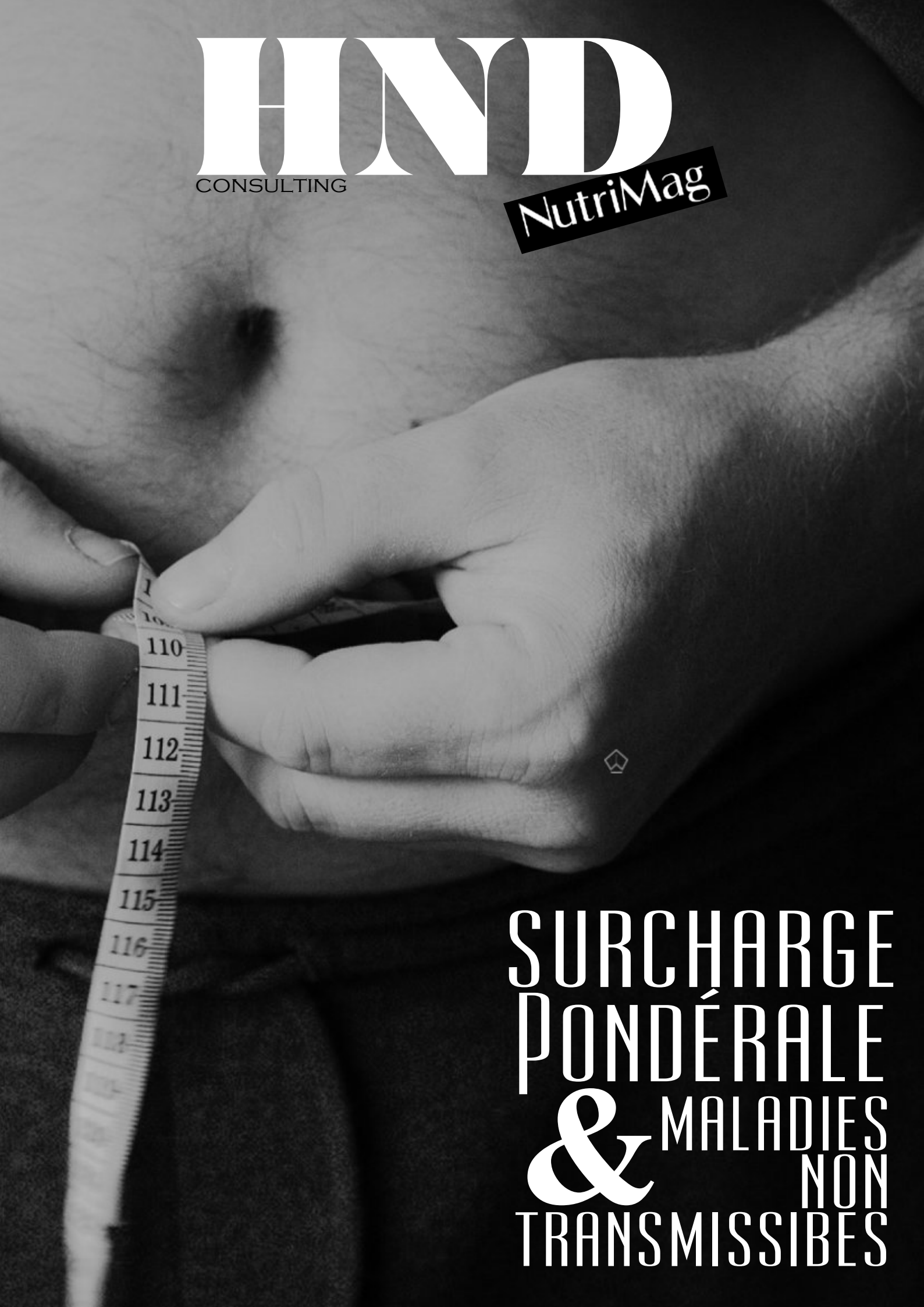
HND
CONSULTING

NutriMag



SURCHARGE PONDÉRALE & MALADIES NON TRANSMISSIBES

EQUIPE HND

Redacteur(trice)
Raphael **DIALLO**

Spécialiste en Nutrition
Mariam **MAIGA**

Spécialiste en Nutrition
Nema **DAOU**

Spécialiste en Nutrition
Dr. Bonkana **MAIGA,** MD, MPH-MSc
Médecin spécialiste en Nutrition et Santé Publique

Graphiste
Malian **DZIGN**

Réferent Sport
Boureima **GUINDO**



Médecins Mali

Votre Santé, Notre Priorité.



PROGRAMME DE FORMATION DE QUALIFICATION ET DE RENFORCEMENT DE CAPACITÉ (ForQuaRenC)

A. DESCRIPTION

ERADD Training Academy dans les cadres de ses activités lance son deuxième Programme de Formation de Qualification et de Renforcement de Capacité (**ForQuaRenC**) qui s'étendra du **04 Septembre** au **28 Novembre 2021.**

B. FILIÈRES DE FORMATION

1. Santé-Nutrition
2. Nutrition-Sécurité Alimentaire et Moyens d'existence (SAME)
3. WASH (Eau-Hygiène et Assainissement) /Environnement
4. Logistique Humanitaire
5. Gestion de Projet Humanitaire et Développement basé sur l'approche Nexus
6. Recherche, Suivi-Evaluation et technique de Rapportage
7. Assurance, Qualité et transformation
8. Sécurité Sanitaire des Aliments

C. INFOS PRATIQUES :

- Durée Total de la formation : **3 mois (12 semaines)**

Heure de la formation : Au total heure de **100h** de formation répartit comme suit :

- Tous les week-ends **(Samedi ou dimanche)** 4h théoriques
- Toutes les semaines 4h de pratiques par semaine
- En présentiel ou en ligne
- Site Web Training Academy : www.training-eradd.org / www.eradd.org

D. PROCÉDURE DE CANDIDATURES ET INSCRIPTIONS :

- Dossiers à fournir : CV, Lettre de motivation, projet professionnel diplômes et attestations à envoyer au contact@eradd.org Les premiers dossiers arrivent seront les traités dans les 72heures. Attention de
nombre maximum **10 lauréats/formation**.
- Date limite des candidatures le **25 Août 2021**
- Début de la deuxième promotion le **samedi 04 Septembre 2021**

E. PERSONNES CONTACTS :

Mme. Hawa **COULIBALY** : +223 82 80 70 58 E-mail : hawa@eradd.org
Mr. Diakaliya TRAORE: 97 84 77 94 E-mail: diakaliya@eradd.org
Dr. Bonkana MAIGA : 72 06 16 79 E-mail: bonkanamaiga@errad.org
Lieu de la formation : ONG ERADD-Mali sis à Bamako-Missabougou 3e pont, Immeuble gris en face de la station Petro Nientao
E-mail Training Academy : contact@eradd.org
Site Web training Academy : www.training-eradd.org



ERADD TRAINING ACADEMY

CALENDRIER DES FORMATIONS D'EXPERTISE ANNEE 2021

Modules de formation	Dates	Montant
Pack Gestionnaire de projet de développement	Du 02 au 06 Aout 2021	50.000f
Pack Gestionnaire de projet humanitaire	Du 06 au 10 Septembre 2021	50.000f
Pack MEAL (Suivi-évaluation redevabilité apprentissage)	Du 04 au 08 Octobre 2021	50.000f
Pack Consultant et Formateur	Du 01 au 05 Novembre 2021	50.000f
Pack chargé de recherche et de publication	Du 06 au 10 Décembre 2021	50.000f
Pack Chef de projet Santé-Nutrition et WASH	Du 03 au 07 Janvier 2022	50.000f
Pack Chef de projet Genre et Protection	Du 07 au 11 Février 2022	50.000f

Inscription
+223 **73 41 14 63**
+223 **82 80 70 58**
+223 **44 34 09 03**

MALIAN Dzign



Pour commencer il est important de comprendre qu'on utilise le plus souvent l'expression **surcharge pondérale** pour désigner les personnes présentant un surpoids ou une obésité.

De ce fait, par définition, surcharge pondérale correspond à une accumulation excessive de tissu adipeux, qui a des conséquences sur la santé des individus.(1) Cette accumulation résulte d'un déséquilibre entre les apports nutritionnels et les dépenses énergétiques de l'individu. Ce déséquilibre peut avoir des origines multiples et ses déterminants peuvent être génétiques, biologiques, environnementaux ou comportementaux.(2)

Parmi ces nombreux facteurs cités l'alimentation et l'activité physique, ont un rôle fondamental. (1)

Comment mesurer une surcharge pondérale ?

L'indice de masse corporelle (IMC) est maintenant la méthode la plus utilisée pour déterminer si une personne présente un surpoids ou une obésité. il est calculé en divisant le poids en kilogramme d'un individu par le carré de sa taille en mètre, le résultat s'exprimant en kg/m2.

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) propose une classification de la population adulte (supérieur ou égal à 18 ans) :

- poids insuffisant : IMC inférieur à 18,5 kg/m2

- corpulence normale : IMC compris entre 18,5 kg/m2 et 24,9 kg/m2

- surpoids : IMC compris entre 25 kg/m2 et 29,9 kg/m2

- obésité : IMC supérieur ou égal à 30 kg/m2.(3)

En effet, le rôle déterminant du surpoids ou de l'obésité dans la survenue d'un grand nombre de pathologies a pu être démontré : maladies cardio-vasculaires, hypertension artérielle, diabète, certains cancers, troubles psychologiques. Un rôle dans d'autres pathologies, comme certaines pathologies pulmonaires ou de l'appareil locomoteur, est également envisagé.

De ce fait le surpoids et obésité constituent un facteur de risque par excellence de certaines maladies citées dessus, appelées des Maladies non transmissibles (MNT).



C’est quoi donc une maladie non transmissible ?

Les maladies non transmissibles (MNT), également appelées maladies chroniques, ne se transmettent pas d’une personne à l’autre. Elles sont de longue durée et évoluent en général lentement.

Les quatre principaux types de maladies non transmissibles sont les maladies cardiovasculaires (accidents vasculaires cardiaques ou cérébraux), les cancers, les maladies respiratoires chroniques (comme la broncho-pneumopathie chronique obstructive ou l’asthme) et le diabète.(1)

L’alimentation a-t-elle une influence sur les MNT ?

Une mauvaise nutrition est tout déséquilibre entre consommation alimentaire et dépense énergétique va influer progressivement sur la composition corporelle qui augmente le risque de développer une obésité, un infarctus du myocarde, des crises d’angor, un diabète, divers cancers.(4)

<< ***Que***
ta nourriture soit
ton médicament et
que ton médicament soit dans ta nourriture >>

Hippocrate

Conseils

L’alimentation est donc un déterminant majeur de la santé et du bien-être. C’est pourquoi les recherches sur les liens complexes entre l’alimentation et la santé sont nécessaires pour permettre une approche intégrative de la santé allant de la prévention à la prise en charge de la surcharge pondérale et des MNT.

Se nourrir d’aliments sains et pauvres en sel, en sucre et en gras saturés aide à prévenir l’apparition des maladies cardiovasculaires, de certains cancers, du diabète de type 2 et de l’obésité.

<< Que ta nourriture soit ton médicament et que ton médicament soit dans ta nourriture >>

Hippocrate

References

1. DAHEL-MERHANCHA CC. Maladies Non transmissibles et Alimentation. J Alger Médecine. 2015;23(4):145-9.
2. Bouvarel I, Nys Y, Panheleux M, Lescoat P. Comment l’alimentation des poules influence la qualité des œufs? INRA Prod Anim. 2010;23(2):167-82.
3. Zamoun N, Frigui S, Hamadouche NA, Dahmoun K, Moussous SA, Dekkar N, et al. Surpoids et obésité dans la population générale de 25 à 64 ans, en milieu urbain algérois (Bab El Oued). 2018:4.
4. Plan d’action 2008-2013 pour la Stratégie mondiale de lutte contre les maladies non transmissibles. OMS. 2007:48.



HND

CONSULTING

NutriMag

une initiative du cabinet nutritionnel
HND-Consulting