Diététique générale I

UE 02

Enseignant(s) responsable de l'UE : Ekram MAIMOUNI
Autres enseignant·e·s de l'UE : Aude DILLIS

Année d'études	Bloc 1
Acronyme	DIU11DGENI
Nombre de crédits ECTS	5 (facteur de pondération)
Volume horaire	64 h (Q1 64 / Q2 0)
Période de l'année	Quadrimestre 1
Niveau du cycle	1er cycle
Cadre européen de certification	Niveau 6
Caractère dans le programme	Cours obligatoire dans le programme
Langue(s) d'enseignement	—
Coordonnées du service	Campus de Bruxelles, Avenue Émile Gryson 1 (bât. 4C), 1070 Bruxelles
Mode d'évaluation	Unité évaluée en épreuve intégrée
UE prérequises	Néant
UE corequises	Néant

Liste des activités d'apprentissage

Activité d'apprentissage	Volume horaire	ECTS	Présence obligatoire
DI11DG1 Diététique générale 1	39	3	NON
DI11DAP1 Exercices de diététique 1	25	2	OUI

Contribution de l'UE au profil d'enseignement du programme

- **RE01.6** ARES. 1.6 Exercer son raisonnement scientifique.
- **RE05** ARES. 5 Assurer une communication professionnelle:
- **RE06** ARES. 6 Pratiquer les activités spécifiques à son domaine professionnel:

Autres connaissances ou compétences prérequises

Diététique générale 1

néant

Exercices de diététique 1

néant

Descriptif des objectifs et des contenus de l'UE

Diététique générale 1

Objectifs

- Considérer la contribution des nutriments étudiés au fonctionnement de l'organisme humain
- Établir le lien entre les nutriments et les activités physiologiques
- Caractériser des situations d'équilibre et de déséquilibre nutritionnels

- Justifier le choix des données nutritionnelles sélectionnées pour les nutriments étudiés
- Gérer une consultation dans le cadre de l'alimentation équilibrée

Contenu

- Les besoins nutritionnels de l'adulte en bonne santé
- Recommandations alimentaires
- L'étude approfondie des macro-nutriments et des substances bioactives
- L'étude approfondie des aliments des différentes familles alimentaires
- Les modèles éducatifs mis en place pour aider les consommateurs vers des choix alimentaires équilibrés
- Les différentes composantes d'une consultation diététique

Exercices de diététique 1

Objectifs

- Calculer les besoins nutritionnels d'un adulte sain, pouvoir justifier ces recommandations
- Transposer les recommandations nutritionnelles en recommandations alimentaires
- Analyser une alimentation au départ d'une anamnèse alimentaire
- Classifier les aliments dans les différents groupes alimentaires et connaître leur composition nutritionnelle afin de pouvoir conseiller les aliments adéquats au public cible et être capable de proposer des améliorations à l'anamnèse alimentaire
- Connaître le poids moyen des portions consommées
- Démontrer une connaissance variée des aliments
- Gérer une consultation dans le cadre de l'alimentation équilibrée

Contenu

Exercices sur :

- Calculs des besoins
- Classification des aliments dans les différents groupes alimentaires
- Connaître les compositions des aliments
- Poids moyen des portions consommées
- Connaissance variée des aliments
- Évaluation et analyse de la consommation
- Correction d'une alimentation au regard d'une alimentation équilibrée
- Plan alimentaire 2000 kcal
- Gestion d'une consultation dans le cadre d'une alimentation équilibrée

Activités et méthodes d'apprentissage et d'enseignement

Diététique générale 1

cours ex-cathedra et interactif

Exercices de diététique 1

Exercices avec les pairs, discussions en classes, travail

Acquis d'apprentissage sanctionnés, spécifiques et contribuant à l'UE

Diététique générale 1

- Considérer la contribution des nutriments au fonctionnement de l’organisme humain.
- Justifier le choix des données nutritionnelles sélectionnées pour les nutriments étudiés en fonction d’un public cible.
- Etablir le lien entre les nutriments et les activités physiologiques
- Caractériser des situations d’équilibre et de déséquilibre nutritionnels
- Adapter ses conseils nutritionnels à la population étudiée

- Assurer l’éducation nutritionnelle de la population étudiée

Exercices de diététique 1

Calculer les besoins nutritionnels d'un adulte sain, pouvoir justifier ces recommandations Transposer les recommandations nutritionnelles en recommandations alimentaires Analyser une alimentation au départ d'une anamnèse alimentaire Proposer des corrections pour que l'alimentation corresponde aux recommandations Classifier les aliments dans les différents groupes alimentaires et connaitre leur composition nutritionnelle afin de pouvoir conseiller les aliments adéquats au public cible et être capable de proposer des améliorations à l'anamnèse alimentaire Donner la composition des principaux aliments et le poids moyen des portions consommées Démontrer une connaissance variée des aliments - Gérer une consultation dans le cadre de l'alimentation équilibrée

Description des supports de cours indispensables

Description	Accès à la source	URL
Exercices de diététique 1 : - Conseil Supérieur de la Santé, Recommandations nutritionnelles pour la Belgique, CSS, Bruxelles, 2016, Avis n°9285. CSS, Poids et mesures, 2005, n°6545-2, Bruxelles, 2010 -DANONE, Compendium des activités physiques des adultes, 2011, France C. Seeuws, -Table de composition des aliments, NUBEL, 7ème édition, juillet 2022 - Conseil Supérieur de la Santé, -Recommandations alimentaires pour la population belge adulte, 2025	—	—
Diététique générale 1 : Présentations Powerpoint (complétées par les notes prises par l'étudiant)	sur le campus numérique	—
Exercices de diététique 1 : Normes de composition des principaux aliments et poids moyens	sur le campus numérique	—

Description des références et des supports complémentaires

Aucune référence complémentaire renseignée.

Mode d'évaluation et de pondération par activité au sein de l'UE

Cette unité d'enseignement est évaluée en épreuve intégrée.

Janvier			
Ensemble de l'UE			
Évaluation continue	15 %	Type de questions : Questionnaire mixte (combinaison de plusieurs types de questions différentes)	Examen à livre : Livre fermé
Travaux hors session	15 %	Type de questions : Questionnaire mixte (combinaison de plusieurs types de questions différentes)	Examen à livre : Livre fermé
Examen écrit	70 %	Type de questions : Questionnaire mixte (combinaison de plusieurs types de questions différentes)	Examen à livre : Livre fermé
L'évaluation continue (non remédiable) : petites évaluations au début de chaque séance de diététique appliquée portant sur la matière théorique utile à la séance et les normes de composition des aliments Travail individuel à remettre lors du cours de la semaine 14 du 15 au 16 décembre 2025 (en version papier et sur le campus numérique). Les modalités de l'évaluation continue et du travail seront sur le campus numérique.			
Janvier bis			
Ensemble de l'UE			
Évaluation continue	15 %	Type de questions : Questionnaire mixte (combinaison de plusieurs types de questions différentes)	Examen à livre : Livre fermé
Travaux hors session	15 %	Type de questions : Questionnaire mixte (combinaison de plusieurs types de questions différentes)	Examen à livre : Livre fermé
Examen écrit	70 %	Type de questions : Questionnaire mixte (combinaison de plusieurs types de questions différentes)	Examen à livre : Livre fermé
Attention : les points obtenus à l'évaluation continue et au travail personnel sont non remédiables - ils sont reportés sur les différentes sessions			
Août			
Ensemble de l'UE			
Évaluation continue	15 %	Type de questions : Questionnaire mixte (combinaison de plusieurs types de questions différentes)	Examen à livre : Livre fermé
Travaux hors session	15 %	Type de questions : Questionnaire mixte (combinaison de plusieurs types de questions différentes)	Examen à livre : Livre fermé
Examen écrit	70 %	Type de questions : Questionnaire mixte (combinaison de plusieurs types de questions différentes)	Examen à livre : Livre fermé
Attention : les points obtenus à l'évaluation continue et au travail personnel sont non remédiables - ils sont reportés sur les différentes sessions			