

UE D'OUVERTURE

Semestres 1 (L1) et 3 (L2)

UEOEC20 - MODES DE VIE ET SANTE INTEGRATIVE

UE proposée par le département : Psycho STAPS

Nom de l'enseignant responsable : BERNAL Caroline

Heures : 21h CM

Noms des intervenants	Heures attribuées
BERNAL Caroline (docteure en STAPS – Faculté Psycho-STAPS)	9h
PILA Irene (docteure en biologie – Faculté Psycho-STAPS)	12h

Nombre maximal d'étudiants : 80

Créneau horaire : 13h – 16h site Vauban ou site Hoche

Descriptif

Cet enseignement a pour objectif de présenter la santé intégrative, qui combine une approche médicale conventionnelle, complémentaire et lié au mode de vie. Sa mise en œuvre permet d'améliorer l'efficacité thérapeutique dans une vision holistique et dynamique des comportements, au service de l'individualisation des interventions et de l'interdisciplinarité. Le patient n'est plus simplement un sujet qui reçoit un traitement de soin mais qui fait partie intégrante de sa thérapie.

Dans cet enseignement, nous aborderons essentiellement le mode de vie (activité physique, sommeil, alimentation, stress et équilibre du système nerveux), mais aussi l'influence de certaines interventions non médicamenteuses tels que la musicothérapie.

Points essentiels

Cet enseignement présente différentes interventions non médicamenteuses (INM) ainsi que leur validation scientifique. Cet UET est particulièrement intéressant pour les étudiants se dirigeant vers les métiers du médical et/ou qui présente une curiosité naturelle pour le domaine de la santé.

Modalités de contrôle des connaissances :

Session 1 : Contrôle Terminal : QCM (1 heure)

Session 2 : Rattrapage : QCM (1 heure)