



## MIEUX CONNAÎTRE LES EFFETS DE LA NUTRITION ET DE LA RESTRICTION CALORIQUE POUR CONSEILLER NOS PATIENTS

**Programme du séminaire qui aura lieu à Bruxelles les 10 et 11 avril 2026**

### Journée n°1

#### Matin

**9h45 : Accueil des participants**

**10h-10h30 : Présentation et objectifs de la formation, des intervenants, recueil des attentes**

**10h30-11h45 Séquence 1 : Identifier l'intérêt du jeûne, les différents types de jeûne ?**

- Jacques Rouillier : Historique, les différentes formes de jeûne
- Claire Delval : La physiologie de la digestion, la detox hépatique, les émonctoires

**11h45-12h00 Pause-café**

**12H00-13h15 Séquence 2 : Les effets du jeûne : le switch métabolique**

- Jacques Rouillier : La physiologie du jeûne – Quels effets métaboliques attendre en fonction de la durée du jeûne ?
- Claire Delval : Etude de Buchinger Etude Genesis

**13h15-14h15 Pause Repas**

#### Après-midi

**14h15-16h30 Séquence 3 : syndrome métabolique, HTA, obésité**

- Jacques Rouillier : Jeûne, syndrome métabolique, risque cardio vasculaire
- Claire Delval : Jeûne, insulino-résistance, diabète

**16h30-17h00 : Pause-café**

**17h00-18h30 Séquence 4 : Examens complémentaires**

- Jacques Rouillier : Quels examens biologiques avant un jeûne
- Claire Delval : Questions en suspens, temps d'échanges

Fin de journée

19h30 : Possibilité de repas au restaurant pris en commun pour ceux qui le désirent

## Journée N°2

### Matin

**8h45-9h00 : Accueil des participants**

**9h00-10h15 Séquence 5 : Inflammation, rhumatologie et microbiote**

- Claire Delval : Pourquoi et comment le jeûne est-il inflammatoire ?
- Physiologie de l'inflammation, microbiote, et le jeûne

**10h15-10h30 Pause-café**

**10h30-13h00 Séquence 6 : Non-indication, contre-indications et précautions d'emploi du jeûne , adaptation des traitements en cours**

- Jacques Rouillier et Claire Delval : Situations cliniques
- Lignes directrices consensuelles 2013

**13h00-14h00 Pause repas**

### Après-midi

**14h00 – 15h00 Séquence 7 : Cancérologie et vieillissement**

- Jacques Rouillier: L'accompagnement de chimiothérapie, l'action anti-angiogénique du jeûne et du régime céto-gène
- Cas cliniques - vidéo

**15h00– 15h45 Séquence 8 : Encadrement du jeûne**

- Critères de surveillance au cours du jeûne médicalement accompagné
- Partage d'expérience : Jacques Rouillier, Claire Delval, Participants
- Le parcours au sein de l'AMJ

**15h45 – 16h00 Evaluation - fin de la formation**