

9 juin 2016

Cerveau et nutrition

- 8 h 15** Accueil
- 8 h 55** Introduction
Jean-Michel Lecerf - Service de Nutrition - Institut Pasteur de Lille
- 9 h 00** Déclin cognitif lié à l'âge et nutrition
Catherine Féart - Equipe épidémiologie de la nutrition - Université de Bordeaux
- 9 h 30** La nutrition peut-elle améliorer la maladie d'Alzheimer ?
Pascaline Cassagnaud - Centre Mémoire de Ressources et de Recherche CHRU de Lille Institut Pasteur de Lille
- 10 h 00** Lutéine, cerveau et œil même combat ?
Coralie Berthier - Service de Nutrition - Institut Pasteur de Lille
- 10 h 30** Pause
- 11 h 00** Nutrition, inflammation et dépression
Corinne Joffre - INRA UMR 1286 - Université de Bordeaux
- 11 h 30** Dépression et oméga 3
Jean-Marie Bourre - Membre de l'Académie de médecine - Paris

CONFÉRENCE

- 12 h 00** **Les sortilèges du cerveau**
Patrick Berche - Directeur général - Institut Pasteur de Lille

- 12 h 45** Déjeuner
- 14 h 15** Publicité, télévision et obésité de l'enfant : lavage de cerveau ?
Marie-Laure Frelut - Pédiatre - Toulouse
- 14 h 45** Notre cerveau est-il responsable de nos préférences alimentaires ?
Sylvie Issanchou - INRA - Dijon
- 15 h 15** Les influences cachées sur notre comportement alimentaire
Carolina Werle - Ecole de Management - Grenoble
- 15 h 45** Pause
- 16 h 15** L'axe intestin - cerveau : une réalité ?
Gilles Mithieux - Responsable de l'équipe nutrition et cerveau de l'unité Inserm U 855 - Lyon
- 16 h 45** Autisme et alimentation rien à voir ?
Jean-Michel Lecerf - Service de Nutrition - Institut Pasteur de Lille
- 17 h 15** Cocktail de bienvenue

10 juin 2016

Sommeil, rythmes, alimentation et poids

- 8 h 15** Accueil
- 8 h 55** Introduction
Jean-Michel Lecerf - Service de Nutrition - Institut Pasteur de Lille
- 9 h 00** Déficit de sommeil et épidémie d'obésité
Joëlle Adrien - Institut National du Sommeil et de la vigilance Paris
- 9 h 30** Sommeil et prise alimentaire
Karine Spiegel - Inserm - Centre de Recherche en Neurosciences de Lyon
- 10 h 00** Activité physique, sédentarité et rythmes de vie
David Thivel - Laboratoire des adaptations à l'exercice en conditions physiologiques et pathologiques (AME2P) - Université de Clermont-Ferrand
- 10 h 30** Pause
- 11 h 00** Rythmes circadiens et risque cardio métabolique
Hélène Duez - U 1011 Inserm - Institut Pasteur de Lille - Université de Lille
- 11 h 30** Génétique, rythmes circadiens et diabète de type 2
Amélie Bonnefond - CNRS UMR 8199 - Institut Pasteur de Lille Université de Lille

CONFÉRENCE

- 12 h 00** **Notre société ne dort pas, pourquoi ?**
Eric Birlouez, Sociologue et historien de l'alimentation

- 12 h 45** Déjeuner
- 14 h 15** La sieste est-elle bénéfique ?
Christelle Monaca - CHRU de Lille
- 14 h 45** Syndrome d'apnée du sommeil et risque cardiométabolique
Renaud Tamisier - CHU de Grenoble
- 15 h 15** Travail posté, travail de nuit, alimentation et prise de poids. Conseils pratiques.
Monique Romon - Service de nutrition - CHU de Lille
Corinne Bacchetta - Médecin Nutritionniste - Champagne sur Marne
- 16 h 00** Travail décalé et risques pour la santé Intérêt de la luminothérapie
François Duforez - Hôtel-Dieu - Paris V
- 16 h 30** Clôture

Le cerveau c'est le chef. C'est lui qui commande. Mais comment commande-t-il ? Quel est le rôle de la nutrition dans son fonctionnement ? Quels sont les liens entre la nutrition, les oméga 3, la lutéine, le cerveau, l'œil, l'intestin, l'inflammation... ? Alzheimer, dépression, autisme seront sous le projecteur. Mais le chef n'est-il pas aussi sous influences externes pour son comportement, ses choix, ses préférences... ?

Les perturbations des rythmes et du sommeil ne sont-elles pas aussi des clés dans les dérégulations alimentaires et métaboliques ? Les Français auraient un retard cumulé annuel de 16 milliards d'heures de sommeil. Quelles en sont les conséquences pour la santé ? Qui y est davantage exposé ? Comment y remédier ?

La nutrition concerne le mode de vie dans sa globalité, pas uniquement le contenu de l'assiette, mais aussi le pourquoi du contenu de l'assiette. Il ne s'agit pas de tourner autour du pot mais de soulever le couvercle...

Les questions ne manquent pas mais les réponses seront aussi au rendez-vous.

Ne le manquez pas.

Dr Jean-Michel Lecerf
Service de Nutrition
Institut Pasteur de Lille