

Les pathologies de l'hiver en aromathérapie

Ce programme de formation permet aux équipes officinales de conseiller efficacement en aromathérapie pour la prévention hivernale, les pathologies ORL et la prise en charge des petites lésions dues au froid, tout en intégrant les apports complémentaires de la phytothérapie.

Durée: 7.00 heures (1.00 jours)

Profils des apprenants

- Pharmaciens
- Préparateurs en pharmacie
- Préparateurs techniciens en pharmacie

Prérequis

Aucuns

Accessibilité et délais d'accès

Nous accordons une grande importance à l'inclusion et à l'accessibilité dans nos formations. Si vous êtes une personne en situation de handicap et que vous avez besoin d'adaptations spécifiques pour suivre notre formation, veuillez nous en informer lors de votre inscription ou au plus tôt avant le début de la formation. Nous nous engageons à travailler avec vous pour fournir, les ajustements nécessaires afin de garantir votre pleine participation et votre réussite dans notre programme

Qualité et indicateurs de résultats

Objectifs pédagogiques

- Permettre aux équipes officinales de conseiller efficacement en aromathérapie pour la prévention hivernale, les pathologies ORL et la prise en charge des petites lésions dues au froid, tout en intégrant les apports complémentaires de la phytothérapie.
- Connaître les huiles essentielles les plus utiles en hiver
- Savoir construire un conseil sécuritaire et personnalisé
- Réaliser des synergies simples adaptées à la saison
- Associer aromathérapie et phytothérapie pour un accompagnement global
- Améliorer la prise en charge des patients au comptoir face aux pathologies hivernales

Contenu de la formation

- Accueil et présentation – 15 min
 - Présentation du formateur et des participants
 - Recueil des attentes
 - Présentation du programme et des objectifs
- Bases essentielles de l'aromathérapie hivernale – 45 min
 - Définitions, origines, modes d'obtention et critères de qualité des huiles essentielles
 - Notions de chimiotypes, biochimie aromatique des HE HIVERNALES
 - Précautions d'emploi des HE et réglementation à l'officine
 - Voies d'usage, doses usuelles et maximales adultes et enfants
 - Pont phytothérapie : extraits de plantes immunostimulants, complexes phyto et probiotiques

- Lecture et analyse d'étiquettes (famille chimique + précautions).
- Prévention et renforcement immunitaire – 1 h 30
 - HE majeures en diffusion et application cutanée préventives : Citron, Laurier noble, Lavande vraie, Eucalyptus radié, Ravintsara, Thym à linalol
 - Usage au quotidien : diffusion, application cutanée, inhalation
 - Populations particulières : enfants, seniors
 - Pont phytothérapie : échinacée, sureau, propolis, gelée royale, ginseng
 - Formulation d'un roll-on « défenses naturelles »
 - Étude d'une situation patient : prévention grippe chez sujet fragile (enfant, senior, personnel exposé)
- Pathologies ORL de l'hiver – 1 h 30
 - Infections virales ou bactériennes : limites du conseil
 - HE essentielles : Camomille noble, Cyprès, Epinette et pin sylvestre, Eucalyptus radié et Eucalyptus globuleux, Laurier noble, Menthe poivrée, Myrte verte, Niaouli, Tea tree, Ravintsara, Thym : CT thujanol et CT thymol
 - Diffusion, inhalation humide/sèche, application locale, voie orale : quand et comment
 - Pont phytothérapie : cyprès, échinacée, plantain, réglisse, sureau
 - Formulation d'un stick inhaler "décongestion ORL"
 - Mise en situation : conseils comptoir pour rhume + toux grasse / toux sèche
- Irritations, petites lésions & inconforts liés au froid – 1 h
 - HE utiles : Ciste ladanifère, Hélichryse, Lavandes : fine et aspic, Géranium rosat (réparatrice), Niaouli
 - Macérats huileux adaptés : calendula, millepertuis (attention soleil)
 - Pont phytothérapie : aloé vera, beurre de karité
 - Formulation synergie « SOS PEAU HIVER » : "mains gercées / lèvres irritées"
 - Étude de cas : peau abîmée par froid + lavage fréquent
- Synthèse générale & gestion des conseils au comptoir – 45 min
 - Tableau récapitulatif : HE hivernales incontournables
 - Schéma décisionnel : prévention / ORL / lésions du froid
 - Simulation de 3 situations patient : Rhume + toux, Prévention pour enfant scolarisé, Crevasses hivernales
- Conclusion – 15 min
 - Questions / réponses
 - Évaluation à chaud
 - Remise des supports (fiches pratiques, synergies prêtes à l'emploi)

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Pharmacienne spécialisée en aromathérapie

Ressources pédagogiques et techniques

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation