

# Phytothérapie

## Approfondissement

**Durée :** 7h soit 1 jour

**Modalité :**

Présentiel ou Classe Virtuelle

**Public bénéficiaire :**

Pharmacien Assistant  
Préparateur en Pharmacie  
Conseiller de Vente en pharmacie

**Pré-requis :**

Être Pharmacien Assistant  
Être Préparateur en Pharmacie  
Être Conseiller de Vente en pharmacie

**Concepteur(s) de la formation :**

David Brousseau

**Éditeurs de la formation :**

David Brousseau  
Louis Derclé

**Objectif(s) :**

- ✓ Contribuer à une meilleure prise en charge des patients
- ✓ Maîtriser les fondements de la phytothérapie par les connaissances de la biochimie végétale
- ✓ Apprendre les différentes méthodes d'utilisation des plantes médicinales
- ✓ Acquérir une connaissance approfondie des plantes médicinales
- ✓ Comprendre les propriétés thérapeutiques spécifiques des plantes médicinales
- ✓ Assimiler les précautions de sécurité liées à l'utilisation des plantes médicinales
- ✓ Étudier les interactions médicamenteuses et les contre-indications des plantes médicinales

**Méthodes et moyens mobilisés :**

- Approche cognitive
- Méthodes affirmatives : cours magistraux
- Étude de cas comptoir, cas clinique (interactif)
- Simulations
- Fiche de synthèse avec les points clés à retenir

**Modalités d'évaluation :**

- Questionnaire pré-formation : recueil de connaissances
- Questionnaire post-formation
- Certification

**Coût :** selon barème de prise en charge de l'appel d'offre

**Délai d'accès :** Inscription selon le calendrier et minimum 15 jours avant le début de la formation et accessible aux personnes en situation de handicap. Nous contacter pour toutes demandes particulières.

## Modalités d'organisation

### **Distanciel**

Outil de visioconférence utilisé : Zoom

Connexion du formateur 15mn avant le début de la formation (soit 8h45)

1 personne en back up pour des éventuels problèmes informatiques des participants.

Présentation du formateur et incitation forte pour que la caméra soit active pendant la formation (déjà précisé dans les invitations et le rappel de la formation les jours précédents) et des participants

Explication en 5mn de l'utilisation de l'outil zoom pour interagir avec le formateur et les autres participants (pour questions, mises en situation, ...)

Déroulement :

- Nous commençons à 9h
- Pause de 15mn de 10h30 à 10h45
- Déjeuner : 12h30-13h30
- Pause de 15mn de 15h30 à 15h45
- Fin : 17h30

Pendant les pauses du matin et de l'après-midi, une animation musicale est mise en fonction par le formateur pendant 15mn et les caméras et le son sont coupés

### **Présentiel**

Nos formations ont lieu dans des hôtels types Mercure avec un accès rapide au lieu de formation, que ce soit en termes de transport en commun ou de parking si l'on vient en voiture.

Nous fournissons les crayons, feuilles de brouillons et support de formation

Déroulement :

Présentiel :

- 8h45 : Accueil des stagiaires avec café/thé/viennoiserie, ...
- 9h00 : Début de formation dans salle de séminaire
- 10h30-10h45 : Pause "café"
- 10h45 : Reprise de la formation
- 12h30-13h30 : Pause déjeuner au restaurant avec les participants
- 13h30 : Reprise de la formation
- 15h30-15h45 : Pause "café"
- 15h45 : Reprise de la formation
- 17h30 : Fin de la formation

## PLAN DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

### **Description de la formation :**

Toutes nos formations sont basées sur des études cliniques et scientifiques

### **Phytothérapie Session approfondissement (Propriétés, posologies et mises en garde pour chaque pathologie)**

- Les pathologies génito-urinaires
- Les plantes dans les pathologies génito-urinaires
- Le syndrome métabolique
- Les plantes hypoglycémiantes
- Les plantes hypolipémiantes
- Les plantes hypotensives
- Conseils hygiéno-diététiques

- Les troubles du sommeil et de l'anxiété
- Les plantes de l'anxiété
- Les plantes du sommeil
- Conseils hygiéno-diététiques
- Les plantes des infections virales

### Étape 1 : Recueil et analyse des pratiques professionnelles

Contenu	Support	Durée
20 questions : QCM, cas cliniques...Les résultats de l'examen sont fournis immédiatement sous la forme d'un pourcentage de réussite.	Pré-test	15 min

### Étape 2 : Enseignement des connaissances et des recommandations de bonnes pratiques

#### Découpage de la formation

---

#### 1 : Révision des plantes de J1 durée approx. 9h00-9h15

---

#### 2 : La phytothérapie dans les infections génito-urinaire

durée approx. 9h15-10h30

- A) Physiologie de l'appareil génito-urinaire
- B) Physiopathologie de l'appareil génito-urinaire
- C) Les plantes de l'appareil génito-urinaire (propriétés, posologies, précautions d'emploi)
  - a. Ortie Racine
  - b. Courge graine
  - c. Canneberge
  - d. Piloselle
  - e. Othosiphon
  - f. Bruyère
  - g. Busserole
  - h. Conseils hygiéno-diététiques
- D) Quiz interactif
- E) Cas de comptoir

---

#### 3 : La phytothérapie dans le syndrome métabolique

durée approx. 10h45-12h30

- A) Le syndrome métabolique
  - a. Hyperlipidémie
  - b. Hyperglycémie
  - c. Hypertension
- B) Les plantes du syndrome métabolique (propriétés, posologies, précautions d'emploi)
  - a. Les plantes majeures hypolipémiantes
    - i. L'ail
    - ii. Noyer

- iii. Levure de riz rouge
- b. Les plantes majeures hypoglycémiantes (propriétés, posologies, précautions d'emploi)
  - i. Gingembre
  - ii. Noyer
  - iii. Cannelle
- c. Les plantes hypotensives (propriétés, posologies, précautions d'emploi)
  - i. L'ail
  - ii. Olivier
  - iii. Aubépine
- d. Conseils hygiéno-diététiques

C) Quiz interactif

D) Cas de comptoir

#### **4 : La phytothérapie dans l'anxiété et les troubles du sommeil**

**durée approx. 13h30-15h30**

---

A) Les 3 phases de l'anxiété

B) Le cycle du sommeil

C) Les plantes de l'anxiété et du sommeil

- a. Aubépine
- b. Mélisse
- c. Passiflore
- d. Eschscholtzia
- e. Valériane
- f. Rappel des plantes adaptogènes et de la désadaptation au stress (corrélation directe entre ces plantes dans un sens ou dans l'autre)

D) Conseils hygiéno-diététiques

E) Quiz interactif

F) Cas de comptoir

#### **5 : La phytothérapie dans les infections virales**

**durée approx. 15h45-17h30**

---

A) Fonctions et réplication d'un virus

B) Les plantes dans les infections virales

- a. Echinacée
- b. Sureau (cyprès pour EPS)
- c. Pin sylvestre
- d. Plantin

C) Conseils hygiéno-diététiques

D) Quiz interactif

E) Cas de comptoir

**Durée** : En visioconférence 1 journée = 7 heures (ou 2 demi-journées)

En présentiel 1 journée = 7 heures

### Étape 3 : Analyse de l'impact de la formation sur les pratiques professionnelles

Contenu	Support	Durée
20 questions : QCM, cas cliniques ou cas comptoirs.  L'évaluation se fait à l'aide de questionnaires à choix simples ou multiples. Cet examen fait appel aux connaissances théoriques et pratiques acquises au cours de la formation. Les résultats de l'examen sont fournis immédiatement sous la forme d'un pourcentage de réussite.	Post-test	30 min

### Étape 4 : Questionnaire de satisfaction

Contenu	Support	Durée
20 questions	Questionnaire standard	10 min

### Étape 5 : Attestation de formation

Deux certificats sont délivrés à l'issue de la formation :

- La preuve de formation et de présence avec résultats détaillés des connaissances acquises.
- Une attestation nominative de réussite de la formation (sans les résultats) Un score de 80% est requis au post-test pour valider la formation.