



LA NATUROPATHIE : médecine de la santé

Par Gilles Parent, ND.A. et
Roseline Gagnon, M.Sc. Nutrition, ND.A.

PLAN DE LA PRÉSENTATION

- Introduction
- La démarche naturopathique
- Les outils naturopathiques
- Naturopathe vs naturopathérapeute
- Dans quelles circonstances consulter en naturopathie
- Statut actuel de la naturopathie
- Comment choisir son naturopathe
- Conclusion

INTRODUCTION

Historique

- La naturopathie tire ses origines de la tradition médicale de la Grèce antique.
- Ses fondements sont hérités du « serment d'Hippocrate » et du « cursus hippocratique », qui ont constitué la base de la médecine occidentale du Ve siècle av. J.-C. jusqu'au début du XXe siècle.

Origines de la terminologie

NATHROPATHIE = NATURE'S PATH proposé par Benedict Lust ((États-Unis)
« Le sentier, le chemin de la nature »

NATUROPATHIE = NATURA et PATHOS proposé par Pierre Valentin Marchesseau (France)
« Le mal étudié en fonction de la nature, laquelle fait ou défait la santé et tout l'être vivant, en fonction des éléments qui constituent le milieu »

Une définition

« La naturopathie est une philosophie, un art et une science de la santé visant le mieux-être global de la personne dans une vision bio-psycho-sociale à l'aide de moyens naturels et écologiques. »

*Définition adoptée en 1994
lors du 1er symposium québécois sur la naturopathie*

LA DÉMARCHE NATUROPATHIQUE

Étape 1 : La collecte de données – bilan de santé complet

- Motifs de la visite
- Hérité
- Historiques de vie et médical
- Bilan de symptômes
- Bilan alimentaire
- Bilan vital
- Iridologie
- Tests fonctionnels

Étape 2 : Recherche des causes

Identification des éléments initiateurs, promoteurs et déclencheurs de l'état de santé actuel.

Étape 3 : Déterminer les objectifs thérapeutiques

Pour contrer les causes associées aux désordres de santé et supporter les processus d'auto-régulation.

Étape 4 : Mise en place du protocole thérapeutique

Recommandations alimentaires, facteurs naturels de santé et produits de santé naturels.

Étape 5 : Suivis

- Révision des bilans.
- Mise à jour des recommandations.
- Supporter la personne

Objectifs thérapeutiques :

- Alimentation personnalisée à chaque individu;
- Amélioration des habitudes de vie;
- Drainage des surcharges toxiques qui entravent le fonctionnement du corps;
- Support aux fonctions physiologiques perturbées;
- Retour de l'homéostasie.

LES OUTILS NATUROPATHIQUES

- L'alimentation saine et 100% naturelle;
- Les facteurs naturels de santé : hydratation, activité physique, gestion du stress, qualité du sommeil, environnement, etc.
- Les produits de santé naturels :
 - Nutrithérapie : vitamines, minéraux, antioxydants, AGE;
 - Plantes médicinales et H.E.;
 - Pré et probiotiques;
 - Enzymes;
 - Etc.

NATUROPATHIE VS NATUROTHÉRAPIE

- ✚ Le naturopathe . . .
bénéficie d'une vision d'ensemble sur l'état de santé et bénéficie d'une démarche structurée et globale .
- ✚ Le naturothérapeute . . .
utilise une ou des techniques (s) naturelles (s) comme moyens thérapeutiques :
massothérapie, réflexologie, hydrothérapie, etc.

DANS QUELLES CIRCONSTANCES CONSULTER EN NATUROPATHIE?

1) *En prévention de la maladie*

Pour optimiser l'état de santé d'un individu en cours de périodes de la vie plus exigeantes :

- stress chronique,
- grossesse et allaitement,
- période des rhumes et des grippes,
- voyages exotiques,

2) *Pour une solution alternative au traitement de désordres de santé fonctionnels*

- Troubles digestifs et syndrome du colon irritable;
- hypercholestérolémie et hypertriglycéridémie;
- hypoglycémie, hyperglycémie et hypothyroïdie fonctionnelle;
- dermatite, acné;
- céphalée et migraine;
- fatigue chronique et fibromyalgie;
- SPM, ménopause, vaginite, andropause et HBP;
- anxiété, insomnie et hyperactivité;
- problèmes de poids;
- cystite interstitielle;
- etc.

3) *En présence de problèmes de santé chroniques et dégénératifs, en complémentarité avec la médecine allopathique*

- cancer;
- diabète;
- maladies cardio-vasculaires;
- maladies inflammatoires;
- maladies auto-immunes;
- etc.

STATUT ACTUEL DE LA NATUROPATHIE

Au Québec :

- Il n'y a pas de reconnaissance officielle, tout comme dans la plupart des pays francophones d'Europe.
- L'absence de reconnaissance de la profession fait en sorte que toute personne peut utiliser le titre « NATUROPATHE » ce qui laisse place à la présence de praticiens non qualifiés.

L'Association des naturopathes agréés du Québec (ANAQ) innove en créant le titre de naturopathe agréé **ND.A.**

CHOISIR SON NATUROPATHE AGRÉÉ

Le ND.A. se distingue par :

- Le titre réservé; **ND.A.**
- La formation; ce professionnel a obtenu son diplôme en naturopathie après avoir complété un minimum de 1400 heures (quatre années) d'études théoriques et pratiques dans une institution dont le contenu académique rejoint les exigences du programme-cadre de l'ANAQ.
- Le code de déontologie et les règlements;
- L'aide à la pratique professionnelle;
- La formation continue obligatoire.

Recourir aux services d'un est une garantie de services naturopathiques professionnels.
Pour obtenir les coordonnées des de votre région, consultez le site www.anag.ca

CONCLUSION

Au Québec, la naturopathie est devenue une approche thérapeutique alternative qui rejoint des milliers de personnes dans leur recherche d'un mieux-être.

*La naturopathie, médecine de la santé, n'est pas une médecine d'urgence.
Elle ne sauve pas des vies... Elle sauve des qualités de vie!*