pôle formation santé

Fiche programme

Prise en charge du sportif à l'officine



Financements ✔ FIF-PL ✔ Hors financement ✔ OPCO EP

Durée
7 heures

Modalité
Présentiel

Public & pré-requis

Pharmacien d'officine titulaire ou adjoint et préparateur en pharmacie
Pas de prérequis

En France, près de 95 % des adultes qui ont une pratique sportive, bien que bénéfique, sont victimes fréquemment de troubles musculo-squelettiques, digestifs et de fatigue, motifs courants de recours à l'officine.
L'Ordre national des pharmaciens souligne le rôle croissant de l'officine dans la prévention, le conseil et l'orientation des patients actifs. Les équipes officinales sont ainsi en première ligne pour sécuriser les pratiques, prévenir le mésusage des compléments en liens et accompagner la récupération. Cette formation s'inscrit pleinement dans les enjeux actuels de santé publique, de prévention et de conseil personnalisé auprès des sportifs au comptoir.

Les objectifs

-1.Adapter leur posture de conseil en distinguant le conseil rapide au comptoir de l'entretien officinal dédié au sportif.
-2.Identifier rapidement le profil et la situation du sportif (remise en mouvement, sportif régulier, objectif de performance, plainte aiguë ou récidivante).
-3.Construire un raisonnement officinal structuré pour comprendre une plainte ou une demande du sportif.
-4.Formuler des conseils nutritionnels et micronutritionnels prioritaires, adaptés au niveau de pratique et aux objectifs du patient.
-5.Utiliser une "boîte à outils" de compléments alimentaires de façon pertinente, sécurisée et non dopante.
-6.Prendre en charge les maux fréquents du sportif à l'officine (fatigue, courbatures, crampes, troubles digestifs, entorses simples, tendinites débutantes).
-7.Repérer les situations nécessitant une orientation médicale et sécuriser la délivrance officinale.
-8.Prévenir les récidives et accompagner le sportif dans la durée, en intégrant hydratation, récupération, intestin, sommeil et mode de vie.

pôle formation santé

Fiche programme

Les + du programme

-Formation pratique adaptée au terrain
-Formateur expert dans son domaine
-Travail de groupe sur des actions d'améliorations envisageables pour une prise en charge optimale
-Analyse de situations concrètes issues de la vie professionnelle

Les points clés du programme

-Cadre et rôle de l'officine
Place du pharmacien et de l'équipe officinale
Différence entre conseil au comptoir et accompagnement personnalisé
-Nutrition et micronutrition du sportif (socle pratique)
Hydratation
Adaptation alimentaire autour de l'effort
Micronutriments essentiels du sportif
Principes de complémentation raisonnée et sécurisée
-.Boîte à outils officinale
- Acides aminés et protéines d'intérêt à l'officine
Compléments utiles selon les objectifs
- Maux et traumatologie courante du sportif
- Courbatures, crampes, contractures
- Entorse et tendinite
Place de la nutrition, de la micronutrition et des soins associés
-Troubles digestifs et terrain du sportif
- Fragilité digestive liée à l'effort
- Microbiote, hydratation, récupération
Conseils pratiques et orientation si nécessaire
. Prévention, récupération et fidélisation
Inflammation, stress oxydant et fatigue chronique chez le sportif
Rôle du sommeil, de la récupération et du mode de vie
Positionnement de l'officine comme acteur de prévention et de suivi

Le formateur

Mme GARRIGUES Claire, Dr en Pharmacie, formateur spécialisé en alimentation, micronutrition et diététique, titulaire d'un diplôme de diététicienne nutritionniste, concepteur et formateur en formation professionnelle continue

Méthodes pédagogiques

Pour cette formation, nous vous proposons :
-D'identifier vos besoins de formation grâce au questionnaire sur la formation
-D'approfondir vos connaissances et de vous accompagner pour acquérir et développer des compétences à travers des activités individuelles sous forme d'apports vidéos-quiz-
-D'analyser vos pratiques professionnelles à travers des études de cas cliniques et de cas concrets issus de situations vécues minutés sollicitant les participants sur des réflexions individuelles.
-D'échanger entre vous et le formateur
-Des axes et des actions d'améliorations via des conseils et des fiches synthèses

Fiche programme

Méthode d'évaluation

Pré/post test : cette méthode d’évaluation et de mesure des acquis théoriques sera employée avant et après votre formation. La correction s’effectuera en fin de formation avec correction du formateur. Ce, afin que vous puissiez, par comparaison, constater votre progression au niveau des connaissances acquises.
Bilan de fin de formation : L’analyse de la synthèse de vos bilans, réalisée par le Pôle Formation Santé, permettra d’évaluer votre satisfaction et procéder aux réajustements nécessaires de la formation.

Contacts

Pôle Formation Santé
Siège social - Site GREENOPOLIS - 16 rue Berjon - 69009 LYON
Espace Coural - 13 rue de Nazareth 34090 MONTPELLIER
Site de Bordeaux - 33320 EYSINES
Site de Paris - 91280 SAINT-PIERRE-DU-PERRAY
Tél. : 07 84 57 75 61
E-mail : s.junqua@poleformation-sante.fr
www.poleformation-sante.fr