

# PROGRAMME DE LA FORMATION D'AROMATHERAPIE APPLIQUEE – 1<sup>er</sup> degré

## Certification d'aromathérapeute conseil

### I – Vidéo d'introduction

### II – Module 1 - Présentation générales des huiles essentielles (HE)

- ✓ Introduction
- ✓ Historique
- ✓ Qu'est-ce qu'une plante aromatique
- ✓ Qu'est-ce qu'une HE
- ✓ Mise en garde et l'effet contraire
- ✓ Extraction à froid des essences (agrumes)
- ✓ La distillation à la vapeur d'eau
- ✓ Extraction au CO<sub>2</sub> critique
- ✓ L'enfleurage
- ✓ La loi de similitude
- ✓ Les huiles essentielles et les couleurs
- ✓ Les HE, les chakras et les corps subtils
- ✓ Vibrations couleur des HE
- ✓ L'aromathérapie et la rhinencéphalothérapie ou olfactothérapie
- ✓ Propriétés communes à toutes les HE
- ✓ Comment utiliser les HE
- ✓ Les HE dans le végétal
- ✓ Les synergies pourquoi ?
- ✓ Les grands principes de l'aromathérapie

### III – Module 2

- ✓ Les constituants des HE
- ✓ Propriétés générales
- ✓ Propriétés thérapeutiques
- ✓ Activité des HE sur certains germes
- ✓ L'indice aromatique de Belaiche
- ✓ Les principales HE antibactériennes (30)
- ✓ Les principales HE antifongiques (36)
- ✓ Les principales HE anti-allergiques (7)
- ✓ Les principales HE antivirales (19)
- ✓ Les principales HE antiparasitaires (50)
- ✓ Les principales HE insectifuges et insecticides (6)
- ✓ Les principales HE digestives (37)
- ✓ Les principales HE anti-inflammatoires (53)
- ✓ Les principales HE cicatrisantes (25)
- ✓ Les principales HE spasmolytiques (53)
- ✓ Les principales HE anxiolytiques (31)
- ✓ Les principales HE antalgiques (35)
- ✓ Les principales HE immunostimulantes (12)

- ✓ Les principales HE hypotensives (23)
- ✓ Les principales HE lymphotoniques (23)
- ✓ Les principales HE hyperémiantes (6)
- ✓ Les principales HE circulatoires (23)
- ✓ Les principales HE mucolytiques et expectorantes (56)
- ✓ Les principales HE hormon-likees (30)

#### **IV – Module 3 – La toxicité des HE**

- ✓ La dermocausticité
- ✓ Les allergies cutanées
- ✓ La photosensibilisation
- ✓ L'hépatotoxicité
- ✓ La néphrotoxicité
- ✓ La carcinogénique
- ✓ La neurotoxicité et l'action abortive
- ✓ Les huiles essentielles et les femmes enceintes
  - ✓ - Les huiles interdites
  - ✓ - Les huiles autorisées à partir du 4<sup>ème</sup> mois
  - ✓ - Les huiles autorisées sur avis d'un spécialiste
- ✓ Les huiles essentielles et les bébés
  - ✓ - Les huiles essentielles autorisées à partir du 4<sup>ème</sup> mois
  - ✓ - Les huiles essentielles interdites chez le bébé
- ✓ Les huiles essentielles et les enfants
  - ✓ - Les huiles essentielles autorisées de trois à sept ans
  - ✓ - Les huiles essentielles interdites de trois à sept ans
- ✓ Les huiles essentielles et les pathologies hormonodépendantes
- ✓ Les huiles essentielles et les asthmatiques et épileptiques
- ✓ Comment utiliser les HE en toute sécurité

#### **V – Module 4 – Les voies d'administration et la chimie aromatique première partie**

- ✓ La voie cutanée
- ✓ La voie respiratoire ou aérienne
  - ✓ - Tout savoir sur la diffusion
  - ✓ - Quelques synergies à diffuser
- ✓ La voie interne
- ✓ En cuisine
- ✓ Accidents et solutions
- ✓ Les différents types de molécules aromatiques
  - ✓ - Les acides
  - ✓ - Les carbures
  - ✓ - Les alcools
  - ✓ - Les aldéhydes
  - ✓ - Les cétones
  - ✓ - Les coumarines
  - ✓ - Les diones

- ✓ - Les oxydes
- ✓ - Les esters
- ✓ - Les éthers
- ✓ - Les lactones
- ✓ - Les monoterpènes
- ✓ - Les monoterpénols
- ✓ - Les phénols
- ✓ - Les phtalides
- ✓ - Les sesquiterpènes
- ✓ - Les sesquiterpénols
- ✓ Lexique des propriétés

**VI – Module 5 – La chimie aromatique deuxième partie – Les molécules aromatiques dans les huiles essentielles**

- ✓ L'acétate de bornyle
- ✓ L'acétate de géranyle
- ✓ L'acétate de linalyle
- ✓ L'alpha pinène
- ✓ L'alpha terpinéol
- ✓ Le béta caryophyllène
- ✓ Le béta myrcène
- ✓ Le béta pinène
- ✓ Le camphène
- ✓ Le camphre
- ✓ Le carvacrol
- ✓ Le citronellol
- ✓ Le delta germacrène
- ✓ L'eucalyptol
- ✓ L'eugénol
- ✓ Le farnésol
- ✓ Le géraniol
- ✓ Le limonène
- ✓ Le linalol
- ✓ Le menthol
- ✓ Le méthyl chavicol
- ✓ Le paracymène
- ✓ Le sabinène
- ✓ Le terpinéol-4-ol
- ✓ Le thymol
- ✓ Huiles essentielles et chémotypes

**VII – Examen de fin de formation sur 100 points.**