

NATUROPATHE **AGRÉÉ** ? NATUROPATHE ? NATUROTHÉRAPEUTE ?

Nous entendons de plus en plus parler de naturopathie, mais savez-vous réellement qu'est-ce qu'un naturopathe ? En quoi consiste la formation d'un naturopathe? Qu'est-ce qui distingue un naturopathe **agrée** des autres titres ou appellations associées aux approches naturelles de santé ?

Comme nous célébrons cette semaine, la semaine nationale de la naturopathie, nous profitons de cette occasion, par le biais de cet article, pour vous informer sur la formation, le rôle et les compétences du naturopathe **agrée**. Par le fait même, vous serez en mesure de prendre conscience des différences notables qui existent sur les compétences et formations du naturopathe **agrée** vs un naturopathe NON agrée ou naturothérapeute.

La pratique naturopathique demande une base solide de connaissances. Très certainement un bon moyen pour acquérir ces connaissances est d'aller en classe. Pour se faire, au Québec, nous avons trois écoles sérieuses dans le domaine de la naturopathie : **l'École d'enseignement supérieur de naturopathie du Québec (EESNQ)**, **l'Institut de santé naturelle Fleury + Rodet (ISNFR)** et **l'Institut de recherches Robert en sciences naturopathiques (IRRSN)**.

Une personne portant le titre de naturopathe **agrée** doit avoir acquis des connaissances et une profonde compréhension des mécanismes qui régissent la santé humaine. Les cours de base portent sur l'anatomie, la physiopathologie, la biochimie, la microbiologie, la nutrition et la pharmacologie. D'autres cours couvrent diverses thématiques reliées à la santé : cuisine, activité physique, écologie, puériculture (soin des enfants), gérontologie (soin des aînés), relation d'aide, interactions produits naturels et médicaments, etc. Enfin, les cours portant sur les moyens de traitement utilisés en naturopathie comprennent la vitaminothérapie, la minéralothérapie, l'oligothérapie, l'herboristerie, l'aromathérapie, les complexes homéopathiques, la gemmo et l'organothérapie, l'approche orthomoléculaire et l'hydrothérapie. Toutes ces écoles offrent les cours sur les fondements de la naturopathie, la clinique et plusieurs stages sont intégrés au fil des années d'étude.

Un naturopathe **agrée** se distingue aussi par l'association professionnelle qu'il choisit. Chez nous, **l'Association des naturopathes agréés du Québec (ANAQ)** est l'une des plus reconnue et respectée. La mention du titre **ND.A.**, qui suit le nom de votre naturopathe, confirme qu'il a obtenu son diplôme en naturopathie après avoir complété un minimum de 1400 heures d'études théoriques et pratiques en sciences de la santé et en médecine naturopathique (quatre années excluant le tutorat), et ce dans une institution dont le contenu académique rejoint les exigences du programme-cadre de l'ANAQ.

Le naturopathe **agrée** :

- A obtenu une formation permettant de bien encadrer une consultation en clinique privée.
- Doit faire des heures de formation continue.
- Doit respecter un code de déontologie.
- A accès à des tests de laboratoire, par exemple : tests hormonaux, minéraux et métaux lourds, intolérances, etc.

Voyons maintenant en quoi consiste le travail du naturopathe **agr  ** et précisons tout d'abord qu'au regard de la médecine moderne, la naturopathie doit être considérée comme une approche thérapeutique complémentaire. On pourrait dire que si la médecine officielle s'emploie à sauver des vies, de son côté la naturopathie s'applique plutôt à sauver des «qualités de vie». Le naturopathe **agr  ** perçoit donc l'individu dans sa globalité et considère les symptômes de la maladie comme des signaux d'alarme d'un dysfonctionnement dont il faut identifier l'origine. Il s'en occupe, sans réprimer les réactions de défense ou d'autorégulation de l'organisme.

Un naturopathe **agr  ** possède les compétences pour intervenir à trois niveaux :

- 1) *En prévention de la maladie ;*
- 2) *En offrant une solution alternative au traitement de désordres de santé fonctionnels ;*
- 3) *En complémentarité avec la médecine allopathique en présence de problèmes de santé chroniques et dégénératifs.*

Insistons maintenant sur l'aspect **de prévention de la maladie**, car dans un système de santé comme le nôtre, la réaction face à un déséquilibre est souvent tardive. Or, il est essentiel que chacun assume la responsabilité de sa santé et demeure vigilant afin d'agir avant d'en arriver à un état pathologique. Le rôle principal du naturopathe consiste à éduquer les gens et à leur fournir l'information relative aux actions qui nuisent à leur état de santé que ce soit une alimentation inappropriée, une mauvaise gestion du stress ou un manque d'activité physique. Les naturopathes sont là pour vous aider à retrouver l'équilibre, mais il appartient à chacun de se prendre en charge. Les résultats que vous obtiendrez dépendent en grande partie de votre implication, laquelle peut avoir une influence déterminante sur votre qualité de vie.

La naturopathie est un art et une science visant à promouvoir un niveau de santé optimal par le recours à des moyens naturels et écologiques. En consultant un naturopathe **agr  **, vous êtes assuré d'être entre les mains d'une personne compétente avec une formation professionnelle solide. Deux questions à poser à votre naturopathe avant la rencontre :

- 1) De quelle   cole est-il formé ?
- 2) De quelle association fait-il partie ?

Référez-vous au site de l'**ANAQ** pour choisir dans votre région un naturopathe **agr  ** près de chez vous. Méfiez-vous des pseudos naturopathes et pseudos naturoth  rapeutes. Parce que le titre « naturopathe » ou « naturothérapeute » ne dit pas tout...

Cette chronique ne sert nullement à établir un diagnostic et ne remplace pas une intervention médicale de premiers soins.

Références : www.anaq.ca