
PROGRAMME DE FORMATION

Ménopause & périménopause au comptoir

POURQUOI CETTE FORMATION ?

Bouffées de chaleur, sommeil, fatigue, humeur, sécheresse intime, poids ou difficultés de concentration conduisent fréquemment les patientes à demander conseil à l'officine. La formation aide à mieux comprendre la transition ménopausique, structurer le questionnement et sécuriser les conseils proposés.

Formation de la collection « Santé de la femme au comptoir », centrée sur une pratique officinale simple, pertinente et sécurisée.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Distinguer périménopause et ménopause et connaître les manifestations fréquentes.
- Conduire une anamnèse courte et structurée au comptoir.
- Adapter les conseils d'hygiène de vie et d'accompagnement aux symptômes.
- Repérer les points de vigilance liés aux traitements, compléments et plantes.
- Identifier les situations nécessitant un avis médical ou une orientation.

EN UN COUP D'ŒIL

Durée	3 h 30 / 1 demi-journée	Format	Présentiel / Classe virtuelle
Modalité	Inter / Intra-officine	Prérequis	Aucun
Public	Pharmaciens d'officine	Effectif	6 à 12 participants

LE PROGRAMME

1. Comprendre la transition ménopausique

- Périménopause, ménopause et modifications hormonales : repères utiles.
- Manifestations fréquentes et impact possible sur la qualité de vie.

2. Questionner sans surmédicaliser

- Motif principal, ancienneté, retentissement, cycle, traitements, compléments et suivi médical.
- Repérer ce qui relève du conseil officinal et ce qui nécessite une évaluation médicale.

3. Accompagner au quotidien

- Alimentation, activité physique, sommeil et gestion du stress.
- Conseils symptomatiques et adaptation aux besoins de la patiente.

4. Sécuriser & orienter

- Traitements hormonaux, compléments, plantes, interactions et contre-indications : points de vigilance.
- Cas pratiques : construire un conseil clair et savoir passer le relais.

MOYENS & MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Cas pratiques et mises en situation.
- Questionnement réflexe au comptoir.
- Analyse de situations et produits.
- Fiches outils sur l'hygiène de vie et le conseil sécurisé.

PROFIL DE LA FORMATRICE

Carla Delpéch, pharmacienne d'officine et docteure en pharmacie, titulaire d'un DESU Micronutrition : micronutriments, compléments alimentaires et substituts nutritionnels à l'officine. Son parcours associe dispensation et suivi thérapeutique, conseil pharmaceutique, micronutrition, nutrition, phytothérapie, gestion des interactions médicamenteuses et expérience en pharmacie à usage intérieur. Sa thèse porte sur les interactions entre phytothérapie et chimiothérapie orale.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Positionnement initial.
- Mises en situation avec feedback.
- Évaluation des acquis par cas pratique/QCM.
- Questionnaire de satisfaction et certificat de réalisation.

MOYENS TECHNIQUES

Support de formation / Fiches « Ménopause : alimentation & hygiène de vie » et « Ménopause & périménopause au comptoir » / Cas cliniques.

RÉFÉRENCES & RESSOURCES PRINCIPALES

Ressources professionnelles actualisées relatives à la ménopause, aux traitements hormonaux, aux compléments alimentaires et au conseil officinal / RCP/notices et recommandations institutionnelles selon les situations abordées.

TARIF / FINANCEMENT / DÉLAI D'ACCÈS / ACCESSIBILITÉ

- Tarif : sur devis.
- Financement : OPCO EP / FIF PL
- Délai d'accès : selon programmation, disponibilités et modalités contractuelles.
- Accessibilité : les modalités peuvent être adaptées en fonction des besoins des participants. Nous contacter en amont afin d'étudier les aménagements possibles.

CONTACT & INSCRIPTION

Mail : contact@lesformatricesdusud.fr

Tel : 06 48 34 17 62

Cette formation peut être suivie seule ou intégrée au parcours « Santé de la femme au comptoir ».

Réf. document	Date de création	Date de mise à jour	Validé par
IND01-PROG-PHARM-MENO	30/09/2026	30/09/2026	Direction LFDS