



Agence des
Médecines Complémentaires
et Alternatives

Fiche verte : MCA ACCEPTÉE

Pratiques détenant un cadre réglementaire ou de formation et qui sont largement intégrées dans les centres de soins. Elles sont généralement proposées par des praticiens dont la formation est reconnue et ne comportent pas de risques ou de dérives.

Cette fiche d'information n'a pas de visée thérapeutique. Les MCA s'inscrivent dans le champ du bien-être et ne peuvent pas guérir. Tout praticien est tenu de vous orienter vers un médecin lorsque les symptômes nécessitent un diagnostic ou lorsque le motif de consultation dépasse son champ de compétences. Quelle que soit la pratique, il est recommandé de rester vigilant devant tout comportement ou discours inadapté.

1

DEFINITION : Qu'est-ce que cette pratique ?

La réflexologie est une pratique manuelle qui repose sur le postulat que chaque organe, chaque partie du corps ou fonction physiologique correspond à une zone ou un point précis qui se reflète sur les pieds, les mains, le visage ou les oreilles. Conformément à la loi, la réflexologie est une technique de bien-être par la relaxation physique et la détente libératrice de stress et ne peut être assimilée à des soins médicaux ou de kinésithérapie. Cf. loi du 30/04/1946, décret 60669 de l'article L.489 et de l'arrêté du 08/10/1996.

3

RISQUES : Quels sont ses risques et/ou ses dérives ?

Sans risque pour la santé, la réflexologie reste contre-indiquée dans le cas de phlébite et/ou de thrombose et des précautions sont à prendre en cas de grossesse, cancer, maladies dégénératives ou chroniques. L'action rééquilibrante de la séance peut entraîner des phénomènes de restructurations transitoires (courbatures, fatigue, etc.) qui retardent l'effet bénéfique. Mais, les risques sont essentiellement liés au manque d'encadrement : l'insuffisance de formation implique un manque de connaissance, de maîtrise de la technique, une posture professionnelle inadaptée voire non-déontologique.

2

FORMATION : Quels praticiens la dispensent ?

Il n'existe pas de diplôme d'État de réflexologue mais un titre professionnel enregistré depuis 2015 au Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP), octroyé par des centres référencés. Le certificat de réflexologue enregistré au RNCP se prépare en 10 à 15 mois. Les praticiens issus de centres non référencés peuvent obtenir le titre par voie de Validation des acquis de l'expérience (VAE) auprès des centres référencés au RNCP. Ce métier n'étant pas réglementé, son exercice demeure libre (accessible sans certification particulière).

POUR ALLER PLUS LOIN...

L'enjeu de la certification : garantir une qualification de qualité en termes de connaissances, de savoir-être et de savoir-faire. Les écoles référencées sont le gage d'une formation solide mais sont peu nombreuses par rapport aux formations non reconnues (de quelques heures ou de 2 à 3 jours). La formation de réflexologue est un enjeu contemporain car il permet de garantir sécurité et professionnalisme pour lutter contre toutes dérives et amateurismes possibles.

Liens utiles :

[France Compétences](#) - Répertoire Nationale des Certifications Professionnelles (RNCP)
L'Office national d'information sur les enseignements et les professions ([ONISEP](#)).
Annuaire des réflexologues [RNCP](#)
[Mutuelles et remboursement de la réflexologie](#)



Agence des
Médecines Complémentaires
 et **Alternatives**

Fiche verte : MCA ACCEPTÉE

Pratiques détenant un cadre réglementaire ou de formation et qui sont largement intégrées dans les centres de soins. Elles sont généralement proposées par des praticiens dont la formation est reconnue et ne comportent pas de risques ou de dérives.

Cette fiche d'information n'a pas de visée thérapeutique. Les MCA s'inscrivent dans le champ du bien-être et ne peuvent pas guérir. Tout praticien est tenu de vous orienter vers un médecin lorsque les symptômes nécessitent un diagnostic ou lorsque le motif de consultation dépasse son champ de compétences. Quelle que soit la pratique, il est recommandé de rester vigilant devant tout comportement ou discours inadapté.

1

DEFINITION : Qu'est-ce qu'est cette pratique ?

L'acupuncture est une pratique réglementée par la loi. Elle est issue de la médecine traditionnelle chinoise et consiste en la stimulation de points précis du corps. Ils sont stimulés en utilisant des aiguilles qui sont parfois associées à une stimulation thermique (moxibustion) ou un moyen de pression (mécanique, électrique, laser).

Chaque point se caractérise par son nom, sa localisation sur un des méridiens dont chacun est relié à un organe et à des attributs énergétiques. Interrogatoire, observation, examen du pouls et de la langue sont nécessaires pour établir un « diagnostic énergétique » personnalisé.

3

RISQUES : Quels sont ses risques et/ou ses dérives ?

Les effets indésirables sont transitoires et bénins : sensation ressentie comme parfois douloureuse et passagère à l'insertion de l'aiguille, fatigue, exacerbation des symptômes ayant motivé la consultation pendant 24 à 48H après la séance.

Les effets indésirables graves tels que le pneumothorax sont rares et limités dans le cadre d'un exercice pratiqué par des membres de professions médicales formés avec utilisation d'aiguilles stériles à usage unique.

2

FORMATION : Quels praticiens la dispensent ?

En France, seules les professions médicales (médecins, sages-femmes et dentistes) peuvent légalement pratiquer l'acupuncture pour les actes en lien avec leur domaine de compétence.

L'acupuncture est enseignée dans les facultés de médecine dans le cadre d'un diplôme d'état pour les médecins (Capacité médicale d'acupuncture) et d'un diplôme inter universitaire pour les sages-femmes. Les personnes pratiquant l'acupuncture n'appartenant pas au corps médical peuvent être poursuivies pour exercice illégal de la médecine.

POUR ALLER PLUS LOIN...

La consultation d'acupuncture peut dans certains cas être prise en charge par l'assurance maladie.

Elle un soin complémentaire à la médecine cet ne doit en aucun cas être considérée comme un traitement curatif a fortiori pour les pathologies graves telles que le cancer.

Lire le référentiel de l'[Afsos](#).

Dans certains établissements de santé, des consultations sont prises en charge dans le cadre des soins oncologiques de support.

Des séances peuvent être réalisées sans aiguille (ex. laser) notamment en pédiatrie.



Agence des
Médecines Complémentaires
et Alternatives

Fiche verte : MCA ACCEPTÉE

Pratiques détenant un cadre réglementaire ou de formation et qui sont largement intégrées dans les centres de soins. Elles sont généralement proposées par des praticiens dont la formation est reconnue et ne comportent pas de risques ou de dérives.

Cette fiche d'information n'a pas de visée thérapeutique. Les MCA s'inscrivent dans le champ du bien-être et ne peuvent pas guérir. Tout praticien est tenu de vous orienter vers un médecin lorsque les symptômes nécessitent un diagnostic ou lorsque le motif de consultation dépasse son champ de compétences. Quelle que soit la pratique, il est recommandé de rester vigilant devant tout comportement ou discours inadapté.

1 DEFINITION : Qu'est-ce qu'est cette pratique ?

L'art-thérapie est un accompagnement par la création artistique. Dans une attitude active, la personne cherche à transposer ses idées, traduire un ressenti à travers la création d'une œuvre. Le support artistique se trouve chargé indirectement de ce qui la préoccupe. En se confrontant aux difficultés techniques, la personne mobilise ses ressources, soutenue par l'artiste. L'art-thérapie est un outil qui peut permettre de mobiliser une situation qui semble figée.

3 RISQUES : Quels sont ses risques et/ou ses dérives ?

L'art-thérapie ne présente aucun risque pour la santé. Néanmoins, une formation insuffisante, une posture professionnelle inadaptée voire non-déontologique peuvent en constituer. Il convient donc de rester vigilant et de se renseigner sur la formation du praticien en cas de doute.

2 FORMATION : Quels praticiens la dispensent ?

Il existe des certifications inscrites au Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP) et des Diplômes Universitaires (DU). Les praticiens diplômés ont une expérience conséquente d'un art quel qu'il soit et de l'accompagnement relationnel. Il s'agit d'artistes qui ont suivi une formation ou des professionnels du soin et il leur est recommandé d'effectuer un travail sur eux-mêmes. Le sérieux de leur formation est primordial. Des écoles proposent des formations solides (entre 900h et 1550) de 2 à 4 ans avec stages, ateliers, supervisions, et apports fondamentaux : théorie de l'art-thérapie, psychopathologie...

POUR ALLER PLUS LOIN...

- L'art thérapie se développe dans les établissements de santé.
- L'OMS a publié en 2029, un rapport sur l'art thérapie qui explore les liens entre les arts et la santé physique et mentale. Lire la [synthèse](#).



A-MCA
Agence des
Médecines Complémentaires
et **Alternatives**

Fiche verte : MCA ACCEPTÉE

Pratiques détenant un cadre réglementaire ou de formation et qui sont largement intégrées dans les centres de soins. Elles sont généralement proposées par des praticiens dont la formation est reconnue et ne comportent pas de risques ou de dérives.

Cette fiche d'information n'a pas de visée thérapeutique. Les MCA s'inscrivent dans le champ du bien-être et ne peuvent pas guérir. Tout praticien est tenu de vous orienter vers un médecin lorsque les symptômes nécessitent un diagnostic ou lorsque le motif de consultation dépasse son champ de compétences. Quelle que soit la pratique, il est recommandé de rester vigilant devant tout comportement ou discours inadapté.

1

DEFINITION : Qu'est-ce qu'est cette pratique ?

L'homéopathie est une pratique réglementée par la loi. Elle se base sur un entretien et un examen clinique pour prescrire un ou des médicaments homéopathiques faits à base de souches diluées et dynamisées, dans le but d'entraîner une réaction de l'organisme. Cette thérapeutique globale, considérant qu'une maladie ou un symptôme est le reflet d'une rupture d'équilibre de l'organisme psychique et physique, est individualisée, chaque personne réagissant à des médicaments différents en fonction de ses propres symptômes.

3

RISQUES : Quels sont ses risques et/ou ses dérives ?

Aucune interaction médicamenteuse n'est décrite avec l'homéopathie. Aucun effet secondaire grave n'a été rapporté. Les limites reposent sur la bonne indication de la prescription. L'automédication peut être dangereuse sans diagnostic ou s'il est erroné. Aussi, le recours à un professionnel médical est-il recommandé pour tout symptôme persistant, afin de juger de la pertinence de la prescription de l'homéopathie.

2

FORMATION : Quels praticiens la dispensent ?

Tous les médecins sont habilités à prescrire de l'homéopathie. Toutefois, certains professionnels médicaux ont suivi une formation supplémentaire validée par un diplôme universitaire ou délivré par des écoles privées. Pour trouver un professionnel qualifié, il convient donc de consulter des professionnels de santé, médecins, sages-femmes qui peuvent prescrire le médicament homéopathique ou de prendre un avis auprès des pharmaciens d'officine.

Attention néanmoins aux conseillers en homéopathie qui ont une formation non reconnue et ne sont pas habilités à prescrire.

POUR ALLER PLUS LOIN...

COÛTS ET ACCÈS À MOINDRE COÛT

La consultation médicale est remboursée si le praticien est conventionné mais plus le médicament depuis janvier 2021. De nombreuses mutuelles prennent en charge les médicaments homéopathiques sur présentation d'une ordonnance.

RÉGLEMENTATION DU MÉDICAMENT HOMEOPATHIQUE

Il est inscrit à la pharmacopée française depuis 1965 et européenne depuis 1995.

Il répond à un Enregistrement Homéopathique pour les médicaments sans indication thérapeutique ou à une Autorisation de Mise sur le Marché pour les médicaments avec indication thérapeutique. (Cf. article L.5121-1 11° du Code de la Santé Publique).



Agence des
Médecines Complémentaires
et Alternatives

Fiche verte : MCA ACCEPTÉE

Pratiques détenant un cadre réglementaire ou de formation et qui sont largement intégrées dans les centres de soins. Elles sont généralement proposées par des praticiens dont la formation est reconnue et ne comportent pas de risques ou de dérives.

Cette fiche d'information n'a pas de visée thérapeutique. Les MCA s'inscrivent dans le champ du bien-être et ne peuvent pas guérir. Tout praticien est tenu de vous orienter vers un médecin lorsque les symptômes nécessitent un diagnostic ou lorsque le motif de consultation dépasse son champ de compétences. Quelle que soit la pratique, il est recommandé de rester vigilant devant tout comportement ou discours inadapté.

1 DEFINITION : Qu'est-ce qu'est cette pratique ?

Cette pratique fait appel à l'expression artistique pour créer un espace d'échange en favorisant des interactions au sein d'un groupe déjà existant, en crise, ou à constituer.

A travers des objectifs individuels et collectifs, la médiation artistique peut explorer les relations interpersonnelles, intergénérationnelles, interethniques et sociales au travers des expériences communes. Différentes techniques artistiques peuvent être utilisées pour permettre une exploration et la créativité.

3 RISQUES : Quels sont ses risques et/ou ses dérives ?

Le risque est à une activité de distraction pure, ou à prendre les productions comme prétexte à interprétation sur le modèle « psychanalytique ». Les médiateurs artistiques doivent être neutres, indépendants, impartiaux, sans parti pris et loyaux.

2 FORMATION : Quels praticiens la dispensent ?

Il existe des certifications inscrites au Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP). Les praticiens connaissent l'art qu'ils proposent et la spécificité pour le médiateur suppose des compétences en conditions de création et de dynamique groupales. Ils sont formés aux approches sociologiques, anthropologiques et interculturelles et plus largement, aux sciences humaines et sociales. La formation doit contenir un nombre important d'heures sur au moins 18 mois.

POUR ALLER PLUS LOIN...

Il existe une charte de l'Association nationale des médiateurs constituant le socle de référence éthique de la pratique de la médiation en France. Elle fixe un ensemble de règles et d'obligations concernant la pratique de la médiation et les relations qu'elle implique (entre professionnels, entre professionnels et personnes sollicitant leurs services, entre professionnels et institutions).

Lire la [charte](#).



Agence des
Médecines Complémentaires
et Alternatives

Fiche verte : MCA ACCEPTÉE

Pratiques détenant un cadre réglementaire ou de formation et qui sont largement intégrées dans les centres de soins. Elles sont généralement proposées par des praticiens dont la formation est reconnue et ne comportent pas de risques ou de dérives.

Cette fiche d'information n'a pas de visée thérapeutique. Les MCA s'inscrivent dans le champ du bien-être et ne peuvent pas guérir. Tout praticien est tenu de vous orienter vers un médecin lorsque les symptômes nécessitent un diagnostic ou lorsque le motif de consultation dépasse son champ de compétences. Quelle que soit la pratique, il est recommandé de rester vigilant devant tout comportement ou discours inadapté.

1

DEFINITION : Qu'est-ce qu'est cette pratique ?

La méditation pleine présence (ou pleine conscience, *mindfulness*) est un état de conscience spécifique connu dans des différents courants de méditation bouddhiste.

Il s'agit, ici, d'une pratique laïque de l'attention – un entraînement attentionnel – qui consiste à s'efforcer d'être pleinement présent à ce qui se passe ici et maintenant. Autrement dit, ce que l'on perçoit autour de soi à travers les cinq sens, mais aussi à ce qui se passe en soi (pensées, émotions et sensations corporelles). Elle se pratique en groupe et/ou individuellement.

3

RISQUES : Quels sont ses risques et/ou ses dérives ?

La méditation n'est pas indiquée pour soigner d'emblée les états pathologiques aigus : dépressions en phase aiguë, troubles bipolaires non stabilisés, troubles psychotiques.

Délivrée dans des conditions inadéquates, elle peut engendrer la survenue de difficultés émotionnelles majeures, chez des personnes présentant une vulnérabilité psychologique (attaques de panique, une décompensation de l'humeur).

Il est donc important de faire appel à un professionnel du soin formé à la méditation lorsque l'utilisateur se trouve en position de fragilité (émotionnelle, psychologique...).

2

FORMATION : Quels praticiens la dispensent ?

Il existe des diplômes Universitaires plutôt dédiés aux professionnels du soin et de la santé. Des programmes de formations privés existent sans être reconnus sur un plan réglementaire. Utilisée dans un contexte de soins, la méditation est dispensée (à défaut encadrée) par des professionnels de santé spécialisés dans leur domaine et formés à cette approche, dans les limites de leur champ d'expertise. Tous les professionnels de santé peuvent s'y former mais à des fins psychothérapeutiques, elle sera délivrée par des psychiatres ou des psychologues.

Enfin, les praticiens, non professionnels du soin, interviennent plutôt dans le champ de la prévention et du bien-être.

POUR ALLER PLUS LOIN...

La méditation est le plus souvent dispensée en groupes, selon des programmes qui se déroulent sur deux mois, MBSR et MBCT étant les plus connus et les mieux validés.

Ce format n'est toutefois pas le seul envisageable. Des interventions plus courtes et très ciblées peuvent être proposées, en individuel comme en groupe.

Le site de l'Institut de Formation aux Thérapies basées sur la Mindfulness (IFTBM) propose des informations, des documents et des exercices audio téléchargeables gratuitement. Les formateurs y sont tous psychiatres – psychothérapeutes formés à ces pratiques.

Lien du site : www.mindful-france.org



Agence des
Médecines Complémentaires
et Alternatives

Fiche verte : MCA ACCEPTÉE

Pratiques détenant un cadre réglementaire ou de formation et qui sont largement intégrées dans les centres de soins. Elles sont généralement proposées par des praticiens dont la formation est reconnue et ne comportent pas de risques ou de dérives.

Cette fiche d'information n'a pas de visée thérapeutique. Les MCA s'inscrivent dans le champ du bien-être et ne peuvent pas guérir. Tout praticien est tenu de vous orienter vers un médecin lorsque les symptômes nécessitent un diagnostic ou lorsque le motif de consultation dépasse son champ de compétences. Quelle que soit la pratique, il est recommandé de rester vigilant devant tout comportement ou discours inadapté.

1 DEFINITION : Qu'est-ce qu'est cette pratique ?

La musicothérapie est une pratique d'accompagnement ou de rééducation utilisant son et musique comme outil au service des personnes et de leur mieux-être. Elle s'adresse généralement à des personnes fragiles présentant par exemple des difficultés liées à un trouble psychique, sensoriel, physique, neurologique, psychosocial ou développemental. Le travail s'appuie sur des protocoles, un cadre thérapeutique et peut s'axer sur les fonctions cognitives, motrices, sensorielles, communicationnelles, relationnelles ou dans la gestion de la douleur.

3 RISQUES : Quels sont ses risques et/ou ses dérives ?

À ce jour, il n'existe pas encore de protection du titre et de régulation de l'exercice. Un individu peu ou pas formé usant du titre de musicothérapeute n'aura pas les outils théoriques et pratiques nécessaires pour prendre en soin des patients de façon adaptée. L'exercice de la musicothérapie par ces personnes constitue le risque principal de dérive.

2 FORMATION : Quels praticiens la dispensent ?

Il existe des diplômes Universitaires dédiés aux professionnels de la santé, de la filière éducative ou artistique et de l'enseignement musical. Si la durée et le format de ces diplômes sont variables selon l'université, les formations longues assurent au musicothérapeute un savoir théorique, pratique et clinique solide de connaissances en psychologie, neuropsychologie, psychiatrie, psychopathologie, neurophysiologie de la musique ainsi que des techniques de musicothérapie. Le travail s'inscrit dans la pluriprofessionnalité, et respecte les règles éthiques et le code de déontologie.

POUR ALLER PLUS LOIN...

La musicothérapie se base sur les effets de la musique sur le cerveau et les affects. Elle les met en œuvre dans une optique de compensation/amélioration fonctionnelle de l'individu et d'un soutien psychologique. Il existe des formations longues en musicothérapie, universitaires ou privées, qui garantissent le savoir théorique et pratique du praticien. Certaines mutuelles remboursent les prestations de musicothérapeutes.



Agence des
Médecines Complémentaires
et Alternatives

Fiche verte : MCA ACCEPTÉE

Pratiques détenant un cadre réglementaire ou de formation et qui sont largement intégrées dans les centres de soins. Elles sont généralement proposées par des praticiens dont la formation est reconnue et ne comportent pas de risques ou de dérives.

Cette fiche d'information n'a pas de visée thérapeutique. Les MCA s'inscrivent dans le champ du bien-être et ne peuvent pas guérir. Tout praticien est tenu de vous orienter vers un médecin lorsque les symptômes nécessitent un diagnostic ou lorsque le motif de consultation dépasse son champ de compétences. Quelle que soit la pratique, il est recommandé de rester vigilant devant tout comportement ou discours inadapté.

1

DEFINITION : Qu'est-ce qu'est cette pratique ?

Le Qi Gong, littéralement travail de l'Énergie - du Souffle -, est une pratique psychocorporelle qui fait partie de la Médecine Traditionnelle Chinoise. Les mouvements, lents, mobilisent simultanément la pensée, le corps et le souffle. Leur ajustement à travers des postures statiques a pour but d'atteindre un état d'unité. Ainsi, le Qi Gong a des effets apaisants sur l'esprit, relaxants sur le corps et revitalisants sur le souffle, qui contribuent au maintien d'une bonne santé. Il peut être pratiqué seul ou en groupe.

2

FORMATION : Quels praticiens la dispensent ?

Les professionnels de santé qui souhaitent le proposer en complément d'une prise en charge conventionnelle, peuvent obtenir le Diplôme Universitaire Pratiques corps-esprits en médecine traditionnelle chinoise (DUPRAC) de la faculté de médecine Sorbonne Université.

L'enseignement du Qi Gong non médical est également organisé au niveau national. Le Ministère des Sports propose plusieurs diplômes ou certificats (sports.gouv.fr).

Il existe également un diplôme Fédéral d'enseignant de Qi Gong et Arts Énergétiques délivré par la Fédération des Enseignants de Qi Gong, Art Énergétique (FEQGAE).

3

RISQUES : Quels sont ses risques et/ou ses dérives ?

Sur le plan médical, le Qi Gong est une pratique sûre qui ne fait pas courir de risque sur le plan physique. Les dérives sont généralement liées :

- à l'absence de formation des «enseignant-praticiens»,
- au fait que certains patients peuvent être détournés des soins conventionnels dont ils ont besoin.

POUR ALLER PLUS LOIN...

Le Qi Gong peut être utilisé :

- en prévention : la pratique quotidienne entretient la vie en bonne santé.
- en cas de maladie chronique, en complément des traitements médicaux, elle permet selon les cas de retrouver un équilibre postural, de soulager la douleur physique, de diminuer la sensation de fatigue, de diminuer les manifestations anxieuses, de retrouver une forme d'entrain. Il convient dans ce cas d'être accompagné par des professionnels de santé formés au Qi Gong.



Agence des
Médecines Complémentaires
 et **Alternatives**

Fiche verte : MCA ACCEPTÉE

Pratiques détenant un cadre réglementaire ou de formation et qui sont largement intégrées dans les centres de soins. Elles sont généralement proposées par des praticiens dont la formation est reconnue et ne comportent pas de risques ou de dérives.

Cette fiche d'information n'a pas de visée thérapeutique. Les MCA s'inscrivent dans le champ du bien-être et ne peuvent pas guérir. Tout praticien est tenu de vous orienter vers un médecin lorsque les symptômes nécessitent un diagnostic ou lorsque le motif de consultation dépasse son champ de compétences. Quelle que soit la pratique, il est recommandé de rester vigilant devant tout comportement ou discours inadapté.

1 DEFINITION : Qu'est-ce qu'est cette pratique ?

La sophrologie utilise un ensemble de techniques psychocorporelles statiques et dynamiques. Elle vise une recherche de mieux-être au quotidien afin d'optimiser ses capacités et de développer une culture de santé préventive et curative. En activant la conscience du corps et l'écoute de ses ressentis, la respiration, la relaxation et la visualisation participent à l'équilibre et à l'apaisement des tensions musculaires, psychiques et émotionnelles. En pratiquant régulièrement, le bénéficiaire peut devenir autonome dans sa pratique et acteur de son équilibre global.

3 RISQUES : Quels sont ses risques et/ou ses dérives ?

La sophrologie reste une profession non réglementée. La diversité des formations peut conduire à un manque de compétences nécessaires, notamment dans le cadre de l'accompagnement de personnes fragiles. L'absence d'écoute empathique, d'analyse de pratique régulière et de supervision professionnelle peuvent entraîner un non-respect de la personne et de son environnement de soin.

2 FORMATION : Quels praticiens la dispensent ?

Le titre est délivré par des organismes de formation privés. Il existe des certifications inscrites au Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP) et des Diplômes Universitaires (DU). Ces formations incluent des apports nécessaires sur la psychopathologie, l'écoute active et la relation d'aide pour garantir qualité et sécurité des interventions. Toutefois, de nombreuses formations non reconnues conduisent à la disparité des qualifications. Il est donc recommandé de s'adresser à un praticien diplômé qui actualise ses compétences par de la supervision et de la formation continue.

POUR ALLER PLUS LOIN...

En complément des soins médicaux, elle favorise l'acceptation des traitements standards pour lesquels les patients hésitent parfois à s'engager en raison de leurs effets secondaires. En outre, la sophrologie s'inscrit dans une dynamique de collaboration avec la démarche médicale initiée. Par ailleurs, sur indication médicale, elle peut accompagner un sevrage médicamenteux et renforcer ainsi les actions thérapeutiques.