

LA MÉTHODE IFFCN EN 8 ÉTAPES

Le raisonnement commun à tous les protocoles

Tous ces protocoles reposent finalement sur le même raisonnement.

1 OBSERVER

Avant de conseiller, regarder. **Que se passe-t-il réellement ?**

2 COMPRENDRE

Ne pas seulement chercher « Qu'est-ce qui soulage ? » mais « **Qu'est-ce qui pourrait entretenir la situation ?** »

3 ÉTUDIER LE TERRAIN

Observer : alimentation, digestion, sommeil, activité, stress, récupération, habitudes, environnement. Et, dans l'approche traditionnelle : tempérament, nature humorale, saison, habitudes dominantes.

4 SÉPARER LES GRILLES

La physiologie moderne apporte une grille. Les enseignements traditionnels en apportent une autre. L'une ne doit pas être artificiellement transformée en preuve scientifique de l'autre. **On peut transmettre une tradition sans la déguiser en science.**

5 IDENTIFIER LES FACTEURS MODIFIABLES

Qu'est-ce que la personne peut réellement changer ?

6 CORRIGER LES FONDAMENTAUX

Avant de multiplier les produits : **alimentation — sommeil — activité — stress — récupération — rythme de vie.**

7 OBSERVER LA RÉPONSE

Modifier. Observer. Comparer. Réajuster.

8 SAVOIR ORIENTER

Le naturopathe accompagne l'hygiène de vie. Lorsqu'un signe évoque une maladie, lorsqu'un symptôme persiste ou lorsqu'un bilan médical est nécessaire : **on oriente.**

Un protocole ne remplace pas le raisonnement

Deux personnes peuvent présenter le même symptôme et pourtant avoir :

- deux rythmes de vie différents ;
- deux alimentations différentes ;
- deux niveaux de stress différents ;
- deux terrains différents ;
- deux antécédents différents.

C'est pourquoi apprendre une liste de remèdes ne suffit pas.

Le véritable apprentissage consiste à savoir observer, questionner et raisonner.

Un protocole général permet de commencer. Une formation permet d'aller beaucoup plus loin :

Apprendre non seulement quoi conseiller, mais pourquoi, à qui, quand et dans quelles limites.

Merouane, formateur IFFCN

Vous voulez comprendre le raisonnement derrière ce protocole ?

Ce document est un exemple général. Il vous montre *quoi* observer. La formation de naturopathie IFFCN vous apprend le *pourquoi* : lire un terrain, une nature humorale, savoir à qui conseiller quoi, quand, et dans quelles limites. C'est là que tout prend sens.

Réserver un rendez-vous découverte de la formation

<https://go.iffcn-learning.com/widget/bookings/iffcn-decouverte>

Ces conseils sont des recommandations générales d'hygiène de vie et de bien-être. Ils ne permettent pas de diagnostiquer ou traiter une maladie et ne remplacent pas un suivi médical.

© IFFCN 2026 — Tous droits réservés. Toute modification ou commercialisation de ce document est interdite.