



CRISTINA CHELI

NATUROPATA – PERMACULTURE DESIGNER

ATTIVITÀ PROFESSIONALE AI SENSI DELLA LEGGE 14.01.2013 N.4
P.I. 01298840073

PROGRAMMA DIDATTICO

Corso base di fitoterapia di 32 ore

Modulo 1 – Fondamenti di fitoterapia e quadro generale

4 ore

- storia e definizione di fitoterapia
- differenza tra fitoterapia, erboristeria, integrazione, aromaterapia e naturopatia
- pianta officinale, droga vegetale, principio attivo, fitocomplesso
- limiti professionali e corretto linguaggio verso il pubblico

Modulo 2 – Botanica pratica e riconoscimento delle piante

4 ore

- nozioni essenziali di botanica
- parti della pianta utilizzate
- nomenclatura botanica e nome comune
- qualità della materia prima
- raccolta, conservazione, essiccazione

Modulo 3 – Forme estrattive e preparazioni

4 ore

- tisane, infusi, decotti, macerati
- tinture, estratti secchi, gemmoderivati, oleoliti
- differenze tra preparazioni tradizionali e prodotti commerciali
- dosaggi generali teorici e lettura etichetta

Modulo 4 – Principali famiglie di piante e apparati di riferimento

6 ore

- piante per apparato digerente
- piante per sonno e rilassamento
- piante per vie respiratorie
- piante per drenaggio e benessere urinario
- piante per cute e uso esterno
- esempi di schede monografiche

Modulo 5 – Sicurezza, controindicazioni e interazioni

4 ore

- effetti indesiderati
- controindicazioni generali
- gravidanza, allattamento, età pediatrica, anziani
- interazioni con farmaci
- limiti dell'autoconsumo e del consiglio non sanitario
- casi in cui è obbligatorio rinviare al medico

Modulo 6 – Normativa, etica e corretta comunicazione al cliente

4 ore

- differenza tra corso privato e corso riconosciuto
- cosa puoi dire e cosa non puoi dire nella promozione
- claim da evitare
- tutela del consumatore
- responsabilità del docente/ente
- come redigere schede prodotto e materiali informativi prudenti

Modulo 7 – Laboratorio pratico / esercitazioni

4 ore

- lettura guidata di etichette e schede tecniche
- costruzione di schede monografiche base
- esempi di protocolli di benessere non sanitari
- simulazioni di colloquio corretto con il cliente
- esercitazioni su classificazione e uso prudente

Modulo 8 – Ripasso e verifica finale

2 ORE

- RIEPILOGO
- TEST FINALE SCRITTO
- CORREZIONE GUIDATA
- RACCOLTA FEEDBACK
- CONSEGNA ATTESTATO DI FREQUENZA

TOTALE: 32 ORE

Obiettivi formativi

Il partecipante sarà in grado di:

- riconoscere i fondamenti della fitoterapia
- distinguere le principali categorie di piante officinali
- comprendere le forme di preparazione più comuni
- leggere una scheda tecnica di prodotto
- conoscere i limiti di impiego, le principali cautele e le interazioni più rilevanti
- orientarsi tra uso tradizionale, uso commerciale e limiti normativi
- sapere quando non dare indicazioni e rinviare al medico/farmacista/professionista sanitario

Competenze in uscita

Il corso fornisce competenze di base relative a:

- lessico essenziale della fitoterapia
- botanica pratica applicata
- forme estrattive e preparazioni tradizionali
- principali piante officinali per aree di impiego tradizionale
- sicurezza d'uso e comunicazione corretta
- limiti normativi e deontologici della consulenza non sanitaria

Metodologia didattica

Il percorso alterna:

- lezioni teoriche
- esempi applicativi
- lettura guidata di etichette e schede tecniche
- esercitazioni pratiche
- verifica finale interna



CRISTINA CHELI

NATUROPATA - PERMACULTURE DESIGNER