EURL Centre de gestion des ressources
27 rue André Vasseur
31200 Toulouse
Email : s.brune@cegeress.fr
Tel : 06 22 52 93 67

Le trouble insomnie: du diagnostic aux traitements actuels

Cette formation permet aux professionnels de santé de mieux connaitre le trouble insomnie et les recommandations actuelles de traitement

Durée: 6.00 heures (1.00 jour)

Profils des apprenants

- Médecins
- Psychologues/psychothérapeutes
- Infirmier(es), kinésithérapeutes, autres professionnels de santé

Prérequis

- être un professionnel de santé (médical ou paramédical

Accessibilité et délais d'accès

Notre centre de formation est accessible à toute personne à mobilité réduite. Pour tout besoin particulier, merci de nous contacter, nous mettrons tout en oeuvre pour adapter la formation à vos besoins.
3 semaines

Qualité et indicateurs de résultats

Nos indicateurs Qualité sont basés sur la satisfaction des stagiaires au regard de la réponse à leurs attentes et besoins initiaux (taux de satisfaction et nombre de stagiaires).

Objectifs pédagogiques

- Savoir structurer une consultation insomnie : diagnostic, évaluation et orientations thérapeutiques
- Comprendre les mécanismes en jeu et les différents facteurs qui prédisposent, déclenchent et maintiennent le trouble insomnie
- Connaître les recommandations actuelles du traitement de l'insomnie

Contenu de la formation

- La consultation Insomnie
    - Les critères diagnostiques d'une insomnie, les diagnostics différentiels, classification des pathologies du sommeil
    - Les questions à poser en consultation : guide pratique et arbre décisionnel
    - Les outils d'évaluation de l'insomnie et du rythme veille-sommeil : l'agenda du sommeil et échelles d'évaluation
    - Éduquer le patient au sommeil et à son profil circadien
- Les traitements de l'insomnie
    - Les facteurs en jeu dans le développement d'une insomnie chronique, le cercle vicieux de l'insomnie
    - Les dernières recommandations de traitement
    - La thérapie comportementale et cognitive appliquée à l'insomnie chronique : principes, comment l'expliquer au patient ?
    - La place des médicaments dans le traitement de l'insomnie

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

EURL Centre de gestion des ressources

27 rue André Vasseur
31200 Toulouse
Email : s.brune@cegeress.fr
Tel : 06 22 52 93 67

Séverine Brune, fondatrice du centre de l'insomnie PsySomnie, psychologue, formatrice, enseignante

Ressources pédagogiques et techniques

- Animation participative avec échanges d'expérience
- Mises en situation
- Etudes de cas clinique
- Support synthétique sous forme de guide/fiches pratiques remis à télécharger en fin de formation
- Diaporama à télécharger en fin de formation

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuille de présence
- Mises en situation/études de cas
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation
- Questionnaire à 1 mois afin d'évaluer l'apport du contenu sur la pratique professionnelle
- Attestation de compétences en fin de formation

Prix : 290€ (particulier/profession libérale) 390€ (entreprise), exonéré de TVA

Date de création : 17 juin 2026