

Cube d'outils : Parlons de saines habitudes de vie

Intervention : exemple d'application en abandon du tabagisme

Intervention	Exemple d'application
Intervention minimale (< 3 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier le statut tabagique et le noter au dossier du patient • Déterminer l'étape de changement où se situe le fumeur • Conseiller d'arrêter de fumer ou d'éviter la fumée secondaire • Offrir de la documentation (pamphlet, site Web, etc.) • Informer sur les services offerts et orienter vers une ressource spécialisée (p.ex. Centre d'abandon du tabac)
Intervention brève (de 3 à 10 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier le statut tabagique et le noter au dossier du patient • Déterminer l'étape de changement où se situe le fumeur • Conseiller d'arrêter de fumer ou d'éviter la fumée secondaire • Déterminer la motivation à cesser de fumer • Offrir une intervention adaptée à l'étape de changement où se situe le fumeur • Offrir de la documentation (pamphlet, site Web, etc.) • Informer sur les services offerts et orienter vers une ressource spécialisée (p.ex. Centre d'abandon du tabac)

Intervention	Exemple d'application
Intervention complète (> 10minutes)	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier le statut tabagique et le noter au dossier du patient • Déterminer l'étape de changement où se situe le fumeur • Conseiller d'arrêter de fumer ou d'éviter la fumée secondaire • Déterminer la motivation à cesser de fumer • Offrir une intervention adaptée à l'étape de changement où se situe le fumeur • Inclure une discussion sur les tentatives de renoncement au tabac, sur les habitudes de vie et sur les tentatives de changement de celles-ci • Offrir de la documentation (pamphlet, site Web, etc.) • Informer sur les services offerts et orienter vers une ressource spécialisée (p.ex. Centre d'abandon du tabac)
Counseling intensif (> 10 minutes)	<ul style="list-style-type: none"> • Offrir un contenu d'intervention identique à celui de l'intervention complète • Réaliser un suivi auprès du fumeur 6 mois après l'intervention

Adaptée du Gouvernement du Québec, 2013. Plan québécois d'abandon du tabagisme- État de situation après 10 ans d'implantation. P.14. Tableau 2 : Interventions proposées dans le cadre du *Plan québécois d'abandon du tabagisme*, 2002. [en ligne]

[<http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2013/13-006-02W.pdf>] (consulté le 13 septembre 2016)