

# COMMENT AIDER LE FUMEUR A COMPRENDRE ET ARRETER SA CONSOMMATION ?

Mise à jour le 19 janvier 2022

## Objectifs

Mettre le professionnel en capacité d'aider un fumeur à changer de comportement et à l'accompagner dans une démarche de sevrage.

### Public Visé

Toute personne amenée à accompagner des fumeurs vers l'arrêt du tabac : médecin, infirmier(e), psychologue, travailleur(se) social(e), kinésithérapeute, éducateur(trice), enseignant(e), assistant(e) social(e), diététicien(ne), personnel des centres d'examens de santé, sage-femme, équipes « santé travail ».

### Pré Requis

Aucun

## Objectifs pédagogiques

Comprendre les différentes dépendances liées au tabac.  
Connaître les mécanismes d'action et les récupérations à l'arrêt.  
Savoir communiquer avec le fumeur et l'accompagner vers l'arrêt du tabac.  
Savoir mener un entretien motivationnel lors d'une consultation individuelle d'aide à l'arrêt du tabac.  
Savoir prescrire une substitution nicotinique.  
Repérer et prévenir les freins à l'arrêt.  
En option \*Savoir animer une action de sensibilisation.  
En option \*Savoir animer un groupe de sevrage.

## Méthodes et moyens pédagogiques

Vidéo-projection  
Support écrit ou informatique  
Exposés participatifs  
Exercices d'application

## Parcours pédagogique

- Données épidémiologiques, lois et mesures de santé publique encadrant l'usage du tabac en France.
- Dépendance au tabac : physique, psychologique, comportementale.
- Evolution des modes de consommation du tabac : chicha, cigarettes roulées, tabac à priser, cigarette électronique, tabac chauffé.
- Etapes de maturation d'un changement de comportement.
- Communication avec le fumeur qui ne souhaite pas arrêter.
- Communication avec le fumeur qui se questionne, techniques d'un entretien motivationnel, mécanismes d'action et récupérations à l'arrêt.
- Liens entre tabac et autres problématiques de santé.
- Prévention et prise en charge des principaux freins à l'arrêt : prise de poids, troubles anxio-dépressifs, reprise du tabac.
- Méthodes pour aider le fumeur à arrêter, médicamenteuses ou non, validées par la HAS et modalités de prescription.
- Déroulé d'une consultation individuelle et organisation du suivi.
- Actions collectives à mettre en place en prévention : animations de groupe, sevrage en groupe, actions de sensibilisation.

## Qualification Intervenant(e)(s)

Médecin tabacologue  
Diététicienne formée en communication non violente et en sophrologie

## Méthodes et modalités d'évaluation

Formation en présentiel, réalisable en distanciel.

Test de connaissances et de positionnement en début et fin de la formation.

Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation.

Evaluation à froid envoyée 3 mois après la formation.

## Modalités d'Accessibilité

Inscription au plus tard 2 semaines avant le début de la formation.

Modalité d'accessibilité pour les personnes en situation de handicap : nous consulter

Dates, horaires et lieux : retrouvez toutes les informations sur notre site internet

<https://pasteur-lille.fr/expertises/formations/>



### Durée

**21.00** Heures

**3** Jours

### Effectif

De 5 à 15 Personnes

### Tarifs

Inter (Par Stagiaire) : **1 290.00 HT**

Intra (Par Jour) : **Nous consulter**



Contactez-nous !

**SERVICE FORMATION**

Tél. : 0320877271

Mail : [formation@pasteur-lille.fr](mailto:formation@pasteur-lille.fr)