

**Modulo 3 - Counselling  
Comportamentale  
Parte 2 - Migliorare la  
motivazione del paziente a  
smettere di fumare**



**ENSP**

**INIZIO**

## Dopo aver completato il corso sarai in grado di:

01

Descrivere le principali strategie comportamentali raccomandate per migliorare la motivazione del paziente a smettere di fumare.

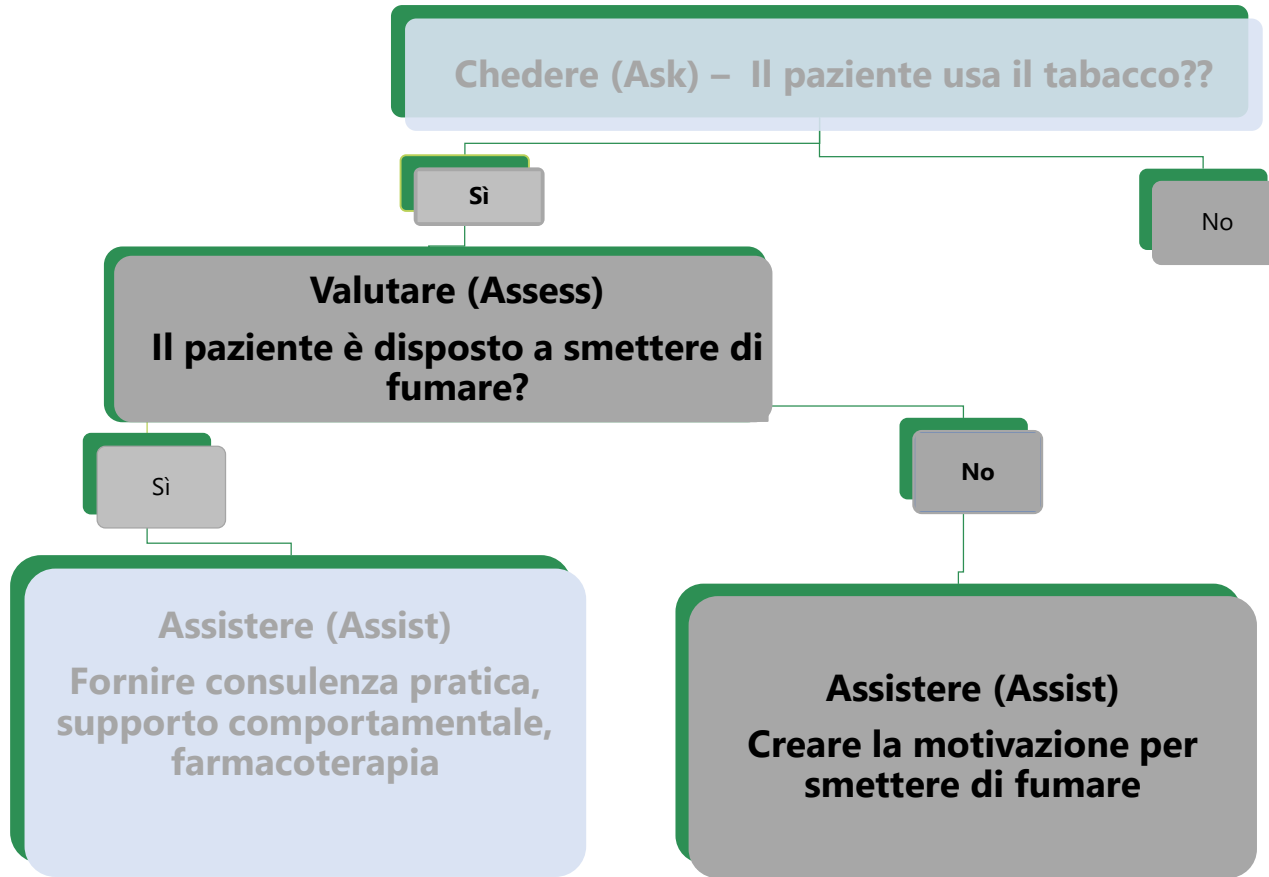
02

Descrivere i principi chiave del colloquio motivazionale.

03

Revisionare l'approccio sulla riduzione del fumo per smettere.







I medici dovrebbero essere preparati a sapere utilizzare **tecniche motivazionali** che incoraggino quei fumatori che comunicano di non essere pronti a smettere in questo momento (Livello di Evidenza B)



## **Rilevanza (Relevance)**

Quali sono i motivi dei pazienti per smettere?

## **Richi (Risks)**

Discutere dei rischi personali sulla salute e degli altri rischi

## **Ricompense (Rewards)**

Discutere dei benefici personali riguardanti la cessazione del fumo che il paziente apprezza

## **Resistenze (Roadblocks)**

Il medico deve chiedere al paziente di identificare le barriere o gli ostacoli che potrebbero impedire il successo di un tentativo di smettere di fumare

## **Ripetizione (Repetition)**

Gli interventi sulla cessazione del fumo dovrebbero essere ripetuti frequentemente.



*Le Linee Guida Europee ENSP per il trattamento del tabacco  
Raccomandano:*

Il **colloquio motivazionale** può essere efficace nell'aiutare i pazienti a smettere di fumare (Livello di Evidenza B)



Il **Colloquio motivazionale** è stato progettato per aiutare le persone a spostarsi verso il cambiamento, utilizzando l'ambivalenza del paziente.

- Il medico si comporta da collaboratore e si vede come un pari.
- Il medico aiuta il paziente a elaborare i pensieri e le idee del paziente sul fumo e su come modificarli.
- Il medico rispetta l'autonomia del paziente, il suo diritto e la sua capacità di prendere decisioni.





**Chiedere il permesso**

**Domande aperte**

**Affermare discorsi e comportamenti positivi**

**Riflettere su ciò che si sente o si vede**

**Riassumere ciò che è stato detto**



# R E G O L E

## Principi del MI (colloquio motivazionale)



### Resistere al riflesso di raddrizza mento

Evitare di cercare attivamente di risolvere i problemi del paziente o di sentirsi costretti a dire loro cosa e come fare poichè può portare alla resistenza.

### Comprende re le motivazioni del proprio paziente

Non vanno motivati i pazienti, ma occorre trovare in essi la motivazione e aiutarli a riconoscerla

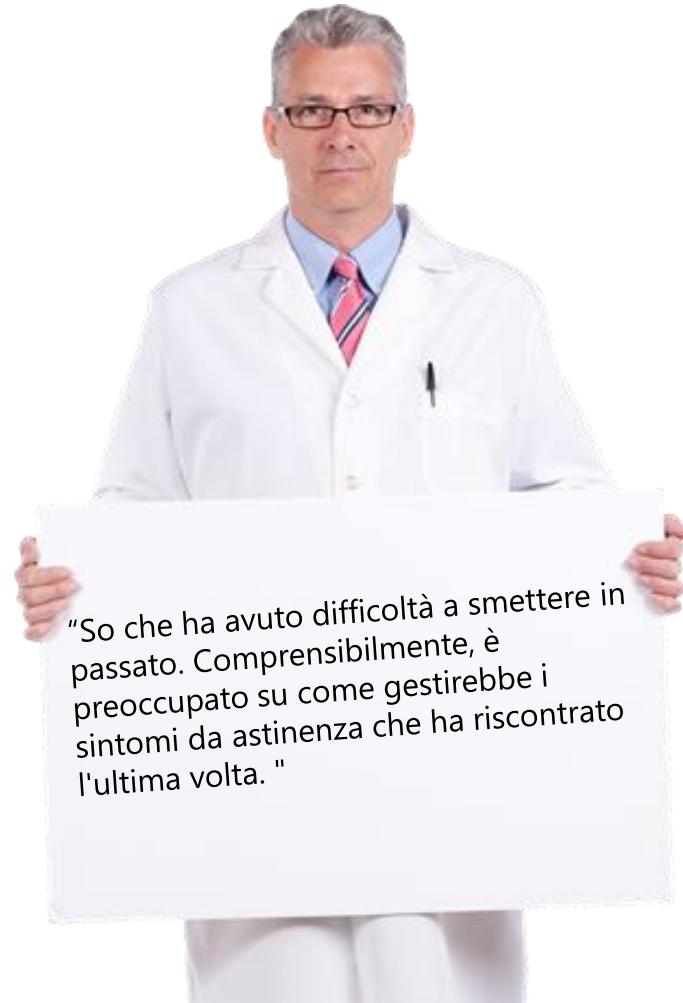
### Ascoltare il proprio paziente

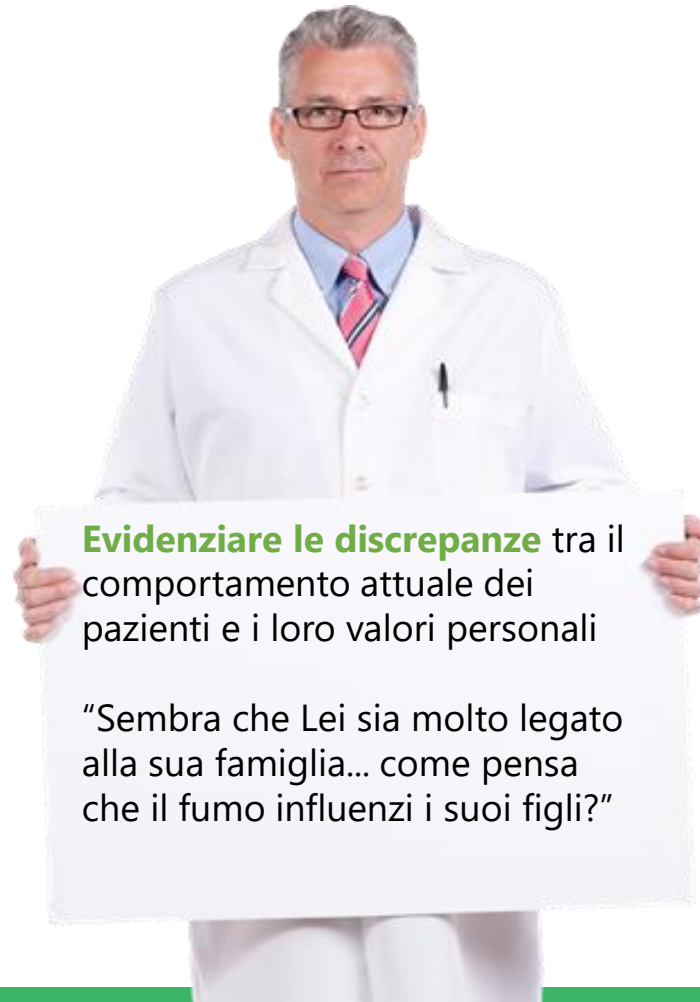
Ascoltare maggiormente di quanto si parla. Mostrare al proprio paziente di aver compreso attraverso l'ascolto riflessivo, le dichiarazioni riassuntive e un atteggiamento di accettazione.

### Dare potere al proprio paziente

Il paziente deve essere attivamente impegnato e credere di essere capace. Il tuo sostegno e la tua fiducia nella loro capacità di avere successo possono essere una potente fonte di motivazione.







**Evidenziare le discrepanze** tra il comportamento attuale dei pazienti e i loro valori personali

“Sembra che Lei sia molto legato alla sua famiglia... come pensa che il fumo influenzi i suoi figli?”

## Approccio standard:

- Perché non vuole smettere di fumare?
- Non vuole sentirsi meglio?
- La sua pressione sanguigna è aumentata, perché crede sia successo?

## Colloquio Motivazionale:

- Quali sono alcune cose positive che il fumo fa per lei?
- Quali sono alcune cose negative che il fumo fa per lei?
- Cosa pensa che farà con la sua abitudine al fumo?




Su una scala da 1 a 10, quanto è importante per lei smettere di fumare?


Hmmm ... da X a 10

Ottimo! Perché non ha detto un valore più basso/alto?



A middle-aged man with grey hair and glasses, wearing a white lab coat over a blue shirt and a striped tie, stands on the left side of the slide. He is gesturing with his hands as if speaking.

*Ha provato a smettere in passato?  
Per quanto tempo?*

A middle-aged man with grey hair, wearing a black and white checkered shirt and blue jeans, stands on the right side of the slide. He has his hand to his chin in a thoughtful pose.

*Cosa pensa ci vorrebbe per  
aumentare ulteriormente le sue  
probabilità di smettere? ?*

*Com'è andata? Come si è sentito?  
Cosa Le ha fatto tornare a fumare?*

## Rafforzare e supportare il linguaggio "cambiare conversazione" e "impegnarsi"

"Quindi scopre che il fumo influisce sulla sua respirazione e rende difficile stare al passo dei suoi figli attivi"



## Supportare il diritto dei pazienti a rifiutare il cambiamento

"Capisco che non è pronto a smettere di fumare in questo momento. Sono qui per aiutarla quando sarà pronto"

## Accettare la resistenza

I colloqui motivazionali dovrebbero sembrare una danza piuttosto che una battaglia. Quando un paziente inizia a resistere a ulteriori informazioni piuttosto che discutere, occorre tornare indietro.

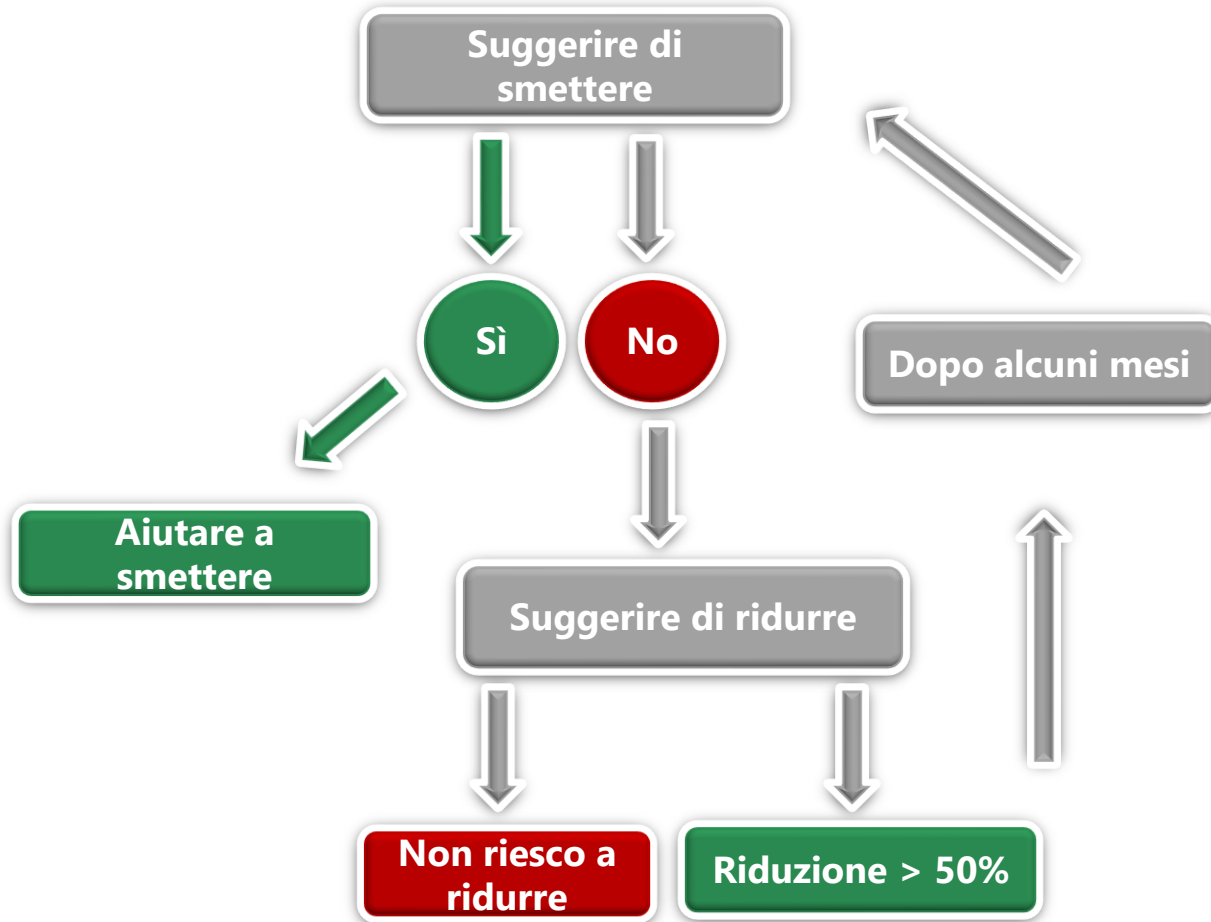


Comunicare la propria comprensione su quanto sia difficile smettere di fumare.

Comunicare la propria disponibilità ad aiutare se necessario con la cessazione.







## Uso della NRT

L'uso della NRT è raccomandato come parte dell'approccio "ridurre per smettere" tra i fumatori che hanno riportato tassi elevati di dipendenza da nicotina.

## Uso della Vareniclina

L'uso della Vareniclina come parte dell'approccio "ridurre per smettere" ha dimostrato di essere efficace in uno studio.

Comunicare la propria fiducia  
nella capacità del paziente a  
smettere

1

2

Fornire rinforzi positivi riguardo  
l'importanza di smettere

Complimentarsi anche per i piccoli  
successi

3



# Modulo 4 - Farmacoterapia