

Grille d'évaluation ECOS - Entretien motivationnel

Contexte : Cabinet de médecine générale

Patient : Homme de 42 ans se présente chez son médecin généraliste pour un contrôle de routine et souhaite discuter de l'arrêt du tabac

TA
128/82 mmHg

FC
76 bpm

FR
16/min

T°
36.8°C

SATO2
97%

Anamnèse (25%)

Score : 0/24

Critères	Oui	±	Non	Points
1. Présentation avec nom, fonction et objectif de la consultation	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>	0
2. Question ouverte d'introduction → Exploration ambivalence [Je suis venu pour un contrôle de routine, mais j'aimerais peut-être discuter de l'arrêt du tabac]	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>	0
3. Exploration approfondie de la dépendance (test de Fagerström)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Première cigarette après réveil [<5min = 3pts]				
Difficulté ne pas fumer lieux interdits [0-1pt]				
Cigarette la plus importante [matin = 1pt]				
Nombre cigarettes/jour [20 = 2pts]				
Fume plus le matin [oui = 1pt]				
Fume même si malade [oui = 1pt]				
Score total Fagerström [/10]				
Durée tabagisme [26 ans] → 26 PA				
Score complet calculé = 2 pts, partiel = 1 pt, absent = 0 pt				
4. Histoire des tentatives d'arrêt (STAR)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Set quit date [dates des 3 tentatives]				
Tell family/friends [support social?]				
Anticipate challenges [symptômes vécus]				
Remove cigarettes [environnement préparé?]				
Durée maximale abstinence [1 semaine]				
Facteurs de rechute identifiés [stress, social]				
Symptômes sevrage vécus [nervosité ++]				
Apprentissages des échecs [besoin aide]				
≥6 éléments explorés = 2 pts, 4-5 = 1 pt, <4 = 0 pt				
5. Évaluation du stade de changement (Prochaska)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
Pré-contemplation [non - veut discuter]				
Contemplation [OUI - ambivalent 7/10]				
Préparation [non - pas de date]				
Action [non actuellement]				
Maintien [non applicable]				
Rechute [oui - 3 fois]				
Motivations intrinsèques explorées				
Motivations extrinsèques identifiées				
Stade correctement identifié = 2 pts, partiel = 1 pt				

6. Balance décisionnelle (avantages/inconvénients)

☐ ☐ ☐ 0

AVANTAGES cigarette: social, détente, café

AVANTAGES arrêt: santé, endurance, enfants

INCONVÉNIENTS cigarette: toux, coût, père décédé

INCONVÉNIENTS arrêt: isolement, poids, stress

Balance actuelle [légèrement pro-arrêt]

Discordance cognitive explorée

Valeurs personnelles clarifiées

Balance complète = 2 pts, partielle = 1 pt

7. Exploration des barrières spécifiques

☐ ☐ ☐ 0

Barrière sociale [amis + épouse fument]

Barrière émotionnelle [peur isolement]

Barrière comportementale [rituels ancrés]

Barrière cognitive [plaisir perçu]

Barrière physiologique [dépendance forte]

Barrière environnementale [tabac accessible]

Auto-efficacité évaluée [modérée 7/10]

≥5 barrières = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt

8. Comorbidités et facteurs de risque cardiovasculaire

☐ ☐ ☐ 0

HTA/diabète/dyslipidémie [non actuellement]

Antécédent familial cancer poumon [père!]

Symptômes respiratoires [toux matinale]

Impact performance physique [endurance ↓]

Risque CV global à calculer (SCORE2)

Autres FDR CV [sédentarité bureau]

Consommation alcool associée [soir/WE]

≥5 facteurs évalués = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt

9. Environnement tabagique et soutien social

☐ ☐ ☐ 0

Conjoint fumeur [épouse fume aussi]

Tabagisme domicile [balcon, pas toujours]

Exposition enfants [passive parfois]

Collègues fumeurs [probable]

Réseau soutien potentiel [à construire]

Pression sociale perçue [forte]

Modèles non-fumeurs [à identifier]

≥5 éléments = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt

10. Évaluation santé mentale et stratégies coping

☐ ☐ ☐ 0

Anxiété/stress actuel [employé bureau stressé]

Dépression screening [non évoquée]

Stratégies gestion stress [cigarette++]

Autres addictions [alcool modéré]

Activités plaisir alternatives [musculature 2×/sem]

Ressources psychologiques [à explorer]

Motivation intrinsèque [santé, enfants]

≥5 aspects = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt

11. Attentes et préférences thérapeutiques

☐ ☐ ☐ 0

Méthode souhaitée [hypnose évoquée]

Connaissances substituts nicotiniques [à évaluer]

Craintes médicaments [non exprimées]

Expériences antérieures aides [aucune]

Préférence individuel/groupe [à clarifier]

Budget disponible [non abordé]

Timing souhaité [pas urgent]

≥5 préférences = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt

12. Évaluation globale de la qualité de l'anamnèse motivationnelle



0

Approche centrée patient

Ambivalence explorée sans jugement

Stade changement identifié

Balance décisionnelle établie

Empathie et partenariat démontrés

≥4 éléments = 2 pts, 2-3 = 1 pt, <2 = 0 pt

Critères	Oui	±	Non	Points
1. Examen cardiovasculaire ciblé tabac TA et FC [128/82, 76 bpm] Auscultation cardiaque [B1-B2 normaux?] Souffles vasculaires [carotides, fémorales] Pouls périphériques [symétriques?] Temps recoloration capillaire [<2s?] Œdèmes MI [non] <i>≥5 éléments = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
2. Examen respiratoire approfondi FR et amplitude [16/min normale] Auscultation 6 points bilatérale Murmure vésiculaire [symétrique?] Bruits surajoutés [ronchi? sibilants?] Percussion thoracique [sonorité normale?] Peak flow si disponible <i>≥5 examens = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
3. Examen ORL et buccal complet Coloration dents/gencives [tabagique?] État parodontal [gingivite?] Muqueuse buccale [leucoplasie?] Langue [aspect, mobilité] Pharynx postérieur [érythème?] Haleine tabagique [notable?] <i>≥5 zones = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
4. Mesure CO expiré et interprétation Explication test au patient Technique mesure correcte Valeur obtenue [>10 ppm fumeur] Comparaison valeurs non-fumeurs Utilisation pédagogique résultat Motivation par feedback objectif <i>Test réalisé correctement = 2 pts, partiel = 1 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
5. Évaluation état général et signes tabagisme IMC calculé [poids/taille²] Teint/coloration cutanée [grisâtre?] Rides péribuccales prématurées Coloration ongles/doigts [nicotine?] Odeur tabac vêtements/cheveux <i>≥4 signes = 2 pts, 2-3 = 1 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
6. Dépistages recommandés fumeurs Proposition spirométrie [VEMS/CVF] AAA si >65 ans ou 50+ si FDR AOMI (IPS) si symptômes Discussion dépistage poumon (55-80 ans) <i>≥3 dépistages = 2 pts, 2 = 1 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
7. Documentation et scores Score Fagerström documenté Risque CV calculé (SCORE2) PA notés dans dossier Stade motivation noté <i>≥3 scores = 2 pts, 2 = 1 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0

8. Évaluation globale de la qualité de l'examen clinique



0

Examen cardiovasculaire complet

Recherche complications tabac

CO expiré mesuré

Dépistages proposés

Documentation adéquate

≥ 4 éléments = 2 pts, 2-3 = 1 pt, < 2 = 0 pt

Critères	Oui	±	Non	Points
1. Application modèle 5A : ASSESS Ask: tabagisme confirmé [20 cig/] Assess readiness: contemplation [7/10] Assess dependence: Fagerström élevé Assess barriers: multiples identifiées Assess supports: épouse fumeuse Documentation claire stade <i>5A complet = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
2. ADVISE adapté au stade contemplation Message clair, ferme, personnalisé Lien avec antécédent père [cancer poumon] Bénéfices pour enfants soulignés Amélioration endurance promise Économies financières calculées Respect ambivalence actuelle <i>≥5 éléments = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
3. Techniques entretien motivationnel (OARS) Open questions: ambivalence explorée Affirmation: efforts reconnus Reflection: émotions reflétées Summary: résumé empathique Éviter réflexe correcteur Développer discordance Rouler avec résistance <i>≥5 techniques = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0
4. AGREE sur objectifs adaptés au stade Pas de date arrêt imposée [contemplation] Objectif: augmenter motivation Réduction envisageable d'abord Journal tabagique proposé Identifier triggers personnels Préparer environnement progressivement <i>Objectifs adaptés = 2 pts, partiels = 1 pt</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	0

5. ASSIST : Options thérapeutiques présentées

☐ ☐ ☐ 0

3 catégories présentées = 2 pts, 2 = 1 pt

Approches comportementales

- Entretiens motivationnels suivis
- Thérapie cognitive-comportementale
- Ligne stop-tabac: 0848 000 181
- Apps mobiles (Stop-tabac.ch)
- Groupes de soutien locaux
- Hypnose si intérêt maintenu

Substituts nicotiniques (TSN)

- Patches 21mg/24h si >10 cig/j
- Gommages 4mg pour craving
- Combinaison patch + forme orale
- Spray buccal action rapide
- Inhalateur si gestuelle importante
- Durée 8-12 semaines minimum

Médicaments sur ordonnance

- Varénicline (Champix): agoniste partiel
- Bupropion (Zyban): si dépression associée
- Commencer 1-2 sem avant arrêt
- Surveillance effets secondaires
- Contre-indications à vérifier
- Remboursement partiel possible

6. Stratégies spécifiques barrières identifiées

☐ ☐ ☐ 0

- Épouse fumeuse → arrêt couple proposé
 - Rituels café → changement routine
 - Stress travail → relaxation/sport
 - Peur poids → diététicien préventif
 - Social fumeurs → activités alternatives
 - Renforcement activité physique existante
- ≥5 stratégies = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt

7. ARRANGE : Suivi adapté au stade

☐ ☐ ☐ 0

- RDV dans 1-2 mois [pas 6 mois!]
 - Contact téléphonique possible avant
 - Documentation remise [brochures]
 - Sites web recommandés notés
 - Porte ouverte si motivation ↑
 - Prescription TSN anticipée possible
- ≥5 éléments suivi = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt

8. Communication empathique et partenariat

☐ ☐ ☐ 0

- Validation ambivalence normale
 - Respect autonomie patient
 - Évitement confrontation
 - Renforcement auto-efficacité
 - Hope instillé (père exemple négatif)
 - Engagement continuer ensemble
- ≥5 éléments = 2 pts, 3-4 = 1 pt, <3 = 0 pt

9. Prévention et promotion santé globale

☐ ☐ ☐ 0

- Activité physique renforcée
 - Alimentation équilibrée anticipée
 - Gestion stress sans tabac
 - Modération alcool associé
 - Dépistages âge recommandés
 - Vaccination grippe/pneumocoque
- ≥4 mesures = 2 pts, 2-3 = 1 pt, <2 = 0 pt

10. Évaluation globale de la qualité de la prise en charge motivationnelle

5A correctement appliqués

Stade changement respecté

Techniques EM utilisées

Options thérapeutiques présentées

Suivi approprié planifié

≥4 éléments = 2 pts, 2-3 = 1 pt, <2 = 0 pt

0

Communication (25%)

Score : 0/20

Critères	A	B	C	D	E
1. Réponse aux sentiments et besoins du patient <i>Empathie, écoute active, validation des émotions</i> Explique le déroulement de la consultation et vérifie les préoccupations du patient, commence l'anamnèse par une question ouverte ; reconnaît, verbalise et légitime les émotions, fournit du soutien	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>
2. Structure de l'entretien <i>Organisation logique, transitions fluides, gestion du temps</i> Se présente par son nom et sa fonction, les étapes de l'entretien sont identifiables et s'enchaînent de manière logique, gestion du temps, adaptation à la situation	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>
3. Expression verbale <i>Clarté, vocabulaire adapté, vérification de la compréhension</i> Langage adapté au niveau du patient, pas de jargon, explications compréhensibles, reformulations quand nécessaire, répétitions des points clés, fait une synthèse de la consultation, bonne articulation, ton et volume adéquats	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>
4. Expression non verbale <i>Contact visuel, posture, gestuelle appropriée</i> Distance interpersonnelle adéquate, posture adéquate, gestes adéquats, contact visuel et expression faciale adéquats, pauses quand nécessaire	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>
5. Évaluation générale de la communication <i>Qualité globale de l'interaction médecin-patient</i>	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>	<div></div>

Score Global

0%

% par Section

Anamnèse

0%

Examen clinique

0%

Management

0%

Communication

0%

Note Globale

A-E

Échelle de notation

A

≥90%

B

80-89%

C

70-79%

D

60-69%

E

<60%

Éléments non évalués

- Anamnèse : Présentation avec nom, fonction et objectif de la consultation
- Anamnèse : Question ouverte d'introduction → Exploration ambivalence
- Anamnèse : Exploration approfondie de la dépendance (test de Fagerström)
- Anamnèse : Histoire des tentatives d'arrêt (STAR)
- Anamnèse : Évaluation du stade de changement (Prochaska)
- Anamnèse : Balance décisionnelle (avantages/inconvénients)
- Anamnèse : Exploration des barrières spécifiques
- Anamnèse : Comorbidités et facteurs de risque cardiovasculaire
- Anamnèse : Environnement tabagique et soutien social
- Anamnèse : Évaluation santé mentale et stratégies coping
- Anamnèse : Attentes et préférences thérapeutiques
- Anamnèse : Évaluation globale de la qualité de l'anamnèse motivationnelle
- Examen clinique : Examen cardiovasculaire ciblé tabac
- Examen clinique : Examen respiratoire approfondi
- Examen clinique : Examen ORL et buccal complet
- Examen clinique : Mesure CO expiré et interprétation
- Examen clinique : Évaluation état général et signes tabagisme
- Examen clinique : Dépistages recommandés fumeurs
- Examen clinique : Documentation et scores
- Examen clinique : Évaluation globale de la qualité de l'examen clinique
- Management : Application modèle 5A : ASSESS
- Management : ADVISE adapté au stade contemplation
- Management : Techniques entretien motivationnel (OARS)
- Management : AGREE sur objectifs adaptés au stade
- Management : ASSIST : Options thérapeutiques présentées
- Management : Stratégies spécifiques barrières identifiées
- Management : ARRANGE : Suivi adapté au stade
- Management : Communication empathique et partenariat
- Management : Prévention et promotion santé globale
- Management : Évaluation globale de la qualité de la prise en charge motivationnelle
- Communication : Réponse émotionnelle
- Communication : Structure
- Communication : Expression verbale
- Communication : Expression non verbale
- Communication : Évaluation générale