

Quand est-ce que ces pistes de questionnement peuvent m'être utiles?

Le patient vous demande conseil pour perdre du poids.

Le patient vous consulte au sujet d'un produit amaigrissant qu'il consomme déjà.

Le patient vous consulte au sujet d'un produit amaigrissant qu'il veut commencer à consommer.

Avant de commencer, assurez-vous que le patient est confortable avec le sujet.

Êtes-vous à l'aise de parler de votre poids?

Préférez-vous en parler dans un endroit plus confidentiel?

Essayez de comprendre la raison qui le motive à perdre du poids sans être trop intrusif

Pour quelle raison voulez-vous perdre du poids ?

Comment vous sentez-vous par rapport à votre corps actuellement ?

Quelles sont vos inquiétudes par rapport à votre poids actuel ?

Prenez-vous cette décision sur votre poids seul ?

Que pensez-vous qu'une perte de poids pourrait vous apporter ?

Avez-vous déjà parlé de votre poids avec un autre professionnel de la santé ?

Essayez de comprendre la raison qui le motive à consommer des produits amaigrissants

Y a-t-il une raison pour laquelle vous envisagez les produits minceurs en tant que moyen de maigrir ?

Qu'avez-vous entendu dire sur ce produit ?

Comment avez-vous entendu parler de ce produit ?

À quel genre de résultats vous attendez-vous ?

Quelles autres options avez vous exploré avant de vous tourner vers ce type de produits ?

Éléments à garder en tête

La perte de poids est un sujet sensible chez plusieurs personnes

Tentez de bâtir un lien de confiance pour que le patient ne se sente pas jugé. En ayant une attitude et un regard chaleureux, le patient sera plus transparent.

Évitez les préjugés

Les questions comme « Mangez-vous sainement ? » et « Faites-vous du sport ? » manquent de nuance. Une personne en surpoids pourrait avoir une alimentation saine. Ce n'est pas parce que quelqu'un présente un surpoids qu'il n'est pas physiquement actif.

Les déterminants du poids sont nombreux...

... et les gens ont souvent peu de contrôle sur plusieurs d'entre eux. Passez des messages qui favorisent une image corporelle positive. Orientez le patient vers des changements de comportements graduels (apprendre à s'accepter, identifier les changements à apporter dans une optique de santé...).