



L'OBÉSITÉ

POUR VOTRE PADPC-FMOQ

1.

QUELLES STRATÉGIES SONT ASSOCIÉES AU MAINTIEN SOUTENU DE LA PERTE DE POIDS ?

- A** Apports limités en glucides et exclusion du *fast food*
- B** Activité physique régulière, autorégulation et mesure des apports alimentaires
- C** Modèle alimentaire variable et pesée quotidienne
- D** Marche quotidienne et apports limités en lipides

2.

QUELLES APPROCHES NUTRITIONNELLES SE SONT RÉVÉLÉES EFFICACES POUR LA PERTE DE POIDS CHEZ UN PATIENT EN SURPOIDS OU OBÈSE ?

- A** Alimentation sans gluten, intuitive et méditerranéenne
- B** Jeûne protéiné, mesure des portions, alimentation en pleine conscience
- C** Herbalife, Weight Watchers, alimentation faible en lipides
- D** Alimentation faible en lipides, alimentation faible en glucides, alimentation intuitive

3.

QUELLE EST LA DESCRIPTION D'UNE PERSONNE PHYSIQUEMENT INACTIVE ?

- A** Elle travaille assise plus de 8 heures par jour.
- B** Elle regarde la télévision plus de 3 heures par jour.
- C** Elle fait uniquement de l'activité physique d'intensité modérée.
- D** Elle ne respecte pas les recommandations en matière d'activité physique.

4.

LES RECOMMANDATIONS ACTUELLES POUR CONTRER LA SÉDENTARITÉ CHEZ L'ADULTE PRÉCONISENT :

- A** de faire de l'activité physique au moins 150 minutes par semaine.
- B** d'augmenter sa dépense énergétique.
- C** d'entre couper les périodes assises prolongées.
- D** de travailler debout autant que possible.

5.

LAQUELLE DES AFFIRMATIONS SUIVANTES SUR LE TROUBLE D'ACCÈS HYPERPHAGIQUE EST VRAIE ?

- A** Il s'accompagne de comportements compensatoires.
- B** La prévalence homme/femme est identique.
- C** Il se présente souvent en cooccurrence avec l'obésité.
- D** Il est moins prévalent que la boulimie.

6.

LEQUEL DES ÉNONCÉS SUIVANTS SUR L'APPROCHE DES 5A EST VRAI ?

- A** On ne donne aucun conseil.
- B** Les cinq grandes étapes d'intervention sont d'importance équivalente.
- C** On n'aborde aucunement la question du poids.
- D** L'IMC seul détermine les interventions à préconiser.

L'OBÉSITÉ (suite)

POUR VOTRE PADPC-FMOQ

7.

QUELLE HORMONE GASTRO-INTESTINALE AUGMENTE LA FAIM ?

- ☐ A Leptine
- ☐ B GLP-1
- ☐ C Ghréline
- ☐ D Peptide Y

8.

LEQUEL DES MÉDICAMENTS SUIVANTS CONTRE L'OBÉSITÉ EST CONTRE-INDIQUÉ CHEZ UN PATIENT APRÈS UNE DÉRIVATION BILIO-PANCRÉATIQUE ?

- ☐ A Naltrexone-bupropion
- ☐ B Orlistat
- ☐ C Liraglutide
- ☐ D Aucun

9.

LEQUEL DES PATIENTS SUIVANTS CONSTITUE LE MEILLEUR CANDIDAT POUR UNE ORIENTATION VERS UNE ÉQUIPE DE CHIRURGIE BARIATRIQUE ?

- ☐ A Homme, 30 ans, IMC de 40, dépendance à la marijuana
- ☐ B Femme, 75 ans, IMC de 60, maladies concomitantes importantes
- ☐ C Femme, 40 ans, IMC de 35, diabète de type 2 nécessitant des doses croissantes d'insuline
- ☐ D Homme, 55 ans, IMC de 55, refus de se conformer aux recommandations nutritionnelles

10.

QUELLE VITAMINE DOIT ÊTRE PRISE COURAMMENT COMME SUPPLÉMENT APRÈS UNE INTERVENTION BARIATRIQUE ?

- ☐ A Vitamine D
- ☐ B Vitamine K
- ☐ C Vitamine C
- ☐ D Vitamine E

SOYEZ
BRANCHÉS !



LEMEDECINDUQUEBEC.ORG ▶

POUR OBTENIR VOS CRÉDITS, REMPLISSEZ OBLIGATOIREMENT VOTRE POST-TEST EN LIGNE, C'EST FACILE ET RAPIDE !

1. Allez sur lemedecinduquebec.org.
2. Cliquez sur l'onglet Post-test en haut de la page.
3. Connectez-vous en utilisant votre mot de passe **ou** activez votre profil d'utilisateur.
4. Remplissez le post-test correspondant et obtenez votre résultat immédiatement. La FMOQ vous attribuera trois heures de crédits de catégorie 1 **qui seront automatiquement ajoutées à votre PADPC-FMOQ** si vous obtenez une note minimale de 60 %.
Répondez avant le 1^{er} mai 2021.
5. Votez pour votre article Coup de cœur du mois.
6. Cliquez sur le bouton « Remplir l'annexe 13 de votre PADPC » et remplissez-la.