

NUTRITION

☺ Quiz ☺

1. Parmi les éléments suivants, indiquez un groupe d'aliments qui constitue une source importante de fibres alimentaires
 - A) Œufs, volailles, brocoli
 - B) Céréales, pois vert, noix
 - C) Pommes, fromage, crevette
 - D) Arachides, poisson, fraise

2. Associez le nutriment à son rôle

Nutriment	réponse	Rôle
1. Lipides		a. Maintenir les gencives en santé
2. Vitamine C		b. Contrôle le volume des liquides
3. Sodium		c. Favorise le transport d'oxygène aux tissus
4. Fer		d. Source d'énergie

3. Combien de litre d'eau est-il recommandé de boire chez un adulte ?

4. Une carence en Glucides provoque (2)

5. Votre patient souffre de constipation depuis 2 jours. Nommez-moi 2 conseils

6. Qu'est ce qui nuit à l'absorption de la Vitamine C ? _____

7. Et par le fait même, un sel minéral risque d'être déficient, lequel ?

NUTRITION

8. Mme Tremblay débute de la médication pour la HTA. Son médecin lui a demandé de modifier son alimentation. Nommez-moi 2 principales sources de sodium que Mme Tremblay devra éviter.

9. Mme Charron consulte pour des douleurs articulaires. Son médecin lui suggère d'augmenter son apport en calcium. À la maison, elle vous demande quel type d'aliment devrait-elle favoriser puisqu'elle n'aime pas les produits laitiers.

Nommez-moi 2 principales sources de calcium.

10. Quels sont les rôles de la Vitamine D (2).

11. Associez les rôles aux professionnels.

Professionnels	Réponse	Rôles
1. Médecin		A. Ajuste l'équipement adapté
2. Infirmière Auxiliaire		B. Prodigue des soins d'assistances
3. Préposée aux bénéficiaires		C. Établit des diagnostics
4. Nutritionniste		D. Collabore aux plans de soins
5. Ergothérapeute		E. Suggère des régimes en assurant le suivi.