

QUESTIONS GÉNÉRALES SUR LA SANTÉ (Q-AAP+) :

Lisez les sept questions avec attention et répondez à chacune avec honnêteté, par oui ou par non.	oui	non
1. Votre médecin vous a dit que vous étiez atteint d'un problème cardiaque ☐ ou d'une hypertension artérielle ☐ ?	☐	☐
2. Ressentez-vous une douleur à la poitrine au repos, ou au cours de vos activités quotidienne ou lorsque vous faites de l'AP ?	☐	☐
3. Éprouvez-vous des pertes d'équilibre liées à des étourdissements ou avez-vous perdu conscience au cours des 12 derniers mois ? <i>(Répondez non, si vos étourdissements étaient liés à de l'hyperventillation, y compris pendant une AP d'intensité élevée.)</i>	☐	☐
4. Avez-vous déjà été diagnostiqué d'une autre maladie chronique (autres qu'une maladie cardiaque ou d'hypertension artérielle) ? <u>Listez les maladies ici :</u>	☐	☐
5. Prenez-vous actuellement des médicaments prescrits pour une maladie chronique ? <u>Listez les maladies et les médicaments ici :</u>	☐	☐
6. Avez-vous actuellement (ou avez-vous eu dans les 12 derniers mois) des problèmes osseux, articulaires, ou des tissus mous (muscle, ligament ou tendon) qui pourraient être aggravés par une augmentation d'AP ? <i>(Répondez non, si vous avez déjà eu un problème dans le passé, mais qui ne limite pas votre pratique d'AP présente.)</i> <u>Listez les problèmes ici :</u>	☐	☐
7. Votre médecin vous a-t-il déjà dit que vous ne devriez pas faire d'AP sans supervision médicale ?	☐	☐