

# ? Quiz —

## Mois de la sensibilisation à la dysphagie

*Juin 2026 — Testez vos connaissances!*

◆ Une initiative de [dysphagiecanada.org](https://dysphagiecanada.org) ◆

Bienvenue! Ce quiz a été conçu pour tester et enrichir vos connaissances sur la **dysphagie**, c'est-à-dire les difficultés de déglutition (difficulté à avaler). La dysphagie touche des millions de personnes à travers le monde, affectant leur alimentation, leur santé et leur qualité de vie. La sensibilisation est la première étape vers un meilleur soutien et une meilleure compréhension de cette condition souvent méconnue.

Que vous soyez un professionnel de la santé, un proche aidant ou simplement curieux, ce quiz est pour vous!

**Imprimer le Quiz**

✍ **Encerclez la bonne réponse pour chaque question. Les réponses et explications se trouvent à la fin du document.**

---



## QUIZ — 12 questions

---

### Question 1 — Définition

**Qu'est-ce que la dysphagie?**

- a) Une difficulté à parler clairement
- b) Une difficulté à avaler les aliments, les liquides ou la salive
- c) Une allergie alimentaire grave

### Question 2 — Prévalence

**Environ quel pourcentage des personnes âgées de 65 ans et plus peut être touché par la dysphagie?**

- a) Environ 1 à 5 %
- b) Environ 10 à 33 %
- c) Environ 60 à 75 %

### Question 3 — Signes et symptômes

**Lequel des éléments suivants est un signe courant de dysphagie?**

- a) Des maux de tête fréquents après les repas
- b) De la toux ou des étouffements pendant les repas
- c) Une perte de l'odorat

### Question 4 — Causes

**Quelle condition peut causer la dysphagie?**

- a) Un accident vasculaire cérébral (AVC)
- b) Une fracture du poignet
- c) Une otite moyenne

## Question 5 — Risques

**Quel est l'un des principaux risques pour la santé associés à une Dysphagia non traitée?**

- a) La pneumonie d'aspiration
- b) L'arthrite
- c) Le diabète de type 2

## Question 6 — Alimentation à texture modifiée

**Quel est le but des aliments à texture modifiée pour les personnes atteintes de dysphagie?**

- a) Rendre les repas plus savoureux
- b) Rendre la déglutition plus sécuritaire et plus facile
- c) Réduire le temps de préparation des repas

## Question 7 — Professionnels de la santé

**Quel professionnel de la santé se spécialise dans l'évaluation et le traitement des troubles de la déglutition?**

- a) Le physiothérapeute
- b) L'orthophoniste
- c) Le pharmacien

## Question 8 — Mythes et réalités

**Laquelle de ces affirmations est vraie?**

- a) La dysphagie touche uniquement les personnes âgées
- b) La dysphagie peut affecter les personnes de tous âges, y compris les enfants
- c) La dysphagie disparaît toujours d'elle-même avec le temps

## Question 9 — Impact sur la vie quotidienne

**Comment la dysphagie peut-elle affecter la qualité de vie d'une personne?**

- a) Elle améliore l'appétit et la motivation à cuisiner
- b) Elle peut entraîner l'isolement social, l'anxiété lors des repas et la dénutrition
- c) Elle n'a aucun impact significatif sur la vie quotidienne

## Question 10 — Aspiration silencieuse

**Qu'est-ce que l'aspiration silencieuse?**

- a) Avaler de l'air en mangeant trop vite
- b) Des aliments ou des liquides qui entrent dans les voies respiratoires sans déclencher de réflexe de toux
- c) Une technique de respiration utilisée pendant les repas

## Question 11 — Mois de sensibilisation

**Quand le Mois de la sensibilisation à la dysphagie est-il célébré au Canada?**

- a) En mars
- b) En juin
- c) En octobre

## Question 12 — Soutien

**Que pouvez-vous faire pour soutenir une personne atteinte de dysphagie?**

- a) L'encourager à manger rapidement pour ne pas retarder le repas
- b) Être patient, se renseigner sur les diètes à texture modifiée et créer un environnement calme lors des repas

- c) Éviter de manger en sa présence pour ne pas la mettre mal à l'aise
- 

## RÉPONSES ET EXPLICATIONS

---

### Question 1 — Réponse : b) Une difficulté à avaler les aliments, les liquides ou la salive

Le terme « dysphagie » vient du grec *dys* (difficulté) et *phagein* (manger). Il désigne toute difficulté liée à la déglutition, qu'il s'agisse d'aliments solides, de liquides ou même de salive. Ce n'est pas une maladie en soi, mais un symptôme qui peut être associé à de nombreuses conditions médicales.

### Question 2 — Réponse : b) Environ 10 à 33 %

Selon les recherches publiées dans *Mayo Clinic Proceedings* et d'autres revues scientifiques, la dysphagie touche entre 10 % et 33 % des personnes âgées de 65 ans et plus. Ce taux augmente considérablement en milieu hospitalier et dans les centres de soins de longue durée, où la prévalence peut dépasser 50 %. Le dépistage précoce est donc essentiel.

### Question 3 — Réponse : b) De la toux ou des étouffements pendant les repas

La toux, les étouffements et la sensation que les aliments « restent pris » dans la gorge sont parmi les signes les plus fréquents de la dysphagie. D'autres indices incluent une voix mouillée ou enrouée après avoir mangé, des repas qui prennent beaucoup plus de temps que d'habitude, et une perte de poids inexplicquée. Si vous observez ces signes, consultez un professionnel de la santé.

### Question 4 — Réponse : a) Un accident vasculaire cérébral (AVC)

L'AVC est l'une des causes les plus courantes de dysphagie. On estime que jusqu'à 78 % des personnes ayant subi un AVC présentent des difficultés de

déglutition dans la phase aiguë. D'autres conditions comme la maladie de Parkinson, la sclérose en plaques, les cancers de la tête et du cou ainsi que certaines maladies neuromusculaires peuvent également causer la dysphagie.

### Question 5 — Réponse : a) La pneumonie d'aspiration

Lorsqu'une personne atteinte de dysphagie avale mal et que des aliments ou des liquides pénètrent dans les poumons, cela peut provoquer une

**pneumonied'aspiration**, une infection pulmonaire potentiellement grave.

La déshydratation et la dénutrition sont aussi des risques importants. Un suivi médical approprié permet de réduire considérablement ces dangers.

### **Question 6 — Réponse : b) Rendre la déglutition plus sécuritaire et plus facile**

Les aliments à texture modifiée (purées, aliments hachés, liquides épaissis) sont adaptés pour réduire le risque d'étouffement et d'aspiration. Ils permettent aux personnes atteintes de dysphagie de continuer à s'alimenter de façon sécuritaire tout en maintenant un apport nutritionnel adéquat. Le cadre international IDDSI (*International Dysphagia Diet Standardisation Initiative*) offre des lignes directrices normalisées à cet effet.

### **Question 7 — Réponse : b) L'orthophoniste**

L'orthophoniste (aussi appelé orthophoniste-audiologiste dans certaines provinces) est le professionnel de la santé spécialisé dans l'évaluation et le traitement des troubles de la déglutition. Il ou elle travaille en étroite collaboration avec les médecins, les nutritionnistes et les ergothérapeutes pour élaborer un plan de soins adapté à chaque patient.

### **Question 8 — Réponse : b) La dysphagie peut affecter les personnes de tous âges, y compris les enfants**

Contrairement à une idée répandue, la dysphagie ne touche pas que les personnes âgées. Elle peut affecter les nourrissons prématurés, les enfants ayant des troubles du développement, les adultes ayant subi un traumatisme crânien ou une chirurgie, et bien d'autres groupes. La sensibilisation à cette réalité est essentielle pour un dépistage précoce à tout âge.

### **Question 9 — Réponse : b) Elle peut entraîner l'isolement social, l'anxiété lors des repas et la malnutrition**

La dysphagie a un impact profond sur la qualité de vie. Les repas, qui sont normalement des moments de partage et de plaisir, peuvent devenir une source de stress et d'anxiété. Beaucoup de personnes touchées évitent de manger en public, ce qui mène à l'isolement social.

### **Question 10 — Réponse : b) Des aliments ou des liquides qui entrent dans les voies respiratoires sans déclencher de réflexe de toux**

L'aspiration silencieuse est particulièrement dangereuse parce que la personne ne tousse pas et ne montre aucun signe visible de difficulté. Les aliments ou les liquides entrent dans les voies respiratoires sans que l'on s'en aperçoive. Ce phénomène est fréquent chez les personnes ayant subi un AVC ou atteintes de maladies neurodégénératives, et nécessite souvent une évaluation instrumentale (comme une vidéofluoroscopie) pour être détecté.

### **Question 11 — Réponse : b) En juin**

Au Canada, le mois de juin est dédié à la sensibilisation à la dysphagie. C'est l'occasion de mieux faire connaître cette condition, de soutenir les personnes touchées et leurs proches, et de promouvoir la recherche et les pratiques cliniques en matière de déglutition. Partagez vos connaissances et aidez à briser le silence autour de la dysphagie!

## **Question 12 — Réponse : b) Être patient, se renseigner sur les diètes à texture modifiée et créer un environnement calme lors des repas**

Le soutien des proches est fondamental pour les personnes vivant avec la dysphagie. Faire preuve de patience, éviter de les brusquer pendant les repas, se renseigner sur les textures alimentaires adaptées et créer un environnement calme et sans distraction font une réelle différence. Votre compréhension et votre empathie peuvent grandement améliorer leur expérience alimentaire et leur bien-être émotionnel.

---

[www.dysphagiecanada.org](http://www.dysphagiecanada.org)

**Ensemble pour une meilleure sensibilisation**

Pour en savoir plus : [www.dysphagiecanada.org](http://www.dysphagiecanada.org)

Ce quiz peut être reproduit et partagé librement à des fins éducatives.

© 2026 Dysphagiecanada.org | Mois de la sensibilisation à la dysphagie — Juin 2026