



5595-5-0 (DFIT)

13 December 2013

Distribution List

Blood pressure and heart rate screening for CAF fitness evaluations

References:

- A) [Director Medical Policy Instruction 4000-21](#)
- B) [Canadian Government Cataloguing System](#)

1. Effective 01 Dec 2013, Canadian Armed Forces (CAF) members with a valid Periodic Health Assessment (PHA) are not required to undergo pre-evaluation blood pressure (BP) or heart rate (HR) measurement prior to any CAF physical fitness evaluation.

2. CAF members who do not have a valid PHA are required to undergo pre-evaluation BP screening only (HR is no longer measured). The cutoff point for BP will be equal to or less than 150/100 mmHg.

3. As per Ref A, PHAs are valid for five (5) years for members under 40, and two (2) years for members over 40 for all MOSIDs unless otherwise specified. When a PHA is performed between the ages of 35 and 40, it shall be valid for a maximum period of five (5) years, but not beyond age 42.

4. An automated blood pressure machine (ABPM) can be used by qualified FORCE



5595-5-0 (DCP)

Le 13 décembre 2013

Liste de distribution

Mesure de la pression artérielle et de la fréquence cardiaque pour les évaluations de la condition physique des FAC

Références :

- a) [Directeur Politique de santé Instruction 4000-21](#)
- b) [Système de catalogage du gouvernement canadien](#)

1. À compter du 1<sup>er</sup> décembre 2013, les membres des Forces armées canadiennes (FAC) dont l'examen médical périodique (EMP) est valide ne sont pas tenus de faire mesurer leur pression artérielle (PA), ni leur fréquence cardiaque (FC) avant une évaluation de la condition physique des FAC.

2. Les membres des FAC dont l'EMP n'est pas valide doivent faire mesurer leur PA uniquement (la FC n'est plus mesurée) avant leur évaluation de la condition physique. La PA doit être égale ou inférieure à 150/100 mmHg.

3. Suivant la référence A, les EMP sont valides durant 5 ans en ce qui a trait aux militaires de moins de 40 ans et durant 2 ans en ce qui concerne les militaires de plus de 40 ans, et ce, pour tous les SGPM, sauf avis contraire. Les EMP des militaires âgés de 35 à 40 ans sont valides durant tout au plus 5 ans, mais pas pas au-delà de l'âge de 42 ans.

4. Les évaluateurs qualifiés FORCE (personnel du conditionnement physique

Evaluators (PSP fitness or military personnel) to measure BP. The recommended model (NSN: 6515-20-A0J-1705) can be acquired through the Canadian Government Cataloguing System (Ref B) for approximately \$54.98.

5. Starting on 01 April 2014, the new FORCE Evaluation form (DND 279) will have a question on the validity of a CAF member's PHA. Until then, please have the member answer the question on PHAs in Annex A. Attach Annex A to copy 3 of the FORCE Evaluation form (distribution to PSP F&S section).

6. These new procedures will be added to the FORCE Evaluation Ops manual.

7. Questions regarding this memo can be directed to Christine Charron, National Physical Fitness Policy and Standards Coordinator at 613-992-0043 or by email [christine.charron@forces.gc.ca](mailto:christine.charron@forces.gc.ca)

Le directeur du conditionnement physique  
Services de bien-être et moral des Forces  
canadiennes,



Daryl Allard  
Director of Fitness  
Canadian Forces Morale and Welfare Services

#### Enclosures

Annex A: Annex to the FORCE Program evaluation form

Distribution List

Action

Fitness Coordinators

des PSP ou militaires) peuvent se servir d'un appareil automatisé de mesure de la PA pour mesurer la PA. On peut se procurer le modèle privilégié (NNO : 6515-20-A0J-1705) au moyen du Système de catalogage du gouvernement canadien (réf. B) à environ 54,98 \$.

5. À partir du 1<sup>er</sup> avril 2014, le nouveau formulaire d'évaluation FORCE (DND 279) comportera une question sur la validité de l'EMP du membre des FAC. D'ici là, veuillez demander au militaire de répondre à la question sur l'EMP de l'annexe A. Joignez l'annexe A à la copie 3 du formulaire d'évaluation FORCE (distribution à la section du CPS des PSP).

6. Ces nouvelles procédures seront ajoutées au manuel d'instructions de l'évaluation FORCE.

7. Veuillez adresser toute question sur la présente à Christine Charron, Coordonnatrice nationale des politiques et des normes de conditionnement physique, au 613-992-0043 ou par courriel à [christine.charron@forces.gc.ca](mailto:christine.charron@forces.gc.ca)

Le directeur – Politique de santé  
Services de santé des Forces canadiennes,



Capv Cyd Courchesne  
Capt (N)  
Director Medical Policy  
Canadian Forces Health Services

#### Pièces jointes

Annexe A : Annexe au formulaire du Programme FORCE

Liste de distribution

Action

Coordonnateurs du conditionnement

Fitness, Sports and Recreation Coordinators	physique Coordonnateurs du conditionnement physique, des sports et des loisirs
Information	Information
Fitness and Sports Directors	Directeurs du conditionnement physique et des sports
Base/Wing Surgeon	Médecins des bases/escadres