

Code patient : _____ / _____ T0 T1 T2 (à cocher)

Date: ___/___/_____

**A REMPLIR A T0 (avant étude), T1 (à mi-parcours) à T2 (à la fin de l'étude)
ENQUETE DIETETIQUE EN VUE D'UNE ESTIMATION DE L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE, DE LA
VARIETE ET DE LA QUALITE**

Cochez une croix dans la colonne qui vous semble le plus vous correspondre.

Damien GALTIER, Diététicien Nutritionniste

	Très souvent	Souvent	Parfois	Rarement	Jamais
<i>Je consomme au moins 2 fruits frais par jour</i>					
<i>Je mange à chaque repas des légumes verts</i>					
<i>Je consomme au moins deux à trois fois par jour des produits laitiers (lait, fromages peu gras, yaourt...)</i>					
<i>Je mange au moins une fois par jour de la viande, du poisson, des œufs ou du jambon blanc</i>					
<i>Je mange à chaque repas des céréales, féculents ou dérivées (pâtes, riz, pain, muesli, pomme de terre, légumes secs comme lentilles, pois chiches, haricots secs</i>					
<i>Je bois régulièrement de l'eau dans la journée</i>					

	Très souvent	Souvent	Parfois	Rarement	Jamais
<i>Je consomme au moins une fois par jour de la charcuterie (saucisson, rillettes, andouillette, saucisses...)</i>					
<i>Je consomme fritures ou plats en sauce...</i>					
<i>Je sale mes plats avant même de les goûter</i>					
<i>Je bois plus de trois verres de boissons alcoolisées par jour (bière, vin, apéritifs...) ou boissons sucrées (soda...)</i>					
<i>Je mange ou je cuisine les mêmes plats car je manque d'idées</i>					
<i>J'utilise des plats déjà cuisinés ou prêt à consommer (plats surgelés, plats en conserves, gamme des traiteurs...)</i>					



TOTAL EQ :...../ 48

Code patient : _____ / _____ T0 T1 T2 (à cocher)

Date: ___/___/_____

A REMPLIR A T0 (avant étude), T1 (à mi-parcours) à T2 (à la fin de l'étude)

ENQUETE DIETETIQUE EN VUE D'UNE ESTIMATION DES CONDITIONS, DE L'ENVIRONNEMENT ET DU COMPORTEMENTS LORS DES PRISES ALIMENTAIRES

Cochez une croix dans la colonne qui vous semble le plus vous correspondre.

Damien GALTIER, Diététicien Nutritionniste

	Très souvent	Souvent	Parfois	Rarement	Jamais
<i>Je grignote entre les repas</i>					
<i>Je fais régulièrement des régimes stricts pour perdre quelques « kilos »</i>					
<i>Je me sers plusieurs fois du même plat</i>					
<i>Il m'arrive de sauter un repas dans la journée (petit déj, midi, dîner)</i>					
<i>Je ne distingue pas la sensation de faim de celle de la gourmandise</i>					
<i>Mes prises alimentaires sont influencées par les évènements « extérieurs » (humeur, colère, tristesse...)</i>					

	Très souvent	Souvent	Parfois	Rarement	Jamais
<i>Pour réaliser mes menus, je puise dans toutes les familles d'aliments (produits laitiers, féculents...)</i>					
<i>Manger est un plaisir et non une corvée</i>					
<i>Je mange lentement en prenant soin de bien mastiquer mes aliments</i>					
<i>Je mange ni plus ni moins que les personnes de mon entourage (famille, collègues...)</i>					
<i>L'ambiance de mes repas est détendue</i>					
<i>Quand je ne suis pas seul(e) pour manger, j'arrive à participer aux échanges tout en mangeant</i>					

