

# QUESTIONNAIRE ATTITUDES ALIMENTAIRES

## (Campagne fixe Août 2010)

<ul style="list-style-type: none"><li>1 - Introduction</li><li>2 - Partie 1</li><li>3 - Partie 2</li><li>4 - Partie 3</li><li>5 - Partie 4</li><li>6 - Commentaires</li></ul>	<h3>QUESTIONNAIRE SUR VOS ATTITUDES ALIMENTAIRES</h3> <p>Les recherches portant sur les liens entre alimentation et santé font ressortir que plusieurs aspects de la motivation à manger sont importants, en plus du choix d'aliments. Le questionnaire que nous vous proposons ici a été élaboré pour mesurer des aspects importants de la motivation à manger. Il nous apprend comment les aliments et d'autres éléments de l'environnement influencent l'appétit et affectent la consommation. Il ne s'intéresse pas tant aux choix alimentaires qu'aux attitudes du consommateur dans différentes situations.</p> <p style="text-align: right;"><a href="#">Suite ▶</a></p>
---	---

- 1 - Introduction
- 2 - **Partie 1**
- 3 - Partie 2
- 4 - Partie 3
- 5 - Partie 4
- 6 - Commentaires

### Partie 1

**1. À table, je prends délibérément de petites parts comme moyen de contrôler mon poids.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

**2. Quand je me sens anxieux (se), je me surprends à manger.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

**3. Parfois, lorsque je commence à manger, j'ai l'impression que je ne vais pas pouvoir m'arrêter.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

**4. Quand j'ai le cafard, il m'arrive souvent de manger trop.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

**5. J'évite de manger certains aliments car ils me font grossir.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

**6. Lorsque je suis avec quelqu'un qui mange, cela me donne souvent assez faim pour manger aussi.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

[◀ Précédent](#) | [Suite ▶](#)

- 1 - Introduction
- 2 - Partie 1
- 3 - **Partie 2**
- 4 - Partie 3
- 5 - Partie 4
- 6 - Commentaires

## Partie 2

7. Quand je me sens tendu(e) ou crispé(e), je ressens souvent le besoin de manger.

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

8. J'ai si faim que j'ai souvent l'impression que mon estomac est un puits sans fond.

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

9. Comme j'ai toujours faim, il m'est difficile d'arrêter de manger avant d'avoir terminé mon assiette.

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

10. Lorsque je me sens seul (e), je me console en mangeant.

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

11. À table, je me retiens volontairement de manger pour ne pas prendre de poids.

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

12. Quand je sens une odeur de grillade ou que je vois un morceau de viande juteux, je trouve très difficile de me retenir de manger même si je viens de terminer un repas.

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

[← Précédent](#) | [Suite →](#)

- 1 - Introduction
- 2 - Partie 1
- 3 - Partie 2
- 4 - **Partie 3**
- 5 - Partie 4
- 6 - Commentaires

### Partie 3

**13. J'ai toujours assez faim pour manger à n'importe quelle heure.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

**14. Si je me sens nerveux(se), j'essaie de me calmer en mangeant.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

**15. La vue d'un aliment appétissant me donne souvent tellement faim que je suis obligé(e) de manger tout de suite.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

**16. Quand je me sens déprimé(e), je veux manger.**

- entièrement vrai
- assez vrai
- assez faux
- complètement faux

**17. Vous arrive-t-il d'éviter de « faire des provisions » d'aliments qui vous tentent ?**

- jamais ou presque
- rarement
- parfois
- presque toujours

**18. Avez-vous tendance à manger volontairement moins que vous n'en avez envie ?**

- pas du tout
- un peu
- modérément
- fortement

◀ Précédent | Suite ▶

- 1 - Introduction
- 2 - Partie 1
- 3 - Partie 2
- 4 - Partie 3
- 5 - Partie 4
- 6 - Commentaires

#### Partie 4

19. Vous arrive-t-il de vous « empiffrer » bien que vous n'ayez pas faim ?

- jamais
- rarement
- parfois
- au moins une fois par semaine

20. À quels moments avez-vous une sensation de faim ?

- uniquement à l'heure des repas
- parfois entre les repas
- souvent entre les repas
- presque tout le temps

21. Sur une échelle allant de 1 à 8, où

*Le chiffre 1 signifie « pas de restriction du tout sur l'alimentation » (c'est-à-dire que vous mangez ce que vous voulez, quand vous le voulez)*

*et le chiffre 8 « une restriction importante » (c'est-à-dire que vous limitez en permanence la prise alimentaire sans jamais craquer), quel chiffre vous donnez-vous ?*

*Cliquez sur le chiffre qui correspond le mieux à votre cas.*

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8

◀ Précédent | Suite ▶

- 1 - Introduction
- 2 - Partie 1
- 3 - Partie 2
- 4 - Partie 3
- 5 - Partie 4
- 6 - Commentaires

### Commentaires

---

Si vous n'avez pas de commentaire, merci de valider définitivement votre questionnaire.

**En revanche, si vous pensez que votre situation n'est prise en compte que partiellement dans ce questionnaire, nous vous proposons de nous préciser ci-dessous les informations supplémentaires qui nous permettront de mieux traiter vos réponses :**

500 Caractères restants

Si vous avez besoin d'une aide pour remplir ce questionnaire, merci de cliquer sur la rubrique **NOUS CONTACTER** et de nous préciser vos difficultés : nous vous enverrons une réponse dans les plus brefs délais vous permettant de terminer et de valider votre questionnaire.

MERCI.

[← Précédent](#) | [Enregistrer en brouillon](#) | [Valider définitivement](#)