

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES (+ 2 MOIS)
- Première mise en ligne la semaine du 21 mars 2011 -

1 - Introduction

2 - Votre consommation
actuelle

3 - Votre consommation au
cours des 12 derniers mois

4 - Informations
complémentaires

5 - Commentaires

Les compléments alimentaires peuvent représenter une part importante des apports en vitamines, minéraux et oligoéléments chez les personnes qui en consomment. Il est donc important pour les chercheurs de savoir, de façon précise, si vous consommez (ou avez consommé) ce type de produits, et si oui, lesquels. Comme tous les questionnaires NutriNet-Santé, ce questionnaire n'a aucune visée commerciale. Si les noms et les marques des produits consommés sont demandés, c'est parce que la composition nutritionnelle est très variable d'un complément alimentaire à l'autre.

DÉFINITION D'UN COMPLÉMENT ALIMENTAIRE

Les compléments alimentaires sont des vitamines, des minéraux, des oligo-éléments, des extraits ou concentrés de plantes, des acides aminés, des protéines, des acides gras essentiels (oméga 3 par exemple), des phyto-œstrogènes, ou tout autre type de compléments à l'alimentation sous forme de pilules, comprimés, gélules, sachet de poudre, sirop, etc.

Par exemple, lorsque vous consommez des comprimés de vitamine C ou que vous faites des cures de magnésium ou de levure de bière (en comprimé ou en paillettes), il s'agit de compléments alimentaires.

Il peut parfois s'agir de médicaments, prescrits ou pas par un médecin et pouvant être éventuellement remboursés. Notamment, ceux riches en vitamines, minéraux, etc. doivent être déclarés dans ce questionnaire (comme par exemple les médicaments anti-ostéoporose riches en vitamines D ou en calcium).

Les aliments enrichis ou diététiques (exemple : céréales, substituts de repas sous forme de crèmes dessert, jus de fruits, le sel iodé et/ou fluoré, etc.), ne sont pas des compléments alimentaires.

ATTENTION : SI VOUS N'AVEZ JAMAIS CONSOMMÉ DE COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES, IL EST IMPORTANT QUE VOUS RÉPONDIEZ TOUT DE MÊME À CE QUESTIONNAIRE (IL VOUS SUFFIRA ALORS DE RÉPONDRE « NON » AUX DEUX PREMIÈRES QUESTIONS).

Suite 

COMPLEMENTS ALIMENTAIRES (+ 2 MOIS)
- Première mise en ligne la semaine du 21 mars 2011 -

- 1 - Introduction
- 2 - Votre consommation actuelle
- 3 - Votre consommation au cours des 12 derniers mois
- 4 - Informations complémentaires
- 5 - 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](#)