

Connaissances nutritionnelles sur les glucides

Introduction

Madame, Monsieur,

Nous souhaitons solliciter votre participation afin d'optimiser au mieux la prise en charge thérapeutique et diététique des personnes vivant soit avec un diabète de type 1 soit avec un diabète de type 2 traité par insuline soit sans diabète.

Pour cela, il vous suffit de répondre au questionnaire évaluant vos connaissances diététiques (environ 10 minutes).

Certaines questions peuvent vous paraître difficile, dans ce cas n'hésitez pas à répondre « je ne sais pas ». Pour toute question, écrivez-nous à support@etude-nutrinet-sante.fr

Merci de votre participation.

Partie 1 :

**Le questionnaire sur les aliments contient 3 parties de 6 à 13 questions, 24 au total.
Temps nécessaire : 10min en moyen.**

Ces aliments contiennent-ils des glucides ?

Cocher la bonne réponse pour chaque question.

Saucisses de Strasbourg

Oui Non Je ne sais pas

Cabillaud (poisson blanc)

Oui Non Je ne sais pas

Gruyère

Oui Non Je ne sais pas

Lait demi-écrémé

Oui Non Je ne sais pas

Soda

Oui Non Je ne sais pas

Légumes secs (lentilles, flageolets, haricots rouges, ...)

Oui Non Je ne sais pas

Pomme

Oui Non Je ne sais pas

Haricots verts

Oui Non Je ne sais pas

Beurre

Oui Non Je ne sais pas

Poulet grillé

Oui Non Je ne sais pas

Spaghetti cuites natures

Oui Non Je ne sais pas

Sauce tomate (style « ketchup »)

Oui Non Je ne sais pas

Steack haché cuit

Oui Non Je ne sais pas

Partie 2 :

Quelle quantité de glucides contiennent les aliments suivants ?

Cocher la bonne réponse pour chaque question.

1 verre de lait (200mL)

0g 10g 20g 30g 40g 50g 60g Je ne sais pas

1 assiette de pâtes cuites (200g)

0g 10g 20g 30g 40g 50g 60g Je ne sais pas

1 assiette de riz cuit (200g)

0g 10g 20g 30g 40g 50g 60g Je ne sais pas

1 verre de jus d'orange (200mL)

0g 10g 20g 30g 40g 50g 60g Je ne sais pas

1/2 bol céréales sucrées (45g)

0g 10g 20g 30g 40g 50g 60g Je ne sais pas

1 assiette de flageolets (200g)

0g 10g 20g 30g 40g 50g 60g Je ne sais pas

1 assiette de purée (200g)

0g 10g 20g 30g 40g 50g 60g Je ne sais pas

Partie 3 :

Cocher la bonne réponse pour chaque question.

Céréales petit-déjeuner

ÉTUDE
NUTRINET
SANTÉ

A quelle partie de l'étiquette devez-vous vous référer pour un bol de céréales (1 portion) afin de connaître l'apport glucidique ?

- Je ne sais pas Partie supérieure Partie inférieure Les deux

Pour une portion, combien de glucides mangerez-vous, en grammes ?

- Je ne sais pas 62g 11g 28g

Pour 100g de ces céréales, combien y a-t-il de sucres, en grammes ?

- Je ne sais pas 11g 24g 62g

Si vous mangez le paquet entier, combien de portions mangerez-vous ?

- Je ne sais pas 10 16 22

Est-ce que ces céréales contiennent des lipides ?

- Oui Non

Pour 100g de ces céréales, combien y a-t-il d'acides gras saturés, en grammes ?

- Je ne sais pas 2,3g 5g 14g

Commentaires (facultatifs)

Commentaires (Nombre de caractères restants : 150)