

TEST DE DÉPISTAGE **(EAT- 26)**

Nom : _____
Examineur : _____

DDN : _____
Date : _____

Le test qui suit permet de déceler les personnes qui risquent de contracter un trouble des conduites alimentaires.

Répondre à chaque question par : toujours, très souvent, souvent, quelquefois, rarement ou jamais.

| | Toujours | Très souvent | Souvent | Quelquefois | Rarement | Jamais |
|--|----------|--------------|---------|-------------|----------|--------|
| 1. Je suis terrifiée à l'idée d'être trop grosse. | • | • | • | | • | |
| 2. J'évite de manger quand j'ai faim. | • | • | • | | • | |
| 3. Je suis préoccupée par la nourriture. | • | • | • | | • | |
| 4. J'ai fait des excès alimentaires au cours desquels je pensais ne pas pouvoir m'arrêter. | • | • | • | | • | |
| 5. Je coupe ma nourriture en petits morceaux. | • | • | • | | • | |
| 6. Je suis consciente du contenu calorique de la nourriture que je mange. | • | • | • | | • | |
| 7. J'évite particulièrement les aliments tels le sucre, le pain ou les pommes de terre. | • | • | • | | • | |
| 8. J'ai l'impression que les autres préféreraient que je mange davantage. | • | • | • | | • | |
| 9. Je déteste avoir mangé. | • | • | • | | • | |
| 10. Je me sens terriblement coupable après avoir mangé. | • | • | • | | • | |
| 11. Je suis préoccupée par le désir d'être plus mince. | • | • | • | | • | |
| 12. Je me pèse plusieurs fois par jour. | • | • | • | | • | |
| 13. Je pense que je suis en train de brûler des calories quand je fais des exercices. | • | • | • | | • | |
| 14. Les autres pensent que je suis trop mince. | • | • | • | | • | |
| 15. Je suis préoccupée par l'idée d'être grassouillette. | • | • | • | | • | |
| 16. Je prend plus de temps que les autres à manger mes repas. | • | • | • | | • | |
| 17. J'évite de manger de la nourriture qui contient du sucre. | • | • | • | | • | |
| 18. Je mange des aliments diététiques. | • | • | • | | • | |
| 19. J'ai l'impression que la nourriture contrôle ma vie. | • | • | • | | • | |
| 20. Je suis disciplinée devant la nourriture. | • | • | • | | • | |
| 21. J'ai l'impression que les autres me poussent à manger. | • | • | • | | • | |
| 22. Je consacre trop de temps et pense trop à la nourriture. | • | • | • | | • | |
| 23. Je ne me sens pas à l'aise après avoir mangé des sucreries. | • | • | • | | • | |
| 24. J'aime que mon estomac soit vide. | • | • | • | | • | |
| 25. Je déteste essayer de la nouvelle nourriture riche en calories. | • | • | • | | • | |
| 26. J'ai envie de vomir après les repas. | • | • | • | | • | |

CORRECTION DU TEST

Compter 3 points pour les réponses « toujours », 2 points pour les réponses « très souvent », et 1 point pour « souvent ». Un total de 20 points et plus signale une préoccupation excessive pour le poids et un risque que la patiente contracte un trouble des conduites alimentaires, risque d'autant plus élevé qu'elle sera mince. Par exemple dans une étude effectuée à Québec (Ratté Pomerleau et Lapointe 1989), on a noté que si une jeune fille avait un poids inférieur à 80 % du poids normal et un résultat au EAT-26 supérieur à 20, dans 70 % des cas, on posait un diagnostic d'anorexie mentale. Dans tous les autres cas, on décelait un trouble connexe