



ODES (Français)

Instructions : L'outil de dépistage des comportements alimentaires perturbés d'Ottawa (ODES) pose des questions sur l'alimentation, le corps et les comportements alimentaires. Veuillez encrer la réponse qui décrit le mieux la fréquence à laquelle chacune des situations suivantes s'est produite au cours des 4 dernières semaines.

Au cours des 4 dernières semaines, à quelle fréquence ...						
vous êtes-vous tellement inquieté(e) de votre poids, de votre silhouette ou de votre musculature que vous ne pouviez plus vous sortir ces pensées de la tête ?	Jamais	Rarement	À l'occasion	Souvent	Toujours	
avez-vous cessé de manger ou mangé de manière à modifier votre poids, votre silhouette ou votre musculature ?	Jamais	Une ou deux fois	Une ou deux fois par semaine	3 ou 4 fois par semaine	5 ou 6 fois par semaine	Tous les jours ou presque tous les jours
avez-vous eu des périodes d'hyperphagie (c'est-à-dire, mangé ce que d'autres qualifieraient de quantité inhabituellement importante de nourriture, comme un litre entier de crème glacée, en quelques heures) ?	Jamais	Une ou deux fois	Une ou deux fois par semaine	3 ou 4 fois par semaine	5 ou 6 fois par semaine	Tous les jours ou presque tous les jours
avez-vous eu l'impression de ne pas pouvoir vous arrêter de manger ou de ne pas pouvoir contrôler la quantité que vous mangiez ?	Jamais	Une ou deux fois	Une ou deux fois par semaine	3 ou 4 fois par semaine	5 ou 6 fois par semaine	Tous les jours ou presque tous les jours

Veillez noter : L'utilisation de l'outil ODES est gratuite, à condition qu'une citation appropriée soit incluse dans toutes les applications et publications. Le contenu des versions anglaise et française, y compris les énoncés, les items et la cotation, ne peut pas être modifié, adapté ou altéré. Afin de préserver la validité et la fidélité de l'instrument, si vous souhaitez traduire cet outil, veuillez demander l'autorisation des auteurs. L'ODES est un outil de dépistage autoadministré et ne remplace pas le jugement clinique.



Guide de cotation de l'ODES

Le système de cotation de l'ODES est conçu pour évaluer le risque de comportements alimentaires perturbés en examinant deux domaines principaux : **le cognitif** et **le comportemental**.

Le domaine cognitif est mesuré par **l'item 1**, qui évalue la préoccupation pour la nourriture, le corps, la silhouette, le poids et/ou la musculature.

Le domaine comportemental est évalué par les **items 2, 3a et 3b**:

- **L'item 2**, qui évalue les habitudes alimentaires restrictifs, et
- **Les items 3a et 3b combinés**, qui évaluent les comportements d'hyperphagie.

Recommandations pour l'utilisation de l'ODES en milieu de soins (système de feux tricolores) :

Au cours des 4 dernières semaines, à quelle fréquence ...						
Item 1. vous êtes-vous tellement inquiet(e) de votre poids, de votre silhouette ou de votre musculature que vous ne pouviez plus vous sortir ces pensées de la tête ?	● (1) Jamais	● (2) Rarement	■ (3) À l'occasion	▲ (4) Souvent	▲ (5) En tout temps	
Item 2. avez-vous cessé de manger ou mangé de manière à modifier votre poids, votre silhouette ou votre musculature ?	● (1) Jamais	● (2) Une ou deux fois	■ (3) Une ou deux fois par semaine	▲ (4) 3 ou 4 fois par semaine	▲ (5) 5 ou 6 fois par semaine	▲ (6) Tous les jours ou presque tous les jours
Item 3a. avez-vous eu des périodes d'hyperphagie (c'est-à-dire, mangé ce que d'autres qualifieraient de quantité inhabituellement importante de nourriture, comme un litre entier de crème glacée, en quelques heures) ?	● (1) Jamais	■ (2) Une ou deux fois	■ (3) Une ou deux fois par semaine	▲ (4) 3 ou 4 fois par semaine	▲ (5) 5 ou 6 fois par semaine	▲ (6) Tous les jours ou presque tous les jours
Item 3b. avez-vous eu l'impression de ne pas pouvoir vous arrêter de manger ou de ne pas pouvoir contrôler la quantité que vous mangiez ?	● (1) Jamais	■ (2) Une ou deux fois	■ (3) Une ou deux fois par semaine	▲ (4) 3 ou 4 fois par semaine	▲ (5) 5 ou 6 fois par semaine	▲ (6) Tous les jours ou presque tous les jours



En utilisant le système de feux tricolores, **un dépistage positif** se produit lorsqu'une personne obtient un score dans les **zones orange ou rouge** du domaine cognitif (item 1) **OU** du domaine comportemental (item 2 **et/ou** les items 3a et 3b combinés).

▲ Risque élevée/ Rouge	Présente des scores dans la zone rouge À LA FOIS dans le domaine cognitif et dans le domaine comportemental	Recommander un dépistage ou une évaluation supplémentaire, y compris une évaluation médicale.
■ Risque modéré/ Orange	Présente des scores dans la zone orange À LA FOIS dans les domaine cognitif et dans le domaine comportemental OU Si les scores se situent dans la zone rouge ou orange soit dans le domaine cognitif, soit dans le domaine comportemental	Recommander un dépistage ou une évaluation plus supplémentaire.
● Risque faible/ Vert	Présente des scores dans la zone verte À LA FOIS dans le domaine cognitif et dans le domaine comportemental	Ne recommander aucun dépistage ni aucune évaluation supplémentaire.
* Remarque : ce guide d'évaluation ne remplace pas le jugement clinique.		

Recommandations pour l'utilisation de l'ODES dans le cadre de la surveillance :

Un score total de 7 ou plus, obtenu en additionnant les scores des 4 items, indique que la personne est « à risque » de présenter des comportements alimentaires perturbés.