

Carence en vitamine A ? Suivez-vous un : Souffrez-vous de :	Non	Peu	Modérément	Beaucoup	Extrême
	Jamais	Parfois	Régulièrement	Souvent	Toujours
	0	±	+	++	+++
1. Régime végétalien ou végétarien	0	1	2	3	4
2. Sécheresse des yeux	0	1	2	3	4
3. Cheveux secs	0	1	2	3	4
4. Peau sèche et rêche sur la partie supérieure du bras et du dos	0	1	2	3	4
5. Eczéma, dermatite	0	1	2	3	4
6. Héméralopie (vision pauvre en soirée)	0	1	2	3	4
7. Acné	0	1	2	3	4
8. Selles molles	0	1	2	3	4
9. Fissures aux talons.	0	1	2	3	4
10 a. Femmes : Sécheresse vaginale	0	1	2	3	4
10 b. Hommes : Testicules plus petits	0	1	2	3	4
Total					
Total général					
Score	10 ou moins		Taux satisfaisant		
	Entre 10 et 20		Carence possible en vitamine A		
	21 ou plus		Carence probable en vitamine A		