

Carence en acides gras polyinsaturés de type oméga 3? Souffrez-vous de :	Non Jamais	Peu Parfois	Modérément Régulièrement	Beaucoup Souvent	Extrême Toujours
	0	±	+	++	+++
Devoir boire des quantités excessives d'eau et d'autres liquides	0	1	2	3	4
Besoin fréquent d'uriner	0	1	2	3	4
Difficulté d'attention (désordre)	0	1	2	3	4
Tendance à s'isoler socialement	0	1	2	3	4
Tendance à répéter des mots ou des actes	0	1	2	3	4
Total					
Total général					
Score	5 ou moins		Taux satisfaisant		
	Entre 5 et 10		Carence possible en acides gras polyinsaturés de type ω 3		
	11 ou plus		Carence probable en acides gras polyinsaturés de type ω 3		