

# **Bulimia Test BULIT**

M. Bouvard – Mise à jour 2008 par S. Bioulac

Auto-évaluation  
Echelle diagnostique (dépistage)

## **Résumé**

Le Bulimia Test (BULIT) est un auto-questionnaire de 36 items évaluant les perturbations alimentaires de type boulimique. Chaque item est coté de 1 à 5, en fonction du caractère pathologique, dans le sens boulimique, du comportement étudié. Seul actuellement le score global est pris en compte dans les études. Les scores supérieurs ou égaux à 102 correspondent aux états pathologiques, les scores supérieurs ou égaux à 88, et inférieurs à 102, signalent des conduites alimentaires anormales, en l'absence même de tout syndrome organisé (boulimies occasionnelles). D'autres études doivent venir valider la valeur de cet instrument, dont l'application essentielle reste le dépistage des conduites boulimiques en population non clinique.

## **Introduction**

Le BULIT (Bulimia Test) a été développé pour l'évaluation des troubles des conduites alimentaires boulimiques dans la population générale. C'est un instrument d'auto-évaluation destiné essentiellement au dépistage des troubles des conduites alimentaires.

## **Historique et présentation**

Le BULIT a été mis au point par Smith et Thelen et publié en 1984. Il a été développé en plusieurs étapes afin de sélectionner les items les plus pertinents. L'instrument actuel, tel qu'il a été publié, comprend 36 items cotés chacun de 1 à 5 (1 correspondant au comportement normal, et 5 au comportement le plus orienté vers la boulimie). C'est un instrument d'auto-évaluation où chaque sujet coche, pour chaque item, la phrase qui correspond le mieux à son état actuel.

Le BULIT a été traduit et validé en français dans le service du Pr Dugas (Hôpital R. Debré) (Bouvard et al., 1989).

Il existe une forme plus récente de cet outil (Bulimia Test-Revised) (Thelen, 1991, 1996), forme à 28 items, intégrant les critères diagnostiques du DSM-IV (non traduite en français).

## **Mode de construction**

La première version comprenait 75 items sélectionnés à partir des critères du DSM-III-R., pour chacun des troubles alimentaires. Chacun de ces items était coté de 1 à 5. Cette première version a été testée dans un groupe de 18 patientes boulimiques, présentant les critères DSM-III-R de la boulimie (bulimia nervosa), et 119 jeunes filles contrôles. L'ordre des réponses, du plus normal vers le plus pathologique, a été changé pour certains items, afin d'éviter un biais lié à la présentation des réponses. Les items les plus discriminants ont ensuite été retenus pour constituer le test, tel qu'il est actuellement. Deux nouveaux items, concernant l'existence de vomissements et de périodes de restriction alimentaire

sévère, ont été ajoutés à la dernière version. Enfin, quatre items bien que non discriminants entre les deux groupes de patientes boulimiques et de sujets contrôles, ont été conservés, car ils donnaient des informations concernant l'abus de laxatifs ou de diurétiques et les troubles menstruels. Du fait de leur faible pouvoir discriminant, ces quatre items n'ont pas été retenus dans le calcul des scores totaux, qui ne comprend que la somme de 32 items.

### **Etudes de validation**

L'instrument définitif a été passé chez 22 boulimiques, 99 sujets contrôles et 14 anorexiques, dans un premier temps. Dans un deuxième temps, 652 étudiantes ont été testées avec l'instrument, puis 69 d'entre elles ont été retenues, du fait de leur score élevé, pour étudier la fidélité test-retest de l'instrument.

La comparaison entre populations boulimiques et contrôles a trouvé des scores significativement plus élevés dans la population boulimique ( $m=124$ ) que dans la population contrôle ( $m=60$ ). Ces différences ont été retrouvées de façon très significative pour 30 des items de l'instrument. Le score de 102 est apparu le plus discriminant, entre la population contrôle et la population boulimique. En utilisant ce score, la sensibilité de l'instrument est de 0,95 et la spécificité de 0,98. Une seule patiente boulimique sur 20, et 2 sujets contrôles sur 94, ont été mal classés avec ce score seuil. La fidélité test-retest mesurée au cours de la deuxième série d'études est de 0,87. La validité externe a été appréciée par comparaison avec l'échelle EAT (Eating Attitude Test). La corrélation entre les deux instruments est de 0,68 ( $p < 0,001$ ). Si la corrélation est significative, il n'existe pas un chevauchement total entre les deux instruments, l'EAT mesurant en partie des comportements anorexiques. La validité interne a été évaluée à l'aide d'une analyse en composantes principales. 5 facteurs ont été retrouvés :

1/ un facteur crise de boulimie, comprenant les items (1, 2, 3, 4, 8, 11, 12, 17, 18, 22, 24, 28, 31, 35) ;

2/ un facteur sentiments liés aux prises alimentaires, avec les items (5, 6, 10, 14, 16, 19, 20, 23, 26, 29) ;

3/ un facteur vomissements (items 1, 8, 15, 27, 30) ;

4/ un facteur qualité de l'alimentation (items 9, 21) ;

5/ un facteur contrôle du poids (items 25, 32).

Cette structure factorielle apparaît relativement stable, puisque les mêmes facteurs ont été retrouvés lors de l'étude de validation de l'échelle en français, la seule différence étant la valeur plus importante du facteur correspondant aux sentiments du sujet en rapport avec l'alimentation.

### **Mode de passation**

Le BULIT est un questionnaire, rempli par les sujets, sur leur comportement actuel et passé, pour certains items, comme la perte de poids ou les menstruations.

### **Cotation**

Seuls les scores globaux ont fait l'objet d'une étude de validation. Le score global est la somme de tous les items, sauf quatre items [abus de laxatifs (7), abus de diurétiques (34), dernière période menstruelle (33), fréquence habituelle des règles (36)]. Chaque item est

coté de 1 à 5, 1 correspondant au comportement le plus normal, et 5 au comportement le plus boulimique, pour l'item considéré. Le score minimum est de 32, et le maximum de 160. Les scores des différents facteurs ne sont actuellement pas validés.

Un score supérieur ou égal à 102 définit des comportements boulimiques authentiques, le score de 88, des comportements boulimiques occasionnels.

Friedman (1997) définit 4 catégories en fonction du score total à la BULIT :

- > 102 : diagnostic de boulimie probable
- 88-101 : risque élevé
- 74-87 : risque modéré
- < 73 : non pathologique

## Applications

Le BULIT est essentiellement un instrument épidémiologique. Il apparaît surtout intéressant pour le dépistage dans les populations non cliniques des troubles du comportement alimentaire de type boulimique.

Deux études ont étudié les scores dans des populations étudiantes. Smith et Thelen (1984) ont trouvé 28 sujets (soit 4 % de leur population), avec des scores supérieurs à 102. Dans une étude plus récente (Bouvard et al., 1989), des scores supérieurs ou égaux à 102 n'ont été retrouvés que chez 1,3 % de la population; le score de 88, moins discriminant, a été trouvé chez 6,38 % des sujets. Ce dernier score permet néanmoins de dépister des comportements pathologiques isolés, en l'absence de toute organisation syndromique.

Une autre étude (Popkess-Vawter et coll, 1999) a montré l'utilité de cette échelle pour évaluer les risques de boulimie, de "binge eating" et de sensation de perte de contrôle dans une population de 131 femmes. De plus, cette étude a utilisé cet outil pour une évaluation avant et après prise en charge.

## Intérêts-limites

Le BULIT est un instrument facile d'emploi et facile à coter. C'est un instrument de choix dans les études ciblées sur les comportements boulimiques dans la population générale, notamment pour le dépistage. Son intérêt en situation clinique, pour le suivi de patients boulimiques, doit faire l'objet d'autres études. Cet instrument n'évalue qu'un type de perturbation du comportement alimentaire, laissant de côté, outre les conduites anorexiques, les autres conduites hyperphagiques comme le grignotage, notamment. D'autres études doivent être menées pour préciser les domaines d'utilisation de cet instrument.

## Bibliographie

BOUVARD M.P., MOUREN-SIMEONI M.C., LE HEUZEY M.F., DUGAS M. Les perturbations alimentaires dans une population étudiante : données épidémiologiques. L'Encéphale, 1989, XV : 219-226.

FRIEDMAN M.A., WILFLEY D.A., WELCH R.R., KUNCE J.T. Self directed hostility and family functioning in normal-weight bulimics and overweight binge eaters. Add. Behaviors, 1997, 22, 367-375.

POPKESS-WAWTER S., OWENS V. Use of the bulimia screening questionnaire to assess risk and progress in weight management for overweight women weight cycle. *Add. Behaviors*, 1999, 24: 497-507.

SMITH M.C., THELEN M.H. Development and validation of a test for bulimia. *J. of Consulting and Clinical Psychology*, 1984, 52, 863-872.

THELEN M.H., FARMER J., WONDERLICH S., SMITH M. A revision of the bulimia test: The BULIT-R. *Psychol. Assessment*, 1991, 3, 119-124.

THELEN M.H., MINTZ L.B., VANDER WAL J.S. The bulimia test Revised: Validation with DSM-IV criteria for bulimia nervosa. *Psychol. Assessment*, 1996, 8, 219-221.

# BULIMIA TEST BULIT

M.C. SMITH et M.H. THELEN, 1984  
Traduction française : M. DUGAS, 1989

## Outil d'évaluation

NOM :

PRENOM :

SEXE :

AGE :

DATE :

Répondez à chaque question aussi honnêtement que possible. Souvenez-vous que tous les renseignements donnés sont strictement confidentiels. Merci.

Ne rien inscrire dans cette colonne

Age :   .....

Sexe : M  F  .....

Situation familiale :  .....

1. célibataire
2. marié(e)
3. divorcé(e), séparé(e), veuf(ve)

Nombre d'enfants :  .....

Mode de vie :  .....

1. vit seul(e)
2. chez ses parents
3. avec conjoint ou concubin(e)
4. autre : .....

Etudes antérieures éventuelles : .....

Exercez-vous, parallèlement à vos études, une profession ?

Si oui, laquelle : .....

Profession du conjoint : .....

Profession des parents : .....

Poids actuel (kg) :   .....

Poids maximum atteint :

A quel âge ? :   .....

Poids minimum atteint depuis l'âge de 15 ans :   .....

A quel âge ? :   .....

Existe-t-il des problèmes de surpoids (d'obésité) dans votre famille ?

1 : oui 2 : non

Si oui, préciser : grands-parents, parents ou fratrie : .....

\* Les informations démographiques n'appartiennent pas à l'échelle originale en langue anglaise. Elles ont été ajoutées lors de l'étude française de validation.

Répondez à chaque question, en entourant la lettre correspondant à votre réponse. Donnez une seule réponse par question

**1 Je suis satisfait(e) de mes habitudes alimentaires**

a - je suis d'accord  
b - je n'ai pas d'opinion  
c - je ne suis pas tout à fait d'accord  
d - je ne suis pas d'accord  
e - je suis en désaccord total

**2 Vous arrive-t-il de manger de façon incontrôlable au point de vous "goïnfrer" ?**

a - jamais, une fois par mois ou moins  
b - deux à trois fois par mois  
c - une à deux fois par semaine  
d - trois à six fois par semaine  
e - une fois par jour

**3 Vous est-il arrivé de manger jusqu'à éprouver l'impression que vous alliez éclater ?**

a - pratiquement chaque fois que je mange  
b - très fréquemment  
c - souvent  
d - parfois  
e - rarement ou jamais

**4 Est-ce que vous vous décririez comme quelqu'un à qui il arrive de manger "jusqu'à n'en plus pouvoir" ?**

a - oui, absolument  
b - oui  
c - oui, probablement  
d - oui, peut-être  
e - non, probablement pas

**5 Je préfère manger**

a - seul(e) à la maison  
b - à la maison, avec d'autres personnes  
c - au restaurant  
d - chez des amis  
e - cela n'a pas d'importance

---

**6 Avez-vous l'impression de pouvoir contrôler la quantité de nourriture que vous consommez ?**

- a - la plupart du temps ou tout le temps
- b - assez souvent
- c - parfois
- d - rarement
- e - jamais

---

**7 J'utilise des laxatifs ou des suppositoires pour m'aider à contrôler mon poids**

- a - une fois par jour ou plus
- b - trois à six fois par semaine
- c - une à deux fois par semaine
- d - deux à trois fois par mois
- e - jamais (ou une fois par mois ou moins)

---

**8 Je mange jusqu'à ce que je me sente tellement fatigué(e) que je ne peux pas continuer**

- a - au moins une fois par jour
- b - trois à six fois par semaine
- c - une à deux fois par semaine
- d - deux à trois fois par mois
- e - jamais (ou une fois par mois ou moins)

---

**9 Durant un accès de "grande bouffe", préférez-vous manger des aliments sucrés (glaces, crèmes, pâtisseries) ?**

- a - toujours
- b - fréquemment
- c - parfois
- d - rarement ou jamais
- e - je n'ai jamais d'accès de "grande bouffe"

---

**10 Vos accès de "grande bouffe" vous préoccupent-ils ?**

- a - je ne fais pas de grande bouffe
- b - cela me préoccupe un peu
- c - cela me préoccupe moyennement
- d - cela me préoccupe énormément
- e - c'est probablement la plus grande préoccupation de ma vie

---

**11 La plupart des gens que je connais seraient étonnés s'ils savaient ce que je peux manger en une fois**

- a - sans aucun doute
- b - très probablement
- c - probablement
- d - peut-être
- e - pas du tout

---

**12 Vous arrive-t-il de manger jusqu'à vous sentir malade ?**

- a - très souvent
- b - souvent
- c - assez souvent
- d - parfois
- e - jamais ou rarement

---

**13 J'ai peur de manger quoi que ce soit de crainte de ne pas pouvoir m'arrêter**

a - toujours  
b - presque toujours  
c - souvent  
d - parfois  
e - jamais ou rarement

---

**14 Je m'en veux après avoir trop mangé**

a - toujours  
b - souvent  
c - parfois  
d - rarement ou jamais  
e - je ne mange jamais trop

---

**15 A quelle fréquence vous faites-vous vomir après avoir mangé ?**

a - deux ou plusieurs fois par semaine  
b - une fois par semaine  
c - deux à trois fois par mois  
d - une fois par mois  
e - moins d'une fois par mois ou jamais

---

**16 Laquelle des phrases suivantes décrit le mieux ce que vous ressentez après un accès de "grande bouffe"**

a - je ne fais pas d'accès de grande bouffe  
b - je me sens bien  
c - je suis légèrement agacé(e) par moi-même  
d - je suis très agacé(e) par moi-même  
e - je me déteste

---

**17 Je mange beaucoup, même si je n'ai pas faim**

a - très souvent  
b - souvent  
c - parfois  
d - de temps en temps  
e - jamais ou rarement

---

**18 Mes habitudes alimentaires sont différentes de celles de la plupart des gens**

a - toujours  
b - presque toujours  
c - fréquemment  
d - parfois  
e - jamais ou rarement

---

**19 J'ai essayé de perdre du poids en jeûnant ou en faisant des régimes draconiens**

a - jamais au cours de l'année dernière  
b - une fois dans le courant de l'année dernière  
c - 2 à 3 fois dans le courant de l'année dernière  
d - 4 à 5 fois dans le courant de l'année dernière  
e - plus de 5 fois dans le courant de l'année dernière

---

**20 Je me sens triste ou cafardeux(se) après avoir mangé plus que je n'en avais l'intention**

a - toujours  
b - presque toujours  
c - souvent  
d - parfois  
e - rarement, jamais ou "cela ne s'applique pas à mon cas"



---

**21** Lorsque je m'adonne à un accès de "grande bouffe", j'ai tendance à manger des aliments riches en glucides (des sucreries ou des féculents)

- a - toujours
- b - presque toujours
- c - souvent
- d - parfois
- e - rarement ou "je ne fais pas d'accès de grande bouffe"

---

**22** Comparée à celle de la plupart des gens, ma capacité à contrôler ce que je mange semble être

- a - plus grande que celle des autres
- b - à peu près la même
- c - moins grande
- d - bien moins grande
- e - je n'ai absolument aucune capacité à contrôler

---

**23** L'un ou l'une de vos ami(es) vous propose d'aller manger ensemble au restaurant, un soir : bien que vous ayez eu l'intention de manger très légèrement chez vous, vous acceptez l'invitation et vous mangez beaucoup, ce qui vous donne l'impression désagréable d'être "plein(e)"

Que ressentez-vous sur le chemin du retour ?

- a - je me sens bien et je suis content(e) d'avoir essayé un nouveau restaurant
- b - j'ai peu de regret d'avoir tant mangé
- c - je me déçois quelque peu
- d - je suis agacé(e) par moi-même
- e - je me dégoûte totalement

---

**24** Je me décrirais à l'heure actuelle comme mangeant de façon incontrôlable

- a - absolument
- b - oui
- c - oui, probablement
- d - oui, peut-être
- e - non, probablement pas

---

**25** Combien de kilos, au maximum, vous est-il arrivé de perdre en un mois ?

- a - plus de 9 kg
- b - 5 à 9 kg
- c - 4 à 8 kg
- d - 2 à 3 kg
- e - moins de 2 kg

---

**26** Lorsque je mange trop le soir, je me sens déprimé(e) le lendemain matin

- a - toujours
- b - souvent
- c - parfois
- d - rarement ou jamais
- e - je ne mange pas trop le soir

---

**27** Pensez-vous que vous avez plus de facilité à vomir que la plupart des gens ?

- a - oui, ça m'est extrêmement facile
- b - oui, ça m'est plus facile
- c - oui, c'est un petit peu plus facile
- d - c'est à peu près la même chose
- e - non, c'est moins facile

---

**28 J'ai l'impression que ma vie est dominée par la nourriture**

a - toujours  
b - presque toujours  
c - souvent  
d - parfois  
e - rarement ou jamais

---

**29 Immédiatement après avoir trop mangé, je me sens déprimé(e)**

a - toujours  
b - fréquemment  
c - parfois  
d - rarement ou jamais  
e - je ne mange pas trop

---

**30 Après avoir mangé, à quelle fréquence vomissez-vous afin de perdre du poids ?**

a - jamais, ou moins d'une fois par mois  
b - une fois par mois  
c - deux à trois fois par mois  
d - une fois par semaine  
e - deux fois par semaine, ou plus souvent

---

**31 A quelle vitesse avez-vous l'habitude de manger lorsque vous consommez de grandes quantités de nourriture ?**

a - beaucoup plus rapidement que personne ne l'a jamais fait dans sa vie  
b - plus vite que la plupart des gens  
c - un peu plus vite que la plupart des gens  
d - à peu près à la même vitesse que la plupart des gens  
e - plus lentement que la plupart des gens, ou cela ne s'applique pas à mon cas

---

**32 Quelle a été votre prise de poids la plus importante en un mois**

a - plus de 9 kg  
b - 5 à 9 kg  
c - 3 à 4 kg  
d - à peu près 2 kg  
e - moins de 2 kg

---

**33 Pour les femmes : vous avez eu vos dernières règles**

a - dans le courant du mois dernier  
b - dans le courant des 2 derniers mois  
c - il y a à peu près 4 mois  
d - il y a à peu près 6 mois  
e - il y a plus de 6 mois

---

**34 J'utilise des diurétiques pour m'aider à contrôler mon poids**

a - une fois par jour ou plus  
b - 3 à 6 fois par semaine  
c - une à 2 fois par semaine  
d - 2 à 3 fois par mois  
e - jamais (une fois par mois ou moins)

---

**35 Comment comparez-vous votre appétit avec celui de la plupart des gens que vous connaissez ?**

a - bien plus grand que celui de la plupart des gens  
b - plus grand  
c - un peu plus grand  
d - à peu près le même  
e - plus faible que la plupart des gens

---

**36 Pour les femmes : mes règles sont régulières une fois par mois**

- a - toujours
- b - habituellement
- c - parfois
- d - rarement
- e - jamais