

Test :

Soffro di un Disturbo da Alimentazione Incontrollata ?

Dott.ssa Gloria Fioravanti

1. Negli ultimi tre mesi, ho mangiato spesso in un periodo di due ore quello che molte persone considererebbero una grande quantità di cibo ?

Si

No

2. Quando ha mangiato in questo modo, ho avuto la sensazione di aver perso il controllo sulla mia alimentazione ?

Si

No

3. Negli ultimi tre mesi, in media, quante volte ha avuto momenti in cui ha mangiato in questo modo, ovvero, grandi quantità di cibo con la sensazione di non potersi fermare ?

- Meno di 1 giorno alla settimana
 2 o 3 giorni alla settimana
 Quasi tutti i giorni

4. durante queste occasioni ha sperimentato una delle seguenti esperienze ?

- Mangiare molto più rapidamente del normale
 Mangiare fino a sentirsi spiacevolmente pieno
 Mangiare grandi quantità di cibo quando non ci si sente fisicamente affamati
 Sentirsi disgustato di sé stesso, depresso o in colpa dopo l'episodio bulimico

5. in generale, nel corso degli ultimi tre mesi, quanto mi sono sentito a disagio quando ho mangiato in eccesso ?

- Per niente
 Leggermente
 Moderatamente
 Notevolmente
 Estremamente

6. in generale, nel corso degli ultimi tre mesi, quanto mi sono sentita a disagio dalla sensazione che non potevo smettere di mangiare o controllare cosa o quanto stavo mangiando ?

- Per niente
 Leggermente
 Moderatamente
 Notevolmente
 Estremamente

Risultati

È probabile che soffriate di disturbo da alimentazione incontrollata se avete dato le seguenti risposte

Domanda 1 = SI
Domanda 2 = SI
Domanda 3 = b, c

Domanda 4 = almeno tre SI
Domanda 5 = b, c, d, e
Domanda 6 = b, c, d, e