

L'Eating Attitudes Scale è un questionario utilizzato per cogliere i tratti psicologici e i sintomi caratteristici dei disturbi dell'alimentazione.

È indispensabile, quando i soggetti realizzano un punteggio superiore o uguale a 20 in questo questionario, somministrare loro un'intervista diagnostica specifica per valutare l'eventuale presenza di un disturbo del comportamento alimentare.

A tal fine **IL MEDICO DI BASE** è sicuramente la figura professionale idonea a consigliare lo specialista più competente.

È bene sempre rivolgersi ad un medico esperto in DCA se si ha il dubbio di soffrire o se si è preoccupati per un familiare o amico che si pensa possa avere un Disturbo Alimentare.

La diagnosi va sempre fatta da un medico.

Nei Disturbi del Comportamento Alimentare la terapia psiconutrizionale sembra dare il maggior numero di guarigioni

Sempre Normalmente Spesso Avolte Raramente Mai Punti

1. Sono terrorizzata di essere in sovrappeso	<input type="radio"/>	___					
2. Quando ho fame evito di mangiare	<input type="radio"/>	___					
3. Penso al cibo con preoccupazione	<input type="radio"/>	___					
4. Mi è capitato di mangiare con enorme voracità sentendomi incapace di smettere	<input type="radio"/>	___					
5. Ho l'abitudine di sminuzzare il cibo	<input type="radio"/>	___					
6. Faccio molta attenzione al potere calorico degli alimenti che mangio	<input type="radio"/>	___					
7. Evito in particolare gli alimenti con un alto contenuto di carboidrati (ad esempio, pane, riso, patate, ecc)	<input type="radio"/>	___					
8. Sento gli altri che vorrebbero che mangiassi di più	<input type="radio"/>	___					
9. Vomito dopo aver mangiato	<input type="radio"/>	___					
10. Mi sento molto in colpa dopo aver mangiato	<input type="radio"/>	___					
11. Mi tormenta il desiderio di essere più sottile	<input type="radio"/>	___					
12. Mi sottopongo a esercizi fisici intensi per bruciare calorie	<input type="radio"/>	___					
13. Altri pensano che io sia troppo magra	<input type="radio"/>	___					
14. Mi preoccupa l'idea di avere del grasso sul mio corpo	<input type="radio"/>	___					
15. Impiego più tempo degli altri per mangiare	<input type="radio"/>	___					
16. Evitare cibi dolci	<input type="radio"/>	___					
17. Mangiare cibi dietetici	<input type="radio"/>	___					
18. Sento che il cibo controlli la mia vita	<input type="radio"/>	___					
19. Mi piace mostrare un grande autocontrollo verso il cibo e dominare la fame	<input type="radio"/>	___					
20. Senti che gli altri fanno pressioni su di me perché io mangi	<input type="radio"/>	___					
21. Dedico al cibo troppo tempo e troppi pensieri	<input type="radio"/>	___					
22. Mi dispero se mangio dei dolci	<input type="radio"/>	___					

23. Mi impegno in programmi di dieta	<input type="radio"/>	___						
24. Mi piace che il mio stomaco sia vuoto	<input type="radio"/>	___						
25. Ho l'impulso di vomitare dopo mangiato	<input type="radio"/>	___						
26. Mi piace provare nuovi cibi elaborati	<input type="radio"/>	___						
Totale punteggio (vedi sotto per il punteggio istruzioni)								___

EAT-26 David M. Garner & Paul E. Garfinkel (1979), David M. Garner et al., (1982)

Per tutte le voci **eccetto # 25**, ciascuna delle risposte riceve il seguente valore:

Sempre	= 3
Normalmente	= 2
Spesso	= 1
A volte	= 0
Raramente	= 0
Mai	= 0

Per la voce **# 25**, la risposte riceve questo valore:

Sempre	= 0
Normalmente	= 0
Spesso	= 0
A volte	= 1
Raramente	= 2
Mai	= 3