YFAS

Escala de Adicción a la Comida de Yale (YFAS)

La Escala de Adicción a la Comida de Yale (YFAS) es un cuestionario autoaplicado diseñado para evaluar los síntomas de adicción a la comida a partir de los criterios del DSM-IV para la dependencia de sustancias, aplicados al consumo de alimentos altamente palatables. Ayuda a identificar una conducta alimentaria adictiva para apoyar el diagnóstico y el tratamiento de estos trastornos en contextos clínicos o de investigación.

Número de preguntas	25 preguntas
Duración estimada	10 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Yale Food Addiction Scale
Población destinataria	Adultos
Autores	Ashley N. Gearhardt, William R. Corbin, Kelly D. Brownell (2009)
Categoría	Trastornos alimentarios

Vista previa de las 25 preguntas

En los últimos 12 meses:

Me doy cuenta de que, cuando empiezo a comer ciertos alimentos, acabo comiendo mucho más de lo que tenía previsto

Nunca | Una vez al mes | 2—4 veces al mes | 2—3 veces por semana | 4 o más veces por semana o a diario

En los últimos 12 meses:

Me encuentro con que sigo comiendo ciertos alimentos aunque ya no tenga hambre

Nunca | Una vez al mes | 2—4 veces al mes | 2—3 veces por semana | 4 o más veces por semana o a diario

En los últimos 12 meses:

Como hasta el punto de sentirme físicamente mal

Nunca | Una vez al mes | 2—4 veces al mes | 2—3 veces por semana | 4 o más veces por semana o a diario

En los últimos 12 meses:

No comer ciertos tipos de alimentos o reducir su consumo es algo que me preocupa

Nunca | Una vez al mes | 2—4 veces al mes | 2—3 veces por semana | 4 o más veces por semana o a diario

En los últimos 12 meses:

Paso mucho tiempo sintiéndome aletargado/a o cansado/a por haber comido en exceso

Nunca | Una vez al mes | 2—4 veces al mes | 2—3 veces por semana | 4 o más veces por semana o a diario

Corrección e interpretación

La YFAS utiliza preguntas de opción múltiple que exploran la frecuencia de las conductas alimentarias problemáticas durante los últimos 12 meses. Las respuestas se utilizan para determinar el número de criterios de dependencia que se cumplen (puntos de corte por umbral), lo que da lugar a una puntuación global que refleja la gravedad de una posible adicción a la comida según los criterios del DSM-IV.