

Questionario sul craving alimentare (versione di tratto) (FCQ-T)

L'FCQ-T è un questionario multidimensionale di autovalutazione che misura la tendenza abituale a provare desideri intensi di cibo (food craving). Esplora non solo la frequenza del craving, ma anche i pensieri intrusivi legati al cibo, le aspettative di piacere o di sollievo emotivo, la perdita di controllo, i fattori scatenanti contestuali, la componente fisiologica e il senso di colpa associato. È particolarmente utile in psicologia clinica e nella ricerca sui disturbi del comportamento alimentare, sul binge eating, sull'obesità e sui comportamenti alimentari impulsivi.

Numero di domande	39 domande
Durata stimata	5 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Food Cravings Questionnaire-Trait
Destinatari	Adulti
Autori	Antonio Cepeda-Benito, David H. Gleaves, Tara L. Williams, Stephen A. Erath (2000)
Categoria	Disturbi alimentari

Anteprima delle 39 domande

Quando ho voglia di qualcosa, so che non riuscirò a smettere di mangiare una volta cominciato.

1 - Mai | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Se mangio ciò che desidero, spesso perdo il controllo e mangio troppo.

1 - Mai | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Il desiderio di cibo mi fa sempre pensare a come procurarmi ciò che voglio mangiare.

1 - Mai | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Ho la sensazione di avere il cibo in testa tutto il tempo.

1 - Mai | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Mi ritrovo ossessionato/a dal cibo.

1 - Mai | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 - Sempre

Somministra i tuoi questionari online

Invia un link al tuo paziente: risponde dal telefono o dal computer e ricevi i risultati con i punteggi via email.

Vedi il questionario su mentaal.org ›

Scoring e interpretazione

Ogni item viene valutato da 1 a 6, da mai o non pertinente a sempre. Il punteggio totale si ottiene sommando le 39 risposte. Nessun item ha punteggio invertito. Il punteggio totale va da 39 a 234: un punteggio più elevato indica un craving per il cibo più frequente, più intenso e più intrusivo. La versione originale consente anche di calcolare punteggi per nove dimensioni cliniche, tra cui intenzione di mangiare, anticipazione di un rinforzo positivo, sollievo dagli affetti negativi, perdita di controllo, preoccupazione per il cibo, stato fisiologico, emozioni, segnali scatenanti e senso di colpa. Non esiste un cut-off diagnostico universalmente accettato per la versione completa: l'interpretazione deve quindi basarsi sul contesto clinico, sul confronto normativo quando disponibile e sul cambiamento individuale nel tempo.

Sei psicologo/a?

Con Mentaal hai a disposizione informazioni preziose per accompagnare i tuoi pazienti.

- Test standardizzati
- Scoring automatico
- Risultati ricevuti via email

Prova gratis | Vedi tutti i questionari

★★★★★

“Il calcolo automatico dei punteggi mi fa risparmiare tantissimo tempo e i miei pazienti sono molto più propensi a compilare i questionari.”

Samia T. - Psicologa online