

Questionario alimentare a tre fattori (TFEQ-51)

Il TFEQ-51 è un questionario di autovalutazione di 51 item che esplora tre grandi dimensioni del comportamento alimentare: la restrizione cognitiva, la disinibizione e la suscettibilità alla fame. È ampiamente utilizzato nella psicologia dell'alimentazione, nei centri per l'obesità e nella ricerca per comprendere meglio il controllo alimentare, gli episodi di perdita di controllo e la reattività ai segnali di fame interni o esterni. Lo strumento aiuta a individuare in modo oggettivo profili alimentari utili nella valutazione psicologica, nel percorso terapeutico e nei programmi di gestione del peso, senza costituire di per sé uno strumento diagnostico dei disturbi del comportamento alimentare.

Numero di domande	51 domande
Durata stimata	15 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Three-Factor Eating Questionnaire
Destinatari	Adulti
Autori	Albert J. Stunkard, Samuel Messick (1985)
Categoria	Disturbi alimentari

Anteprima delle 51 domande

Quando sento l'odore di una bistecca che sfrigola o vedo un pezzo di carne succulenta, trovo molto difficile trattenermi dal mangiare, anche se ho appena finito un pasto.

Vero Falso

Di solito mangio troppo nelle occasioni sociali, come feste e picnic.

Vero Falso

Di solito ho così fame che mangio più di tre volte al giorno.

Vero Falso

Quando ho consumato la mia quota di calorie, di solito riesco bene a non mangiare altro.

Vero Falso

Fare la dieta è così difficile per me perché mi viene troppa fame.

Vero Falso

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

Il calcolo del punteggio segue la chiave ufficiale del questionario. Le risposte vengono ricodificate item per item secondo la direzione clinica attesa, poi sommate in tre punteggi distinti: restrizione cognitiva (21 item), disinibizione (16 item) e fame/suscettibilità alla fame (14 item). Punteggi più elevati indicano, rispettivamente, un maggiore controllo cognitivo dell'alimentazione, una maggiore tendenza a mangiare in risposta a fattori scatenanti emotivi o situazionali e una più forte suscettibilità soggettiva alla fame. L'interpretazione si basa sul profilo dimensionale, tenendo conto del contesto clinico; non esiste un cut-off diagnostico universale.

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

★★★★★

“Scettica all'inizio, ora non posso più fare a meno di questo strumento nella mia pratica.”

Federica M. - Psicologa cognitivo-comportamentale