YFAS

Scala della dipendenza da cibo di Yale (YFAS)

La Yale Food Addiction Scale (YFAS) è un questionario di autovalutazione che valuta i sintomi di dipendenza da cibo sulla base dei criteri del DSM-IV per la dipendenza da sostanze, applicati al consumo di alimenti altamente appetibili. Aiuta a individuare un comportamento alimentare di tipo dipendente, per supportare la diagnosi e il trattamento di questi disturbi in ambito clinico o di ricerca.

Numero di domande	25 domande
Durata stimata	10 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Yale Food Addiction Scale
Destinatari	Adulti
Autori	Ashley N. Gearhardt, William R. Corbin, Kelly D. Brownell (2009)
Categoria	Disturbi alimentari

Anteprima delle 25 domande

Negli ultimi 12 mesi:

Mi accorgo che, quando comincio a mangiare certi cibi, finisco per mangiarne molto più di quanto avevo pianificato

Mai | Una volta al mese | 2-4 volte al mese | 2-3 volte a settimana | 4 o più volte a settimana o ogni giorno

Negli ultimi 12 mesi:

Mi ritrovo a continuare a mangiare certi cibi anche quando non ho più fame

Mai | Una volta al mese | 2-4 volte al mese | 2-3 volte a settimana | 4 o più volte a settimana o ogni giorno

Negli ultimi 12 mesi:

Mangio fino a sentirmi fisicamente male

Mai | Una volta al mese | 2-4 volte al mese | 2-3 volte a settimana | 4 o più volte a settimana o ogni giorno

Negli ultimi 12 mesi:

Mi preoccupo di non mangiare certi tipi di cibo o di ridurne il consumo

Mai	Una volta al mese	2-4 volte al mese	2-3 volte a settimana	4 o più volte a settimana o ogni giorno

Negli ultimi 12 mesi:

Trascorro molto tempo sentendomi pigro/a o affaticato/a per aver mangiato troppo

Mai	Una volta al mese	2-4 volte al mese	2-3 volte a settimana	4 o più volte a settimana o ogni giorno

Scoring e interpretazione

La YFAS utilizza domande a scelta multipla che esplorano la frequenza dei comportamenti alimentari problematici negli ultimi 12 mesi. Le risposte servono a determinare il numero di criteri di dipendenza soddisfatti (soglie), da cui deriva un punteggio complessivo che riflette la gravità di una possibile dipendenza da cibo secondo i criteri del DSM-IV.