YFAS

Skala uzależnienia od jedzenia Yale (YFAS)

Skala uzależnienia od jedzenia Yale (YFAS) to kwestionariusz samoopisowy służący do oceny objawów uzależnienia od jedzenia na podstawie kryteriów DSM-IV dla uzależnienia od substancji, odniesionych do spożywania wysoce smakowitych pokarmów. Pomaga zidentyfikować uzależnieniowe zachowania jedzeniowe, wspierając diagnozę i leczenie tych zaburzeń w kontekście klinicznym lub badawczym.

Liczba pytań	25 pytań
Szacowany czas	10 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Yale Food Addiction Scale
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Ashley N. Gearhardt, William R. Corbin, Kelly D. Brownell (2009)
Kategoria	Zaburzenia odżywiania

Podgląd 25 pytań

W ciągu ostatnich 12 miesięcy:

Zauważam, że kiedy zaczynam jeść niektóre produkty, zjadam ich znacznie więcej, niż planowałem(-am).

Nigdy | Raz w miesiącu | 2—4 razy w miesiącu | 2—3 razy w tygodniu | 4 lub więcej razy w tygodniu albo codziennie

W ciągu ostatnich 12 miesięcy:

Zdarza mi się dalej jeść niektóre produkty, mimo że nie jestem już głodny(-a).

Nigdy | Raz w miesiącu | 2—4 razy w miesiącu | 2—3 razy w tygodniu | 4 lub więcej razy w tygodniu albo codziennie

W ciągu ostatnich 12 miesięcy:

Jem do momentu, aż poczuję się fizycznie źle.

Nigdy | Raz w miesiącu | 2—4 razy w miesiącu | 2—3 razy w tygodniu | 4 lub więcej razy w tygodniu albo codziennie

W ciągu ostatnich 12 miesięcy:

Niejedzenie niektórych rodzajów żywności lub ograniczanie ich spożycia to coś, czym się martwię.

Nigdy | Raz w miesiącu | 2—4 razy w miesiącu | 2—3 razy w tygodniu | 4 lub więcej razy w tygodniu albo codziennie

W ciągu ostatnich 12 miesięcy:

Spędzam dużo czasu, czując się ociężały(-a) lub zmęczony(-a) z powodu przejedzenia.

Nigdy | Raz w miesiącu | 2—4 razy w miesiącu | 2—3 razy w tygodniu | 4 lub więcej razy w tygodniu albo codziennie

Obliczanie wyników i interpretacja

YFAS zawiera pytania wielokrotnego wyboru dotyczące częstotliwości problemowych zachowań jedzeniowych w ciągu ostatnich 12 miesięcy. Na podstawie odpowiedzi określa się liczbę spełnionych kryteriów uzależnienia (progi punktowe), co daje wynik ogólny odzwierciedlający nasilenie ewentualnego uzależnienia od jedzenia według kryteriów DSM-IV.