

Questionário alimentar dos três fatores (TFEQ-51)

O TFEQ-51 é um questionário de autorresposta com 51 itens concebido para explorar três grandes dimensões do comportamento alimentar: a restrição cognitiva, a desinibição e a suscetibilidade à fome. É amplamente utilizado em psicologia da alimentação, em consultas de obesidade e em investigação para compreender melhor o controlo alimentar, os episódios de perda de controlo e a reatividade aos sinais internos ou externos de fome. O instrumento ajuda a identificar de forma objetiva perfis alimentares úteis na avaliação psicológica, no acompanhamento terapêutico e nos programas de gestão do peso, sem constituir, por si só, um instrumento de diagnóstico das perturbações do comportamento alimentar.

Número de perguntas	51 perguntas
Duração estimada	15 minutos
Idioma	Português
Nome original	Three-Factor Eating Questionnaire
Público-alvo	Adultos
Autores	Albert J. Stunkard, Samuel Messick (1985)
Categoria	Perturbações alimentares

Pré-visualização das 51 perguntas

Quando sinto o cheiro de um bife a grelhar ou vejo um pedaço de carne suculento, tenho muita dificuldade em não comer, mesmo que tenha acabado de fazer uma refeição.

Verdadeiro Falso

Costumo comer demasiado em ocasiões sociais, como festas e piqueniques.

Verdadeiro Falso

Costumo ter tanta fome que como mais de três vezes por dia.

Verdadeiro Falso

Quando já comi a minha quota de calorias, costumo conseguir não comer mais nada.

Verdadeiro Falso

Fazer dieta é muito difícil para mim porque fico com demasiada fome.

Verdadeiro Falso

Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›

Cotação e interpretação

A cotação segue a chave oficial do questionário. As respostas são recodificadas item a item de acordo com a direção clínica esperada e, em seguida, somadas em três pontuações distintas: restrição cognitiva (21 itens), desinibição (16 itens) e fome/suscetibilidade à fome (14 itens). Pontuações mais elevadas indicam, respetivamente, maior controlo cognitivo da alimentação, maior tendência para comer em resposta a desencadeantes emocionais ou situacionais e maior suscetibilidade subjetiva à fome. A interpretação baseia-se no perfil dimensional, tendo em conta o contexto clínico; não existe um ponto de corte diagnóstico universal.

É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente Ver todos os questionários

★★★★★

“Avaliações fiáveis e pertinentes para compreender melhor o estado psicológico dos meus pacientes”

Tiago S. - Psicólogo do trabalho