

risponda alle seguenti domande segnando nella colonna gialla in fondo il punteggio corrispondente al numero dei giorni del mese in cui ha tenuto il comportamento in esame (es: alla domanda ;quanti giorni al mese il pensiero sull'aspetto fisico o sul peso ha reso molto più difficile concentrarsi sulle cose che le interessano? Per esempio leggere, guardare la TV o seguire una conversazione? se questo è successo 13-15 giorni al mese il punteggio è 3 e va segnato nell'ultima colonna gialla)-

IN QUANTI GIORNI NELL'ARCO DEI 28 GIORNI APPENA TRASCORSI	mai	1-5 giorni	6-12 giorni	13-15 giorni	16-22 giorni	23-27 giorni	ogni giorno	PUNTEGGIO
	0	1	2	3	4	5	6	
1 Ha desiderato specificamente che la sua pancia fosse piatta?								
2 il pensiero sull'aspetto fisico o sul peso ha reso molto più difficile concentrarsi sulle cose che le interessano? Per esempio leggere, guardare la TV o seguire una conversazione?-								
3 ha avuto una paura definita di aumentare di peso o di ingrassare ?								
4 si è sentito grasso/a ?								
5 ha avuto un forte desiderio di perdere peso ?								

segna nell'ultima colonna gialla l'intensità con cui si verifica il comportamento in esame (0= nessuna intensità; 6= massima intensità)

NELLE ULTIME 4 SETTIMANE (28 giorni) : la preghiamo di indicare il numero che meglio descrive il suo comportamento).		per niente		un po'		abbastanza		moltissimo	
6	il peso ha influenzato il modo in cui giudicava se stesso/a come persona?	0	1	2	3	4	5	6	
7	l'aspetto fisico ha influenzato il modo in cui giudicava se stesso/a come persona?	0	1	2	3	4	5	6	
8	quanto la disturberebbe pesarsi una volta alla settimana per le prossime 4 settimane?	0	1	2	3	4	5	6	
9	quanto è insoddisfatto/a del suo peso?	0	1	2	3	4	5	6	
10	quanto è insoddisfatto/a del suo aspetto fisico?	0	1	2	3	4	5	6	
11	quanto si è sentito/a a disagio nel vedere il suo corpo , per esempio nello specchio, nei riflessi delle vetrine, mentre si svestiva o faceva un bagno o la doccia?	0	1	2	3	4	5	6	
12	quanto si è sentito/a a disagio per il fatto che altri vedessero il suo corpo , per esempio negli spogliatoi comuni, quando nuotava o indossava abiti aderenti ?	0	1	2	3	4	5	6	

legga qui sotto i risultati del test: se il punteggio è superiore a 4, è possibile che lei abbia un disturbo dell'immagine corporea

PREOCCUPAZIONE PER IL PESO	0
PREOCCUPAZIONE PER L'ASPETTO FISICO	0
INFLUENZA PESO E ASPETTO FISICO SU AUTOSTIMA	0
PAURA D'INGRASSARE	0