

Nombre: _____ Edad: _____

Fecha: _____

1. Me da mucho miedo pesar demasiado
 - a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
2. Procura no comer aunque no tenga hambre
 - a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
3. Me preocupo mucho por la comida
 - a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
4. A veces me he "atracado" de comida, sintiendo que era incapaz de parar de comer
 - a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
5. Corto mis alimentos en trozos pequeños
 - a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
6. Tengo en cuenta las calorías que tienen los alimentos que como
 - a) Siempre
 - b) Muy a menudo

- c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
7. Evito, especialmente, comer alimentos con muchos hidratos de carbono (por ejemplo, pan, arroz, patatas, etc.)
- a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
8. Noto que los demás preferirían que yo comiese más
- a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
9. Vomito después de haber comido
- a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
10. Me siento muy culpable después de comer
- a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
11. Me preocupa el deseo de estar más delgado/a
- a) Siempre
 - b) Muy a menudo
 - c) A menudo
 - d) Algunas veces
 - e) Raramente
 - f) Nunca
12. Hago mucho ejercicio para quemar calorías
- a) Siempre

- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

13. Los demás piensan que estoy demasiado delgado/a

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

14. Me preocupa la idea de tener grasa en el cuerpo

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

15. Tardo en comer más que las otras personas

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

16. Procuro no comer alimentos con azúcar

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

17. Como alimentos de régimen

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

18. Siento que los alimentos controlan mi vida

- a) Siempre

- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

19. Me controlo en las comidas

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

20. Noto que los demás me presionan para que coma

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

21. Paso demasiado tiempo pensando y ocupándome de la comida

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

22. Me siento incómodo/a después de comer dulces

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

23. Me comprometo a hacer régimen

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

24. Me gusta sentir el estómago vacío

- a) Siempre

- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

25. Disfruto probando comidas nuevas y sabrosas

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

26. Tengo ganas de vomitar después de las comidas

- a) Siempre
- b) Muy a menudo
- c) A menudo
- d) Algunas veces
- e) Raramente
- f) Nunca

1. ¿Te provocas el vómito porque te sientes incómodamente llena/o?

SI___ NO___

2. ¿Te preocupas por haber perdido el control sobre la comida?

SI___ NO___

3. ¿Has perdido recientemente más de 6 kg en 3 meses?

SI___ NO___

4. ¿Te consideras "gorda/o" y los demás te dicen que estás delgada/o?

SI___ NO___

5. ¿Crees que la comida domina tu vida?

SI___ NO___