Lumina Measures

EAT-26

Eating Attitudes Test-26

26 itens de Bighetti (2003) + complemento comportamental

Nome _____

Data _____

Por favor, responda as seguintes questões:

		Sempre	Muitas vezes	Às vezes	Poucas vezes	Quase nunca	Nunca
1	Fico apavorada com a idéia de estar engordando.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	Evito comer quando estou com fome.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3	Sinto-me preocupada com os alimentos.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4	Continuar a comer em exagero faz com que eu sinta que não sou capaz de parar.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5	Corto os meus alimentos em pequenos pedaços.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6	Presto atenção à quantidade de calorias dos alimentos que eu como.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7	Evito, particularmente, os alimentos ricos em carboidratos (ex. pão, arroz, batatas, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8	Sinto que os outros gostariam que eu comesse mais.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9	Vomito depois de comer.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10	Sinto-me extremamente culpada depois de comer.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11	Preocupo-me com o desejo de ser mais magra.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12	Penso em queimar calorias a mais quando me exercito.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13	As pessoas me acham muito magra.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14	Preocupo-me com a idéia de haver gordura em meu corpo.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15	Demoro mais tempo para fazer minhas refeições do que as outras pessoas.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16	Evito comer alimentos que contenham açúcar.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17	Costumo comer alimentos dietéticos.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
18	Sinto que os alimentos controlam minha vida.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
19	Demostro auto-controle diante dos alimentos.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20	Sinto que os outros me pressionam para comer.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
21	Passo muito tempo pensando em comer.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
22	Sinto desconforto após comer doces.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
23	Faço regimes para emagrecer.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24	Gosto de sentir meu estômago vazio.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

		Sempre	Muitas vezes	Às vezes	Poucas vezes	Quase nunca	Nunca
25	Gosto de experimentar novos alimentos ricos em calorias	☐	☐	☐	☐	☐	☐
26	Sinto vontade de vomitar após as refeições.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Perguntas comportamentais — tradução operacional da Parte C do formulário internacional. Nos últimos 6 meses, você:

A Teve episódios de comer em excesso nos quais sentiu que talvez não conseguisse parar?

☐ 0 — Nunca
☐ 1 — Uma vez por mês ou menos
☐ 2–3 vezes por mês
☐ 3 — Uma vez por semana
☐ 4 — 2–6 vezes por semana
☐ 5 — Uma vez por dia ou mais

NOTA: Comer em excesso significa comer muito mais do que a maioria das pessoas nas mesmas circunstâncias e sentir que a alimentação está fora de controle.

		Nunca	Uma vez por mês ou menos	2–3 vezes por mês	Uma vez por semana	2–6 vezes por semana	Uma vez por dia ou mais
B	Provocou vômito para controlar seu peso ou a forma do seu corpo?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
C	Usou laxantes, pílulas para emagrecer ou diuréticos para controlar seu peso ou a forma do seu corpo?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
D	Praticou exercícios por mais de 60 minutos por dia para perder ou controlar seu peso?	☐	☐	☐	☐	☐	☐

E Perdeu 9,1 kg (20 libras) ou mais nos últimos 6 meses?

☐ Não
☐ Sim

Complemento clínico do Lumina, separado do formulário EAT-26. Preenchimento pelo profissional.

Registro clínico

IMC baixo ou peso muito abaixo do esperado

☐ Não
☐ Sim

Referências

BIGHETTI, Felícia. Tradução e validação do Eating Attitudes Test (EAT-26) em adolescentes do sexo feminino na cidade de Ribeirão Preto - SP. 2003. Dissertação (Mestrado em Enfermagem em Saúde Pública) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2003 DOI: https://doi.org/10.11606/D.22.2003.tde-12042004-234230.

GARNER, David M. Eating Attitudes Test (EAT-26): scoring and interpretation. s.l.: David M. Garner, s.d. Disponível em: https://www.eat-26.com/wp-content/uploads/2021/02/EAT-26IntpretScoring-Test-11-1-17.pdf

GARNER, David M.; OLMSTED, Marion P.; BOHR, Yvonne; GARFINKEL, Paul E. The Eating Attitudes Test: psychometric features and clinical correlates. Psychological Medicine, v. 12, n. 4, p. 871-878, 1982. DOI: https://doi.org/10.1017/S0033291700049163