

Escala do Comer Motivado Pela Recompensa (RED-13 BR)

Silva TL, Urbanetto JS e Feoli AMP, 2022

Orientações: Por favor leia todas as questões e indique o quanto você concorda ou discorda.				
0 Discordo Fortemente	1 Discordo	2 Não concordo Nem discordo	3 Concordo	4 Concordo Fortemente
1. Eu sinto que perco o controle na presença de alimentos deliciosos		0 1 2 3 4		
2. Quando começo a comer, parece que simplesmente não consigo parar		0 1 2 3 4		
3. É difícil para mim parar enquanto tem comida no meu prato		0 1 2 3 4		
4. Quando se trata de comidas que eu amo, não tenho autocontrole		0 1 2 3 4		
5. Eu fico com tanta fome que meu estômago frequentemente parece um poço sem fundo		0 1 2 3 4		
6. Eu não fico saciado(a) facilmente		0 1 2 3 4		
7. Parece que na maioria das horas em que estou acordado(a) estou preocupado(a) com pensamentos sobre comer ou não comer		0 1 2 3 4		
8. Tem dias que eu não consigo pensar em mais nada além de comida		0 1 2 3 4		
9. Eu estou sempre pensando em comida		0 1 2 3 4		
10. Eu sinto fome o tempo todo		0 1 2 3 4		
11. Não consigo parar de pensar em comer, não importa o quanto eu me esforce		0 1 2 3 4		
12. Eu continuo consumindo certos alimentos mesmo que eu não esteja mais com fome		0 1 2 3 4		
13. Se um alimento é gostoso para mim, eu como mais do que o usual		0 1 2 3 4		

*Mason AE, *Vainik U, Acree M, Tomiyama AJ, Dagher A, Epel, ES, & Hecht, FM. Improving assessment of the spectrum of reward-related eating: The RED-13. *Frontiers in Psychology*. 2017. PMID forthcoming; In Press.*denotes equal contributions