



**Avaliação dos Comportamentos de Controle de Peso e Forma Corporal
(ACCPFC)
Dieting Status Measure (DiSM)**

Autoria | Authorship

A. Rui Gomes

2010

rgomes@psi.uminho.pt

Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano
Grupo de investigação
Adaptation, Performance and Human Development
Research Group

www.ardh.pt

Universidade Minho
Escola de Psicologia
Campus de Gualtar
4710-057 Braga

Data desta versão: 17/07/2024

Esta versão elimina versões anteriores.

Para ter acesso à versão mais atualizada, consulte a página de internet
www.ardh.pt

Responsabilidade do grupo Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano:

- | | |
|----|--|
| X | Desenvolveu originalmente este instrumento |
| -- | Traduziu este instrumento de uma versão original de outros autores |

Date of this version: 17/07/2024

This version eliminates previous ones.

To access the most recent version, visit the website www.ardh.pt

Responsibility of the Adaptation, Performance and Human Development group:

- | | |
|----|--|
| X | Originally developed this instrument |
| -- | Translated this instrument from an original version of other authors |
-

Índice

Versão em PORTUGUÊS 	3
Utilização do instrumento 	4
Referências 	5
Descrição 	6
Cotação dos itens e das dimensões 	8
Condições de aplicação 	9
ACCPFC 1ª Parte 	10
ACCPFC 2ª Parte 	11

| **Versão em PORTUGUÊS** |
| Portuguese version |

ARDH

| Utilização do instrumento |

Os instrumentos disponibilizados pelo grupo de investigação Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano são genericamente de dois tipos: desenvolvidos pelo grupo de investigação ou adaptados pelo grupo de investigação.

No caso de instrumentos adaptados pelo grupo de investigação, foi obtida a autorização dos autores dos instrumentos para se proceder à sua adaptação para a língua portuguesa. No entanto, não existe exclusividade no uso do instrumento pelo grupo de investigação, sendo livre a sua utilização por outras pessoas interessadas, desde que se respeite a autoria pela respetiva adaptação, no caso de ser utilizada uma versão traduzida pelo grupo de investigação.

Regras de utilização

- Os instrumentos destinam-se exclusivamente para efeitos de investigação e de “investigação-ação”. No caso da “investigação-ação”, a utilização destes instrumentos está circunscrita a profissionais com formação específica para o efeito. Neste sentido, não nos responsabilizamos pelo uso incorreto ou indevido dos materiais fornecidos.
- É estritamente proibida a utilização dos instrumentos para efeitos comerciais, venda ou publicitação de outros produtos associados.

Autorização de utilização

- Não é necessário obter a autorização do grupo de investigação para usar os instrumentos, desde que seja respeitada a sua utilização para os efeitos descritos.
- Se os instrumentos forem uma adaptação de instrumentos originais de outros autores, deve ser obtida a devida autorização dos autores originais do instrumento caso a utilização ocorra numa língua distinta da tradução portuguesa.

| Referências |

- Bruin, A.P., Oudejans, R.R., & Bakker, F.C. (2007). Dieting and body image in aesthetic sports: A comparison of Dutch female gymnasts and non-aesthetic sport participants. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 507-520. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.10.002>
- Canpolat, B.I., Orsel, S., Akdemir, A., & Ozbay, M.H. (2004). The relationship between dieting and body image, body ideal, self-perception, and body mass index in Turkish adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, 37(2), 150-155. <https://doi.org/10.1002/eat.20081>
- Gomes, A.R. (2010). *Avaliação dos Comportamentos de Controle de Peso e Forma Corporal (ACCPFC) [Dieting Status Measure (DiSM)]*. Relatório técnico não publicado [Unpublished technical report]. Braga: Escola de Psicologia, Universidade do Minho.
- (*) Gomes, A. R., Gonçalves, S., & Costa, J. D. (2015). Exercise, eating disordered behaviors and psychological well-being: A study with Portuguese adolescents. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 66-74. [https://doi.org/10.1016/S0120-0534\(15\)30008-X](https://doi.org/10.1016/S0120-0534(15)30008-X) Disponível em [Available at] <http://hdl.handle.net/1822/34068>
- Petrie, T.A., & Stoeber, S. (1993). The incidence of bulimia nervosa and pathogenic weight control behaviors in female collegiate gymnasts. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64, 238-241. <https://doi.org/10.1080/02701367.1993.10608804>
- Strong, K.G., & Huon, G.F. (1997). The development and evaluation of a staged-based Dieting Status Measure (DiSM). *Eating Disorders*, 5, 97-104. <https://doi.org/10.1080/10640269708249212>
- Thelen, M.H., Farmer, J., Wonderlich, S., & Smith, M. (1991). A revision of the bulimia test: The BULIT-R psychological assessment. *A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3, 124-199. <https://doi.org/10.1037//1040-3590.3.1.119>
- Vincent, M.A., McCabe, M.P., & Ricciardelli, L.A. (1999). Factorial validity of the Bulimia-Test Revised in adolescent boys and girls. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 1129-1140. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(98\)00199-5](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(98)00199-5)

(*) Esta referência pode ser utilizada para citar este instrumento em trabalhos científicos ou técnicos.

| Descrição |

O presente questionário foi desenvolvido por Gomes (2010), procurando analisar comportamentos de risco associados ao controle de peso e forma corporal, tendo sido utilizado em contextos de prática de exercício físico (ver Gomes et al., 2015).

Assim, na primeira parte do instrumento analisa-se a ocorrência de comportamentos de dieta com o objetivo de perder peso. Esta parte do instrumento foi baseada na proposta de Strong e Huon (1997), defendendo-se não só a necessidade de conhecermos a prevalência deste comportamento de risco, mas também a sua frequência nos hábitos alimentares. Ou seja, para além do interesse em conhecermos a possibilidade deste comportamento ocorrer (distinguindo-se entre aqueles que fazem e não fazem dieta), também é importante perceber se este padrão de comportamento pode ou não ser considerado crónico. Assim, são colocadas no instrumento seis possibilidades de posicionamento das pessoas face à dieta, diferenciando-se desde os que nunca assumiram este comportamento (item 1), os que tentaram, mas não concretizaram a ideia (item 2), os que já fizeram no passado, mas não atualmente (item 3) até aqueles que fazem de vez em quando (item 4), fazem frequentemente (item 5) e fazem sempre (item 6).

A análise dos resultados far-se-á pela observação da resposta da pessoa, atribuindo-se o estatuto de dieta correspondente à resposta em causa. Para efeitos de análises comparativas em estudos com vários participantes (e em função da frequência de respostas obtidas em cada estudo), podem-se realizar agrupamentos das categorias definidas (ver Canpolat et al., 2004; Strong & Huon, 1997). A título de exemplo, pode-se comparar pessoas com padrões mais evidentes de dieta (itens 5 e 6), com pessoas que não têm um padrão tão evidente (item 4), que fizeram no passado (item 3) ou que nunca fizeram dieta (itens 1 e 2).

Na segunda parte do instrumento, procurou-se avaliar alguns comportamentos de risco associados ao controle de peso e forma corporal. Os itens foram formulados a partir dos trabalhos realizados por Bruin et al. (2007), Petrie e Stoeber (1993) e Thelen et al. (1991). Estes indicadores foram

formulados para avaliar os comportamentos alimentares em contextos desportivos, nomeadamente em atletas (ver Bruin et al., 2007).

Assim sendo, a escala avalia sete comportamentos distintos, dizendo o primeiro item respeito à frequência de utilização de dietas, baseando-se nas sugestões enunciadas por Bruin et al. (2007). Este item só deve ser utilizado no instrumento no caso de NÃO se aplicar a primeira parte do ACCPFC, descrita anteriormente, pois ambos remetem para o mesmo domínio de avaliação.

Os restantes seis indicadores reportam a práticas alimentares e de dieta patogénicas, baseando-se na versão revista do Teste de Bulimia de Thelen et al. (1991). Este último instrumento apresenta, de acordo com os trabalhos levados a cabo por Vincent et al. (1999), boas características psicométricas.

Quanto ao modelo de apresentação do instrumento, todos os itens são respondidos em formato tipo “Likert” de nove pontos, desde “*Nunca*” até “*Sempre*”. A cotação dos itens é efetuada de um modo individual, obtendo-se um “score” para cada uma das questões.

| Cotação dos itens e das dimensões |

Subescalas

Itens

ACCPFC (1ª parte)

- Item 1: Nunca fez dieta
- Item 2: Tenciona fazer
- Item 3: Fez dieta
- Item 4: Faz ocasionalmente
- Item 5: Faz frequentemente
- Item 6: Faz sempre

ACCPFC (2ª parte)

- Item 1: Dietas
- Item 2: Jejum
- Item 3: Vômito
- Item 4: Medicação
- Item 5: Laxativos
- Item 6: Comer demasiado

Total = 0 - 10 itens

| Condições de aplicação |

- 1) Analisar a **aplicação** do instrumento com o(s) participante(s), explicando o objetivo da sua utilização (“avaliar comportamentos relacionados com a alimentação”) e o caráter confidencial da recolha dos dados;
- 2) Planear **5 a 10 minutos** para a aplicação e preenchimento;
- 3) Organizar um **contexto reservado e sossegado**: evitar a presença de pessoas não implicadas na avaliação durante o preenchimento do instrumento.

| ACCPFC | 1ª Parte |

Abaixo vai encontrar seis afirmações sobre a possibilidade de **fazer dieta** destinada a perder peso. Neste caso, a dieta refere-se a qualquer alteração dos seus hábitos alimentares, tendo como objetivo específico **perder** peso.

Assim, pedimos-lhe que verifique qual das afirmações se **aplica** melhor ao seu caso, colocando uma cruz (X) na resposta que se adequa à sua situação atual.

Por favor, tenha em consideração que **SÓ** pode assinalar **UMA** resposta, sendo aquela que **melhor** identifica o seu estado neste momento.

**Coloque
apenas
uma cruz
(X)**

-
1. Eu **NUNCA** fiz dietas com o objetivo de perder peso

 2. Eu já **TENTEI** fazer dietas, mas não levei esta ideia por diante

 3. Eu **JÁ FIZ** dietas no passado, mas neste momento não faço

 4. De **VEZ EM QUANDO** faço dietas para perder peso, mas não
faço isto com muita frequência

 5. Eu **FAÇO** dietas frequentemente para perder peso

 6. Eu estou **SEMPRE A FAZER** dietas para perder peso
-

| ACCPFC | 2ª Parte |

De seguida, são apresentados alguns comportamentos relacionados com a sua alimentação, peso e forma corporal. Para cada um deles, assinale por favor até que ponto se **aplicam** ao seu caso particular, podendo a sua resposta variar entre 1 (“*Nunca*”) e 9 (“*Sempre*”).

Por favor, analise até que ponto apresenta os seguintes comportamentos:	Nunca									Sempre								
1. Fazer dieta	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Fazer exercício / treinos “extra” com o objetivo de “queimar” ou “gastar” calorias	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Fazer jejum e/ou passar longos períodos sem comer	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Induzir ou provocar o vómito	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Utilizar medicamentos (ex: diuréticos) para emagrecer	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Usar laxativos para controlar o seu peso e forma corporal	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Perder o controlo e comer demais para as suas necessidades	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9