

## DOMANDE INTERVISTA

EXTRA 1: Quanti anni ha?

EXTRA 2: Sesso?

EXTRA 3: Stato civile?

EXTRA 4: Occupazione?

1. Ha mai seguito una dieta?

- (NO)

1.1. Per quale motivo?

- (SI')

1.2. Che tipo di dieta ha seguito (ingrassante, dimagrante, ...)?

1.3. E' riuscita a seguirla in modo costante?

(NO) 1.3.1. Per quale motivo?

1.4. Era seguita da uno/a specialista (es. Nutrizionista, Dietologo, Dietista) ?

(SI) 1.4.1. Ogni quanto faceva un controllo con lo specialista?

(SI) 1.4.2. La frequenza dei controlli le risultava adeguata?

(NO) 1.4.2.1 Per quale motivo?

1.6. Aveva modo di monitorare le calorie che consumava ogni giorno?

(SI) 1.6.1. In che modo?

1.7. Ha mai utilizzato un app per la gestione della dieta?

(SI) 1.7.1. Come si è trovato?

1.7.1.1. Per quale motivo?

1.7.2. Per quale motivo?

1.8. Ha mai provato ricette dietetiche?

(SI) 1.8.1. Da dove le prendeva?

(NO) 1.8.2. Per quale motivo?

1.9. Ha mai utilizzato un diario alimentare?

(NO) 1.9.1. Per quale motivo?

2. Quanti pasti fa al giorno?

2.1. Le capita di dover saltare dei pasti durante la giornata?

(SI) 2.1.1. Per quale motivo?

3. Legge i componenti di un alimento prima di acquistarlo?

4. Le piace passare del tempo in cucina per sperimentare nuove ricette?

5. Le capita di dover gettare dei prodotti perchè si dimentica della loro scadenza?

6. Beve acqua regolarmente durante la giornata?

(NO) 6.1 Per quale motivo?

7. Fa la spesa lei stesso?

7.1. (NO) Per quale motivo?

7.2. E' solito avere pasti ricorrenti ogni settimana?

7.3. Ha mai ordinato la spesa a casa?

(NO) 7.3.1. Per quale motivo?

(SI) 7.3.2. Quando è sta l'ultima volta?

8. Monitora il ritmo del sonno?

(SI) 8.1. In che modo?

8.2. Quante ore dorme a notte in media?

(NO) 8.3. Si rende conto di che ora sia prima di addormentarsi?