



LA SCALA DELLA FAME



www.psicoalimentazione.it

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Vuoto

Bisogno vorace

Troppo affamato

Morsi della fame

La fame si risveglia

Neutrale

Appena soddisfatto

Completamente soddisfatto

Pieno

Stra-pieno

Nauseato

@marilumengoni