



Test “Fagerström” per l’analisi della dipendenza da nicotina

Le domande che seguono intendono indagare le sue abitudini legate al fumo; risponda con attenzione e sincerità.

- | | PUNTEGGI: |
|---|-----------|
| 1. Dopo quanto tempo dal risveglio accende la sigaretta? | |
| Entro 5 minuti..... | 3 |
| 6-30 minuti..... | 2 |
| 31-60 minuti..... | 1 |
| dopo 60 minuti..... | 0 |
| 2. Trova difficile astenersi dal fumare in luoghi dove è vietato? | |
| Sì..... | 1 |
| No..... | 0 |
| 3. Tra tutte le sigarette che fuma a quale le sarebbe più difficile rinunciare? | |
| La prima del mattino..... | 1 |
| Qualsiasi..... | 0 |
| 4. Quante sigarette fuma in una giornata? | |
| 0 – 10..... | 0 |
| 11 – 20..... | 1 |
| 21 – 30..... | 2 |
| 31 o più..... | 3 |
| 5. Fuma con maggiore frequenza nelle prime ore del giorno che nel resto della giornata? | |
| Sì..... | 1 |
| No..... | 0 |
| 6. Fuma anche quando è così malato da rimanere a letto tutto il giorno? | |
| Sì..... | 1 |
| No..... | 0 |

PUNTEGGIO TOTALE:

.....

Risultati: grado di dipendenza

0-2: molto basso
3-4: basso
5-6: medio-alto
7-8: alto
9-10: molto alto

Tratto da <https://www.luoghidiprevenzione.it/>