

TESTE DE FAGERSTRÖM

AVALIE SEU GRAU DE DEPENDÊNCIA À NICOTINA

Quanto tempo depois de acordar você fuma o primeiro cigarro?

- () Mais de 60 min. (0 pontos)
- () Entre 31 e 60 min. (1 ponto)
- () Entre 6 e 30 min. (2 pontos)
- () Menos de 6 min. (3 pontos)

Você tem dificuldade de ficar sem fumar em locais proibidos?

- () Não (0 pontos)
- () Sim (1 ponto)

O primeiro cigarro da manhã é o que traz mais satisfação?

- () Não (0 pontos)
- () Sim (1 ponto)

Você fuma mais nas primeiras horas da manhã do que no resto do dia?

- () Não (0 pontos)
- () Sim (1 ponto)

Você fuma mesmo quando acamado por doença?

- () Não (0 pontos)
- () Sim (1 ponto)

Quantos cigarros você fuma por dia?

- () Menos de 11 (0 pontos)
- () De 11 a 20 (1 ponto)
- () De 21 a 30 (2 pontos)
- () Mais de 30 (3 pontos)

TOTAL DE PONTOS – ()

GRAU DE DEPENDÊNCIA À NICOTINA

- 0 - 2 PONTOS – MUITO BAIXO
- 3 - 4 PONTOS – BAIXO
- 5 - 6 PONTOS – MÉDIO
- 6 - 7 PONTOS – ELEVADO
- 8 - 10 PONTOS – MUITO ELEVADO

Observação: Uma soma acima de 6 pontos indica que, provavelmente, o paciente sentirá desconforto (Síndrome de Abstinência) ao deixar de fumar.