

# Test di Fagerstrom\*



| Domanda:  | Risposta:            | Punti: |
|---|----------------------|--------|
| Quanto tempo dopo il risveglio accende la prima sigaretta?                                  | Entro 5 minuti       | 3      |
|   | Dopo 6–30 minuti     | 2      |
|   | Dopo 31–60 minuti    | 1      |
|   | Dopo 60 minuti       | 0      |
| Fa fatica a non fumare in luoghi in cui è proibito?   | Sì                   | 1      |
|   | No                   | 0      |
| A quale sigaretta le costa di più rinunciare?   | La prima del mattino | 1      |
|   | Tutte le altre       | 0      |
| Quante sigarette fuma al giorno?  | 10 o meno            | 0      |
|   | Da 11 a 20           | 1      |
|   | Da 21 a 30           | 2      |
|   | 31 o più             | 3      |
| Fuma più frequentemente durante la prima ora dal risveglio che durante il resto del giorno? | Sì                   | 1      |
|   | No                   | 0      |
| Fuma anche quando è così malato da passare a letto la maggior parte del giorno?             | Sì                   | 1      |
|   | No                   | 0      |

## Interpretazione del test:

0–2 punti: Dipendenza bassa  
3–5 punti: Dipendenza media  
6–7 punti: Dipendenza alta  
8–10 punti: Dipendenza molto alta

\*Fagerström KO, Schneider NG. Measuring nicotine dependence: A review of the Fagerström Tolerance Questionnaire. J Behav Med. 1989; 12:159-181.