



**Teste de Fagerström  
- Avaliação da dependência à nicotina -**

1. Quanto tempo depois de acordar fuma o 1º cigarro?

Primeiros 5 min	3
6-30 min	2
31-60 min	1
+ de 60 min	0
  
2. É difícil para si não fumar em espaços onde é proibido fumar (cinemas, viagens de avião,...)?

Sim	1
Não	0
  
3. Qual é o cigarro que teria mais dificuldade em abandonar?

O 1º da manhã	1
Qualquer outro	0
  
4. Quantos cigarros fuma por dia?

10 ou menos	0
11 a 20	1
21 a 30	2
31 ou mais	3
  
5. Fuma mais frequentemente nas primeiras horas após acordar do que no resto do dia?

Sim	1
Não	0
  
6. Fuma mesmo quando está doente?

Sim	1
Não	0

**Total: |\_\_|\_\_|**

A pontuação máxima é de 10. Uma **pontuação  $\geq 6$  significa dependência elevada**. Pontuação  $\leq 4$  significa dependência baixa, e entre 4-6 dependência média.

Referências:

Ferreira PL, et al. Teste de dependência à nicotina: validação linguística e psicométrica do teste de Fagerström. Revista Portuguesa de Saúde Pública. 27:2 (2009) 37-56