



CURSO DE CAPACITAÇÃO EM
SAÚDE MENTAL
NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

AVALIE SEU GRAU DE DEPENDÊNCIA TESTE DE FAGERSTRÖM

1- Quanto tempo depois de acordar você fuma o primeiro cigarro?

() mais de 60 min _____ 0

() entre 31 e 60 min _____ 1

() entre 6 e 30 min _____ 2

() menos de 6 min _____ 3

2- Você tem dificuldade de ficar sem fumar em locais proibidos?

() não _____ 0

() sim _____ 1

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

() não _____ 0

() sim _____ 1

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

() não _____ 0

() sim _____ 1

5- Você fuma mesmo quando acamado por doença?

() não _____ 0

() sim _____ 1

6- Quantos cigarros você fuma por dia?

() menos de 11 _____ 0

() de 11 a 20 _____ 1

() de 21 a 30 _____ 2

() mais de 30 _____ 3

TOTAL DE PONTOS ()

GRAU DE DEPENDÊNCIA

0-2 PONTOS - MUITO BAIXO

3-4 PONTOS - BAIXO

5 PONTOS – MÉDIO

6 – 7 PONTOS - ELEVADO

8-10 PONTOS - MUITO ELEVADO