

## TEST SUL FUMO

1. Dopo quanto tempo dal risveglio accende la prima sigaretta?

- Entro 5 minuti 3
- Entro 6 – 30 minuti 2
- Entro 31 – 60 minuti 1
- Dopo 60 minuti 0

2. Fa fatica a non fumare in luoghi in cui è proibito (cinema, chiesa, mezzi pubblici, etc.) ?

- Si 1
- No 0

3. A quale sigaretta le costa di più rinunciare?

- La prima del mattino 1
- Tutte le altre 0

4. Quante sigarette fuma al giorno?

- 10 o meno 0
- 11 – 20 1
- 21 – 30 2
- 31 o più 3

5. Fuma più frequentemente durante la prima ora dal risveglio che durante il resto del giorno?

- Si 1
- No 0

6. Fuma anche quando è così malato da passare a letto la maggior parte del giorno?

- Si 1
- No 0

*Un punteggio da 0 a 2 indica lieve dipendenza, 3 o 4 media dipendenza, 5 o 6 forte dipendenza, da 7 a 10 dipendenza molto forte*