

TEST DE GLOVER – NILSON

Este cuestionario valora la dependencia psicológica, social o gestual hacia el tabaco

Nombre:

Preguntas 1 a 3: 0 – Nada en absoluto 1 – Algo 2 – Moderadamente 3 – Mucho 4 - Muchísimo	
01.- Mi hábito de fumares muy importante para mí	0
02.- Juego y manipulo el cigarrillo como parte del ritual del hábito de fumar.	0
03.- Juego y manipulo el paquete de tabaco como parte del ritual del hábito de fumar.	0
Preguntas 4 a 18: 0 – Nunca 1 – Raramente 2 – A veces 3 – A menudo 4 - Siempre	
04.- ¿Ocupa manos y dedos para evitar el tabaco?	0
05.- ¿Suele ponerse algo en la boca para evitar fumar?	0
06.- ¿Se recompensa a si mismo con un cigarrillo tras cumplir una tarea?	0
07.- ¿Se angustia cuando se queda sin cigarrillos o no consigue encontrar el paquete de tabaco?	0
08.- ¿Cuándo no tiene tabaco, le resulta difícil concentrarse o realizar cualquier tarea?	0
09.- ¿Cuándo se haya en un lugar en el que está prohibido fumar, juega su cigarrillo o paquete de tabaco?	0
10.- ¿Algunos lugares o circunstancias le incitan a fumar: su sillón favorito, sofá, habitación, coche o la bebida (alcohol, café, etc.)?	0
11.- ¿Se encuentra a menudo encendiendo un cigarrillo por rutina, sin desearlo realmente?	0
12.- ¿Le ayuda a reducir el estrés el tener un cigarrillo en las manos aunque sea sin encenderlo?	0
13.- ¿A menudo se coloca cigarrillos sin encender u otros objetos en la boca (bolígrafos, palillos, chicles, etc.) y los chupa para relajarse del estrés, tensión, frustración, etc.?	0
14.- ¿Parte del placer de fumar procede del ritual de encender el cigarrillo?	0
15.- ¿Parte del placer del tabaco consiste en mirar el humo cuando lo inhala?	0
16.- ¿Enciende alguna vez un cigarrillo sin darse cuenta de que ya tiene uno encendido en el cenicero?	0
17.- ¿Cuándo está solo en una fiesta,, etc., se siente más seguro, a salvo o más confiado con un cigarrillo en las manos?	0
18.- ¿Suele encender un cigarrillo si sus amigos lo hacen?	0

Puntuación final:

El test de Glover – Russel evalúa la dependencia del fumador contemplando distintos aspectos:

DEPENDENCIA PSICOLÓGICA:

Mediantes las preguntas 1, 6, 7, y 8 se determina el grado de dependencia en funcion de la puntuación obtenida:

<u>Puntuación</u>	<u>Dependencia</u>
0 – 5	Leve
6 – 10	Moderada
11 – 16	Alta

DEPENDENCIA SOCIAL:

Las preguntas 17 y 18 son determinantes de este tipo de dependencia

<u>Puntuación</u>	<u>Dependencia</u>
0 – 2	Leve
3 – 5	Moderada
6 – 8	Alta

DEPENDENCIA GESTUAL:

Es evaluada por los ítems 2, 3, 4, 5, y los comprendidos del 9 al 16, ambos incluidos:

<u>Puntuación</u>	<u>Dependencia</u>
0 – 15	Leve
16 – 31	Moderada
32 ó >	Alta