

## ■ TEST AUDIT , DE DEPENDENCIA ALCOHÓLICA

Si quieres saber cuál es el grado de dependencia alcohólica, rellena este cuestionario (AUDIT) -Test de Identificación de Trastornos Relacionados con el Uso del Alcohol- y suma las puntuaciones.

La escala de valoración oscila entre los 0 puntos como mínimo y 40 puntos como máximo. Si tu puntuación ha sido mayor de 8, puede ser síntoma de padecer algún problema relacionado con el alcohol. Este cuestionario no es determinante. Te aconsejamos que si tu puntuación es alta acudas a un centro especializado.

1. ¿Con qué frecuencia se toma alguna bebida que contenga alcohol?
  - Nunca. (0)
  - Una o menos veces al mes. (1)
  - 2 a 4 veces al mes. (2)
  - 2 ó 3 veces a la semana. (3)
  - 4 o más veces a la semana. (4)
  
2. ¿Cuántas bebidas que contengan alcohol se toma normalmente cuando bebe?
  - 1 ó 2. (0)
  - 3 ó 4. (1)
  - 5 ó 6. (2)
  - 7 a 9. (3)
  - 10 ó más. (4)
  
3. ¿Con qué frecuencia se toma 6 o más bebidas que contengan alcohol en un solo día?
  - Nunca. (0)
  - Menos de una vez/mes. (1)
  - Mensualmente. (2)
  - Semanalmente. (3)
  - A diario o casi a diario. (4)
  
4. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, ha sido incapaz de parar de beber una vez había empezado?
  - Nunca. (0)
  - Menos de una vez/mes. (1)
  - Mensualmente. (2)

- Semanalmente. (3)
  - A diario o casi a diario. (4)
5. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, no pudo hacer lo que esperaba de usted porque había bebido?
- Nunca. (0)
  - Menos de una vez/mes. (1)
  - Mensualmente. (2)
  - Semanalmente. (3)
  - A diario o casi a diario. (4)
6. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?
- Nunca. (0)
  - Menos de una vez/mes. (1)
  - Mensualmente. (2)
  - Semanalmente. (3)
  - A diario o casi a diario. (4)
7. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, ha tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido?
- Nunca. (0)
  - Menos de una vez/mes. (1)
  - Mensualmente. (2)
  - Semanalmente. (3)
  - A diario o casi a diario. (4)
8. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior porque había estado bebiendo?
- Nunca. (0)
  - Menos de una vez/mes. (1)
  - Mensualmente. (2)
  - Semanalmente. (3)
  - A diario o casi a diario. (4)
9. Usted o alguna otra persona ¿Han resultado heridos porque usted habeis bebido?
- No. (0)

- Sí, pero no en el curso del último año. (2)
- Sí, en el último año. (4)

10. ¿Algún familiar, amigo, médico o profesional sanitario han mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?

- No. (0)
- Sí, pero no en el curso del último año. (2)
- Sí, en el último año. (4)