

## ¿TIENES DEPENDENCIA AL ALCOCHOL?

### Test AUDIT Dependencia Alcohólica

El test AUDIT permite evaluar la dependencia de una persona hacia el alcohol. Esta calculadora permite valorar la dependencia con respecto al consumo de alcohol. Esta información es meramente orientativa. Contesta a todas las preguntas propuestas. La puntuación oscila entre 0 y 40 puntos como máximo. A mayor número de puntos, mayor dependencia. Una puntuación mayor de 8 puede ser indicio de un problema.

1. ¿Con qué frecuencia consumes bebidas alcohólicas?

- Nunca
- Una o menos veces al mes
- 2 a 4 veces al mes
- 2 ó 3 veces a la semana
- 4 o más veces a la semana

2. ¿Cuántas bebidas alcohólicas consumes normalmente cuando bebes?

- 1 ó 2
- 3 ó 4
- 5 ó 6
- 7 a 9
- 10 ó más

3. ¿Con qué frecuencia te tomas 6 o más bebidas alcohólicas en un solo día?

- Nunca
- Menos de una vez/mes
- Mensualmente
- Semanalmente
- A diario o casi a diario

4. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, has sido incapaz de parar de beber una vez que habías empezado?

- Nunca
- Menos de una vez/mes

ADICCIONES

Mensualmente  
Semanalmente  
A diario o casi a diario

5. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, no pudiste atender tus obligaciones porque habías bebido?

Nunca  
Menos de una vez/mes  
Mensualmente  
Semanalmente  
A diario o casi a diario

6. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, has necesitado beber en ayunas para recuperarte después de haber bebido mucho el día anterior?

Nunca  
Menos de una vez/mes  
Mensualmente  
Semanalmente  
A diario o casi a diario

7. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, has tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido?

Nunca  
Menos de una vez/mes  
Mensualmente  
Semanalmente  
A diario o casi a diario

8. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, no has podido recordar lo que sucedió la noche anterior porque habías estado bebiendo?

Nunca  
Menos de una vez/mes  
Mensualmente  
Semanalmente  
A diario o casi a diario

9. Tú o alguna otra persona ¿Habéis resultado heridos porque habías bebido?

ADICCIONES

No

Sí, pero no en el curso del último año

Sí, en el último año

10. ¿Algún familiar, amigo, médico o profesional sanitario han mostrado preocupación por tu consumo de alcohol, o te han sugerido que dejes de beber?

No

Sí, pero no en el curso del último año

Sí, en el último año