

AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test)

El cuestionario AUDIT fue desarrollado por OMS (Organización Mundial de la Salud) y también esta recomiendo por la OMS.
Los puntos dados de cada pregunta se suman a los puntos totales.

El AUDIT-Cuestionario de autoevaluación

(1 bebida alcohólica corresponde a 200 cl de cerveza o 150 cl de vino o 2 cl de licor)

Puntos para la clasificación:	0	1	2	3	4	Sus puntos
1. ¿ Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?	nunca	Una o menos veces al mes	De 2 a 4 veces al mes	De 2 a 3 veces a la semana	4 o más veces a la semana	
2. ¿ Cuantas consumiciones de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?	1 - 2	3 - 4	5 - 6	7 - 9	10 o más	
3. ¿ Con qué frecuencia toma 6 o más bebidas alcohólicas en un solo día (fiesta)?	nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario	
4. ¿ Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez había empezado?	nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario	
5. ¿ Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted porque había bebido?	nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario	
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	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario	
7. ¿ Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido?	nunca	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario	
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	Menos de una vez al mes	Una vez al mes	Una vez a la semana	A diario o casi a diario	
9. ¿ Usted o alguna otra persona ha resultado herido porque usted había bebido?	no		Si, pero no en el curso del ultimo año		Si, el último año	
10. ¿ Algún familiar, amigo, médico o profesional sanitario ha mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?	no		Si, pero no en el curso del ultimo año		Si, el último año	

Sus puntos totales: _____

El puntaje mínimo es 0, el máximo 40. Un puntaje de 8 o más indica un consumo de alcohol peligroso y dañino. Para mujeres y mayores de 65 años, se recomienda establecer el umbral en 7 puntos. Este autoexamen sirve como una primera evaluación de sus propios hábitos de bebida.

Si alcanza 8 o más puntos, tiene sentido buscar soluciones individuales!

www.rogermathis.ch