

TEST AUDIT

¿Con que frecuencia consumes bebidas alcohólicas?

- Nunca (0) Una o menos veces al mes (1)
2 o 4 veces al mes (2) 2 o 3 veces a la semana (3)
4 o más veces a la semana (4)

¿Cuántas bebidas alcohólicas consumes normalmente cuando bebes?

- 1 o 2 (0) 3 o 4 (1) 5 o 6 (2) 7 a 9 (3) 10 o más (4)

¿Con que frecuencia te tomas 6 o mas bebidas alcohólicas al día?

- Nunca (0) Menos de una vez al día (1) Mensualmente (2)
Semanalmente (3) 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 (0) Menos de una vez al mes (1) Mensualmente (2)
Semanalmente (3) A diario o casi a diario (4)

¿Con que frecuencia, en el último año, no pudiste atender tus obligaciones porque habías bebido?

- Nunca (0) Menos de una vez al mes (1) Mensualmente (2)
Semanalmente (3) A diario o casi a diario (4)

¿En el curso del último año, as necesitado beber en ayunas para recuperarte después de haber bebido mucho el día anterior?

- Nunca (0) Menos de una vez al mes (1) Mensualmente (2)
Semanalmente (3) A diario o casi a diario (4)

¿En el último año, has tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido?

- Nunca (0) Menos de una vez al mes (1) Mensualmente (2)
Semanalmente (3) A diario casi a diario (4)

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

- Nunca (0) Menos de una vez al mes (1) Mensualmente (2)
Semanalmente (3) A diario o casi a diario (4)

Tú o alguna otra persona, ¿habéis resultado herido porque habíais bebido?

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

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

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

Interpretación de resultados: La puntuación oscila entre 0 y 40 puntos como máximo. A mayor número de puntos, mayor dependencia. Si tu puntuación es mayor de 8, puede ser síntoma de padecer algún problema relacionado con el alcohol. Este cuestionario no es determinante. Consulte con un profesional sanitario.

**farmàcia**
carretera de mata, 43

Dra. M^a. Angeles Via Sosa

C/ Carretera de Mata, 43
08304 Mataró
Telf. 937901828

info@farmaciacarreterademata.com
www.farmaciacarreterademata.com

HORARIO

DE LUNES A VIERNES
DE 8:30 a 20:30 H
SÁBADOS DE 8:30 A 14:30 h



**¿CREES QUE
EL ALCOHOL
TE AYUDA?**

FASES DE LA BORRACHERA

1ª Fase: *Euforia y excitación*
(0,25-0,3g/l).

2ª Fase: *Confusión* (0,3-1,5g/l): problemas de coordinación y cambio de personalidad

3ª Fase: *Anestesia pre-coma etílico* (1,5-3g/l): confusión mental, vómitos, se duerme.

4ª Fase: *Coma etílico* (+3g/l): parada cardio-respiratoria y peligro de muerte.

¿QUE HAGO SI UN AMIGO ESTÁ BORRACHO?

ESTÁ CONSCIENTE

- ✓ Háblale y estímúlate
- ✓ Contrólale la consciencia y respiración
 - ✓ Abrígale
- ✓ Si no se puede mover, tumbalo de lado.

ESTÁ INCONSCIENTE

- ✓ Llama al 112
 - ✓ Abrígalo
- ✓ Si respira y tiene pulso tumbalo de lado, para evitar que se ahogue si vomita
- ✓ Si no respira y no tiene pulso, si sabes o alguien sabe, hacédle un masaje cardiaco.

EL ALCOHOL



Es una de las drogas más consumidas

El consumo de alcohol se relaciona con todo tipo de celebraciones, actos sociales y festivos.

Esta relación lleva a que se abuse del consumo y se realice de una forma compulsiva, inconsciente y poniendo en riesgo nuestra propia salud

El alcohol es una **droga aceptada socialmente**

Es un **tóxico, anestésico y narcótico**

Es un **depresor del sistema nervioso central** que afecta las funciones intelectuales, sensoriales, motoras y reflejas

El farmacéutico es un profesional sanitario de confianza y proximidad, de fácil acceso, que promueve los hábitos de vida saludables, que mantiene el secreto profesional y te informa sin juzgarte.

FRENTE AL ALCOHOL

- Conoce la interacción entre medicamentos y alcohol
- Ayuda a detectar y prevenir el consumo de alcohol
- Puede evaluar si bebes demasiado mediante cuestionarios validados (ISCA, CAGE, AUDIT)...
- Puede valorar tu actitud frente al problema
- Hace seguimiento del tratamiento

Más información:

www.liniaverda.org

www.noaladroga.es

www.aspb.cat/quefem/orientaciondrogues.htm

