

# ¿Cree tener problemas con su forma de beber?

RESPONDA SI O NO AL SIGUIENTE TEST Y OBTENDRÁ UNA RESPUESTA

- ① ¿Alguna vez decidió dejar de beber por una semana o más, pero sólo duró un par de días?..... \_\_\_\_\_
- ② ¿No le gusta a usted que la gente se meta con su manera de beber?. Ni le gusta que le estén diciendo lo que tiene que hacer?..... \_\_\_\_\_
- ③ ¿Alguna vez ha cambiado de una clase de bebida a otra con la esperanza de que así evitaría llegar a emborracharse?..... \_\_\_\_\_
- ④ ¿Ha bebido trago al despertar en el último año?..... \_\_\_\_\_
- ⑤ ¿Necesita beber para arrancar actividades o para dejar de temblar?..... \_\_\_\_\_
- ⑥ ¿Envidia a la gente que puede beber sin mantenerse en dificultades?..... \_\_\_\_\_
- ⑦ ¿Ha tenido problemas relacionados con su manera de beber durante el último año?..... \_\_\_\_\_
- ⑧ ¿Su manera de beber ha causado problemas en el hogar?..... \_\_\_\_\_
- ⑨ ¿Se ha dicho a usted mismo que puede dejar de beber cuando quiera y continúa emborrachándose cuando menos lo piensa?..... \_\_\_\_\_
- ⑩ ¿Alguna vez trató de conseguir tragos "extras" en una fiesta porque no había conseguido lo suficiente?..... \_\_\_\_\_
- ⑪ ¿Ha tenido lagunas mentales?..... \_\_\_\_\_
- ⑫ ¿Alguna vez ha sentido que su vida puede ser mejor si no bebiera?..... \_\_\_\_\_

## ¿CUAL ES SU PUNTAJE?

Si usted contestó SI a 4 o más preguntas probablemente tiene problemas con el alcohol. ¿Por qué decimos esto?. Porque miles de personas en Alcohólicos Anónimos lo han afirmado por muchos años. Se descubrieron así mismos de la manera más dura.

**Si tiene problemas...  
nosotros le podemos ayudar**



**ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS**