

CÓMO SABER SI SOY ALCOHÓLICO

FUENTE: "Grupo Renacer" de Alcohólicos Anónimos
GRÁFICO: Los Tiempos / Wilson Cahuaya

Éstas son las 12 preguntas que debe responder para saber si tiene problemas con el alcohol:

- 1 ¿Ha tratado de no beber por una semana o más sin éxito?
- 2 ¿Le molestan los consejos para convencerle de dejar de beber?
- 3 ¿Ha tratado de controlarse cambiando de una clase de bebida a otra?
- 4 ¿Ha bebido alguna vez por la mañana durante el último año?
- 5 ¿Envidia a las personas que pueden beber sin tener dificultades?
- 6 ¿Su problema con la bebida ha empeorado durante el último año?
- 7 ¿Su modo de beber ha ocasionado problemas en su hogar?
- 8 ¿En reuniones sociales donde se bebe poco, ha buscado tragos extra?
- 9 ¿Dice que puede dejar de beber cuando quiera, a pesar de seguir emborrachándose cuando no quiere?
- 10 ¿Ha faltado a su trabajo durante el último año a causa de la bebida?
- 11 ¿Ha tenido alguna vez "lagunas mentales" a causa de la bebida?
- 12 ¿Pensó alguna vez que podría tener más éxito en la vida si no bebiera?

* Cualquier persona que conteste Sí a cuatro o más preguntas tiene tendencias alcohólicas definitivas.

