

# Un Mensaje a los Jóvenes...

## Cómo saber cuándo la bebida se está convirtiendo en problema

Esta literatura está aprobada por la Conferencia de Servicios Generales de A.A. Copyright © 1988, 1998 por A.A. World Services, Inc. Reservados todos los derechos

## ALCOHOLISMO

Alcoholismo es una palabra difícil de entender.

Sin embargo nadie es demasiado joven (o viejo) para tener problemas con la bebida.

Es así porque el alcoholismo es una enfermedad. Puede darle a cualquiera. Joven, viejo. Rico, pobre. Negro, blanco.

Y no importa cuánto tiempo lleves bebiendo o lo que hayas bebido. Lo que cuenta es cómo te afecta la bebida.

Para ayudarte a decidir si tienes problema con tu manera de beber, hemos preparado estas 12 preguntas. Las respuestas son asunto tuyo y de nadie más.

Si contestas sí a cualquiera de estas preguntas, tal vez sea el momento de echar una mirada seria a lo que te podría estar pasando con la bebida.

Y, si necesitas ayuda o si sólo quieres hablar con alguien acerca de tu manera de beber, llámanos. Estamos en el directorio telefónico bajo Alcohólicos Anónimos.

### *Un simple cuestionario de 12 preguntas diseñado para ayudarte a decidir*



**1** ¿Bebes porque tienes problemas? ¿Para relajarte?  
**2** ¿Bebes cuando te enojas con otros, con tus amigos o tus padres?<



**3** ¿Prefieres beber a solas, en lugar de hacerlo con otros?  
**4** ¿Están empezando a bajar tus calificaciones? ¿Estás chapuceando en tu trabajo?



**5** ¿Has tratado alguna vez de dejar de beber o beber menos - y fracasaste?



**6** ¿Has empezado a beber por la mañana, antes de la escuela o trabajo?



**7** ¿Te tragas las bebidas de un golpe?



**8** ¿Has experimentado alguna vez una pérdida de memoria debido a tu forma de beber?



**9** ¿Mientes acerca de tu forma de beber?



**10** ¿Te has metido alguna vez en problemas cuando bebes?



**11** ¿Te emborrachas cuando bebes, aunque no sea esa tu intención?



**12** ¿Te parece una gran hazaña poder aguantar mucho bebiendo?

---