

AUDIT

Test de identificación de trastornos por consumo de alcohol

Lea las preguntas tal como están escritas. Registre las respuestas cuidadosamente. Empiece el AUDIT diciendo "Ahora voy a hacerle algunas preguntas sobre su consumo de bebidas alcohólicas durante el último año". Explique qué entiende por "bebidas alcohólicas" utilizando ejemplos típicos como cerveza, vino, pisco, ron, vodka, etc., y explique el concepto de TRAGO («bebidas estándar»). Recuerde, 1 TRAGO es aproximadamente una lata de cerveza, una copa de vino o un corto de licor (o un combinado suave). Marque la cifra de la respuesta adecuada y luego sume en los casilleros asignados.

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
0	1	2	3	4

2. ¿Cuántos TRAGOS de alcohol suele beber en un día de consumo normal?

1 ó 2	3 ó 4	5 ó 6	7, 8 ó 9	10 ó más
0	1	2	3	4

3. ¿Con qué frecuencia toma 5 o más TRAGOS en un solo día?

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

PUNTAJE AUDIT-C (suma puntaje de preguntas 1-3)

HOMBRES: 0-4 puntos

MUJERES: 0-3 puntos

CONSUMO DE BAJO RIESGO

Termine acá la evaluación y realice una **INTERVENCIÓN MÍNIMA**

HOMBRES: 5 puntos o más

MUJERES: 4 puntos o más

CONSUMO DE RIESGO

CONTINÚE con las preguntas 4-10

4. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año, ha sido incapaz de parar de beber una vez que había empezado?

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

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	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
0	1	2	3	4

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	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
0	1	2	3	4

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	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
0	1	2	3	4

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	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
0	1	2	3	4

9. ¿Usted o alguna otra persona ha resultado herido porque usted había bebido?

No	Sí, pero no el curso del último año	Sí, el último año
0	2	4

10. ¿Algún familiar, amigo, médico o profesional de la salud ha mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?

No	Sí, pero no el curso del último año	Sí, el último año
0	2	4

PUNTAJE AUDIT (suma total de puntaje de preguntas 1-10)

0-7 puntos

CONSUMO DE BAJO RIESGO

realice **INTERVENCIÓN MÍNIMA**

8-15 puntos

CONSUMO DE RIESGO

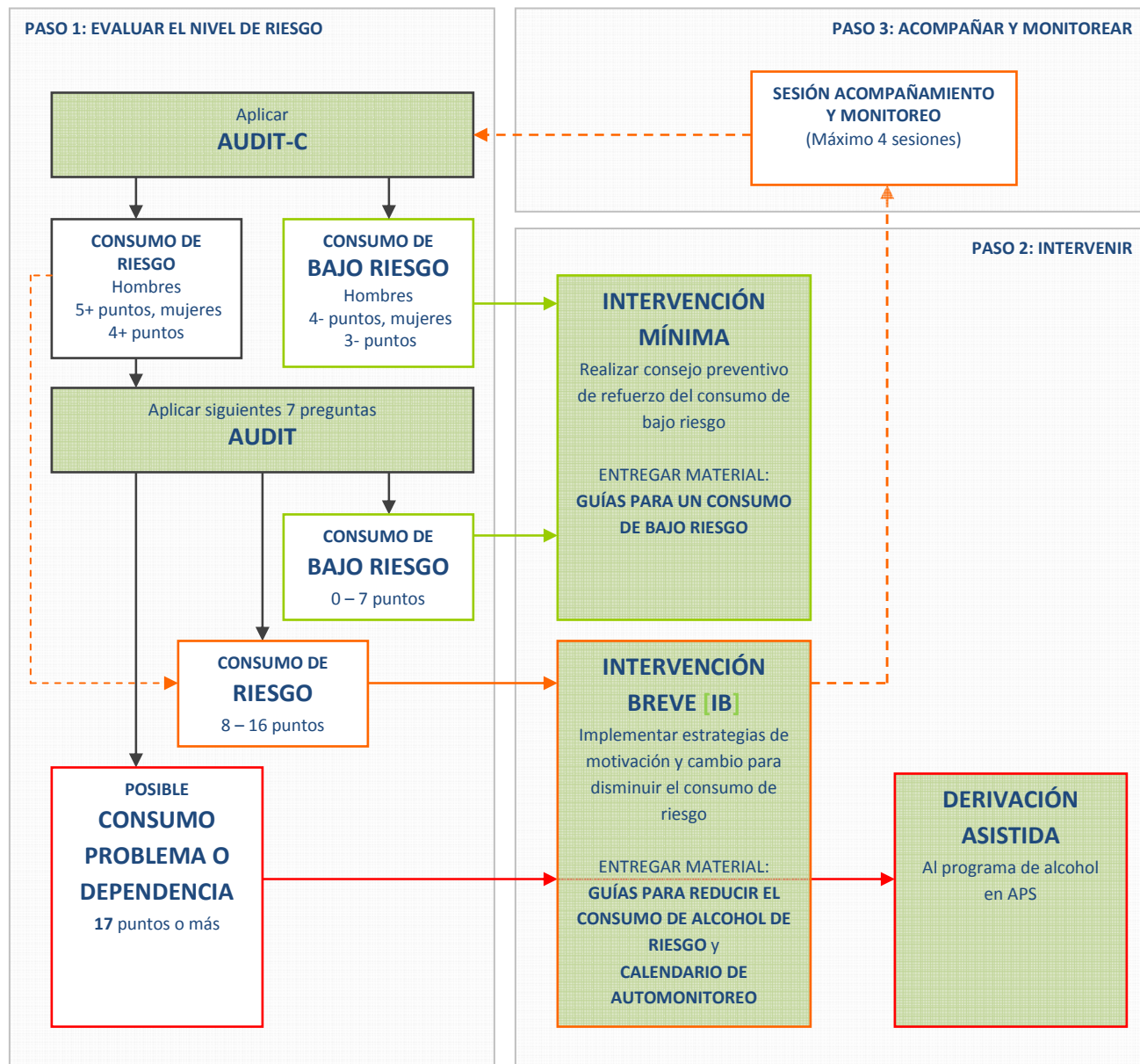
realice **INTERVENCIÓN BREVE**

16 o más puntos

posible CONSUMO PROBLEMA o DEPENDENCIA

realice **DERIVACIÓN ASISTIDA** para una evaluación completa y una **INTERVENCIÓN BREVE** igualmente

GUÍA DE INTERVENCIONES BREVES RESUMIDA¹



¹ **[IB]** Instrumentos y materiales para apoyar la intervención.

INTERVENCIONES BREVES PARA REDUCIR EL CONSUMO DE ALCOHOL DE RIESGO. Guía técnica para Atención Primaria de Salud. Primera versión, septiembre de 2011. Ministerio de Salud.

lb.alcohol@minsal.cl

AUDIT-C
Hombres: 0-4 puntos
Mujeres: 0-3 puntos

AUDIT
0-7 puntos

AUDIT
8-15 puntos

AUDIT
16 puntos o más

INTERVENCIÓN MÍNIMA

1. Felicite y refuerce el consumo de bajo de riesgo del consultante. Invite a seguir así.
2. Entregue al consultante el material [GUÍAS PARA UN CONSUMO DE BAJO RIESGO \(MATERIAL PARA EL CONSULTANTE\)](#) y utilícelo para explicarle cada guía del consumo de bajo riesgo.
3. Explique la guía 1: CANTIDAD del consumo de bajo riesgo. Recomiende mantenerse bajo los límites máximos diarios y semanales.
4. Explique la guía 2: VELOCIDAD del consumo de bajo riesgo. Recomiende seguir las guías de velocidad del consumo.

INTERVENCIÓN BREVE [IB]

1. Entregue una conclusión clara de la evaluación: el consumo del consultante es de riesgo.
2. Entregue un consejo/recomendación claro: el consultante debiera considerar bajar su consumo y disminuir sus riesgos.
3. Ofrezca al consultante el material [GUÍAS PARA REDUCIR EL CONSUMO DE RIESGO \(MATERIAL EL CONSULTANTE\)](#) y trabájelo junto con él, con cada uno de los puntos a continuación.
4. Analice junto con el consultante las guías de consumo de bajo riesgo. Especialmente la Guía 1: CANTIDAD, pero también la Guía 2: VELOCIDAD y la Guía 3: SITUACIONES y CONDICIONES de no consumo. Compare los consumos de bajo riesgo con los del consultante.
5. Si el consultante **NO ESTÁ MOTIVADO/NO QUIERE** realizar un cambio en este momento, motívelo para realizarlo después y refuerce los consejos. Muéstrole que puede volver a consultarle.
6. Si el consultante **ESTÁ MOTIVADO/QUIERE** realizar un cambio en este momento, ayúdelo a DEFINIR METAS para la PARA reducción de su consumo. Las metas deben ser realistas, adecuadas al consultante.
 - Analice en conjunto las situaciones que dificultarían el cambio del consumo y las que facilitarían el cambio del consumo.
 - Explíquelo al consultante que el cambio puede ser difícil.
 - Muéstrole que puede volver a consultarle y agende una nueva sesión si lo considera necesario.

DERIVACIÓN ASISTIDA

1. Entregue una conclusión clara de la evaluación: el consultante tiene posiblemente un consumo problemático o incluso dependencia, es decir, de muy alto riesgo.
2. Entregue un consejo/recomendación claro: el consultante necesita una evaluación clínica más profunda por un profesional con mayor experiencia en el tema. Anime a tomar una nueva hora.
3. Si el consultante **NO ESTÁ MOTIVADO/NO ACEPTA** tomar una nueva hora para la evaluación clínica por un profesional con mayor experiencia, motívelo para realizarlo después y refuerce los consejos. Muéstrole que puede volver a consultarle. Realice una INTERVENCIÓN BREVE para no perder la oportunidad.
4. Si el consultante **ESTÁ MOTIVADO/ACEPTA** tomar una nueva hora de evaluación con un profesional con mayor experiencia, ayúdelo a conseguir inmediatamente la hora dentro del mismo centro de salud. Felicite y apoye la decisión.
 - Realice mientras una **INTERVENCIÓN BREVE** para no perder la oportunidad.
 - Muéstrese disponible para ver nuevamente al consultante, apoyarlo o entregarle información.

LÁMINA 1: ¿CUÁNTOS TRAGOS BEBE USTED HABITUALMENTE?¹

		
LATA CERVEZA 1 TRAGO	SHOP PEQUEÑO 1 ½ TRAGOS	SHOP GRANDE 3 TRAGOS
		
BOTELLA CERVEZA 3 TRAGOS	COPA DE VINO (MEDIA CAÑA, JOTE) 1 TRAGO	VASO DE VINO (CAÑA) 2 TRAGOS
		
BOTELLA DE VINO 6 TRAGOS	CAJA DE VINO (TETRAPACK) 8 TRAGOS	CORTO DE LICOR (pisco, ron, aguardiente, vodka) 1 TRAGO
		
COMBINADO SIMPLE 1 TRAGO	COMBINADO FUERTE (CABEZÓN) 2 TRAGOS	BOTELLA DE LICOR 17 TRAGOS

¹ [IB] Instrumentos y materiales para apoyar la intervención.

INTERVENCIONES BREVES PARA REDUCIR EL CONSUMO DE ALCOHOL DE RIESGO. Guía técnica para Atención Primaria de Salud. Primera versión, septiembre de 2011. Ministerio de Salud.


lb.alcohol@minsal.cl

LÁMINA 2: GUÍAS PARA UN CONSUMO DE BAJO RIESGO¹

Guía 1: La CANTIDAD del consumo de bajo riesgo

Para tener menos riesgos **no beber más de 2 tragos en el mismo día.**

Nunca sobrepasar los **límites máximos:**

Hombres: En un mismo día: máximo 4 tragos En una semana: máximo 14 tragos		Dejar 2 días a la semana sin beber alcohol, al menos
Mujeres: En un mismo día: máximo 3 tragos En una semana: máximo 7 tragos		

Guía 2: La VELOCIDAD del consumo de bajo riesgo

Beber con calma, lentamente, de manera relajada.

No beber más de **1 trago cada 1 hora y media**

- Comer siempre. Antes de beber y también mientras se bebe.
- Tomar bebidas sin alcohol entre un trago y otro.
- Dejar el vaso o la botella en la mesa, entre sorbo y sorbo.

Guía 3: SITUACIONES y CONDICIONES que nunca son de bajo riesgo

Nunca es de bajo riesgo y por lo tanto es mejor **no beber:**

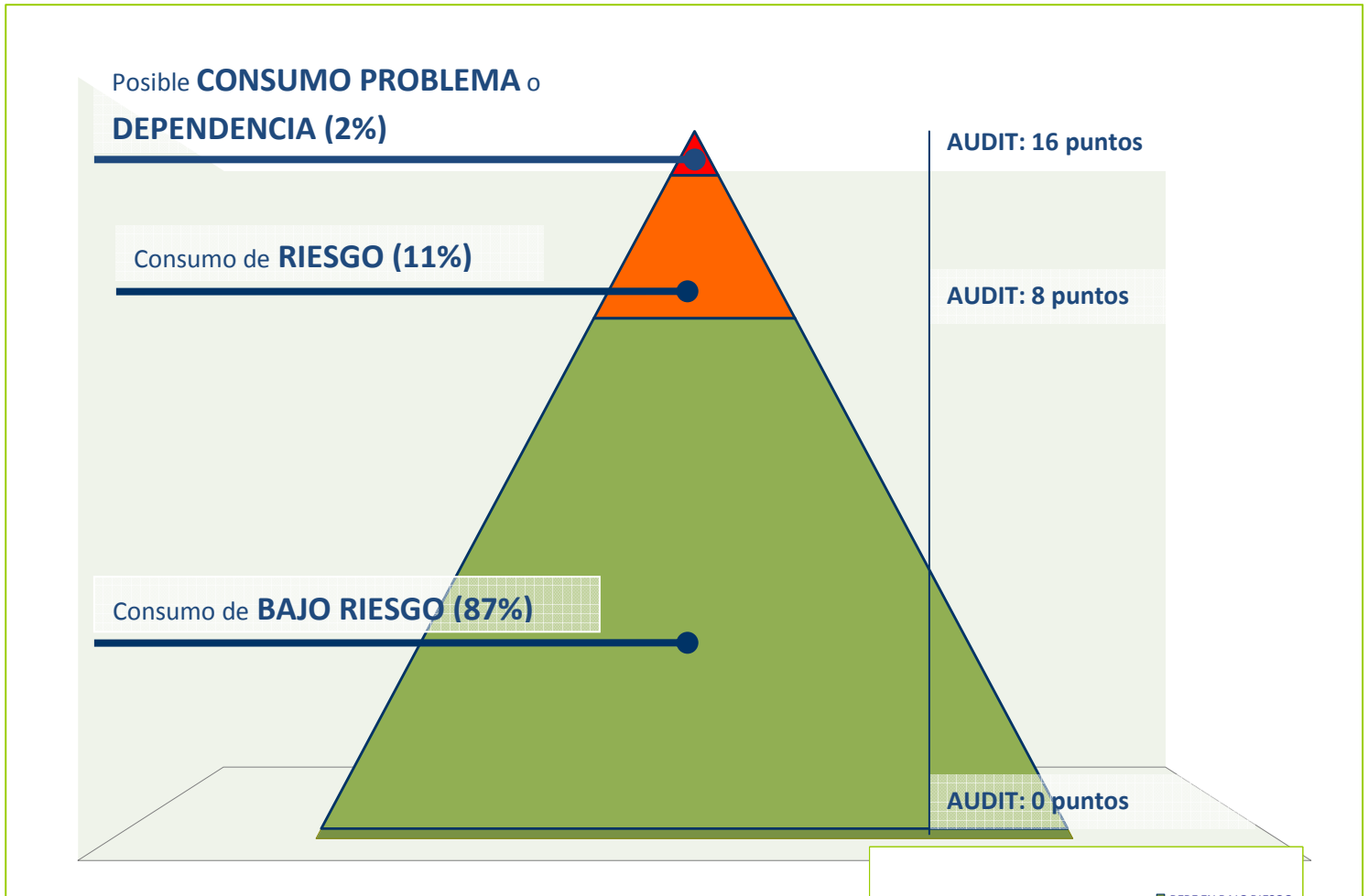
- **Mujeres embarazadas**, que están intentando embarazarse o que están amamantando.
- **Cuando se maneja cualquier tipo de vehículos** (automóviles, motocicletas, botes, bicicletas, etc.).

¹ **[IB]** Instrumentos y materiales para apoyar la intervención.

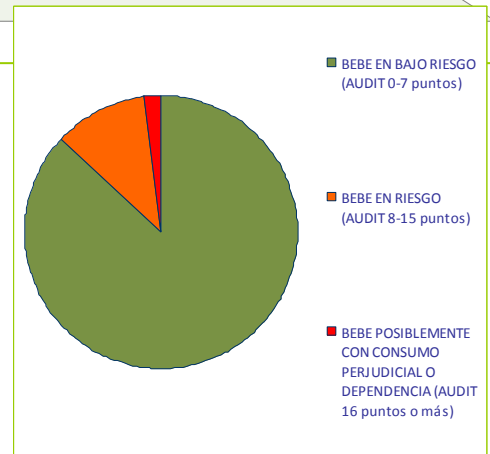
INTERVENCIONES BREVES PARA REDUCIR EL CONSUMO DE ALCOHOL DE RIESGO. Guía técnica para Atención Primaria de Salud. Primera versión, septiembre de 2011. Ministerio de Salud.

lb.alcohol@minsal.cl

LÁMINA 3: NIVELES DE RIESGO DEL CONSUMO DE ALCOHOL¹



En Chile, aproximadamente de cada 10 PERSONAS:

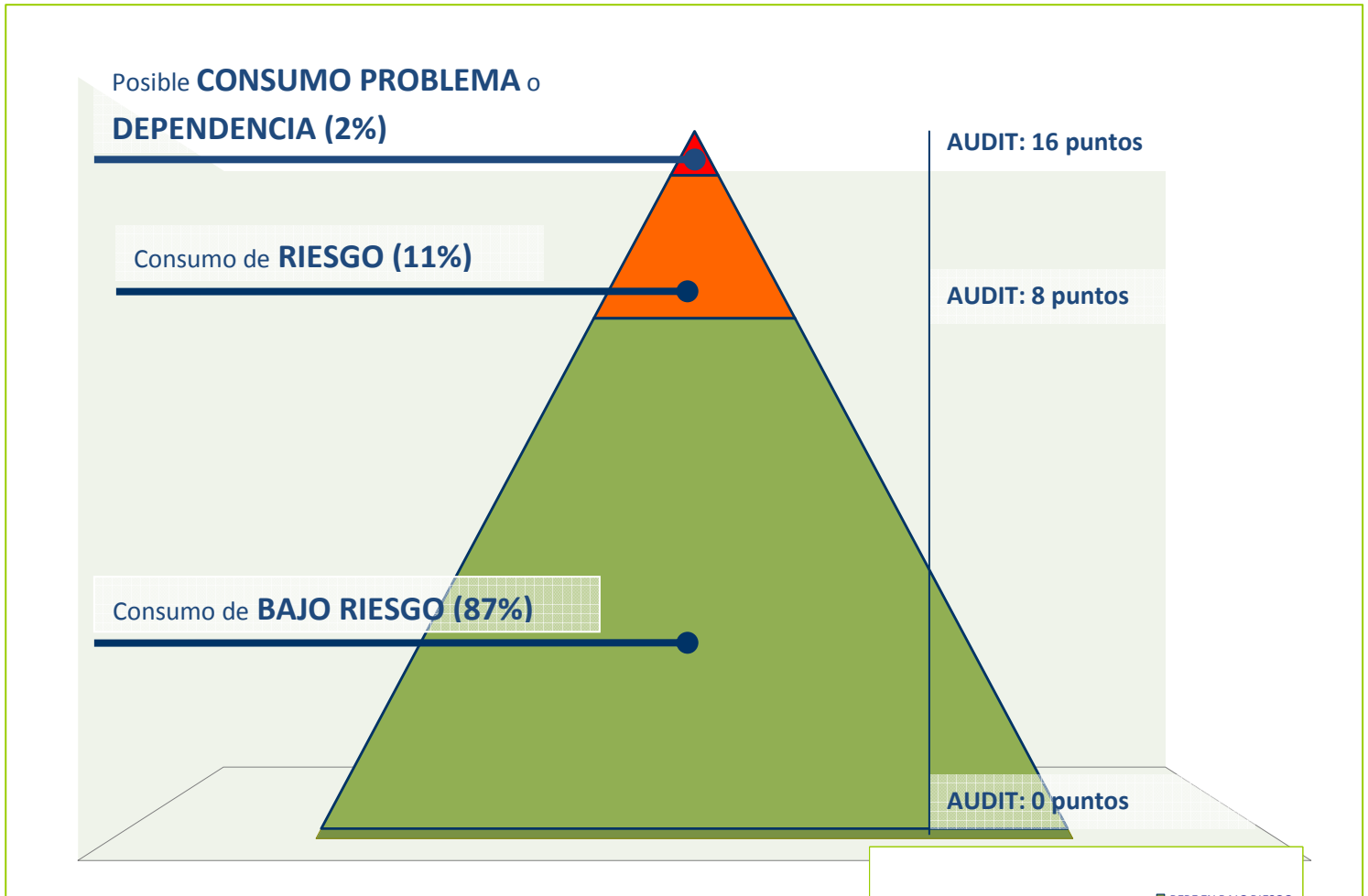


¹ [IB] Instrumentos y materiales para apoyar la intervención.

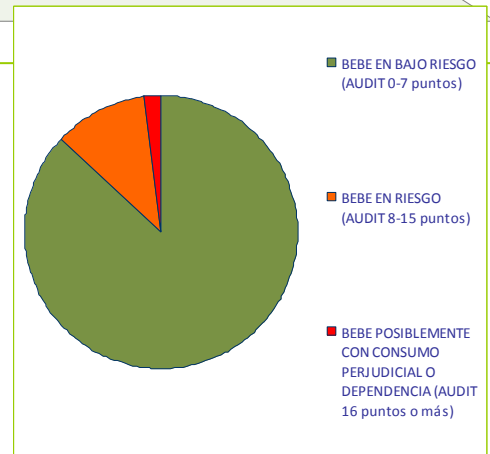
INTERVENCIONES BREVES PARA REDUCIR EL CONSUMO DE ALCOHOL DE RIESGO. Guía técnica para Atención Primaria de Salud. Primera versión, septiembre de 2011. Ministerio de Salud.

lb.alcohol@minsal.cl

LÁMINA 3: NIVELES DE RIESGO DEL CONSUMO DE ALCOHOL¹



En Chile, aproximadamente de cada 10 PERSONAS:



¹ [IB] Instrumentos y materiales para apoyar la intervención.

INTERVENCIONES BREVES PARA REDUCIR EL CONSUMO DE ALCOHOL DE RIESGO. Guía técnica para Atención Primaria de Salud. Primera versión, septiembre de 2011. Ministerio de Salud.

lb.alcohol@minsal.cl

GUÍAS PARA UN CONSUMO DE BAJO RIESGO¹

Beber nunca es totalmente seguro, pero si usted decide consumir alcohol, lo puede hacer de manera de reducir sus riesgos: puede **beber en bajo riesgo**.

Para esto, siga estas indicaciones:

1 Calcule los TRAGOS que usted bebe

CERVEZA	
Lata	1
Shop pequeño	1 1/2
Shop grande	3
Botella	3
VINO	
Copa de vino (media caña, jote)	1
Vaso de vino, caña	2
Botella	6
Caja, Tetrapack	8
LICOR (pisco, ron, aguardiente, vodka, etc.)	
Corto	1
Combinado simple	1
Combinado fuerte, cabezón	2
Botella	17

2 Tome su MEDIDA de alcohol

No beber más de **2 TRAGOS EN UN MISMO DÍA**

O bien, nunca superar los límites máximos:

Para HOMBRES	Para MUJERES
Nunca más de 4 tragos en un mismo día	Nunca más de 3 tragos en un mismo día
Nunca más de 14 tragos en una semana	Nunca más de 7 tragos en una semana

Además, siempre deje **2 DÍAS SIN BEBER** en la misma semana.

4 NO BEBA en ciertas SITUACIONES

Si va a **CONDUCIR** algún vehículo.

Si usted está **EMBARAZADA**, intentando embarazarse o amamantando.

3 Tome con CALMA y LENTAMENTE

No beba más de 1 TRAGO cada 1 hora y media.

Coma siempre antes de beber y mientras bebe
Tome bebidas sin alcohol
Deje el vaso en la mesa entre sorbo y sorbo

Usted puede hablar de esto con otras personas. Recuerde siempre, eso sí, que estas guías para el consumo de bajo riesgo se aplican a personas adultas y sanas. Tampoco funcionan si usted está embarazada o si va a conducir vehículos.

Si le es difícil mantener el consumo de bajo riesgo o simplemente necesita más información, siempre puede volver a consultarnos.

¹ **[IB]** Material para el consultante en INTERVENCIÓN MÍNIMA.

INTERVENCIONES BREVES PARA REDUCIR EL CONSUMO DE ALCOHOL DE RIESGO. Guía técnica para Atención Primaria de Salud. Primera versión, septiembre de 2011. Ministerio de Salud.