

ABRIL es el mes de la concientización sobre el alcohol Conoce los datos. . .

En 2024, el

79 %



de los jóvenes mayores de 12 años declaró haber consumido alcohol en algún momento de su vida.

En 2024, el

62 %



de los jóvenes mayores de 12 años declararon haber bebido durante el último año.

En 2024, el

47 %



de los jóvenes mayores de 12 años dijeron haber bebido alcohol alguna vez el mes pasado.

EL CUESTIONARIO “CAGE”

(POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)

Una herramienta de evaluación para el trastorno por consumo de alcohol.

CAGE es una herramienta de cuatro preguntas diseñada para ayudar a identificar posibles problemas relacionados con el consumo de alcohol. Se centra en experiencias y sentimientos comunes que pueden indicar un consumo problemático de alcohol.

C

Reducir
Cut down

¿Alguna vez has sentido la necesidad de reducir tu consumo de alcohol?

A

Irritado
Annoyed

¿Te irrita que la gente critique tu forma de beber?

G

Culpable
Guilty

¿Alguna vez te has sentido mal o culpable por beber?

E

Revelador
Eye-Opener

¿Alguna vez te has tomado una copa a primera hora de la mañana para calmar los nervios o quitarte la resaca?

Instrucciones:

Si respondes “**sí**” a **dos o más preguntas**, es posible que necesites una evaluación más detallada o hablar con un médico o un especialista en salud mental. El cuestionario CAGE es una **herramienta de detección**, **no un diagnóstico**, y por lo general se usa como base para iniciar una conversación y remitir al paciente a un especialista.

¿Qué son los atracones de alcohol?

El Instituto Nacional sobre el Abuso del Alcohol y el Alcoholismo (NIAAA) define el consumo excesivo de alcohol como un patrón de consumo que eleva la concentración de alcohol en sangre (BAC, por sus siglas en inglés) al 0.08 % o más.

En el caso de un **adulto** promedio, este patrón suele implicar el consumo de cinco o más bebidas (hombres) o cuatro o más bebidas (mujeres) en unas dos horas.

Según los estudios, los **jóvenes** pueden alcanzar la misma BAC con menos bebidas en el mismo tiempo: solo tres bebidas para las mujeres y de tres a cinco bebidas para los hombres, dependiendo de su edad y complejión.