***Auto Diagnóstico para la Dependencia a la Marihuana***

*Este es un test para calcular la severidad del problema de dependencia a la marihuana. No es un reemplazo a la evaluación profesional, sino una herramienta para el autodiagnóstico.*

*------------------------------------------------------------------------------------------------------------------*

*¿Soy adicto?*

*Sólo tú puedes contestar esta pregunta.\**

*Es posible que no te resulte fácil. Mientras consumíamos, siempre dijimos que podíamos controlarnos. Aunque al principio fuera cierto, ahora ya no lo es. Las drogas terminaron controlándonos a nosotros. Vivíamos para consumirlas y las consumíamos para vivir. Un adicto es simplemente una persona cuya vida está controlada por las drogas.*

*Quizá admitas que tienes problemas de drogas, pero no te consideras adicto. Todos tenemos ideas preconcebidas acerca de lo que es un adicto. Una vez que hayas empezado a tomar medidas positivas, no hay nada vergonzoso en el hecho de serlo. Si te puedes identificar con nuestros problemas, tal vez puedas identificarte con nuestras soluciones. Las siguientes preguntas fueron redactadas por adictos de Narcóticos Anónimos en recuperación. Si tienes alguna duda acerca de si eres o no adicto, tómate unos minutos para leer estas preguntas y contestarlas lo más honestamente que puedas.*

*1. ¿Consumes alguna vez a solas?*

*2. ¿Has sustituido una droga por otra, creyendo que ésta en particular era tu problema?*

*3. ¿Has manipulado o mentido a algún médico para conseguir una receta?*

*4. ¿Alguna vez has robado marihuana, o has robado algo para conseguirlas?*

*5. ¿Consumes habitualmente marihuana al levantarte o al acostarte?*

*6. ¿Has consumido alguna droga para contrarrestar los efectos de otra?*

*7. ¿Evitas a la gente que no aprueba tu consumo de marihuana?*

*8. ¿Has consumido alguna vez una sustancia sin saber qué era o qué efectos tenía?*

*9. ¿Tu consumo de marihuana, ha afectado negativamente tu rendimiento en el trabajo o en los estudios?*

*10. ¿Te han detenido alguna vez por consumir marihuana?*

*11. ¿Has mentido alguna vez sobre el tipo de drogas o la cantidad que consumías?*

*12. ¿Pones la compra de marihuana por encima de tus responsabilidades económicas?*

*13. ¿Has intentado alguna vez parar o controlar tu consumo?*

*14. ¿Has estado en la cárcel, en el hospital o en algún centro de rehabilitación por culpa de la marihuana?*

*15. ¿Tu consumo de marihuanas altera tus hábitos de comer o dormir?*

*16. ¿Te aterroriza la idea de estar sin marihuana?*

*17. ¿Crees que es imposible para ti vivir sin marihuana?*

*18. ¿Dudas alguna vez de tu sano juicio?*

*19. ¿Crea conflictos en tu casa tu consumo de marihuana?*

*20. ¿Alguna vez has pensado que sin marihuana no encajas, o no podrías divertirte?*

*21. ¿Alguna vez te has puesto a la defensiva o te has sentido culpable o avergonzado por tu consumo?*

*22. ¿Piensas mucho en las marihuana?*

*23. ¿Tienes miedos irracionales o indefinidos?*

*24. ¿Tu consumo de marihuana ha afectado tus relaciones sexuales?*

*25. ¿Has consumido otras drogas además de tus favoritas?*

*26. ¿Alguna vez has consumido marihuana u otras drogas por culpa de problemas emocionales o por tensiones?*

*27. ¿Has sufrido alguna vez una sobredosis?*

*28. ¿Continúas consumiendo a pesar de las consecuencias negativas?*

*29. ¿Piensas que tal vez tengas problemas de drogas?*

*30. ¿Necesitas la marihuana para relajarte?*

*¿Soy adicto?*

*Esta es una pregunta que sólo tú puedes contestar. Todos hemos contestado sí a distinta cantidad de preguntas. El número en sí no tiene tanta importancia como el hecho de saber cómo nos sentíamos por dentro y cómo la adicción había afectado nuestra vida.*

*En algunas de estas preguntas ni siquiera se mencionan las drogas, porque la adicción es una enfermedad traicionera que afecta todas las áreas de nuestra vida, incluso las que en un principio parecen tener poco que ver con la droga. Los distintos tipos de drogas que consumíamos no tenían tanta importancia, como las razones que nos hacían tomarlas y el resultado que produjeron en nosotros.*

*La primera vez que leemos estas preguntas, nos espantó la idea de que pudiéramos ser adictos. Algunos intentamos rechazarla diciéndonos:*

*¡Bah!, estas preguntas no tienen sentido.*

*Yo soy diferente. Sí que tomo drogas, pero no soy adicto: tengo problemas reales de familia/trabajo/afectivos.*

*Lo que pasa es que ahora estoy pasando por una mala racha.*

*Podré parar cuando encuentre el trabajo, la persona, etc. que necesito.*