

www.larioja.org



**Gobierno
de La Rioja**

Salud

C/ Gran Vía Juan Carlos I, nº 18 – 8º
26071 – Logroño. La Rioja
Teléfono: 941 291870
Fax: 941 291 871

Salud Pública y
Consumo

INFORMACIÓN. TEST DE AUTOEVALUACIÓN.

El Programa “Mano a Mano”, para la prevención y asistencia de la drogodependencias en el medio laboral, pone a su disposición varios tests de autocontrol que permiten evaluar una situación o actitud determinada frente a las drogas.

TEST “¿QUÉ SABES DE LAS DROGAS?”

Al hablar de drogas es fundamental estar bien informado. Los siguientes test servirán para comprobar su nivel de información. Conteste y anote las puntuaciones de este sencillo test y descúbralo.

VALORACIÓN

...



TEST ¿QUÉ SABES...? ALCOHOL

Es una droga que estimula el sistema nervioso

- Verdadero
- Falso

El alcohol disminuye los reflejos

- Verdadero
- Falso

Cada vez la gente empieza a beber más joven

- Verdadero
- Falso

Causa el mismo perjuicio a todas las personas

- Verdadero
- Falso

Al principio de despierta y anima, aunque luego te adormece

- Verdadero
- Falso



TEST ¿QUÉ SABES...? TABACO

El tabaquismo es una costumbre más que una adicción

- Verdadero
- Falso

Hay que fumar mucho para notar los efectos negativos

- Verdadero
- Falso

Dificulta la circulación de la sangre y produce enfermedades del aparato respiratorio

- Verdadero
- Falso

Fumar adelgaza

- Verdadero
- Falso

Estar en una habitación llena de humo de tabaco es malo para la salud

- Verdadero
- Falso



TEST ¿QUÉ SABES...? CANNABIS

Al consumir parece que el tiempo pasa más lentamente

- Verdadero
- Falso

El uso continuado provoca apatía y falta de concentración

- Verdadero
- Falso

No provoca ninguna complicación en el sistema respiratorio

- Verdadero
- Falso

Es una infracción grave consumirlo en la calle

- Verdadero
- Falso

Tan solo produce dependencia física

- Verdadero
- Falso



TEST ¿QUÉ SABES...? COCAÍNA

Su consumo causa euforia y excitación

- Verdadero
- Falso

Puede hacer que la persona sea fácilmente irritable

- Verdadero
- Falso

Su uso continuado no produce problemas de corazón o respiratorios

- Verdadero
- Falso

Suele consumirse junto con otras drogas

- Verdadero
- Falso

Su consumo no repercute en los hábitos de sueño y alimentación

- Verdadero
- Falso



TEST ¿QUÉ SABES...? SPEED / ANFETAMINAS

Ayuda a controlar tus comportamientos

- Verdadero
- Falso

Hace que te mantengas despierto y activado

- Verdadero
- Falso

Se consume en forma de comprimidos

- Verdadero
- Falso

Al principio de consumir te produce sensación de fatiga y agotamiento

- Verdadero
- Falso

Sus efectos son similares a los de la cocaína, pero menos intensos

- Verdadero
- Falso



TEST ¿QUÉ SABES...? ÉXTASIS

Es una droga inocua, no provoca daños en la salud

- Verdadero
- Falso

Su consumo puede producir ansiedad y agresividad

- Verdadero
- Falso

Todas las pastillas están compuestas de las mismas sustancias

- Verdadero
- Falso

Es recomendable beber bastante agua cuando lo consumes

- Verdadero
- Falso

Suele conocerse también como droga de síntesis

- Verdadero
- Falso



TEST ¿QUÉ SABES...? ALUCINÓGENOS

Su consumo crea distorsiones en la percepción

- Verdadero
- Falso

Sus efectos están en función, solamente, de la dosis consumida

- Verdadero
- Falso

Uno mismo puede controlar sus efectos y detenerlos

- Verdadero
- Falso

Existe riesgo de episodios de pánico y accidentes cuando se está bajo sus efectos

- Verdadero
- Falso

Se produce una alteración de la percepción del tiempo, pasa más lento

- Verdadero
- Falso



TEST ¿QUÉ SABES...? TRANQUILIZANTES

Pueden ser recetados por el médico

- Verdadero
- Falso

También se pueden automedicar sin ningún problema

- Verdadero
- Falso

No se consumen junto a otras sustancias

- Verdadero
- Falso

Producen dependencia

- Verdadero
- Falso

Su consumo no afecta a actividades como conducir, trabajar con máquinas, etc.

- Verdadero
- Falso



TEST ¿QUÉ SABES...? HEROÍNA

La heroína fumada produce menos dependencia que inyectada

- Verdadero
- Falso

Es un analgésico muy potente

- Verdadero
- Falso

Produce ansiedad y nerviosismo cuando se pasan sus efectos

- Verdadero
- Falso

Aumenta los deseos sexuales

- Verdadero
- Falso

Mezclado con tranquilizantes, como metadona o alcohol no da problemas

- Verdadero
- Falso



TEST ¿QUÉ SABES...? INHALANTES

Son sustancias legales y se pueden encontrar en cualquier lugar

- Verdadero
- Falso

No ponen en riesgo la vida

- Verdadero
- Falso

Provoca cada vez más violencia física y/o verbal

- Verdadero
- Falso

Para mantener el efecto hay que inhalar cada 4 o 6 horas

- Verdadero
- Falso

Te mantienen alerta y no tienes ganas de dormir

- Verdadero
- Falso