

EL CORREO ESPAÑOL-EL PUEBLO VASCO. DESDE 1910. www.elcorreo.com**Gula Repsol**

LA HIGUERA Y SABANDO SOLETES CON SOLERA



Se premia que mantengan los sabores tradicionales y se mantengan fieles a su esencia en sus negocios familiares **p5**

CAMPAÑA DE DENUNCIA DE LAS LISTAS DE ESPERA EN SANIDAD **p4**

42 personas se han acercado este año a Aremi para dejar atrás sus adicciones

La mayoría son hombres, con una vida laboral activa, que llegan empujados por su familia

La Asociación de Alcohólicos Rehabilitados de Miranda (Aremi) ha recibido en lo que va de año a 42 personas adictas que han busca-

do en la entidad el apoyo necesario para dejar de serlo. Han sido 32 hombres y 10 mujeres con una edad media de 43 años, algo más ele-

vada que la del año pasado que se quedó en 39. El incremento también se ha producido en el número total de usuarios, ya que en

2023 en estas mismas fechas las personas atendidas fueron 36. Ahora son seis más, o lo que es lo mismo el aumento es del 15%. **p2**

LA DANA MÁS DEVASTADORA

Primer día de colegio en la localidad valenciana de Aldaia. **IVÁN ARLANDES**



Vuelta al colegio tras la tragedia en Valencia: «Los niños tenían ganas de ver a sus amigos» **p18**

Mazón admite que «se han podido cometer errores» y no descarta cambios en su Gobierno **p14**

Sánchez anuncia el anticipo inmediato del 50% de las ayudas a los afectados por las riadas **p15**

Francia y Reino Unido piden un paso adelante ante Trump

Macron y Starmer aprovechan el 106º aniversario del fin de la Primera Guerra Mundial para sanar las heridas relaciones

El temor de las repercusiones del retorno de Donald Trump a la Casa Blanca estuvo muy presente ayer en París en la conmemoración del final de la Primera Guerra Mundial. **p34**

El presidente galo también reiteró que respaldará a Ucrania «todo el tiempo que sea necesario»

Condenan a seis años al menor que mató y agredió sexualmente a su madre en Castro

La sentencia confirma que el joven, de 15 años, «planeó» con su hermano de 13 –inimputable– el asesinato de su madre, la vizcaína Silvia López Gayubas, de 48 años y vecina de Castro. **p9**

Igualdad reconocerá la labor de los voluntarios de los Puntos Violetas

El consejo estrena galardón para visibilizar el papel de personas y colectivos en la lucha contra la violencia machista

Los Puntos Violetas han sido posibles en Miranda gracias al trabajo de medio centenar de voluntarios. Desde Igualdad se va a reconocer su labor en el marco de las actividades del 25-N. **p4**

42 personas se han acercado este año a Aremi para dejar atrás sus adicciones

La mayoría son varones, con una vida laboral activa y que llegan empujados por su entorno familiar

CRISTINA ORTIZ

MIRANDA DE EBRO. Para desinhibirse, intentar esconder otros problemas, tratar de olvidar, para intentar encajar en un grupo o colectivo... las respuestas a la pregunta ¿para qué utilizamos el alcohol? que lanza Aremi, de cara a las jornadas sobre alcoholismo que van a desarrollar esta semana, son múltiples. Hay tantas como enfermos, aunque los argumentos de muchos de ellos se parecen.

Lo saben bien en la Asociación de Alcohólicos Rehabilitados de Miranda a cuyas puertas en lo que va de año han llamado 42 personas adictas en busca de apoyo para dejar de serlo. 32 hombres y 10 mujeres, con una edad media de 43 años, algo más elevada que la del año pasado que se quedó en 39; como también lo es el número global de personas atendidas, ya que a estas fechas en 2023 el total estaba en 36. Ahora son 6 más que marcan un incremento del 15%, pero es un porcentaje que entra dentro de lo que se considera una fluctuación habitual, que en Aremi, que cuenta con apoyo de la Junta y del Ayuntamiento, no vinculan a una situación concreta más allá de la mera casualidad.

Cada persona tiene su propio proceso y se enfrenta a sus 'demonios' cuando puede. De hecho, 7 de los que han llamado este año a la puerta de la asociación son reincidentes. Ya lo habían intentado antes, pero abandonaron el tratamiento rehabilitador antes de completar los tres años que dura.

De todos modos, podrían haber recibido a muchos más, te-



Javier Villegas, autor del libreto, ensaya con miembros de Farándula Teatro y Aremi, en los locales de la asociación. A. GÓMEZ

niendo en cuenta que han llegado a atender a un centenar de personas que buscaban su asesoramiento para saber cómo hacer para que el enfermo aceptara esa mano tendida y se animara a dar el paso de dejar atrás sus adicciones. «Una de las cosas que más cuesta es que el enfermo quiera venir, por eso ahí también ofrecemos ese asesoramiento».

Hay que tener en cuenta que la mayoría de la gente que acude lleva una vida normalizada: empleo, familia, casa, amigos, ocio... y no percibe el consumo como un problema. De los 42 nuevos que han empezado el tratamiento este año 27 estaban trabajando, casi el

65%; 3 son estudiantes, 2 más pensionistas y 10 estaban en el paro, aunque la mitad de ellos se han incorporado al mercado laboral estando ya en terapia en Aremi. «Lo común no es que venga gente que llame la atención por el deterioro. Ofrecemos un tratamiento ambulatorio y se requiere de cierto contexto social para

La asociación ha apoyado y asesorado a un centenar de familiares para tratar de convencer al enfermo de que acuda

llevarlo a cabo. Mantener el resto de las áreas de la vida dentro de la normalidad, incluido el trabajo, es un punto a favor a la hora de enfrentarse con éxito al tratamiento.

Y es que hacerlo no siempre es fácil. Aunque cada vez son más los que dan el paso y se mantienen firmes en la decisión, como constata que en estos momentos sumen 130 usuarios, 105 hombres y 25 mujeres. Número que les ha obligado a tener que doblar las sesiones de terapia y a crear dos grupos en paralelo. Tomaron la decisión en abril, cuando llegaron a juntarse 55 personas a la vez.

Demasiadas para poder trabajar de manera eficaz y responder a las necesidades de cada uno. Ahora, rondan la veintena por sala, algo que hace posible el hecho de haber ampliado las instalaciones en 2021. «Cada vez el grupo era más numeroso y no tenía ningún sentido. Ahora con dos a la vez se trabaja con más agilidad y da más pie a que los usuarios puedan participar. Es un cambio que se está valorando de manera muy positiva», apuntó Cristina Trinidad, Trabajadora Social del colectivo.

Contarlo y también exponerlo públicamente forman parte de la recuperación de los enfermos. De ahí que animen a participar en

Renueva tu vida, ¡cámbiate de piso!

En pisos.com tienes la oportunidad de cambiarte a un piso mejor. ¿a qué esperas? Entra en pisos.com o descárgate la APP si quieres alquilar, comprar o vender tu casa.



► **A debate.** La Casa de Cultura acoge esta tarde, a las 19.30 horas, una mesa redonda en la que se abordará '¿Para qué utilizamos el alcohol?'.

► **Día sin alcohol.** El grupo teatral de Aremi junto a Farándula interpretará 'La Kata', original de Javier Villegas, el viernes a las 20.15 en la Casa de Cultura.

► **Marcha en bici a Bugedo.** Saldrá el domingo a las 10.30 del parque Antonio Machado.

las jornadas sobre sensibilización y también en la representación teatral, una opción que se ha demostrado más que útil para algunos adictos.

«Cuando dan el paso de dar su testimonio públicamente para algunos es como un antes y un después en su proceso de recuperación. Pasan de vivirlo con mucha vergüenza a hacerlo con naturalidad y a no verlo como algo negativo, sino como una característica más. Normalizar tu enfermedad de cara al exterior, sin que suponga tener que ir con un cartel, siempre ayuda», apuntaba Trinidad.

Normalizar la rehabilitación

Lo comparaba con dejar de fumar. «Cuando dices que lo vas a dejar todo el mundo te felicita, pero cuando cuentas que vas a dejar el alcohol u otras sustancias, hay cierto rechazo. Creo que hay que normalizarlo: tengo un problema y estoy en rehabilitación. Sería lo ideal, a lo que habría que aspirar». Y también a entender que no son sólo adictos aquellos que consumen todos los días, sino que hay consumidores esporádicos o de fin de semana que no tienen una relación normal con el alcohol.

Además, también entienden desde Aremi que hay que dar una mayor visibilidad a esta realidad que sigue siendo «un tema tabú en muchas familias. Fuera del entorno nuclear no se cuenta. Es un secreto que se queda en casa. Es como tener un elefante en el salón, todo el mundo sabe que está pero no se habla. Es algo muy común en adicciones y pasar sólo esta situación es muy complicada», zanjó.

«Cuando dejas de consumir te sitúas ante una realidad que has vivido anestesiado»

Pedro Sáez y Pablo Fernández valoran la «libertad» que da la abstinencia y el asumir abiertamente su enfermedad

CRISTINA ORTIZ

MIRANDA DE EBRO. Los personajes y las situaciones que se narran son ficticias, pero tan pegadas a la realidad que, a veces, interpretarlas supone ponerse frente a un espejo que te devuelve una imagen fea y complicada; pero que, una vez aceptada, deja de pesar. Es como un ejercicio catártico por el que ya han pasado tanto Pedro Sáez como Pablo Fernández, dos de los protagonistas de 'La Kata', la obra en la que trabaja el grupo de teatro del colectivo, una actividad que se ha convertido en una más dentro de un proceso rehabilitador en el que llevan años trabajando y con muy buenos resultados.

Pero no siempre fue así. De hecho, para Pedro, que «había utilizado mucho el alcohol para esconderme de todo», la primera vez que se enfrentó a un papel tuvo que pedir que se lo cambiaran, incapaz de representar a un marido alcohólico en la relación en casa con su mujer. «Hoy sé que lo haría sin ningún problema, pero entonces fue como ponerme delante de mi vida».

Y es que cuando dejas de consumir, apuntó Pablo, es cuando «te colocas frente a una realidad que has vivido anestesiado. Empiezas a sentirlo todo y te hace más daño del que esperabas, porque no estás acostumbrado a gestionarla, todo te queda grandes. Habías evitado todos esos sentimientos consumiendo».

Abstemio te quedas sin refugio. «No me aguantaba ni yo, afloraron todos mis miedos. Era incapaz de hacer nada. Lo que escondía estaba ahí y ya no tenía la muleta para taparlo», recono-



Pedro Sáez y Pablo Fernández, son dos de los usuarios de Aremi implicados en la actividad teatral. A. G.

cía Pedro; que encontró en Aremi, donde lleva ya diez años, toda una escuela de vida para aceptarse a sí mismo y su enfermedad.

«Lo que yo me llevo de aquí es para mí, pero también repercute en mi casa, en mis amigos. Cuando dejas de consumir tienes que aprender a vivir y a valorar las cosas que de verdad valen la pena», incidió; al tiempo que destacaba la sensación de «libertad» que le da no beber. «Ahora hago lo que quiero, entonces era un esclavo, giraba todo entorno al consumo. No tenía más. Me pasaba la vida mintiendo».

Perdonarse a uno mismo

Es algo que no olvida pero que ya no le supone ningún problema. «He pedido perdón a todo el mundo que se lo he tenido que pedir y, sobre todo, me he perdonado a mí mismo. Eso ha sido difícil, pero es la forma de tirar para adelante de verdad. Eres

responsable pero no culpable de lo que has hecho. El consumo es lo que es».

Hay que reconocerlo y aceptarlo para no quedarte anclado y que te deje avanzar, continuar con tu vida. Y presentarse en público es dar un paso más, «como quitarte otra capa», apuntaba Pablo, que está a punto de estrenarse sobre el escenario con Aremi, para decir: «esta es mi enfermedad y vivo con ella». Ya lo hizo hace dos años al participar en una mesa redonda en un encuentro al que acudieron muchos de sus compañeros de trabajo del centro de salud. «Eso también fue muy importante para mí. Implicaba mostrar que no tengo vergüenza».

Sentimiento que ayuda a dejar de lado el teatro, un espacio en el que hace tiempo no se hubieran imaginado, para dar visibilidad a los problemas que acarrean las adicciones en general y las suyas en particular. «Cuando haces cosas que crees que no

eres capaz de hacer, eso te ayuda muchísimo a creer en ti mismo, a ganar en confianza a disfrutar».

Es otra forma de enfrentarse a miedos que en su momento trataron de ocultar consumiendo, como: el qué dirán, voy a hacer el ridículo, no soy capaz... «Ahora mismo estoy orgulloso de haberlo pasado muy mal para ser la persona que hoy soy», valoró Pablo. Y no sólo por haber dejado de consumir, sino por los cambios que ha acompañado a ese hecho. Estar 'seco' no es estar bien.

Pedro lo tiene muy claro. El llevaba ya cuatro años en la asociación, sin beber, cuando se abrió. Hasta entonces «lo mío me lo guardaba para mí y hay que desnudarse. Aquí bienes para ti y la única forma de sacar lo que tienes dentro y dejar sitio a otras cosas es diciéndolo. Además, cuando lo haces surge la magia. Por el hecho de hablarlo hay algo que empieza a cambiar», zanjó.

K'ARCHER

makes a difference



electromotor
reparación · venta · mantenimiento · instalación

Ctra. Bilbao, 22. 09200 Miranda de Ebro Tlf. 947 34 73 80 www.electromotor.es

TU EMPRESA DE CONFIANZA