

«Sentía una impotencia muy grande porque no podía resolver los problemas»

Familias de alcohólicos y policonsumidores ponen el foco en cómo la enfermedad destruye el entorno y la necesidad de apoyos

CRISTINA ORTIZ



MIRANDA DE EBRO. Cuando el 'problema' lo tiene otro, cuesta asumir que hay enfermedades que dejan secuelas no sólo en quien la padece, sino también en quienes les rodean; y que, por lo tanto, también necesitan tratamiento. No es algo fácil de aceptar y menos cuando los sentimientos de culpa, vergüenza, protección, miedo... llevan a que las adicciones se intenten mantener ocultas, de puertas para adentro, bajo un manto de aparente control de la situación que tratan de mantener las familias de los enfermos.

Para empezar porque ya de partida hay que entender que «no son viciosos, sino enfermos» y que dejar de consumir es sólo el primer paso de un proceso mucho más largo que les llevará a tener que cambiar muchas cosas de su vida y con ellos también las personas con quienes comparten su vida. «Necesitan un proceso de sanación y de ayuda, porque ha condicionado su día a día», defendió Cristina Trinidad, Trabajadora Social de Aremi, que hoy celebra una mesa redonda en la Casa de Cultura sobre 'Iluminar lo invisible'. Familias que acompañan.

Es algo que a Silvia le llevó tiempo asumir. Su marido hacía tres años que había dejado de consumir con el apoyo de la asociación cuando ella llegó. Y es que siempre tuvo el convencimiento de que dejar de beber iba a ser como «dar a un interruptor que cambiase su vida y la mía».

Pero no fue así, al contrario. «El dejó de consumir desde el primer día y su realidad sí cambió, pero la mía, no. De hecho, fue a peor. Pensaba que iba a pasar de una vida de mierda a una maravillosa y no fue así», relataba Silvia, ocho años después de haber llamado a las puertas de Aremi, para participar en el grupo de familias. Entonces llevaba ya tres de sufrimiento por no ser capaz de adaptarse a la nueva situación una vez que el consumo había dejado de estar en el centro de su día a día. Y es que intentar que todo pareciera normal en la familia, cuando se vive un gran sufrimiento, pasa factura.



Familiares y personal de Aremi, en un encuentro en la sede de la asociación. AVELINO GÓMEZ

LAS FRASES

Silvia
8 años en Aremi

«Aquí me di cuenta de que estaba igual de enferma que mi marido, pero desde otro lado»

Inma
3 años en Aremi

«Aquí empiezo a trasladar mi preocupación de cómo están ellos (marido e hijo) a cómo estoy yo»

Meli
4 años en Aremi

«Me ha costado mucho aceptar que era una enfermedad, pensaba que era un vicio»

«Aquí me di cuenta de que estaba igual de enferma que mi marido, pero desde otro lado. Dependía de lo que hiciera él, tratando de controlar todo lo que se hacía, aunque era un control irreal que no servía para nada». Sólo para mantener oculto el problema ante todo el mundo. Era un comportamiento que había mantenido durante muchos años y que tenía que desaprender. Y lo ha hecho en terapia de familia, aunque le costó llegar ahí porque en su cabeza tenía claro que «yo no tenía necesidad de nada, ni culpa de nada».

Aunque durante mucho tiempo si que se reprochó muchas cosas, desde por qué no le dejaba o qué le iba a pasar si lo hacía. Todas co-

inciden en señalar que la sociedad en general parece tener claras soluciones fáciles y sencillas para los problemas que sus protagonistas no ven cómo encarar.

«Aquí no te dicen déjale, mándale a la mierda... que es lo que decimos todos cuando no estamos dentro. Si fuera tan sencillo todo el mundo lo haría a la primera». A ella le costó un par de años pasar de echar en cara muchas cosas a su pareja a contar cómo se sentía ella y qué necesitaba.

Nada fácil le resultó a Inma sobreponerse al doble mazazo que supuso tener que asumir los problemas de consumo de su marido y de su hijo. Una realidad que la dejó «rota», porque no era cons-

ciente de la situación hasta que las conductas no fueron más extremas y, entonces, no sabía cómo hacerlas frente. «Vivía una situación muy oscura en la que no se veía muy bien, pero al llegar aquí empiezo a trasladar la preocupación de cómo están ellos a cómo estoy yo. Y eso me ayudó a reconstruirme a mí misma. Sacar todo lo que tienes dentro cura mucho».

Pese a que tres años después de entrar en Aremi reconoce que todavía le acompañan una serie de enfermedades desarrolladas a raíz de las situaciones tan duras vividas así como un nerviosismo permanente que la lleva a vivir acelerada.

«Yo sentía una impotencia muy

grande porque no podía resolver las cosas. No podía con ello, las expectativas que tienes de la vida de tu hijo, de tu marido, se frustran, cambian totalmente», aseguraba Inma; pero sin ningún pesimismo, valorando «la segunda oportunidad» que tiene ahora para volver a establecer una relación diferente con los dos, una «más constructiva, de escucharnos. A veces, lo de entendernos, viene después. Es muy diferente vivir en la superficialidad que en lo profundo. De hecho, antes no soportaba sentirme vulnerable y ahora no me importa».

Culpa e incomprensión

Aunque eso no significa que no duela. Sobre todo cuando lo que se reciben son reproches, como recordaba Elena. «El enfermo cuando está consumiendo es feliz en su mundo, no sufre. Eres tú la que pasa la vergüenza y a la que el exterior que lo ve echa la culpa porque no le controlas o no le has parado».

Todo eso deriva en un sentimiento de culpa y de incomprensión que también hay que sanar y que empezó a hacer hace 13 años cuando llegó a Aremi, donde ya acudía su pareja. Aunque no lo hizo por sugerencia suya, sino de un psicólogo particular al que acudía, aunque totalmente escéptica de que le fuera a servir para algo. «En ese momento bastaba con que mi marido me dijera algo para que no lo hiciera. Tenía mucho resentimiento hacia él». Y es que para entonces llevaba mucho tiempo preocupada de que nadie se enterara, de que sus hijos no vieran la situación, de evitar que bebiera, de mantener la economía familiar...

Todo por culpa de «un vicio», que es lo que pensaba que tenía su marido, hasta que entendió, con apoyo de la asociación, que «es un enfermo, como lo es un diabético, por ejemplo»; y que el resto de la familia también necesita ayuda para enfrentarla. Apoyos de profesionales y de gente en la misma situación, que «te va a apoyar sin juzgarte».

Y lo va a hacer aunque la persona consumidora nunca dé el paso de dejarlo ni llame a la puerta de la asociación, como en el caso de Carmele, que llegó a Aremi hace once años tras pasar por muchos psicólogos que no supieron ver que en el origen de sus problemas estaba una madre alcohólica desde su infancia, que falleció hace tres años sin llegar nunca a rehabilitación.

«Siempre tuve el deseo de salvarla y el miedo de qué me iba a encontrar al llegar a casa. Intentaba no hacer nada que creyera que le iba a dar un mínimo motivo para beber. Eso me fue minando», reconocía su hija; consciente de que

AREMI

► **Grupo de familias.** Lo conforman unas 32 personas. En cada reunión participan, de media una docena. Hay sesiones grupales una vez a la semana e individuales a la demanda.

► **Información.** 65 familias la han pedido este año.

► **Mesa redonda.** Las familias contarán su experiencia hoy a las 19.30 horas en la Casa de Cultura.

esa situación no sólo la había hecho enfermar, sino que también la había convertido en «adicta» de su madre. «Soy la definición de codependiente. Toda mi vida se basaba en ella».

Es una situación a la que consiguió definir y poner nombre ya en Aremi. «Cuando empecé a escuchar otras historias se me abrió el mundo. Era oír a otras personas lo que yo tenía oculto dentro durante toda una vida y que no sabía expresar. Me sentía acompañada. He tenido que aprender qué siento y qué quiero».

Al igual que Meli, madre de un poliadicto ya de adulto, que nunca se imaginó que un hijo suyo, una vez superada la adolescencia sin acercarse a las drogas, pudiera tener problemas de consumo. «Pensé que había librado la peor época». Pero la realidad es que lleva 4 años en Aremi, animada por él, al que una enfermedad muy dolorosa y una relación tóxica le llevaron a un problema de adicción. «Me ha costado mucho aceptar que era una enfermedad, pensé que era un vicio. No puedes con los problemas y por eso haces esto... Nunca pensé que con más de 40 años, asentado y con la cabeza amueblada iba a estar aquí. ¿Por qué me estaba pasando esto a mí?».

Pero con el tiempo transcurrido desde la primera vez que llamó a las puertas de la asociación, está convencida de que «vamos por el buen camino», aunque también reconoció, emocionada, que «el miedo no se me quita». A ninguna, porque independientemente del rol de cada una de ellas (esposa, madre o hija), durante años su vida ha girado en torno al enfermo. Al menos hasta llegar a Aremi y empezar a pensar en estar bien ellas.