

ALCOHOLISMO

¿QUE ES EL ALCOHOLISMO?

El alcoholismo es considerado en la actualidad un problema relacionado con la salud, puesto que puede afectar a una persona sana, hasta que en un momento determinado, el alcohol puede provocar en ella síntomas anormales debido a que se va creando una intolerancia, una incapacidad para el beber normal que lo va llevando paulatinamente a lo que se considera el beber patológico.

COMO HA EVOLUCIONADO EL CONCEPTO SOBRE ESTE PROBLEMA

Hasta no hace mucho tiempo era común considerar a un enfermo alcohólico como a una persona que se debía evitar, reprobado o ridiculizado. El concepto de la mayoría del público los consideraba seres inmorales, faltos de voluntad y prácticamente irrecuperables. Hoy la medicina y todos aquellos que han hecho estudios de distinto carácter sobre este problema, interpretan esta situación en forma totalmente diferente: es un enfermo, y por lo tanto regañar, avergonzar o exigir fuerzas que ya no tiene es completamente inútil, pues ha perdido no sólo el manejo de su beber en forma controlada, sino que insidiosamente y casi sin apercibirse tanto el enfermo como sus allegados, va llegando al deterioro física y mental de su organismo.

QUE CAUSAS HAN PROVOCADO ESTA SITUACION:

La ciencia médica no ha podido aún precisar totalmente el motivo de que algunas personas desarrollan un alcoholismo, mientras que a otras que quizá son más fuertemente bebedoras, no les ocurre tal cosa. Es que depende de una cierta predisposición que tienen personas de ambos sexos y en distintas edades, para llevarlos a cumplir etapas que pueden ser breves o más prolongadas, hasta el estallido manifiesto de la enfermedad. Pero es indudable que ha ido encontrando durante la evolución un particular y favorable efecto para sus problemas psicológicos y emocionales, no considerando en un principio que ese buen efecto inicial, pudiera ir convirtiéndose en un suceso de carácter maligno, que repercutirá a la larga sobre sus familiares, su trabajo y la sociedad.

QUE PROPORCION DE ALCOHOLICOS EXISTEN:

La gran mayoría de las personas que ingieren bebidas alcohólicas, lo hacen ocasionalmente y en forma moderada, no perjudicando su buen estado general. Pero en una cierta proporción de bebedores, el alcohol puede llegar a crear muy serios problemas de salud y de conducta, sin que por ello haya llegado a ser como vulgarmente se dice un ebrio consuetudinario, éstos últimos son ínfima minoría. En cambio el alcohólico sufre su mal con mucha frecuencia, sin hacer mayor ostentación de lo que lo

aflige, si bien llega inexorablemente, si no ha detenido su proceso, a que por más esfuerzos que haga va revelando a los demás su penosa situación. Hasta en ello, se diferencia del tipo de bebedores excesivos, que lógicamente pueden sufrir las consecuencias de su abuso, pero no son alcohólicos realmente, y pueden lograr cierto control y beber orientados por consejos terapéuticos.

¿PUEDE UN ALCOHOLICO SER AYUDADO?

Los alcohólicos que se recuperan, y muchos lo logran, raramente lo consiguen si no reciben alguna clase de ayuda. El principal obstáculo para el individuo es reconocer que el problema existe en él y que necesita dicha ayuda. Una vez que reconoce su impotencia ante el alcohol, puede ser atendido si es que sinceramente está dispuesto a aceptar apoyo.

Generalmente el problema se hace evidente en la intimidad del ambiente familiar, donde se crean los conflictos más graves. la mayoría de las veces los familiares cercanos de los alcohólicos no tienen idea acerca de la verdadera naturaleza de este mal. Piensa que el alcohólico bebe demasiado deliberadamente, y que podría controlarse si quisiera hacerlo, y por lo tanto se sienten irritados, confusos y avergonzados; generalmente incapaces de afrontar inteligentemente el problema. Cuando la familia trata de resolver la situación mediante razonamientos, consejos y amenazas, ocultando la enfermedad sin enfrentaría realmente, el fracaso es lo más probable. Afortunadamente existen lugares donde se puede solicitar ayuda, y el hecho de aceptar el problema y estar dispuesto a buscarle una solución completa, es el primer paso constructivo para ayudar a un alcohólico.

QUE CLASE DE TRATAMIENTOS EXISTEN PARA LOS ALCOHOLICOS:

No hay ningún medio conocido para lograr que un alcohólico pueda convertirse en un bebedor moderado, ya que ninguno puede beber alcohol en alguna forma, sin sufrir las consecuencias; pero no todos los alcohólicos responden favorablemente a uno determinado. El médico debe hacer una evaluación completa para decidir sobre el mejor método para cada caso individual.

El tratamiento de la fase aguda del alcoholismo es primeramente médico, mientras que la condición crónica es principalmente psicológica y educativa, puesto que un alcohólico tiene que aprender a vivir sin alcohol. Los tratamientos médicos son cada día más importantes para asegurar una recuperación permanente.

La psicoterapia se utiliza cada vez más en el tratamiento de los alcohólicos, siendo su principal propósito el ayudarle a aprender a enfrentar y solucionar sus problemas sin recurrir al alcohol. La combinación de la psicoterapia efectuada por un médico, y la

acción de ALCOHOLICOS ANONIMOS, ha demostrado ser sumamente efectiva en muchísimos casos.

ALCOHOLICOS ANONIMOS-

Estos grupos, más conocidos simplemente como AA, integran una hermandad informal de mujeres y hombres, que se han recuperado del alcoholismo a través de un programa de ayuda mutua que les permite mantenerse abstemios y ayudar a otros alcohólicos a dejar de beber y a llevar vidas normales y felices sin el alcohol. El único requisito para ser miembro de AA es un sincero deseo de dejar de beber, habiendo admitido que son im- potentes contra el alcohol, y que sus vidas se han vuelto ingobernables.

No existe relación formal entre AA y médicos o centros de tratamientos de alcohólicos, pero frecuentemente, trabajando en colaboración se obtienen resultados más rápidos y mejores que si se trabaja individualmente. Sin embargo, tanto los médicos como los miembros de AA generalmente están de acuerdo que la mayoría de los alcohólicos deben recibir la atención médica que sólo los profesionales pueden dar, y es recomendable que todos los alcohólicos que dejen de beber puedan ser evaluados medicamente para prevenir o corregir cualquier problema secundario que pueda existir.

¿COMO PUEDEN AYUDAR LOS FAMILIARES?

Los problemas para los familiares, o para los alcohólicos, no desaparecen milagrosamente al iniciarse el tratamiento. Muchas veces, aún durante el mismo sobrevienen recaídas, pero esto no quiere decir que la situación no tenga solución. El alcoholismo torna su tiempo en manifestarse y para la recuperación también se necesita tiempo. Si los familiares pueden entender que el alcohólico está sufriendo una enfermedad real, pueden ayudar al enfermo y a sí mismos, a solucionar el problema.

Los familiares, especialmente los más allegados, tienen necesidad de consultar a alguien, que puede ser el médico de cabecera, un trabajador social, un asesor espiritual o un amigo íntimo. Pueden asistir a las reuniones abiertas de AA para entender mejor el problema, o dirigirse a los grupos familiares AL- ANON, formados por familiares de alcohólicos, que tienen un conocimiento completo del problema, basados en sus experiencias personales, estando en condiciones de asesorar eficazmente a otros familiares sobre la mejor manera de manejar el alcoholismo en el hogar, para evitar la desintegración de la familia, y si es posible, llevar al enfermo hacia su recuperación.

¿COMO PODEMOS AYUDAR TODOS?

Puesto que el alcoholismo afecta a tantas personas y sus familias, representa un problema de salud que merece la consideración inteligente de toda la comunidad. Las pérdidas económicas y miserias humanas que provoca, disolución de fa- milias, delincuencia juvenil, criminalidad, etc., configuran un problema social de primera

magnitud, que obliga a evitar toda indiferencia del público en general.

En muchos países las empresas comerciales e industriales están tomando conciencia del problema, apoyando programas de educación y rehabilitación teniendo inclusive sus propios planes para la recuperación de trabajadores alcohólicos, que en el mayor de los casos les evita la dolorosa alternativa de tener que despedir a una persona, víctima de una enfermedad.

Todos pueden ayudar a superar el desconocimiento y los prejuicios que han estado relacionados con el alcoholismo colaborando a desarrollar una actitud constructiva e inteligente sobre este problema médico-social, empezando por reconocer y aceptar que se trata de un asunto de salud general, que incide sobre la tranquilidad y seguridad colectiva.