¿Quién me empujó?

¿Qué me hiciera yo pa' este trago?

Por Margaritainés Restrepo Santa María
De El Colombiano

"Hay hombres que luchan un día, y son buenos. Hay otros que luchan un año, y son mejores. Pero hay quienes luchan toda la vida. Esos son los imprescindibles"
Canta Soledad Bravo

"Mi papa era consciente. Lo vi sufriendo. Pedía ayuda. Le rezaba al Espíritu Santo. Dejaba el trago 6, 8 meses. Y recaía. Y otra vez dele, y recaía. Luchó como 20 años".
Cuenta la hija de un alcohólico.

¡Ve!, controla ese traguito. Dejá ese vicio. Y es precisamente no poder controlarlo, la enfermedad -no vicio- del alcoholismo.

¿Qué me hiciera yo pa" este trago que me está matando?

"Ensaye cursillos de Cristiandad... Tome yerbas... Me amarraron un cordón de San Francisco... Me revente intentando con la fuerza de voluntad... La familia me echaba, al escondido, anticol en la comida... Fui donde un siquiatra que me mantenia empepada... Iba a misa parejo... Estuve como dos años de clinica en clinica... Ensaye acupuntura..."

"Hay hombres que luchan un dia..." Pero, contra ese común denominador, la obsesión por el licor, los alcohólicos luchan toda la vida.

"¡Mi vida era un infierno!... Creí que lo había perdido todo... Ya llevaba tres intentos de suicidio... Sentía pánico cada mañana... Lo único que hacia era llorar... Salieron las armas y, no sé cómo no hubo una tragedia... Me daba rabia que la gente se diera cuenta; yo les decía que manejaba el trago, pero el trago me manejaba a mí... Esos guayabos eran de manicomio..."

Angustia. Tener que tomar. Dolor. No querer beber. Impotencia. ¿Qué voy a hacer? Infierno. A lo mejor aprendo a ser bebedor "decente". Laguna. ¡Ayyyy!

¿Qué me hiciera yo pa" este trago que me está matando?
¿Será que un día, después de la tempestad, llega la calma?

Mañana: Buenas noches. Despues de la tempestad... ¡Soy un milagro!

¿Sera por el lado de mi mamá?... Pero si mi papá no bebe... ¿De donde salí alcohólico yo?

No se ha terminado el alegato al respecto. Que el alcoholismo es una conducta aprendida, y usted es alcohólico por motivación del medio -familia y comunidad-. Que es la publicidad. Que es la permisividad. Que carencias endocrinas. Y el sicoanálisis le mete traumas de infancia, problemas en la fase oral, cuestiones de personalidad, que usted es individuo muy facilito de frustrar y, bueno, busca en el traguito tranquilidad.

Bueno. Lo que natura si da... La tendencia actual es ponerle una tendencia familiar, un ingrediente genetico a la enfermedad. Usted puede nacer con la predisposición al alcoholismo -y luego, desarrollar o no la enfermedad-.

Los viejos ya tenían su corazonada...

A las embarazadas les repite la Biblia: "no beberas vino ni sidra". Plutarco alega que un borracho engendra otro borracho.

"Mujeres tontas, ebrias o ligeras de cascos generan la mayor parte de ninos semejantes a ellas: morosos y lánguidos". Esa frase se la acomodan a Aristóteles.

En Cartago hace tiempos circuló una norma para prohibir "el vino a la noche, a cualquier persona de ambos sexos que contemple la procreación de hijos". Y por el siglo XVIII, un inglés sostiene que el bebedor trae hijos "débiles y destemplados".

¿Por qué alcohólico yo?

Hay familias con cuatro y hasta nueve hermanos alcohólicos. Y estudios con grupos, en Los Estados Unidos que arrojan cifras de alcoholismo en el 50% de los hijos de alcohólicos; entre el 25% y el 50%, de los padres; del 2% al 8% de los tios; el 10% de los abuelos; el 1% de los conyuges. Uno de cada cuatro hijos de alcohólico lo será. Dicen algunos.

¿Por qué yo? Bueno. Saberlo tampoco cura. Alguien puede ayudarle a buscar una mejor forma de vida. Bien lo dice el médico Jorge Franco: "lo importante no es averiguar quién lo empujó. Lo importante es buscar la orilla".

¡Ríndete, Napoleón!

"No me cabia más dolor... Me empece a curar cuando deje de mirar para afuera y dije: el problema es mio... Lo que seguia era la muerte".

¿Impotente ante el alcohol? ¿Continuos problemas con la bebida?

¿Quiere dejar de beber?

No hay de otra. No se torture más.

Empiece por aceptar que está enfermo, que no es un crimen ser alcohólico, y que no es capaz de salir solo de ese lio.

¡Ríndete, Napoleon! Siempre hay con quién hablar. No falta el cura, el médico, el alcohólico recuperado, que quiere y puede ayudar.

De buena familia o no, bachiller o no, educado en Europa o en la mas pobre de las escuelas colombianas. Igual da. Para el alcoholismo no hay vacuna. Y, así como así, no se cura. El alcoholismo es "de por vida". Es una enfermedad "crónica y progresiva": cada vez que usted se pone en contacto con el alcohol, la enfermedad sigue su curso. Como la diabetes, no se destierra, pero si se controla.

Como dicen los doctores: "no hay exalcohólicos sino exbebedores".¡No podés beber más! Y recuperarse necesita algo más que rezo y fuerza de voluntad.

¡Ríndete, Napoleón! Busca ayuda. No te tortures.

¿Y el remedio?

Se levantaron centros para beodos, en Los Estados Unidos, a mediados del Siglo XIX.

En la misma nación, se expidieron leyes antitabernas a comienzos del XX, calificando el tráfico de licor con términos tipo "antiamericano, proalemán, productor de crímenes, despilfarrador de alimentos, corruptor de la juventud, destructor de hogares".

Y haciendole la guerra al alcohol, hospitales "sin alcohol" -ni para curaciones-, impulsaron en Inglaterra.

Penas. Encierro. Aislamiento. Con eso se intentaba curar en algun tiempo el alcoholismo. Al alcohólico se le llego a mirar como un loco, endemontado, poseido.

Curas de sueño. Choques eléctricos o corrientazos. Programas con sugestión -empleo de la imaginación y eliminación de elementos que estimulan el estrés y el miedo-. Sicoanalisis. De todo se ha intentado para tratar el alcoholismo.

¿Cual es el remedio, pues?

"Para el alcoholismo, lo único que hay es no beber", responden los expertos -estudiosos o sufridos-. Pero como eso no es tan **mamey**, al alcohólico alguien tiene que impulsarlo.

Despues de muchos ensayos y **desenayos**, lo que, hoy por hoy, se usa es el combinado de un grupo interdisciplinario. Una o todas pueden entrar en el tratamiento, segun hayan sido los "estragos del trago", en el individuo.

Entran en escena siquiatras y sicologos, médicos, trabajadores sociales, terapistas, abogados, alcohólicos recuperados. Alcohólicos Anónimos. Y, muy cerca de todo, la familia.

El tratamiento va desde la motivación y la desintoxicación, hasta la deshabituación -forma de mantener la abstención- y la rehabilitación -recuperar lo que puede recuperar de lo perdido-. Y esta demostrado que es más efectiva la terapia de grupo.

Y segun el caso habrá que trabajar a otras enfermedades, si las hay. De todas formas, el programa de recuperación incluye un cambio de vida -que se ha vuelto inmanejable-, recuperar la autoestima, controlar lo negativo, capitalizar lo positivo, reincorporarse al "rol" laboral, familiar, social, solucionar problemas económicos y legales (que no son pocos, en los alcohólicos) y mantener una buena salud mental y física.

Y no hay que inventar lo inventado. Hay profesionales y gente con experiencia que pueden colaborar. Aquí trabajan, por ejemplo, Departamento de Toxicología del Hospital San Vicente de Paúl, el Servicio de Farmacodependencia y Alcoholismo del Hospital Mental de Antioquia, Surgir, Alcohólicos Anónimos.

"Morir de alcoholismo puede durar años..." Comentan. Pero mientras más rápido cruce el charco de la recuperación, menos daño usted se hace.

Y si el hígado regula el amor...

¡No freguES!... Un trago tampoco me hace nada.

Pero el abuso puede causar algo más que dolor de cabeza.

Sufre el sistema digestivo. Sufre el hígado. Sufre el corazón. Sufre el cerebro.

Nos cuentan los doctores que el abanico ¡ay, ay, ay! incluye:

Gastritis, con hemorragias o endurecimiento de los músculos del estómago.

Hay deficiencias vitamínicas. No se absorbe el complejo B, fundamental para el Sistema Nervioso Central. Vienen lagunas, inflamación de los nervios -con dolores u hormigueo, dificultades para la marcha y los movimientos "finos"...

Siga con la anemia, alteraciones en el sistema de defensas, y por lo tanto, mayores posibilidades de pescar infecciones.

Desnutrición. Dermatitis... Y déle con los lios respiratorios -neumonías, y hasta parálisis respiratoria-.

MONOS Y CALVOS

No lo hace mal el alcohol para propiciar hepatitis, cirrosis (se le achacan entre el 30% y el 50% de ellas; y se calcula que, del 10% al 20% de los alcohólicos la desarrollan).

Y si el hígado regula el amor... Siga con la pancreatitis -y por ahí se va a la diabetes-.

Súmele corazón al asunto: se crece y daña ese bendito músculo, y disminuye su "gasto". Eso sin contar el desamor. ¡Qué susto!

Si abusa del alcohol se encuentra con la hipertensión, los dolores musculares y los daños del nervio óptico y de las papilas gustatorias; impotencia, disminución del impulso sexual, "feminización" -por alteraciones hormonales- en los hombres; los desarreglos en la ovulación y galactorrea, en las mujeres.

Algunos estudiosos dicen que son mayores las probabilidades de cáncer de hígado, páncreas, recto, colon, en los que **empinan el codo**.

Fuera de todos los efectos en el "ánimo". Desde la contentura y la deshinibición, hasta la agresividad, la depresión, los celos enfermizos -"si encuentra un pelo mono, se la juega con un mono; si es negro, con un moreno; y si no hay pelos, el cliente es calvo"-.

CON MONSTRUOS

En el alcohólico puede presentarse...

Síndrome de abstinencia. Con nausea, vómito, diarrea, taquicardia, presión alta, fiebre, temblores, convulsiones, trastornos en el sueño, depresión, inestabilidad, irritabilidad, sudor, agotamiento y pesadillas.

Delirium Tremens. Revuelve angustia, terror, cólera. Deshidratación, sed, taquicardia. Confusiones de tiempo y espacio, alucinaciones con animales monstruos y bandidos.

Y, de exceso en exceso, se ganará el terrible mal de Korsakov, gracias al cual, de un momento a otro, el **disco duro** de su memoria no "graba más".

Y, de exceso en exceso, alguna alucinación, algún delirio, puede conducirlo a la demencia, al homicidio, al suicidio.

Y como herencia para las nuevas generaciones...

El abuso del alcohol en la mujer embarazada se transforma en Síndrome Alcohólico Fetal: el niño puede nacer con lesiones externas, pelos en la frente, ojos más pequeños, cráneo más pequeño o más grande, orejas bajas, deformaciones en el esqueleto, la piel, el corazón, los riñones, el cerebro... y hasta sin cerebro.

Y el retoño de un padre alcohólico tiene más probabilidades de ser víctima de un aborto, de mongolismo, malformación ósea y retardo.

Fuentes de consulta

Libros: Alcohol y Alcoholismo -generalidades, diagnóstico, complicaciones y tratamiento-, de Ramón Emilio Acevedo Cardona; monografía para optar al título de Siquiatra; Facultad de Medicina, Universidad de Antioquia, 1989. El Libro de las Listas, de David Wallechinsky, Irving y Amy Wallace. Hildebrando, de Jorge Franco Vélez. Actitudes de Cien Familias de Alcohólicos de la Zona Urbana del Municipio de Medellín; trabajo de grado de María Jesús Medina, Luis Javier Ossa, Mónica Villa y María Eugenia Villegas. Facultad de Trabajo Social, Universidad Pontificia Bolivariana, 1982. Literatura de Alcohólicos Anónimos. Enciclopedia Universal Ilustrada, Espasa. **Artículos**: Aspectos generales del alcoholismo, de Lavive Rebage; departamento de Toxicología; Hospital San Vicente de Paúl-. Alcohol and the family -Newsweek, enero 18 de 1988- y Out in the Open -Time, noviembre 30 de 1987-. La familia del alcohólico, de Evaristo Gómez. Enfoque Macrosociológico sobre el alcoholismo, de Enrique Pistoletti. Embrio y Fetotoxicidad por el Alcohol, de Julia Higa de Landoni.

Entrevistas. Alcohólicos y familias de alcohólicos de la ciudad. Profesionales que trabajan en la recuperación de alcohólicos. Departamento de Toxicología HSVP -Lavive Rebage, Jorge Franco, María Eugenia Agudelo-. Surgir -Mónica Villa-. Hogar Claret.

Reuniones de grupos de Alcohólicos Anónimos.

Archivo de El Colombiano.

El estómago no sabe la hora

"Ya bebia por rabia, por alegria, porque en la casa tenia dificultad o me trataban bien, por un fracaso. Y apareció el trago matinal. Y me decia ¿Eso qué tiene, por qué no puedo beber por la mañana, el estómago que va a saber qué horas son? Vinieron más dificultades hogareñas. En los guayabos era una incertidumbre, una tristeza y una soledad. Si se me hubiera metido que era Napoleón no habria tenido problemas; me hubiera metido la mano en la chaqueta y habria dirigido la Batalla de Austerlitz o, con éxito, la de Waterloo.

Sabia que el trago me estaba haciendo mal, pero de allí a aceptar que era alcohólico era lo mas horroroso del mundo, el insulto. Y eso es en todos los niveles. El gran gerente niega. Y dígale a un montallantas de Guayaquil que es alcohólico y le pega un palancazo. Y he visto curas alcohólicos que dicen: "mi virtud me hace inmune"".

Alcohólico, 67 años

Un dia, Hitler bajó la guardia

"Amor, dinero, éxitos y todo, se me iban. Era la angustia, el desespero, la amargura, el sentimiento de culpa, el desmoronamiento. Prometí a mi mamá que no iba a beber, a sabiendas de un cáncer que la estaba consumiendo. Me dijo: "dame la oportunidad de morir sin verte beber", y el día que murió en mis manos, estaba muerto de la borrachera. Y no me provocó sino acompañarla en el viaje que ella había emprendido. Me iba para el cementerio de día y de noche.

Ya no había sino la muerte... Una voz de una mujer me dijo: "hay una solución". Estaba derrotado, entregado. Bajé la guardia... Cuando Adolfo Hitler era el hombre más humilde del universo, al lado mío".

Alcohólico, 60 años.

Armstrong pide cacao

"Estaba bebiendo unas tres veces a la semana, pero el guayabo mio era de manicomio. Con media botella de aguardiente -que primero hacia gárgaras- ya me tambaleaba.

Una noche, después de una comida en casa (...), se fueron los invitados, y yo seguí bebiendo... Y me dio un desprecio por la vida, por la familia, por todo. Salieron las armas y fue espantoso. No sé cómo no hubo una tragedia en mi casa... Una pistola... Con el hijo que ya tenia 18, 20 años y conmigo muy borracho... Eché la señora de la casa, que se fuera o que me iba yo...

Me había acostado a las 4 de la mañana. En mi casa salieron para misa. Llamé a un hermano y le dije que me recogiera, que estaba muy mal y me fui con él para una finca. Dejé una boleticа en una mesa: "me voy; vengo mañana. Esas 36 horas fueron el infierno. No dormí un minuto, no tomé trago. Creí que había destruido todo lo que más quería, mi familia, mi mujer, mis hijos. Me sentí completamente solo, como se debieron sentir Armstrong y los otros fulanos en la Luna.

Cuando sentí destruido todo... despues de haber pensado en suicidarme, pedí cacao. Le dije a un amigo médico: necesito que me ayude; estoy llevado del demonio con el aguardiente".

Alcohólico, 57 años.

El manicomio, la cárcel o...

"Recuerdo una frase de mi mamá cuando se daba cuenta que estaba tomando un poquito más de la cuenta: "ten cuidado, porque estás acabando con tu vida y con la mía".

(...) Y llegó ese infierno... Perdí todas las amistades valiosas porque no tomaban. El medio social en el que me movía era entre cortesanas vagabundas, drogadictas, alcohólicos que me toleraban. Económicamente me había venido abajo. Emocionalmente, necesitaba pastillas para despertarme y dormir.

Ese infierno de vida... Pastillas, coca, trago, pastillas, coca, trago, pastillas, trago. Hasta que me convencí: me quedan tres caminos: el manicomio, la cárcel, o Alcohólicos Anónimos".

Alcohólico, 58 años.