

¿POR QUÉ HACER NUESTRO TRATAMIENTO?

Efrén Martínez Ortiz Ph.D.
María Cristina Riveros Mg.



Colectivo Aquí y Ahora
Donde la Vida Recupera su Sentido



Colectivo Aquí y Ahora
Donde la Vida Recupera su Sentido

¿POR QUÉ HACER NUESTRO TRATAMIENTO?

Efrén Martínez Ortiz Ph.D. & María Cristina Riveros Mg.

¿POR QUÉ HACER NUESTRO TRATAMIENTO?

Enfrentar un problema de uso, abuso o adicción no suele ser fácil. Comprender como se llegó a este estado de las cosas es complejo y a veces hasta innecesario. Para algunos familiares resulta difícil creer que esto realmente esté pasando, motivo por el cual gastan un tiempo importante buscando posibles culpables o descargando la responsabilidad en otros miembros de la familia, el colegio o los amigos.

La adicción, así como otros problemas psicológicos, no son una debilidad moral que se soluciona con un poco de voluntad de la persona, lo cierto es que precisamente la voluntad es la que está enferma y por ello, necesita un tratamiento para poder recuperarla y hacerse dueño de sí mismo. La mayoría de las personas suelen buscar un tratamiento porque las drogas o el alcohol están afectando la vida de un ser querido o están constituyendo un gran

riesgo; ahora bien, este argumento aunque válido y cierto, termina siendo un poco pobre, pues los esfuerzos de la familia (padres, hermanos, conyugues, hijos) no sólo se centran en evitar que se droguen o alcoholicen, sino más allá de eso, que vivan una vida que merezca ser vivida, plena de sentido, que descubran para que están hechos y cuál es su propósito.

Este es el interés central del tratamiento del CAA que por supuesto busca resolver el tema de la adicción, pero más allá de ello, busca que la persona se haga dueña de sí misma para que no tenga que vivir en función de la aprobación de los demás, para que sea capaz de poner límites, pueda controlarse y manejar sus emociones; es decir, nuestro interés central no es solo que no se hagan daño, sino que vivan una vida apasionada, que se enamoren de la vida, que lleve mejores relaciones familiares, que sepan rodearse de mejores amigos y ser productivos, desplegando todas sus capacidades. En este sentido, el tratamiento se trata de ayudar a hacer libres a quienes más amamos, sean nuestros hijos, esposos o padres; ellos no deben necesitar de sustancias para poder disfrutar lo que hacen o para interactuar; no tienen porque manejar sus ansiedades con drogas, no tienen porque necesitar de algo que los haga sentir vivos; no deben vivir con el miedo de no ser queridos ni aprobados, ni vivir sintiendo que no pueden equivocarse o llenos de intolerancias que les impidan relacionarse de una forma saludable. Nuestros seres queridos merecen vivir libremente. La adicción se deriva del término *Adictus* que en la antigua Grecia eran hombres que se vendían como esclavos para saldar sus deudas. Adicción es sinónimo de esclavitud, pero no sólo al alcohol o a las drogas, sino a todo aquello que no le permita ser ni desarrollarse.

A pesar de todo lo anterior, tomar la decisión de ayudar a nuestros familiares a vivir de una manera diferente no es fácil; nuestra cabeza nos enfrenta a una gran cantidad de dilemas e interrogantes que hacen dudar; es posible que su hijo se haya cambiado varias veces de carrera y siga pensando que se trata de un simple tema vocacional y no de las drogas o mucho más allá, de la inseguridad que siente de expresar lo que que piensa o quiere... es posible que le eche la culpa al exceso de trabajo de su esposo y falta de tiempo para la familia antes que vea el problema de alcohol que hay detrás, o más allá, la dificultad que tiene para poner límites en su vida... algunos pueden llegar a justificar que es imposible que exista un problema pues es muy buen estudiante, deportista o excelente trabajador. No es fácil!!!.

Generalmente las personas asocian un problema de adicción con una familia disfuncional, sin embargo, nada de ello tiene que ver con la realidad; no ha sido posible establecer científicamente que una familia disfuncional sea la causa de la adicción, pues es un fenómeno mucho más complejo. Lo que si es bastante claro es que la familia puede contribuir al mantenimiento del problema siendo un serio obstáculo para la recuperación, pues aceptar lo que está pasando y asumir lo que hay que hacer implica enfrentar muchas creencias que se sostienen en los miedos y las culpas. A continuación encontrará algunas de las más comunes:

- No quiero presionarlo porque de pronto se suicida: Tenga la seguridad que si alguien toma la decisión de suicidarse, difícilmente será porque lo están llevando a un tratamiento que consiste precisamente en evitar que lo haga. A veces detrás de este argumento está el miedo inscrito en la historia familiar donde alguien se suicidó en el pasado, un posible

intento previo o una lamentable manipulación de quien está en problemas. No espere a que su temor se vuelva realidad, a veces para salvar a alguien a quien se ama, hay que hacer sacrificios de amor.

- Si le exigimos que haga este programa tal vez se vaya de la casa y ahí si lo perdamos: Su hijo se está perdiendo ante sus ojos y con usted como testigo, pues difícilmente se quedará viviendo en la calle. Muy seguramente su hijo ha tenido ciertas facilidades en su vida y difícilmente cambiará la comodidad que ha tenido. No perderá a su hijo por exigirle que haga algo con su vida, más bien sucederá todo lo contrario. A veces detrás de este argumento están nuestros temores infundados acerca de las historias que escuchamos. Lo cierto es que casi ninguna persona con problemas de drogas termina viviendo y muriendo en las calles, excepto algunos que no contaron con padres que detuviesen esto a tiempo.
- Yo creo que con unas charlas es suficiente: Alguna vez le han dicho que no debería comer azúcar, harinas o grasas?, alguna vez le han dicho que es necesario para la salud que haga deporte o que adelgace?, alguna vez ha hecho algo incorrecto aun sabiendo que no era adecuado?, si las simples charlas funcionaran nadie tendría sobrepeso, ni fumaría, ni llevaría una vida sedentaria. Podemos vivir la vida como una ruleta apostando a que tal vez algo funcione, pero si tuviera un margen de certeza mucho más amplio ¿No escogería lo mejor para su hijo?
- No creo que esté tan mal: Es posible que esto sea cierto y ha hecho lo correcto al asistir a una evaluación; sin embargo, es

importante que piense si al hacer referencia a que no está tan mal, le refiere exclusivamente a la cantidad de drogas que cree que consume y que generalmente es menor a la que realmente usa, pero que oculta para no alarmarte. Es importante que recuerde la introducción de este folleto, pues como bien se ha expuesto, las drogas son solo un llamado de alerta acerca de que tan libre vive y pleno de sentido está viviendo esa persona que le preocupa.

- Tendría que suspender sus clases o su trabajo y eso sí lo frustraría mucho: Definitivamente sí tendría que suspender las clases o el trabajo, pero muchas veces el consumo aumenta el ausentismo y la desmotivación para cumplir con la responsabilidad adquirida llevando no sólo a la suspensión sino a la pérdida, su hijo no va a perder un semestre, su hijo va a ganar una vida. Su no va a perder su dinero del semestre, va a evitar perder el dinero de una carrera universitaria.
- Internarlo implica que esté con gente que está muy mal y aprenda cosas que no debe: Este es un temor muy bien justificado, pues normalmente es lo que suele suceder en la mayoría de centros de tratamiento. En nuestro caso es diferente, pues su hijo solo estará con jóvenes de edades similares, con familias y condiciones parecidas, lo que hace que difícilmente aprenda más cosas de las que ya sabe o de las que puede aprender con sus actuales amigos.
- Meterlo en un tratamiento es como un castigo y lo que él necesita es que alguien lo convenza: Los tratamientos no son castigos más bien son una oportunidad; a veces nos duele demasiado cuando se frustran, cuando sufren o cuando lloran,

pues los amamos. Tal vez hayamos evitado que asuman las consecuencias de sus actos y los hemos excusado de muchas formas, ahora nos encontramos ante este problema y por ello es posible que esta estrategia de cuidarlos y sobreprotegerlos haya demostrado su fracaso y la necesidad que lo hagamos distinto. De esta manera, no necesita que alguien lo convenza, lo que necesita son padres de familia, parejas o hijos con la fortaleza para convencerlo; detrás de esta necesidad de que alguien “lo convenza”, hay un profundo miedo a no ser querido, a ser violentado o a ser abandonado, seguramente es parte de la personalidad y la historia que se construyó.

- A lo mejor le hacemos más daño obligándolo: A lo mejor lo que necesita es precisamente que lo obliguen. ¿Si su hijo necesitara una cirugía de corazón le permitiría que le dijera a su médico que en lugar de anestesia le eche una malteada de fresa?, lo pondría a elegir si quiere hacerse la cirugía o no? Seguramente creerá que no se puede comparar, pero los problemas cardíacos no son proporcionalmente inferiores o en menor cantidad que los problemas de drogas, también la gente debe cambiar su vida si quiere seguir viviendo con una condición cardíaca. Si crees que el tema de la adicción es solo un problema de falta de voluntad, es fácil entender esta creencia. Como ya se ha dicho, la voluntad es precisamente lo que está enfermo.
- Es que él no va a querer internarse: Tiene mucho de razón, difícilmente va a querer hacer un tratamiento en donde sus padres o parejas aprendan a ponerle límites y en donde tenga que enfrentar sus principales miedos. No es fácil crecer ni

asumir la responsabilidad de la vida. Si la persona quisiera dejar las drogas y estuviera dispuesta a hacer lo necesario para lograrlo, seguramente no necesitaría internarse, pero es precisamente un tratamiento el que necesita para llegar a “querer”. No espere a que quiera pues puede perder los años más importantes de su vida mientras llega ese momento. No es cierto que las personas tengan que “tocar fondo” para cambiar, por suerte la ciencia ha avanzado mucho.

- ¿Y que le vamos a decir a la gente?: Aceptar esta preocupación no es sencillo, pues a veces ni con nuestra pareja podemos expresar esto. Sentirnos un tanto juzgados o criticados no es fácil, pues lamentablemente lo cierto es que para algunos en la sociedad aun se cree que tener un hijo con problemas de adicción significa ser un mal padre, por suerte esto ha cambiado mucho y hoy difícilmente en una familia no se tiene un miembro con uno de estos problemas.
- El programa es muy costoso y ahora no podemos: Es posible que esté en una dificultad económica que le impida tomar un programa de tratamiento; sin embargo, tenga seguro que los costos que tendrá que asumir con el paso del tiempo serán mucho más grandes. Existen diferentes alternativas y procesos bastante económicos; sin embargo, para disminuir los costos estos programas ingresan tal cantidad de personas que se hace imposible hacer un trabajo terapéutico personalizado. Piense que si enviara a su hijo a una clase de inglés una vez a la semana, o lo enviara seis meses a estudiar inglés en España, de seguro tendría que pagar muchos cursos hasta lograr aprender el idioma o superar la frustración de intentarlo varias veces y no lograrlo. Si por un momento se detiene a

pensar en el costo como una inversión que hace para la vida de sus seres queridos, de su familia y de la sociedad, pagando profesionales expertos en el tema, que le ayudarán, no solo a dejar un problema de consumo sino a vivir libre y plenamente, nutriendo de sentido la existencia, habrá hecho la mejor inversión de su vida. Realmente el costo no es alto.

¿POR QUÉ HACER NUESTRO TRATAMIENTO?

Existen muchas ofertas de tratamiento, algunas de ellas suelen aportar elementos exitosos que ayudan a las personas que buscan sus servicios. En nuestro tratamiento le ofrecemos:

- Un tratamiento en donde se separan jóvenes de adultos.
- Un tratamiento científico realizado por terapeutas con niveles de formación de maestría y doctorado en Psicología Clínica y adicciones.
- Un tratamiento personalizado en donde su hijo nunca tendrá más de una docena de compañeros y ningún terapeuta más de tres casos.
- Un tratamiento digno, libre de maltratos y humillaciones.
- Un tratamiento familiar intensivo en donde todos aunamos esfuerzos para resolver los temas.
- Un tratamiento que resuelve el tema de las drogas, pero que se centra en que la persona se haga dueño de sí mismo y tenga una vida con propósito.

Efrén Martínez Ortiz Ph.D en psicología, especialista en fármacodependencia y uno de los grandes expertos en el tratamiento de la adicción. Autor de 18 libros y numerosos artículos. Fundador y actual presidente del Colectivo Aquí y Ahora.

María Cristina Riveros R. Mg. Especialista en Psicología Clínica y Psicoterapia de Grupo. Master en Psicología Clínica y de la familia. Terapia Breve (Mental Research Institute). Terapeuta Familiar del Colectivo Aquí y Ahora.