

ADICCIONES



Siempre hay una salida

La doctora Elvia Vega, jefa del servicio de Adicciones del Hospital Psiquiátrico René Vallejo, de la provincia de Camagüey, asegura que el alcoholismo es la enfermedad de las pérdidas.

Alcohol, drogas, medicamentos, juegos..., el peligro de las adicciones no tiene rostro. Ante un flagelo de tal índole, existen oportunidades a través del tratamiento oportuno. En el mundo, solo uno de cada seis adictos recibe atención médica

Por **LIANET LEANDRO LÓPEZ** / Fotos: **RODOLFO BLANCO CUÉ**
Especial de la ACN para BOHEMIA

SU desenfado sorprendió en el primer momento. “Sí, sí, usted ponga mi nombre, mi apellido y hasta mi foto, a ver si mi esposa lo lee y vuelve a confiar en mí”, dijo Ifraín Peláez, quien en la fecha de la entrevista llevaba ya 49 días sin probar una gota de alcohol.

Pero en solo unos minutos mirándole a los ojos, se pudo notar que no fue desenfado lo que movió a este hombre de 45 años a hablar con una desconocida sobre aquello que lo ha consumido, sino un grito de esperanza desde lo profundo de su alma y la decisión de plasmar por escrito que desea recuperar su vida.

Tal vez de esa manera, al terminar su ingreso en la sala de Adicciones del Hospital Psiquiátrico René Vallejo, de la provincia

de Camagüey, estas letras sean otro incentivo, un asidero más al cual agarrarse –por aquello de que la palabra empeñada debe cumplirse–, para no recaer, y seguir adelante.

Luego de su desprendimiento inicial, otra vez sorprende cuando confiesa que sus primeros pasos en la bebida, a los 18 o 20 años, fueron para vencer la timidez, socializar, buscar pareja... pero es precisamente el mito de ver al alcohol como estimulante el que ha lanzado a muchos a su encuentro y adicción.

“Empecé con poco, algunas cervezas bastaban para contentarme, disfrutar de la vida y del momento, compartir con los amigos, la pareja”, recapituló Ifraín, cuya historia es la antítesis del estereotipo con

el que muchos suelen cubrir a la figura del alcohólico para afirmar: “eso no me pasará a mí”.

Durante años él fue un hombre de éxito, con carro, dinero, negocios prósperos, buen padre para su primera hija –la que lo tomó de la mano y lo llevó a rehabilitarse–, amigo divertido, amante dadivoso; en fin, todo lo que ante los ojos escrutadores de una sociedad machista representa la felicidad.

Pero poco a poco la línea de la tolerancia se acercaba más al borde del vaso, y en la última década se fue materializando la debacle, al punto de que hoy a Ifraín solo le queda la voluntad de salir a flote, luego de haber perdido todo, hasta su propia identidad.

“Cuando mi hija mayor fue a buscarme a la finca de mis hermanos, donde me había retirado hace como un año ya sin nada que perder, pues vendí hasta la casa, empezó a llorar pues no me reconocía,

ni yo mismo podía reconocirme en un espejo, de lo mal que estaba mi aspecto personal”, relató.

Algunos no tienen esa suerte, pero al menos a él le quedaba un poco del amor sembrado antes de tocar fondo y su hija le ayudó a volver a la superficie, le prestó la casa de su mamá para que tuviera un lugar digno donde descansar, y lo tomó de la mano para llevarlo a la consulta de Adicciones y comenzar así el camino de la recuperación.

Antes de ingresar, pasó en la casa un mes de desintoxicación y con tratamiento previo contra los efectos del síndrome de abstinencia.

Luego, el dos de mayo, fue admitido en el hospital, donde reconoce que ha sentido una gran mejoría, ha engordado, ha perdido un poco el temor e incluso ha recobrado las ganas de vivir.

Al preguntarle sobre la esposa que mencionó al inicio, confesó su certeza de que ya esa relación está perdida, pero al menos posee la esperanza de rescatar de ella la confianza necesaria para lograr acercarse otra vez a su pequeña de cuatro años, la que más lejos ha estado de él por sus tormentosas últimas vivencias.

La luz al final del túnel

El alcoholismo es una enfermedad muy triste, es la enfermedad de las pérdidas, asegura la doctora Elvia Vega Novoa, al frente del Servicio de Adicciones en el hospital camagüeyano, y mientras habla, lágrimas parecen querer salirse de sus ojos, pero las retiene quizás por profesionalidad.

Muchos dramas humanos ha vivido esa especialista de I Grado en Psiquiatría, con varios años de experiencia en el tratamiento a dependencias, pues el alcoholismo no es la única adicción que se trata allí, aunque sí la más frecuente y la portera de otras igual o más peligrosas.

“En menor medida, también hemos tratado dependencias a medicamentos, solos o mezclados con el propio alcohol, a drogas ilegales, específicamente la marihuana, y ludopatías de diversos orígenes, como los videojuegos en personas muy jóvenes”, comenta.

Pero constituye el alcoholismo casi siempre el factor predominante que conlleva al ingreso allí, pues incluso muchos de los pacientes adictos a otras sustancias ilegales solo lo confiesan cuando ya están

en la terapia, debido a que antes sienten temor de ser denunciados, lo cual no sucedería bajo ningún concepto.

Así lo asegura la doctora Vega. “Un adicto es un enfermo que viene aquí a recuperarse y ese proceso no se viola bajo ningún concepto, hay una confidencialidad médico-paciente que se respeta en función de la mejoría de las personas aquejadas por las drogas”.

Para los enfermos, el servicio de Adicciones, o de Deshabitación como también se le conoce, es la luz al final del túnel, porque encuentran una cuerda de la cual agarrarse para subir a la superficie, luego de haber tocado fondo y reconocer la necesidad de ayuda.

“El primer paso resulta el convencimiento de la persona sobre su condición, sin eso el ingreso no es posible pues es totalmente voluntario, nunca por presiones familiares o del medio social, y tampoco puede llegar a la consulta en estado de embriaguez”, aclara la especialista.

“Hablamos de que ellos entiendan que cumplen los cuatro criterios del alcoholismo –es la más frecuente en Cuba, pero se pueden extrapolar esos criterios a otras adicciones–, que son la cantidad y frecuencia del consumo, la nocividad hacia el organismo y el entorno, la esclavitud hacia el consumo, y el etiquetado o reconocimiento desde sí mismo o por parte de otras personas”, refiere la especialista.

Si necesita medicación para lidiar con el síndrome de abstinencia, en el cual aparecen reacciones corporales ante la ausencia de la sustancia adictiva, se le suministra, al igual que existen camas en la sala de hospitalización para tratar a pacientes con un grave deterioro por el consumo desmedido.

También se les practica acupuntura, ejercicios de relajación, musicoterapia, biblioterapia, terapia laboral y la confección de manualidades, además de que se les garantiza una alimentación balanceada en horarios establecidos, complementada con suplementos vitamínicos.



Se prioriza la capacitación al personal de salud para el tratamiento a las adicciones.



El personal especializado de salud imparte charlas a los pacientes, durante el tratamiento.



Pero la esencia de las terapias es modificar determinadas actitudes y mecanismos de afrontamiento ante la existencia que los llevaron a la drogodependencia, por ello se habla mucho de cómo sucedió y qué hacer para mantenerse sobrio en el futuro, lo cual implica no darse nunca el primer trago.

“Tanto el alcohólico o adicto, como la sociedad en general, deben entender que esta condición es una enfermedad crónica, y la recaída, aunque nadie la desea, es posible, por tanto aquí siempre encontrarán las puertas abiertas para la recuperación”, señala la doctora Vega.

A la consulta en el Psiquiátrico de Camagüey se puede acceder sin necesidad de ser remitidos por ningún servicio de salud previo, funciona todos los martes a partir de las 8:30 de la mañana, y mantiene un seguimiento durante los seis meses posteriores al tratamiento.

También a nivel comunitario juegan un papel primordial los departamentos de Salud Mental (antes conocidos como centros comunitarios) de cada área de salud de la provincia, donde funcionan los Grupos de Ayuda Mutua para que el adicto se mantenga vinculado regularmente a la psicoterapia y contribuya a la recuperación de otros.

La doctora Elvia Vega está convencida de que el alcoholismo, y las adicciones por extensión, no pueden verse como un pequeño problema de salud, pues está aumentando su incidencia, y en personas muy jóvenes, lo cual expone cuán temprano se inicia en el consumo de sustancias.

“Antes no se llenaban los grupos de ingreso para rehabilitación (alrededor de 20 camas disponibles), actualmente trabajamos casi todos los meses a capacidad total. Eso quiere decir que por suerte más gente busca ayuda, pero también que el fenómeno crece, y con él todos sus males”.

Mirada con ángulo ancho

Al frente del Departamento de Salud Mental y Adicciones de la Dirección Provincial del Ministerio de Salud Pública en el territorio agramontino, el doctor Pablo Hernández Figaredo coincide con el criterio de su colega, aunque considera que la provincia no está entre las de mayor incidencia en el país.

Sin embargo, ello no supone cruzarse de brazos. “Se trabaja fuerte para prevenir las adicciones, desde las acciones educativas en escuelas, centros de salud y la comunidad, hasta la dispensarización en la categoría de riesgo relevante a los consumidores de drogas ilegales reconocidos, aunque hayan consumido solo una vez”, explica Hernández.



El doctor Pablo Hernández Figaredo, jefe del Departamento de Salud Mental y Adicciones de la Dirección Provincial de Salud Pública en Camagüey, considera que los adictos son personas necesitadas de la mayor comprensión y ayuda para salir de ese abismo.

En su percepción personal, el especialista cree que durante muchos años, tanto en Cuba como a nivel internacional, el tratamiento del alcohol como un producto lícito y tolerable socialmente hasta cierto punto, ha condicionado que las cifras del fenómeno se incrementen.

“Algo similar no puede suceder con otras drogas, pues existe un estricto control sobre ellas como política del país, no se adquieren con facilidad, la prevención es fuerte, y hay un profundo rechazo social hacia estas, pero no por eso se debe bajar la guardia”, comenta.

A nivel mundial, cada año se producen 3.3 millones de muertes en el mundo debido al consumo nocivo de alcohol, lo que representa casi un seis por ciento de todas las defunciones anuales, según datos recogidos en su web por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La propia institución calcula que por otras drogas, los fallecimientos rondan el medio millón anuales, en tanto un informe de la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito alerta que de 29 millones de personas con-

sumidoras en el orbe, solo una de entre seis recibe tratamiento.

Ante ese panorama, el doctor Hernández insiste en resaltar que la premisa fundamental para com-

batir esos flagelos es el respeto a la dignidad humana de los adictos, pues los prejuicios que los sitúan como despojos sociales sin solución, constituyen la principal traba para su mejoría.

Las adicciones están catalogadas por la OMS como una enfermedad crónica y fatal, pues perturban el funcionamiento normal y saludable del organismo, tienen serias consecuencias nocivas y son evitables y tratables, pero en caso de no hacerlo, pueden durar toda la vida.

“No son sinvergüenzas, como se dice vulgarmente, sino personas necesitadas de la mayor comprensión y ayuda para salir de un abismo que a nadie le es ajeno, pues puede sucederle a cualquiera”, concluyó el doctor.

Hoy Ifraín, y muchos como él que ya dieron el primer paso hacia su mejoría, requiere precisamente de otras manos que le apoyen en el camino y le ayuden a encontrar la fuerza necesaria para mantenerse sobrio, porque ya la voluntad de seguir adelante la tiene y ese es hasta ahora su único asidero hacia la salvación. ●



Los juegos de mesa, las manualidades, la terapia laboral y otras técnicas son empleadas durante el ingreso en el servicio de Adicciones para contribuir con la rehabilitación.