

# El único requisito en Alcohólicos Anónimos es querer dejar de beber

Esther Fernández

**Y** O sabía que tenía un problema con el alcohol", asegura una de las mujeres que asiste habitualmente a las reuniones de Alcohólicos Anónimos (A.A.). Éste es precisamente el primer paso que se debe dar, la condición indispensable: admitir la impotencia ante el alcohol y, por supuesto, el deseo de dejar de beber.

Ella se confesaba una alcohólica de fines de semana, "llegaba el viernes por la noche y tenía que beber porque mi mente necesitaba aquello, era una obsesión". Esto era algo que sufría de forma especial y directa su familia. Llevaba dos años bebiendo y se decidió a llamar a AA el día que su hijo le dio un ultimatum: "O vas a Alcohólicos Anónimos o me marcho de casa". Así lo hizo, y al día siguiente se incorporó a una de las reuniones que organizaba AA. De esto hace ya más de dos años y esta mujer asegura que aquel gesto le devolvió la vida que había perdido por culpa del alcohol.

Ésta es una de las formas de llegar a Alcohólicos Anónimos, pero desde la agrupación, que lleva más de 30 años trabajando en Bizkaia, aseguran que cada caso es diferente, con una problemática particular. Sin embargo, en todos ellos llegaron a la con-



En los últimos años el número de jóvenes alcohólicos ha aumentado considerablemente

clusión de que el alcohol les creaba dificultades para vivir con normalidad, y es que el problema no es tanto la cantidad que se ingiere como la forma de beber, que puede ser compulsiva. A pesar de ello y como afirma Francisco, uno de los representantes de la agrupación, "nosotros no entramos a valorar si una persona es alcohólica o no, ésta es una

decisión personal".

El perfil de la persona que se acerca hasta AA es hombre y mayor de 60 años cuya llegada se debe, sobre todo, a la presión familiar. En los últimos años, el número de menores de 30 años que deciden actuar contra su problema con el alcoholismo ha aumentado considerablemente, aunque todavía constituyen un

grupo minoritario en los grupos de autoayuda de AA.

En el primer contacto de los alcohólicos con la agrupación se les asigna un grupo y se les informa de "Los Doce pasos de AA". Éstos representan el legado de los primeros miembros, que dejaron constancia de su progreso desde el beber incontrolado hasta su propia sobriedad. Con ellos se

trata de darles a conocer la actitud ante el alcohol que se propone desde AA. A través de los grupos de autoayuda los alcohólicos exponen sus problemas a otras personas que se encuentran en su misma coyuntura. Alcohólicos Anónimos se encarga, asimismo, de organizar charlas informativas a las que acuden especialistas y reuniones abiertas a las que puede asistir cualquier persona que desee informarse sobre este tema.

De este modo, los alcohólicos entran en una dinámica que les permite recuperar la autoestima, sobre todo para sentirse capaces de superar su problema. No se trata de proponerse no beber jamás, lo que sí se pretende es ir cumpliendo objetivos a corto plazo como, por ejemplo, el Plan de las 24 horas: "Hoy me voy a proponer no probar una gota de alcohol".

Muchas de las personas que asisten a AA llevan años cumpliendo su sueño de vivir en la sobriedad. A pesar de ello, el problema del alcoholismo, asegura Francisco, es algo que no se llega a superar nunca. No se vuelve a beber de forma normal y tampoco se vuelve a ser un bebedor social. "Es como cuando una uva se convierte en pasa, nunca va a volver a ser uva".

**Para más información pueden dirigirse a: Alcohólicos Anónimos: 94 415 07 51**

## Trabajando por una calidad de vida digna

E. F.

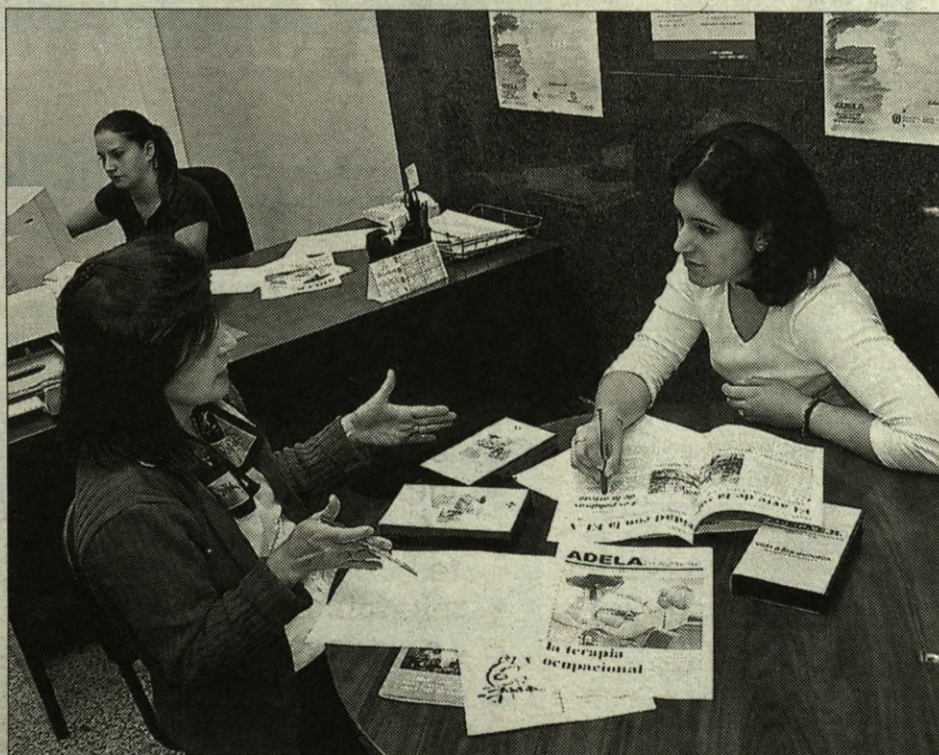
**L**A esclerosis lateral amiotrófica es una enfermedad incapacitante que no afecta a las facultades mentales, aunque sí a la movilidad, y cuya causa se desconoce. El trabajo de la asociación ADELA es mejorar la calidad de vida de los afectados por esta enfermedad. Para poder llevar a cabo su cometido esta asociación cambió hace ya algo más de dos años su sede una pequeña habitación en un quinto piso sin ascensor por un bajo de mayor tamaño. El primer problema con el que se encontraban los afectados de esclerosis lateral amiotrófica en las antiguas instalaciones era el de la accesibilidad, "ya que para los que se encontraban en fase avanzada de la enfermedad era imposible acceder al local", comenta la coordinadora de ADELA en Bizkaia Gloria Moreno.

De este modo, los nuevos locales, situados en la calle Iparraguirre nº9 y cedidos por la Diputación Foral de Bizkaia, han mejorado enormemente las posibilidades de acceso y la calidad del servicio

que ofrece la asociación. Actualmente cuentan con un despacho, una sala de reuniones para familiares y grupos de autoayuda. En un futuro la asociación ADELA contará además con una sala de terapia ocupacional. Pero, sin duda, lo que más influye en la calidad de vida de los afectados por la enfermedad es el baño adaptado del que disponen. En él encuentran todas las comodidades de las que posiblemente no pueden disfrutar en sus hogares.

ADELA pone, además, a disposición de los enfermos y de sus familiares un servicio de trabajo social a través del cual se realiza un seguimiento para conocer las necesidades que tienen. En la asociación cuentan con la colaboración de una trabajadora social, una psicóloga y una terapeuta ocupacional además de otros profesionales que tratan de hacer más fácil la vida de los afectados y solucionar sus problemas de forma directa.

Aunque su incidencia en la población es baja, es necesario seguir avanzando e investigando en el tratamiento de la esclerosis lateral amiotrófica para conseguir una mejor calidad de vida.



La investigación es indispensable para superar la enfermedad. Fotos Moreno Esquibel