

Una nueva forma de luchar contra el alcoholismo... sin dejar de beber del todo | Canarias7

- Sanitarios piden que deje de exigirse una abstinencia total del paciente y que en su lugar se busque el bienestar emocional de los afectados



Una nueva forma de luchar contra el alcoholismo... sin dejar de beber del todo

Botellón, Medicina, psicología

<https://www.canarias7.es/vivir/salud/nueva-forma-luchar-alcoholismo-dejar-beber-20240225001326-ntrc.html>

Fermín Apezteguia

Domingo, 25 febrero 2024

Los programas para la superación del alcoholismo con frecuencia fracasan porque están mal diseñados. Funcionan con planteamientos que se creyeron válidos a mediados del siglo pasado, pero la realidad ha demostrado de forma tozuda que no resultan operativos. Están desfasados. Un grupo de profesionales sanitarios de Madrid ha puesto en marcha una campaña para intentar que los planes institucionales dejen ya de buscar la abstinencia del paciente, que la mayoría de las veces es inviable. Propicia recaídas y un profundo malestar personal, un círculo vicioso de insatisfacción y pesadumbre, que convierte el desafío en una misión imposible. El objetivo, defienden, debe ser la búsqueda del bienestar emocional del afectado y su educación en valores. La experiencia anglosajona revela que el nuevo modelo (sin abstinencia) sí funciona.

«Tenemos que dejar de ver el alcoholismo como un problema agudo de salud. Estamos poniendo parches a lo que en realidad se trata de un trastorno mental con tendencia a las recaídas y a la cronicidad». Lo dice el jefe del servicio de Psiquiatría del hospital Doce de Octubre de Madrid, Gabriel Rubio, que ha liderado el primer estudio de este tipo que se realiza en un país latino. Los resultados del trabajo y de los pasos dados con él a nivel institucional se presentan la semana próxima en el marco del curso de Actualización en Psiquiatría que se celebra en Vitoria.

Noticias relacionadas

Vivir

Estos son los beneficios de tener sexo a menudo

Solange Vázquez

Vivir | Salud

Prebióticos, probióticos, posbióticos... qué son y en qué alimentos están

Carmen Barreiro

Los primeros en ver el alcoholismo desde este nuevo punto de vista fueron los especialistas estadounidenses. Fue hace unos quince años cuando constataron que el seguimiento terapéutico convencional, de tres o seis meses, resultaba insuficiente. Con él no se conseguían los resultados necesarios. La mayoría de los pacientes recaía y el sentimiento de fracaso que acompañaba a cada recaída les abocaba a entrar en un bucle de consumo y decepción personal.

Proceso de reflexión

La dependencia no se superaba porque, en buena medida, el problema que el alcohólico debía afrontar era cada vez mayor. Organizaron entonces grupos de discusión con psiquiatras, médicos de atención primaria, expertos en **adicciones**, enfermeras y psicólogos con el objetivo de ver de qué manera podían ayudar a sus pacientes. El trabajo concluyó que la mejor forma de lograrlo era dejar de buscar la abstinencia de los afectados y educarles en valores. En el amor a sí mismos y la fuerza del altruismo, la gratitud o la solidaridad para el necesario empoderamiento personal.

El nuevo modelo se extendió primero por Estados Unidos y luego también por varios países de órbita anglosajona, en concreto por Reino Unido, Irlanda, Canadá y Nueva Zelanda. Gabriel Rubio, que lleva 40 años luchando contra el alcoholismo como profesional de la salud, decidió copiar la iniciativa e impulsó en Madrid la creación de un grupo multidisciplinar integrado por 64 expertos que realizó el mismo ejercicio de reflexión. Llegó a «conclusiones muy parecidas».

«La terapia contra el alcoholismo tiene que durar toda la vida y no puede llevarse solo desde los hospitales públicos», reflexiona el experto, catedrático de la especialidad en la Universidad Complutense de Madrid. «Hay que poner a disposición de los pacientes dispositivos de tipo social y grupos de ayuda mutua, que les sirvan de apoyo en su caminar por la superación personal».

Lo que los profesionales sanitarios plantean es concebir y afrontar el desafío del alcoholismo del mismo modo en que se planteó la lucha contra la **heroína** en los años ochenta del siglo pasado. Hay que entenderlo como un problema de salud con tintes de epidemia que requiere ver al paciente como un enfermo crónico que necesita ayuda asistencial variada durante toda la vida.

La abstinencia, entiende el grupo de Madrid, es imposible sin bienestar psicológico. Más aún cuando, habitualmente, los grandes bebedores de **alcohol** también suelen ser consumidores de otras **drogas**. Los «elementos fundamentales» del proceso de recuperación han de aprender a disfrutar de la vida sin tener que recurrir al **alcohol**, a afrontar sus avatares con la mayor serenidad posible y a no ahogar en **alcohol** las emociones negativas que se generan en el día a día.

Claves

La droga más extendida El **alcohol** es la sustancia psicoactiva más consumida por la población española, según la Encuesta sobre **alcohol** y **drogas** en España (EDADES 2022), realizada por el Ministerio de Sanidad en población de 15 a 64 años. Psicoactiva significa que actúa sobre el sistema nervioso alterando las funciones psíquicas.

Más hombres El perfil del consumidor habitual se corresponde con el de un varón, aunque su consumo no es exclusivo de la población masculina. Las personas que beben con frecuencia son el doble en hombres (uno de cada dos) que en mujeres (una de cada cuatro).

Diez litros al año Un informe de 2018 de la Organización Mundial de la Salud situó el consumo per cápita de España en 10 litros de **alcohol** puro por persona al año en mayores de 15 años. La bebida alcohólica más consumida es la cerveza (54%), seguida de las bebidas espirituosas (28%) y el vino (18%).

Ese planteamiento requiere la puesta en marcha de un nuevo modelo de red asistencial con servicios sociales de apoyo permanente para el paciente y sus familias y la colaboración de las organizaciones de pacientes. La más conocida es Alcohólicos Anónimos, pero hay otras menos focalizadas en la espiritualidad y más en valores convencionales.

El grupo de Madrid presentó sus conclusiones al Ayuntamiento de la ciudad, que financió el estudio, la consejería de Salud, el Ministerio y el **Plan Nacional de Drogas**. De momento, sólo han recibido buenas palabras. «Es necesario un cambio muy difícil. ¿Sabe usted cuánta gente vive en este país de la industria del **alcohol?**», se pregunta.