

Los Sospechosos de Siempre

Cuando un adicto está *en carrera* —sinónimo de consumo— es capaz de cualquier cosa. Cualquier cosa. El testimonio de Lisbeth, hoy esposa, madre, auxiliar contable, que en sus once años *limpia* —sin consumo de drogas— ya ha recuperado muchos de sus sueños perdidos, nos va a dar una idea:

Yo por la cocaína le mentía a todo el mundo todo el tiempo. Si precisaba robarles a mis padres o a un vecino lo hacía, y también tenía una vida sexual promiscua, pero no existía la posibilidad de acostarme con alguien por droga o plata. No sé cómo pasó, lo que sí sé es que un día me di cuenta de que ya hacía mucho tiempo que era una prostituta. Y el tema no es que ganás plata fácil. Lo que ganás es plata rápido para irte a consumir.

Los destinos posibles de los Sospechosos de Siempre —sinónimo de adictos— son cinco: marginación, hospital, cárcel, recuperación o cementerio.

La adicción es una enfermedad mental, física y emocional que afecta todos los aspectos de la vida del enfermo. El aspecto **mental** de la dolencia es la **obsesión**, que es el abrumador deseo de consumir a partir de un incesante flujo de pensamientos relacionados con el consumo. No hay forma de sacarlos de la cabeza.

El aspecto **físico** es la **compulsión**. Es un impulso irracional de usar drogas sin tener en cuenta las consecuencias. No hay forma de parar —*una es demasiado y mil no son suficientes*—. Sin embargo, no se es adicto por la cantidad que se consume sino por la relación que se establece con las drogas. Volveremos sobre este punto más adelante.

La parte **emocional** es el **egocentrismo**, la **desconsideración** total y la **autodestrucción** que caracterizan al adicto.

Al empezar a consumir el Sospechoso de Siempre está eufórico, pleno, lleno de éxito, y vuelve a su estado normal con bajo costo emocional. Está de fiesta y casi sin *bajón*. Después, cuando la frecuencia de consumo aumenta, la recuperación ya no es la misma. Aparece la *cola de paja* o *resaca* —consecuencia del consumo abusivo—. Entonces consume más. Llega un momento en que *se mete* para estar normal; o sea, su normalidad, incluidas las capacidades mentales y emocionales, varió. Ya está *en carrera*.

El perfil antisocial y de aislamiento de la enfermedad, que va más allá del uso de sustancias, no facilita su detección temprana. Y que deje de consumir por un tiempo no significa que tenga control de la situación. Está *haciendo conducta*. Ya después se va a volver a *encajar* (drogarse).

Comúnmente se entiende que la adicción actúa en función de una sustancia u objeto específico y no se mueve de ese lugar. No es así. La conducta adictiva sí puede cambiar de sustancia u objeto. Estos son muchos: drogas legales o ilegales, trabajo, compras, apuestas, comida, sexo, pantallas, poder, dinero, deporte, robo, riesgo, relaciones, romance, imagen, cirugía, tatuajes...

La adicción es una enfermedad porque trastorna el bienestar mental, físico y emocional de la persona. Es la incontenible necesidad de consumir —compulsión— que se mantiene a pesar de las consecuencias negativas. Su progresivo avance también va a deteriorar al entorno.

Esta dolencia tiene por características ser involuntaria, primaria, progresiva, crónica y, si no se atiende correctamente, mortal.

- **Involuntaria:** No es adicto quien quiere sino quien puede. La dolencia está determinada fundamentalmente por factores biológicos —más adelante vamos a volver sobre este concepto—. La adicción es mucho más que el negativo empleo de cualquier sustancia.

- **Primaria:** Es común concebir la adicción como una consecuencia de trastornos de personalidad ocasionados por algún trauma. Al adicto y a su entorno les cuesta comprender que a él/ella le tocó esta enfermedad, así como a otras personas les tocan otras —cáncer, diabetes, hipertensión, etc.—. Este concepto es importante para luchar contra el estigma social que considera al adicto falto de ética y moral. Los motivos por los cuales una persona consume pueden ser muy variados, pero los determinantes de la adicción son un conjunto de factores biológicos y psicológicos que, sumados a otros de orden familiar y social, potencian su manifestación. La coexistencia con un desorden mental —ataque de pánico, trastornos de la personalidad, depresión, esquizofrenia— es usual y se llama *comorbilidad*.

- **Progresiva:** Aumenta la frecuencia del consumo y se multiplican las cantidades para obtener el efecto deseado. Esta condición de la enfermedad se observa en el deterioro

creciente que sufre la persona en los planos psicológico, familiar, social, ético, económico, físico, etc.

- **Crónica:** Es la condición de continuidad. La adicción siempre estuvo y siempre estará, aunque la persona nunca haya consumido o aunque haya dejado de hacerlo, y permanecerá en estado latente aun en el caso de que la persona se recupere. Esto implica que el adicto debe atenderse de manera continua para evitar recaídas y neutralizar las características destructivas de su enfermedad. Es necesario entender cómo la enfermedad funciona para aprender a convivir con ella y que no se manifieste en objetos sustitutos —dejás el alcohol y te obsesionás con el deporte, dejás la cocaína y empezás con compras compulsivas, etc.—.

Los Sospechosos de Siempre son egocéntricos, hedonistas, impulsivos y extremistas. Tienen pensamientos obsesivos, comportamiento compulsivo y son expertos manipuladores. No aceptan límites pero dependen de terceros. Son inmaduros y ansiosos —todo tiene que ser *ya*—. Confunden sentimientos con sensaciones, son hipersensibles, autodestructivos, tienen un exagerado sistema defensivo y no identifican las consecuencias de sus actos. Son enfermos emocionales con baja autoestima —valoración que tiene una persona sobre sí misma—, baja tolerancia a la frustración y problemas con la autoridad.

Se puede hablar de una personalidad, predisposición o tendencia adictiva en edades tempranas, que implicaría características observables en los planos comportamental, emocional, mental, social y físico —niños hiperactivos y demandantes, para darte una idea—. La predisposición adictiva en la infancia o adolescencia también se analiza

teniendo en cuenta factores hereditarios y las características de personalidad descritas en el párrafo anterior —ego-céntricos, hedonistas, toda la lista de nuevo—.

Los seres humanos tenemos un impulso de vida (Eros), que se manifiesta a través de la sexualidad, la creatividad, etc., y otro de muerte (Tánatos), expresado en conductas destructivas y autodestructivas. La adicción tiene la característica de ser más intensa en ambos impulsos, lo que hace a los Sospechosos de Siempre seres que viven al límite, desafiando constantemente los parámetros de normalidad emocional (*eutimia*).

Otra visión práctica para comprender el comportamiento adictivo es percibir al individuo como alguien que sufre de una doble personalidad: por un lado desea tener una vida saludable y por otro se encuentra dominado por su parte autodestructiva. Es como la historia del Dr. Jeekyll y Mr. Hyde, según la cual ambos habitaban el mismo cuerpo pero sus pensamientos, conductas, creencias, objetivos, deseos, etc., eran completamente opuestos.

Separar al ser humano de la enfermedad es una de las claves en la recuperación de los Sospechosos de Siempre. Pero para llegar a esto falta un buen rato. También más adelante veremos cómo se diagnostica un adicto, cómo funciona el proceso adictivo, cuáles son sus mecanismos de defensa, la memoria selectiva, la *ilusión de control*, el camino para entrar en recuperación, cómo si esto sucede el entorno deberá readaptarse a la nueva realidad, qué son la *nube rosa* y la *borrachera seca*, el proceso de recaída, activarse cuatro factores predisponentes, la mutación de la enfermedad y mucho más.

Para que se instale la enfermedad tienen que darse cuatro condiciones o, mejor dicho, cuatro *detonantes*. Ellos son: genética, personalidad, oportunidad de consumir y condiciones de vida.

- **Genética:** Los genes cumplen un rol clave en la vida del adicto. Lo que hace a la enfermedad son factores biológicos heredados. Así como una familia tiene predisposición genética a la obesidad, los problemas cardíacos o el cáncer, también puede tenerla a la adicción. Y el *encendido genético* —factor estresante que activa una enfermedad en estado latente— depende directamente de la personalidad, las oportunidades de consumo y las condiciones de vida.

Un adicto nace potencialmente adicto, pero no necesariamente tiene que desarrollar la enfermedad. Esta se puede prevenir desde el ámbito educativo, familiar, social, de las políticas públicas, etc., redoblando los esfuerzos ante aquellas personas y entornos con mayor riesgo —también más adelante vamos a ver el gran tema de la prevención—. Es bueno que tengas bien claro que el factor genético no determina necesariamente la manifestación de la adicción. No somos prisioneros de la genética.

El testimonio de Juan Pedro, cincuenta y dos años, casado, dos hijos, dieciséis años limpio, en cuyos ojos todavía es posible ver los relámpagos de las tormentas pasadas, ayuda a entender el concepto:

Cuando me explicaron que mi adicción al alcohol era hereditaria, me levanté y me fui. Era un disparate. Jamás vi a mi padre o a mi madre con una copa en la mano. ¡Ni siquiera a fin de año! Me enojé mucho. Me pidieron que averiguara de mis

abuelos. Yo no los había conocido y mis viejos nunca hablaban de ellos. Era como si no hubieran existido. No le di ni pelota al tema hereditario. Pero un día fui a visitar a unos tíos que les tengo mucho cariño y que últimamente no se daban mucho con mis viejos, y quedé sorprendido. Mi tía materna contó que su padre, que nunca estaba en casa porque trabajaba mucho, había fallecido relativamente joven en una pelea en un bar. Una semana después fui a visitar a un tío paterno. Este, después de ofenderse porque no quise compartir con él una copita de vino casero, a modo de confesión recordaba con tristeza cómo su madre, que no salía de la casa, se caía al suelo borracha, se quedaba dormida en el piso, y cómo les costaba a él y a sus hermanos llevarla a la cama. Mis viejos tenían antecedentes. Y evidentemente por algún tipo de rechazo se mantuvieron alejados del alcohol. ¡Jamás tocaron una copa! Pero yo, el hijo de ellos, la sangre de su sangre, sí agarré la copa y después no la podía soltar.

- **Personalidad:** La genética, para que detone la enfermedad, debe estar acompañada de una personalidad egocéntrica, hipersensible, impulsiva, extremista, manipuladora, de baja tolerancia a la frustración, que suele tener problemas con los límites y la autoridad, que a raíz de su baja autoestima suele mostrarse soberbia, y que tiene un comportamiento compulsivo y un patrón mental obsesivo —cuando a los Sospechosos de Siempre se les mete algo en la cabeza, les queda dando vueltas y no pueden removerlo—.

- **Oportunidad de consumir:** Es la posibilidad de acceder a un objeto de adicción —drogas legales o ilegales, juegos de azar, sexo, compras, comida, etc.—. Se trata de entrar en contacto, de quedar a tiro, de poner un pie en ese mundo. El resto sucede solo.

- **Condiciones de vida y relaciones sociales:** No alcanza con los tres detonantes anteriores para que se establezca la enfermedad. Esta necesita un ámbito personal, familiar, comunitario y social propicio para establecerse. Un ser con un entorno sano —necesidades afectivas, normativas y nutritivas cubiertas en forma suficiente y equilibrada— no tiene por qué desarrollar adicción. Episodios de violencia psíquica, sexual, familias disfuncionales —reglas, normas y límites que no son claros, doble discurso establecido— son la levadura de esta enfermedad. Estas condiciones son también las que se encuentran en sociedades, civilizaciones y culturas que han sido sometidas a una política de dominio —y exterminio si fuera necesario— de un poder interno o externo que pretende ejercer el control.

Los Sospechosos de Siempre son seres ambivalentes. Imaginate un mundo interior donde dos lobos feroces pelean a muerte. Uno es bueno y el otro malo. El primero es la persona y el segundo la enfermedad. ¿Cuál va a ganar? En las películas siempre gana *el bueno*. En la vida real va a ganar aquel al que alimentemos.