

Alcoholismo Enfermedad

El alcoholismo es una enfermedad que reafirma lo que la Organización de la Salud definió como tal en el año 1957.

Se han dado muchas y distintas interpretaciones sobre el alcoholismo. La mayoría de los Alcohólicos Anónimos opinan que ésta enfermedad está constituida por la combinación de dos elementos; una afinidad física por el alcohol, y una obsesión mental por el mismo, que no mide sus consecuencias. Que es una enfermedad imposible de detener con la sola fuerza de voluntad. Que es una enfermedad progresiva e incurable, pero que al igual que otras enfermedades, puede detenerse.

¿Que Persona Es Alcohólica?

Se conoce como enfermo alcohólico a toda persona que no puede controlar su manera de beber, lo que lo conduce a problemas personales (morales, espirituales, de salud) familiares (de trato de comunicación, económicos) laborales y sociales. Es una persona que padece una compulsión física, aparejada a una obsesión mental por la bebida.

Alcoholismo es una palabra difícil de entender.

Sin embargo nadie es demasiado joven (o viejo) para tener problemas con la bebida.

Es así porque el alcoholismo es una enfermedad. Puede darle a cualquiera. Joven, viejo. Rico, pobre. Negro, blanco.

Y no importa cuánto tiempo lleves bebiendo o lo que hayas bebido. Lo que cuenta es cómo te afecta la bebida.

Para ayudar a decidir si alguien tiene problema con tu manera de beber, hemos preparado estas 12 preguntas. Las respuestas son asunto tuyo y de nadie más.

Si contestas sí a cualquiera de estas preguntas, tal vez sea el momento de echar una mirada seria a lo que te podría estar pasando con la bebida.

Un simple cuestionario de 12 preguntas diseñado para ayudar a decidir:

- 1 ¿Bebes porque tienes problemas? ¿Para relajarte?
- 2 ¿Bebes cuando te enojas con otros, con tus amigos o tus padres?
- 3 ¿Prefieres beber a solas, en lugar de hacerlo con otros?
- 4 ¿Están empezando a bajar tus calificaciones? ¿Estás chapuceando en tu trabajo?
- 5 ¿Has tratado alguna vez de dejar de beber o beber menos – y fracasaste?
- 6 ¿Has empezado a beber por la mañana, antes de la escuela o trabajo?
- 7 ¿Te tragas las bebidas de un golpe?

8 ¿Has experimentado alguna vez una pérdida de memoria debido a tu forma de beber?

9 ¿Mientes acerca de tu forma de beber?

10 ¿Te has metido alguna vez en problemas cuando bebes?

11 ¿Te emborrachas cuando bebes, aunque no sea esa tu intención?

12 ¿Te parece una gran hazaña poder aguantar mucho bebiendo?

Alcoholismo – causas y prevención

Causas

El alcoholismo es un tipo de drogodependencia. Hay dos tipos de dependencia: física y psicológica, en esta adicción. La dependencia física se revela por si misma, cuando se interrumpe la ingesta de alcohol, con síntomas muy claros como la tolerancia, cada vez mayor, al alcohol y enfermedades asociadas a su consumo.

El efecto directo del alcohol en el sistema nervioso es la depresión, como resultado de la disminución de la actividad, la ansiedad, tensión e inhibiciones. Incluso un pequeño nivel de alcohol dentro del cuerpo retarda las reacciones. La concentración y el juicio empiezan a empeorar. En cantidades excesivas, el alcohol produce una intoxicación y envenenamiento.

El alcohol también afecta a otros sistemas corporales. Puede aparecer una irritación del tracto gastrointestinal con erosiones en las paredes del estómago debidas a las náuseas y vómitos. Las vitaminas no se absorben bien, y esto ocasiona deficiencias nutricionales en los alcohólicos de larga evolución. También ocasiona problemas en el hígado (cirrosis hepática).

El sistema cardiovascular se ve afectado por cardiopatías. También puede aparecer una alteración sexual causando una disfunción en la erección del pene en el hombre y una desaparición de la menstruación en la mujer. El consumo de alcohol durante el embarazo puede causar problemas en el desarrollo del feto, produciendo el llamado síndrome fetal del alcohol.

El desarrollo de la dependencia del alcohol puede ocurrir entre los 5 y 25 años siguiendo una progresión.

- Primero se desarrolla la tolerancia alcohol. Esto ocurre en personas que son capaces de consumir una gran cantidad de alcohol antes de que se noten los efectos adversos.
- Después de la tolerancia aparecerán los lapsus de memoria.
- Más tarde aparece la falta del control de beber, y la persona afectada no puede esperar a beber tan sólo cuando le apetece.

El problema más serio de los bebedores son las complicaciones físicas y mentales. Algunas personas son capaces de conseguir un control sobre su dependencia en las fases tempranas antes de la total pérdida del control.

No hay una causa definida del alcoholismo pero hay factores que pueden jugar un papel en su desarrollo. Es más probable el desencadenamiento de un alcoholismo en las personas con algún familiar alcohólico que en otras que no lo tienen. No se conoce la razón, que puede encontrarse en anomalías genéticas o bioquímicas.

Entre los factores psicológicos se incluyen: la necesidad de consuelo para la ansiedad, conflictos en las relaciones personales, baja estima personal etc.

Los factores sociales incluyen: la facilidad de consumo de alcohol, la aceptación social del consumo de alcohol, estilos de vida de estrés etc.

La incidencia en la dependencia del alcohol está aumentando. Las estadísticas varían pero aproximadamente un 7% de adultos en Europa están afectados.

Prevención

Hasta que las causas primarias del alcoholismo sean descubiertas, el problema no puede ser prevenido. De todas formas, los programas educativos sobre el alcohol dirigidos a los niños y adolescentes y a sus familiares pueden ser de gran utilidad. Los hábitos sociales correctos son fundamentales para la prevención de su abuso.

Preguntas Corrientes de Personas acerca del Alcoholismo

Pregunta: ¿Qué es el Alcoholismo?

Respuesta: El alcoholismo es una enfermedad. Las personas que sufren de adicción al alcohol no tienen control sobre la bebida y son incapaces de parar de beber sin ayuda. Además, cuando beben pierden el control de sus comportamientos.

Pregunta: ¿Cómo aparece el alcoholismo?

Respuesta: Se desconocen las razones por las que la gente se hace alcohólica. Algunos empiezan tomando pequeñas cantidades y acaban siendo bebedores excesivos. Hay personas que beben para olvidar los problemas o para calmar sus nervios, pero después de habituarse necesitan el alcohol para sentirse normales. Una vez que una persona ha perdido el control sobre la bebida, él o ella necesitará ayuda para dejar de beber.

Pregunta: ¿Si el alcohólico es un enfermo porqué no quiere ir al médico?

Respuesta: Al principio, el alcohólico no es consciente de que está enfermo. Incluso cuando las cosas empiezan a complicarse, al enfermo alcohólico le cuesta aceptar que la causa de sus problemas radica en su adicción al alcohol. Entonces echa la culpa a otras personas, o a su trabajo, o a su familia o... Pero, el único y auténtico problema es el alcohol.

Pregunta: ¿Hay un prototipo de persona alcohólica?

Respuesta: No. No hay un tipo de persona que defina al alcohólico. Los alcohólicos pueden ser jóvenes, viejos, ricos, pobres, hombres o mujeres.

Pregunta: ¿Cuál es el tratamiento para el alcoholismo?

Respuesta: La curación del alcoholismo se consigue cuando se ha dejado completamente de beber. Generalmente, a las personas que han sido alcohólicas pero que han conseguido dejar la bebida se les suele llamar "alcohólicos rehabilitados". Estas personas pueden llevar una vida absolutamente normal.

Pregunta: ¿Puede la familia de un alcohólico conseguir que éste deje de beber?

Respuesta: No. Es importante conocer que un alcohólico necesita ayuda para poder dejar de beber, pero nadie puede ser forzado para recibir ayuda. Por otra parte, los familiares, por sí solos, no pueden proveer toda la ayuda que se necesita para conseguir dejar la bebida. Es necesario contar con la colaboración de un profesional entrenado en el tratamiento de este tipo de enfermedades.

Entidad encargada de la prevención y rehabilitación del Alcoholismo

Alcohólicos Anónimos

**Sólo usted puede tomar la decisión de probar A.A.
si le parece que el programa le puede ayudar.**

Nosotros los miembros de A.A. llegamos al programa porque reconocimos finalmente que no podíamos controlar nuestra forma de beber. Al principio estábamos poco dispuestos a admitir que nunca podríamos beber sin peligro. Pero los miembros experimentados de A.A. nos explicaron que sufríamos de una enfermedad. (¡Así nos había parecido durante largos años!) Nos enteramos de que mucha gente estaba afligida por los mismos sentimientos de culpabilidad, soledad y desesperación que nosotros teníamos. Descubrimos que teníamos esos sentimientos porque padecíamos de la enfermedad del alcoholismo.

Tomamos la decisión de tratar de hacer frente a la realidad de los efectos del alcohol en nuestras vidas. A continuación se encuentran algunas de las preguntas que tratamos de contestar con sinceridad. Si respondimos SÍ a cuatro o más preguntas, lo tomamos como indicación de que teníamos un grave problema con la bebida. Pruébelo usted. Recuerde, no es una vergüenza enfrentarse al hecho de que se tiene un problema.

Responda SÍ o NO a las siguientes preguntas:

1 – ¿Ha tratado alguna vez de dejar de beber durante una semana o más, sin haber podido cumplir el plazo?

La mayoría de los A.A. hicimos todo tipo de promesas a nosotros mismos y a nuestras familias. No pudimos cumplirlas. Luego llegamos a A.A., y A.A. nos dijo: Trate de no beber hoy. (Si no bebe hoy, hoy no se emborrachará.)

Sí

No

2 – ¿Le fastidian los consejos de otras personas en cuanto a su forma de beberle gustaría que dejasen de entrometerse en sus asuntos?

En A.A. no decimos a nadie lo que tiene que hacer. Hablamos simplemente de nuestras experiencias con la bebida, los líos en que nos metíamos, y cómo logramos dejar de beber. Nos agradecería ayudarle si así lo desea.

Sí

No

3 – ¿Ha cambiado de una clase de bebida a otra con objeto de evitar emborracharse?

Intentamos multitud de trucos. Nos hacíamos bebidas suaves. Tomábamos solamente cerveza. No tomábamos cócteles. Bebíamos solamente los fines de semana. Todo lo que se pueda imaginar, ya lo hemos probado. Pero si tomábamos algo que contuviera alcohol, generalmente acabábamos por emborracharnos.

Sí

No

4 – ¿Se ha tenido que tomar algún trago al levantarse por la mañana durante el año pasado?

¿Necesita un trago para ponerse en marcha, o para quitarse los temblores? Esta es una indicación bastante

segura de que usted no es un bebedor "social".

Sí

No

5 – ¿Tiene envidia de las personas que pueden beber sin meterse en líos?

Casi todos nosotros nos hemos preguntado alguna vez por qué no somos como la mayoría de la gente, que pueden realmente tomarlo o dejarlo.

Sí

No

6 – ¿Ha tenido algún problema relacionado con la bebida durante el año pasado?

Sea sincero! Los médicos dicen que si se tiene un problema con el alcohol y se sigue bebiendo, el problema va a empeorar, nunca mejorar. Al final, morirá, o acabará en una institución para pasar confinado lo que le quede de vida. La única esperanza está en dejar de beber.

Sí

No

7 – ¿Ha causado su forma de beber dificultades en casa?

Antes de llegar a A.A., casi todos solíamos decir que lo que nos impulsaba a beber eran nuestros problemas familiares o las personas con quienes vivíamos. No se nos ocurrió nunca que la bebida lo hacía todo cada vez peor, que nunca solucionó problema alguno.

Sí

No

8 – ¿Trata usted de conseguir tragos "extras" en las fiestas, por temor de no tener suficiente?

La mayoría de nosotros solíamos tomarnos "unos cuantos" tragos antes de ir a una fiesta, si creíamos que no nos iba a bastar la ración. Y si no nos servían con la suficiente rapidez, íbamos a otra parte para conseguir más.

Sí

No

9 – ¿Persiste usted en decir que puede dejar de beber en el momento que quiera, a pesar de que sigue emborrachándose cuando no quiere?

Muchos de nosotros nos engañábamos diciendo que bebíamos porque queríamos beber. Después de unirnos a A.A., llegamos a saber que una vez que empezábamos a beber, no podíamos parar.

Sí

No

10 – ¿Ha faltado a su trabajo o a la escuela a causa de la bebida?

Muchos de nosotros ahora reconocemos que a menudo nos ausentábamos "por estar enfermos" cuando en

realidad estábamos con resaca o borrachos.

Sí

No

11 – ¿Ha tenido "lagunas mentales"?

¿Ha pasado horas o días bebiendo sin poder acordarse de lo que hizo o qué le pasó? Al llegar a A.A., descubrimos que esa era una indicación bastante segura del alcoholismo.

Sí

No

12 – ¿Ha pensado que llevaría una vida mejor si no bebiera?

Muchos de nosotros empezamos a beber porque la bebida hacía que la vida nos pareciera más agradable, al menos por algún tiempo. Luego nos sentimos atrapados. Estábamos bebiendo para vivir y viviendo para beber. Estábamos hartos de estar hartos y recurrimos a A.A.

Sí

No

¿Cuál es su resultado?

¿Respondió SÍ a cuatro o más preguntas? De ser así, es probable que tenga un problema con el alcohol. ¿Por qué decimos esto? Porque miles de miembros de A.A. lo han dicho durante muchos años. La dura experiencia les ha enseñado la verdad respecto a sí mismos.

Pero repetimos que solamente usted puede decidir si le parece que A.A. le puede ser útil. Considérelo con mente abierta. Si responde afirmativamente, nos agradecería enseñarle cómo nosotros logramos dejar de beber. No tiene que hacer más que llamarnos.

A.A. no promete resolver los problemas de su vida. Pero podemos enseñarle cómo vamos aprendiendo a vivir sin beber "un día a la vez." Nos mantenemos alejados de aquel primer trago. Si no nos tomamos el primer trago, no podremos tomarnos el décimo. Al liberarnos de la bebida, encontramos la vida mucho más fácil de manejar.

ALCOHOLICOS ANONIMOS® es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo.

El único requisito para ser miembro de A.A. es el deseo de dejar la bebida. Para ser miembro de A.A. no se pagan honorarios ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones.

A.A. no está afiliada a ninguna secta religiosa, partido político, organización o institución alguna; no desea intervenir en controversias; no respalda ni se opone a ninguna causa.

Nuestro objetivo primordial es mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad.

Reflexión acerca del Alcoholismo por el Rev. Rómulo Emiliani

Una de las peores plagas que ha azotado a la humanidad es el uso excesivo del alcohol. ¡Cuántas familias han sido destruidas y deshechas por el licor! Profesionales con un futuro maravilloso han desperdiciado su vida por el alcoholismo. Muchos jóvenes también están desgraciando su vida por efectos de beber alcohol desenfrenadamente. En la calle se pueden ver muchas personas cuyas vidas han sido arruinadas por su adicción al licor. El problema es terrible.

Ustedes seguramente conocen a alguien con este tipo de problema, porque en casi todas las familias, desgraciadamente, hay alguien con problema de alcoholismo. En las familias donde existe un alcohólico, sea el papá, la mamá o un hijo, se sufre y se derraman muchas lágrimas.

Duele mucho que el alcohol, que puede decirse que es la peor droga, se promueva tanto en los medios de comunicación social y que se estimule tanto a las personas para que tomen licor. También es lamentable que en cualquier ocasión se utilice el licor: cuando se pone la primera piedra de un edificio, cuando se bautiza a un niño, cuando alguien se casa y aún cuando alguien muere. Cualquier circunstancia se aprovecha para servir licor.

Hay que tener mucho cuidado con el alcohol, porque es una droga terrible e impresionante que está envenenando a muchísima gente. Cuando se hace la autopsia a un alcohólico, los médicos se asombran de lo que encuentran, sobre todo en el hígado y el cerebro. El consumo desenfrenado de alcohol, en cualquiera de sus formas, tiene efectos devastadores en el organismo y perjudica también la personalidad del alcohólico.

Es importante que los jóvenes piensen y analicen para que se den cuenta que están creciendo en un mundo donde el alcohol está causando daños cada vez más graves. Vivimos en una sociedad a la que podríamos llamar «alcoholocracia», es decir, una sociedad que vive del alcohol. El Señor dice que nuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo (1 Cor 6.19). Dios creó a cada persona con un cuerpo sano y le duele terriblemente ver la cantidad de hombres y mujeres que aniquilan su cuerpo, mente, cerebro, espíritu y alma bebiendo licor. La persona que se aprecia a sí misma y a los demás se cuida del alcohol porque sabe que no le hace ningún bien. Más bien destruye familias y empresas; hace daño a la sociedad y al país.

La juventud tiene que defenderse de la terrible plaga del alcohol que azota a la sociedad. Pero, ¿qué hacer? Contesten con sinceridad a la pregunta, ¿Tengo yo problemas de alcoholismo? Tomen consciencia de que el licor representa un peligro muy grave. Ayuden a convencer a sus amigos, que pueden tener ese problema, de que el licor es muy dañino. Es ridículo y absurdo pensar que en una fiesta el que tiene un vaso de licor en la mano es el más hombre. Eso no es señal de virilidad, ni de ser más hombre, ni más adulto. Por el contrario, indica que hay un tonto más que se está intoxicando y puede ser candidato al alcoholismo.

Jóvenes, ustedes tienen en sus manos su futuro y el de su patria. Unan fuerzas y hagan campañas públicas contra el consumo de alcohol. Apoyen y recomienden a Alcohólicos Anónimos, el organismo mundialmente reconocido que ofrece una opción a los alcohólicos para controlar su enfermedad. Alcohólicos Anónimos, y sus miles de capítulos afiliados en todo el mundo, es una institución maravillosa que ha ayudado a mucha gente a dejar el licor.

Cambien de actitud y decidan que jamás serán alcohólicos. No caigan jamás en eso, al contrario, quíeranse mucho a sí mismos. Porque se aman y se quieren, no se dejen nunca conquistar por el licor. No jueguen nunca con eso, para no ser jamás una víctima del alcoholismo en nuestra sociedad.

Una persona puede nacer siendo alcohólico en potencia, porque es una enfermedad adictiva hereditaria. Han visto los estragos y las terribles, dramáticas y funestas consecuencias que tiene el alcohol en la sociedad de

nuestro país. Tienen que estar dispuestos a luchar y hacer campañas contra el alcohol, por amor a su patria y porque quieren lo mejor para todos ustedes y sus familias. Recuerden que sólo con la ayuda de Dios podemos lograr nuestra superación y alcanzar nuestras metas. Con Él, ustedes serán . . . ¡INVENCIBLES!