

# AYUDA

## PARA LOS QUE CONVIVEN CON EL ALCOHOL



### GRUPOS DE FAMILIARES AL-ANON

#### Para familiares y amigos de alcohólicos

#### DOSSIER DE PRENSA



GRUPOS DE FAMILIA AL-ANON / ALATEEN  
OFICINA SERVICIOS GENERALES (O.S.G.)  
TELEFONO Y FAX 93 201 21 24 C/ BAILÉN, 161, Entlo. 5ª - 08037 BARCELONA  
e-mail: [info@al-anonespana.org](mailto:info@al-anonespana.org) Web: [www.al-anonespana.org](http://www.al-anonespana.org)

# ÍNDICE

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| INTRODUCCIÓN                       | 3  |
| HISTORIA                           | 4  |
| ENCUESTA Y ESTADÍSTICAS            | 5  |
| PREGUNTAS PARA MEDIOS COMUNICACIÓN | 11 |
| RADIO Y TELEVISIÓN                 | 15 |

# INTRODUCCIÓN

## INTRODUCCIÓN

Indudablemente todo el mundo ha oído hablar de Alcohólicos Anónimos (AA) para ayudar a los alcohólicos a mantenerse sobrios, pero puede que no sea de tu conocimiento un recurso paralelo, que nació en EEUU en 1951 entre los familiares de AA y que colabora conjuntamente con AA, para los familiares de bebedores compulsivos (estén o no en recuperación), conocido como Grupos de Familia Al-Anon/Alateen.

Nosotros en los Grupos de Familia Al-Anon/Alateen estamos tratando de llegar a las familias que necesitan ayuda. A menudo el alcoholismo se halla oculto, el problema existe aunque muchas veces ni la familia, ni el bebedor problemático afrontarán ni admitirán que esto existe. Los miembros de la familia, independientemente de su edad, habitualmente se culpan a sí mismos por el torbellino de sus vidas, buscando a menudo excusas para los problemas, porque desconocen lo mucho que les afecta la enfermedad.

El hecho es que el alcoholismo es uno de los mayores problemas relacionados con la salud, es una enfermedad que afecta a la familia por entero generación a generación, a menos que se interrumpa la pauta, de modo que la ayuda necesita ser extendida no solamente al alcohólico, sino también a los miembros de la familia.

Los Grupos de Familia Al-Anon/Alateen son anónimos, no hacen seguimiento individual, no tienen afiliación con ninguna religión, ningún partido político, ninguna organización ni institución, pública o privada; no toman parte en polémicas; no defienden ni combaten ninguna causa. No cobran cuotas ni aceptan donaciones externas. La organización se mantiene exclusivamente con las aportaciones voluntarias y anónimas de sus miembros y el único requisito para ser miembro es considerar que su vida ha sido profundamente afectada por el comportamiento de un pariente o amigo alcohólico.

Miles de estos grupos, en distintas partes del mundo, se reúnen con el propósito de ayudar a los miembros de la familia del alcohólico a comprender que el alcoholismo es una enfermedad. Ajustando sus propias actitudes, los familiares pueden intentar llevar una vida normal ellos mismos y no continuar con las antiguas pautas familiares. Esto se hace compartiendo experiencia, fortaleza y esperanza con el fin de encontrarle solución a su problema común. Para ello se practica un programa de recuperación, adaptado del de Alcohólicos Anónimos, lo cual no se contrapone a ningún tipo de tratamiento, orientación religiosa u otros ámbitos de la vida de nuestros miembros. Creemos que alcoholismo es una enfermedad que afecta a los familiares y amigos y que un cambio de actitud puede ayudar a la recuperación personal.

# HISTORIA

## HISTORIA

Hay Grupos de Familia Al-Anon en España desde 1963. El 27 de noviembre de 1984 se legalizó a nivel nacional con el número 57.702 de registro como Asociación sin ánimo de lucro y en la actualidad hay cerca de 300 grupos en toda España. Cada año nuestra asociación es invitada por el Ministerio de Sanidad y Política Social a participar en el Congreso contra la Drogadicción que organiza la FAD (Fundación Ayuda contra la Drogadicción).

### A continuación algunas de las fechas y datos más importantes de la historia de Al-Anon y Alateen:

- **1939** – Se comenzaron a formar los grupos de familia.
- **1951** – Lois W. (esposa de Bill W., cofundador de AA) y Anne B. fundaron Al-Anon. La primera Oficina de Servicio Mundial abrió sus puertas en Nueva York para brindar servicio a 87 grupos en los EE. UU., Canadá, Australia, Sudáfrica e Irlanda.
- **1955** – Se publica el primer libro “*Grupos de Familia Al-Anon*”.
- **1957** – Inicio del primer grupo de Alateen en Pasadena, California.
- **1962** – Ann Landers escribe el primero de muchos artículos sobre Al-Anon.
- **1963** – Se abre el primer grupo de Al-Anon en España.
- **1968** – Se publica “*Un día a la vez en Al-Anon*”, nuestro primer libro de lectura diaria – Se han vendido más de 5.000.000 ejemplares.
- **1972** – Los Grupos de Familia Al-Anon producen “Lois’s Story”, un video sobre nuestra cofundadora.
- **1985** – Se celebra el Primer Congreso Internacional de Al-Anon en Montreal, Canadá
- **1994** – Se publica “*De la supervivencia a la recuperación*”, el primer libro de Al-Anon para los hijos adultos de los alcohólicos.
- **1996** – La Oficina de Servicio Mundial se traslada de Nueva York a Virginia Beach y en la actualidad cuenta con 56 empleados.
- **1998** – Se celebra el Tercer Congreso Internacional de Al-Anon con la participación de AA en Salt Lake City, UT.
- **2001** – Al-Anon celebra su 50º aniversario a nivel mundial.
- **2013** – Se celebra el 50 Aniversario de Al-Anon España.
- Existen más de 25.000 mil grupos de Al-Anon y Alateen inscritos en más de 130 países. En España hay cerca de 300 grupos de Al-Anon y Alateen. Cada grupo tiene un promedio de 13 miembros.
- Las publicaciones se imprimen en más de 30 idiomas.
- Las reuniones no tienen carácter profesional, no se pagan cuotas fijas y son confidenciales.

# ENCUESTA Y ESTADÍSTICAS AL-ANON 2014/2015

## OBJETIVO

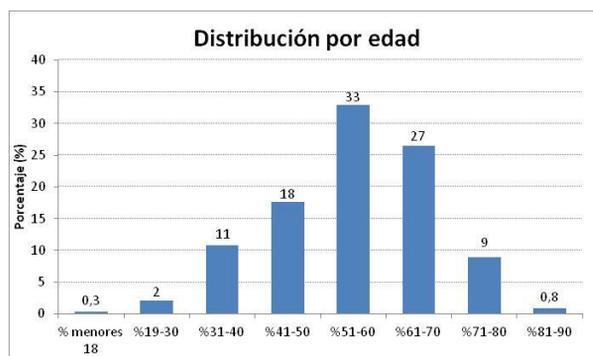
Se ha realizado una encuesta anónima y voluntaria entre los miembros de Al-Anon de toda España, entre las fechas de septiembre 2014 – enero 2015. Se ha recogido un total de 654 encuestas. El objetivo de esta encuesta anónima es conocer más profundamente el perfil de los miembros asistentes a los grupos de Al-Anon. Los datos recogidos son los siguientes:

## DISTRIBUCIÓN RESPECTO AL GÉNERO



Respecto a la distribución de las personas que acuden a Al-Anon, se ha obtenido que el **89%** de los miembros son **mujeres**, y el **11%** son **hombres**.

## DISTRIBUCIÓN POR EDAD



Los miembros de Al-Anon tienen una edad media de **55 años**. Respecto a la distribución por franjas de edad, la franja de edad mayoritaria es la de **51-60 años** con un **33%**, después le siguen la de **61-70 años** (**27%**) y en tercer lugar la de **41-50 años** (**18%**).

# ENCUESTA AL-ANON 2014/2015

## AÑOS DE ALCOHOLISMO EN LA FAMILIA O ENTORNO

La media de edad referente a los años de existencia de la enfermedad del alcoholismo en la familia o entorno es de **32 años**. Respecto a la distribución del tiempo que hace que existe la enfermedad del alcoholismo en la familia o entorno, la franja mayoritaria es la que comprende **21-30 años** de convivencia y la de **31-40 años**, con un **21%** y **22%** en cada franja, respectivamente.



## PARENTESCO

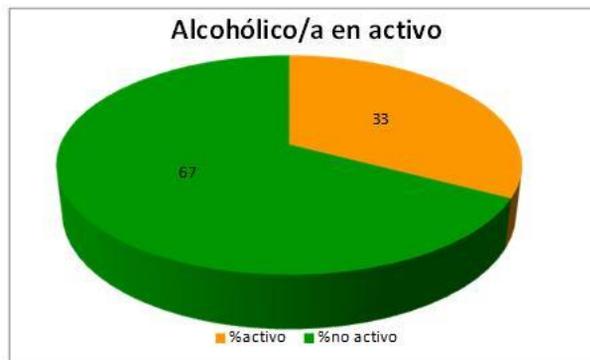
Respecto al parentesco con la persona alcohólica, el **54%** de los miembros de Al-Anon acuden exclusivamente porque su **pareja** tiene problemas con el alcohol, mientras que en el **25%** de los casos tienen un **familiar** alcohólico (un **12%** de los que acuden son **hijos**, un **5%** son **padres** de alcohólico/a, y un **7%** son **otros familiares**). Un **19%** de los miembros tienen tanto la **pareja** como **algún familiar** con problema de alcoholismo, mientras que un **0,5%** acude únicamente porque tiene un **amigo/a** alcohólico/a.



# ENCUESTA AL-ANON 2014/2015

## ALCOHÓLICO/A EN ACTIVO

El **67%** de los miembros **no** tienen a su familiar, pareja o amigo alcohólico/a en activo, mientras que para el **33%** de los miembros **sí** los tiene en activo en relación a su alcoholismo.



## ALCOHÓLICO/A EN RECUPERACIÓN

El **58%** de los miembros tienen a su familiar, pareja o amigo alcohólico/a en recuperación, mientras que para el **42%** de los miembros, éstos no se encuentran en recuperación.



# ENCUESTA AL-ANON 2014/2015

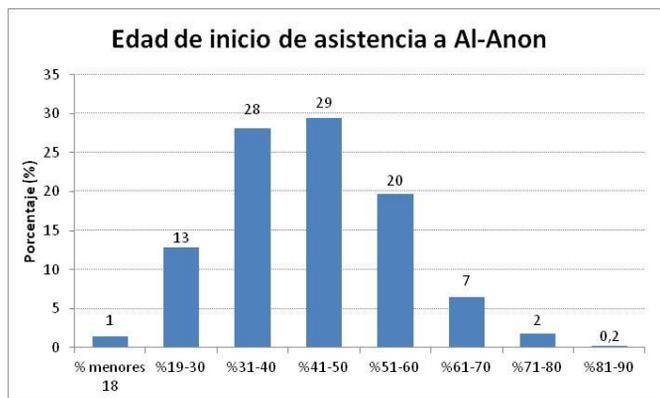
## EDAD EN QUE ENCONTRÓ INFORMACIÓN SOBRE AL-ANON

La edad media en que los miembros encontraron información sobre Al-Anon es de **42 años**. El período mayoritario en que los miembros encontraron información sobre Al-Anon fue **entre 31-40 años y entre 41-50 años**, con un **27%** en cada franja.



## EDAD EN QUE EMPEZÓ A ASISTIR A AL-ANON

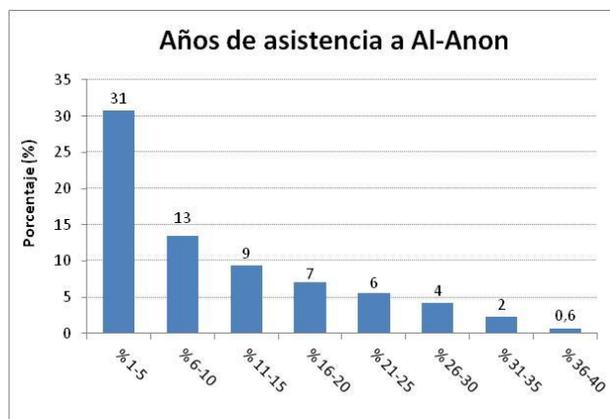
La edad media en que los miembros empezaron a asistir a reuniones de Al-Anon es de **44 años**. Las franjas mayoritarias de edad en que los miembros empezaron a asistir a Al-Anon fueron la de **31-40 años y 41-50 años**, con un **28-29%** en cada franja.



# ENCUESTA AL-ANON 2014/2015

## AÑOS QUE LLEVA ASISTIENDO ACTIVAMENTE A AL-ANON

El tiempo medio que los miembros asisten activamente a Al-Anon es de **11 años**. La mayoría de miembros de Al-Anon (un **31%**) llevan menos de 5 años asistiendo a los grupos, de los cuales un **10%** lleva **1 año** o menos.



## MEDIO POR EL CUAL CONOCIERON A AL-ANON

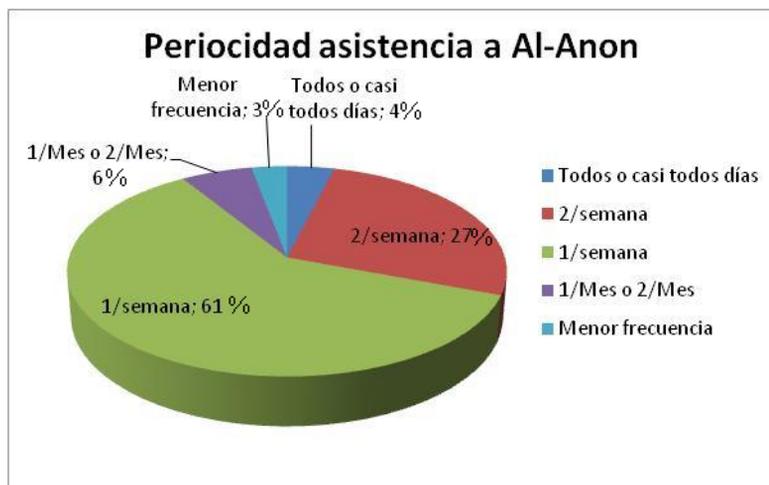
El medio mayoritario (53%) por el cual los miembros conocieron a Al-Anon fue Alcohólicos Anónimos (AA). Un 16% lo conocieron a través de otro miembro de Al-Anon y un 15% fueron derivados por profesionales de la salud (médicos, psicólogos, trabajadores sociales). A través de internet o de la web de Al-Anon lo conocieron un 8%, a través de los medios de comunicación, un 5%, y a través de un familiar o amigo, un 2%.

|                           | Porcentaje |
|---------------------------|------------|
| AA                        | 53%        |
| Miembro Al-Anon           | 16%        |
| Familiar/Amigo            | 2%         |
| Internet/Web Al-Anon      | 8%         |
| Profesionales de la salud | 15%        |
| Medios de comunicación    | 5%         |

# ENCUESTA AL-ANON 2014/2015

## PERIODICIDAD CON QUE ACUDE A LOS GRUPOS

La gran mayoría de miembros de Al-Anon, un **61%**, acude a las reuniones de los grupos de Al-Anon una vez por semana, y un **27%** acude dos veces por semana. En menor frecuencia, un **6%** asiste una o dos veces al mes, y un **3%**, sólo van ocasionalmente, mientras que un **4%** acude todos o casi todos los días.



# PREGUNTAS PARA MEDIOS DE COMUNICACIÓN

## PREGUNTAS DE ENTREVISTAS PARA LOS MEDIOS DE DIFUSIÓN

A continuación encontrarás ejemplos de preguntas que pudieran hacerse en las entrevistas o utilizarse en las publicaciones sin pedir autorización para su reimpresión. (Los miembros de Al-Anon y Alateen entrevistados pueden igualmente utilizar las respuestas sugeridas a modo de guía).

- P. ¿Qué es el alcoholismo?**  
R. Desde 1954, el alcoholismo ha sido reconocido por la OMS (Organización Mundial de la Salud) como una enfermedad crónica progresiva.
- P. ¿Qué es Al-Anon?**  
R. Los Grupos de Familia Al-Anon son una hermandad de parientes y amigos de alcohólicos que comparten sus experiencias, fortaleza y esperanza con el fin de encontrarle solución a su problema común.  
Creemos que el alcoholismo es una enfermedad de la familia, y que un cambio de actitud puede ayudar a la recuperación.
- P. ¿Cuándo se fundó Al-Anon?**  
R. Al-Anon ha estado brindando esperanza y ayuda a los familiares y amigos de los alcohólicos desde 1951. Al-Anon y Alateen tiene más de 25.000 grupos en más de 130 países.
- P. ¿Cuál es el propósito de Al-Anon?**  
R. Al-Anon tiene un único propósito: ayudar a los familiares y amigos de los alcohólicos. Al-Anon es una entidad no profesional. Nosotros no ofrecemos consejos ni terapias a nuestros miembros y no estamos aliados con ninguna entidad, organización o institución.
- P. ¿Quiénes pueden ser miembros de Al-Anon y Alateen?**  
R. Cualquier persona cuya vida se ha visto o está siendo afectada por la forma de beber de otra persona. Esto incluye a familiares, parientes, amigos, compañeros de trabajo, empleados, etc.

## PREGUNTAS PARA MEDIOS DE COMUNICACIÓN

6. **P. ¿Antes de que la persona pueda ir a Al-Anon, ¿el alcohólico que afecta la vida de una persona tiene que ser miembro de AA?**  
R. No, muchas personas vienen a Al-Anon aunque el alcohólico siga bebiendo o no.
7. **P. ¿Ayuda Al-Anon a los padres cuyos hijos tienen problemas con el alcohol?**  
R. Sí. En Al-Anon, el vínculo de los miembros con el alcohólico es muy variado. A veces es uno de sus padres, un adolescente, o un hijo adulto, un esposo, pareja, hermano, abuelo o un amigo. Todos los miembros pueden ofrecer y aprender de sus experiencias para recuperarse de los efectos de esta enfermedad.
8. **P. ¿Dudan las personas en venir a Al-Anon o Alateen?**  
R. Sí, y por varios motivos. Existe todavía el estigma de esta enfermedad; por ejemplo: la gente tiene temor a que se descubra que existe un problema de alcoholismo en su hogar, y entonces la familia queda atrapada en su enfermedad. La negación y el aislamiento pueden convertirse una forma de vida y les resulta difícil pedir ayuda.
9. **P. ¿Cuál es el propósito del anonimato?**  
R. El anonimato personal, así como la confidencialidad de las experiencias que comparten los miembros en nuestro programa, hacen de nosotros un lugar seguro para buscar ayuda. Decimos a menudo, “A quienes vean aquí, lo que escuchen aquí, cuando se vayan de aquí, que se quede aquí.”
10. **P. ¿Encuentras que la mayoría de las personas de Al-Anon experimentan las mismas frustraciones?**  
R. Sí. A pesar de que la situación de cada cual sea diferente, el miedo, la angustia, la ira, el resentimiento y la soledad son algunos de los efectos comunes de la enfermedad familiar del alcoholismo. Muchos miembros de Al-Anon y Alateen han descubierto que no hay situación verdaderamente desesperada y que es posible encontrar satisfacción, e incluso felicidad, independientemente de que el alcohólico siga bebiendo o no.

## PREGUNTAS PARA MEDIOS DE COMUNICACIÓN

11. **P. ¿Puede Al-Anon decirme cómo lograr que mi ser querido deje la bebida?**  
R. Nos hemos dado cuenta de que no podemos controlar o cambiar a los demás y que nuestros esfuerzos por hacerlo sólo nos llenan de frustración y pueden empeorarlo todo. En Al-Anon aprendemos a desprendernos emocionalmente al dejar de concentrarnos en el alcohólico y a concentrarnos en nuestra propia recuperación.
12. **P. ¿Cómo aprenden los miembros de Al-Anon a desprenderse emocionalmente?**  
R. Al compartir sus experiencias entre sí y tratar de aplicar los Doce Pasos de Al-Anon en la vida cotidiana. A medida que aprendemos a resolver nuestros problemas de forma saludable, nos damos cuenta de que nuestras vidas mejoran y se tornan más felices a pesar de lo que suceda a nuestro alrededor.
13. **P. ¿Qué son los Doce Pasos?**  
R. Los Doce principios de recuperación personal adaptados de Alcohólicos Anónimos. (Sugerencia: se le pueden dar los Doce Pasos al entrevistador con antelación si lo desea.)
14. **P. ¿El alcoholismo afecta a los niños de la familia?**  
R. Sí. Muchos niños quedan afectados profundamente. Ellos también sienten muchos de los mismos sentimientos de los adultos, incluyendo una sensación de pérdida, confusión y culpabilidad. Alateen es nuestro programa para los miembros más jóvenes. En Alateen, los más jóvenes se reúnen para intercambiar sus experiencias y comprenderse a sí mismos y al alcohólico. Esto les ayuda en su desarrollo personal y calma su manera de pensar, trastornada por su relación con el alcohólico.
15. **P. ¿Qué edad hay que tener para pertenecer a Alateen?**  
R. La edad promedio oscila entre los 12 y los 18 años; sin embargo, algunos grupos tienen miembros menores de 12 años.

# PREGUNTAS PARA MEDIOS DE COMUNICACIÓN

16. **P. ¿Puede el alcoholismo desencadenar casos de maltrato físico hacia los adultos y niños de la familia?**  
R. Sí, a veces esto es una de las consecuencias del alcoholismo. A medida que los miembros progresan y van mejorando, aprenden cómo tomar decisiones correctamente. Aprendemos a protegernos tanto física como emocionalmente.
17. **P. ¿Cómo se financian los grupos de Al-Anon y Alateen?**  
R. No existe ningún tipo de cuota en Al-Anon. Nos autofinanciamos mediante las contribuciones voluntarias de los miembros y la venta de nuestras publicaciones. No aceptamos contribuciones externas.
18. **P. ¿Dónde podría obtener información sobre Al-Anon y Alateen en esta zona?**  
R. Llama al servicio de información de Al-Anon en tu zona, que figura en el directorio telefónico bajo la palabra “Al-Anon” o “alcoholismo” o llama a la Oficina de Servicios Generales de España, teléfono 93 201 21 24.

## CÓMO COMUNICARSE CON NOSOTROS

Grupos de Familia Al-Anon/Alateen  
C/ Bailén, 161, Entlo. 5ª  
08037 Barcelona  
Tel. 93 201 21 24  
E-mail: [info@al-anonespana.org](mailto:info@al-anonespana.org)

**Para información sobre Al-Anon/Alateen a nivel mundial:**  
<http://al-anon.alateen.org/>

# RADIO Y TELEVISIÓN

## LA RADIO Y TELEVISIÓN ¿HAS PENSADO EN...

- Invitar a un miembro de Al-Anon o Alateen para una entrevista en un programa sobre temas de interés público?
- Entrevistar a un miembro de Al-Anon o Alateen para un reportaje sobre el alcoholismo y el programa de recuperación disponible para los afectados por un bebedor con problemas?
- Invitar a Al-Anon y a Alateen a participar en una campaña dirigida por la emisora con el objetivo de concientizar a la gente sobre los programas, las instituciones y las actividades de servicio público?

## A TENER EN CUENTA

- “Nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción. Necesitamos mantener siempre el anonimato personal en la prensa, la radio, el cine y la televisión. Debemos proteger con gran esmero el anonimato de todos los miembros de AA” (Undécima Tradición de las Doce Tradiciones de Al-Anon).
- Entendemos que nuestra Tradición de anonimato personal en la prensa, la radio, el cine y la televisión, hace que trabajar con nosotros sea a veces algo fuera de lo común. A pesar de que pedimos a los medios de difusión que no revelen nuestros nombres completos, o nuestros rostros, los miembros y el personal de la Oficina de Servicios Generales están más que deseosos de compartir su experiencia personal y sus conocimientos sobre Al-Anon y Alateen.
- A muchos miembros con experiencia les resulta fácil compartir cómo se han recuperado. Cumplen con la política del anonimato al alentar a la persona que tiene pensado asistir a una reunión de Al-Anon o Alateen por primera vez. Nuestra Tradición de anonimato es un mensaje constante para futuros miembros, recordándoles que Al-Anon, al igual que AA, es un lugar seguro y confidencial para buscar ayuda.
- Con los años, hemos producido grabaciones de videos y películas creativos para presentar a Al-Anon de una manera positiva protegiendo al mismo tiempo el anonimato de los miembros.

**AGRADECEMOS TU COLABORACIÓN PARA AYUDAR A LOS FAMILIARES  
Y AMIGOS DE ALCHÓLICOS**