

Un recurso de la comunidad para los profesionales



Al-Anon

habla claro...

2012

LOS GRUPOS DE FAMILIA AL-ANON/ALATEEN “AL-ANON, INSTRUMENTO PARA EL TRATAMIENTO DE LAS CONSECUENCIAS DEL ALCOHOLISMO EN LA FAMILIA”

Al-Anon es una hermandad que trata de conocer y aliviar los problemas de millones de personas afectadas por la convivencia con alcohólicos. Incluye Alateen para los miembros más jóvenes de la familia. El alcoholismo actualmente está reconocido como una enfermedad de la familia y se estima que hay cuatro o cinco personas afectadas por cada alcohólico.

Los Grupos de Familia Al-Anon/Alateen han estado haciendo una ardua labor, aunque con poca publicidad, ayudando a la familia del alcohólico a recuperar cierta estabilidad. La mayor parte de los profesionales están informados de los objetivos, métodos de operación y realizaciones de Al-Anon. Sin embargo, todavía existen muchos centros de tratamiento, hospitales, instituciones religiosas, clérigos, médicos y asistentes sociales que desconocen cómo Al-Anon puede auxiliarlos en sus propios esfuerzos por ayudar a la familia del alcohólico.

LO QUE HACE AL-ANON/ALATEEN

Los grupos locales, por medio de reuniones regulares y contacto personal, ayudan a los que están afectados directamente por la compulsión del beber de alguien a:

1. Conocer los hechos acerca del alcoholismo como una enfermedad de la familia.
2. Beneficiarse del contacto con miembros que tienen los mismos problemas.
3. Mejorar sus propias actitudes y personalidad mediante el estudio y la práctica de los Doce Pasos.
4. Reducir tensiones y mejorar las actitudes de la familia por medio de la asistencia a reuniones de Al-Anon y Alateen.

Los grupos locales también llevan a cabo actividades de información pública dentro de sus comunidades, cooperando con todos los recursos concernientes al tratamiento del alcoholismo.

HABLA UN PROFESIONAL

Participación de la Dra. M^a Angels Santesmasses con motivo del 48 Aniversario de Al-Anon en España.

“Ante todo, agradecer la oportunidad de compartir este aniversario y las experiencias que a lo largo de mi vida profesional, he tenido con pacientes alcohólicos y sus familias, gracias por invitarme.

Todos los que estamos aquí conocemos bien la gravedad de la enfermedad crónica del alcoholismo, sus repercusiones orgánicas, económicas, laborales en el bebedor excesivo y compulsivo, el hígado, el sistema nervioso, la multitud de accidentes y traumatismos que sufren... pero sobre todo la grave alteración del comportamiento y de las relaciones de convivencia. Cuando decimos que el alcoholismo es una enfermedad familiar, queremos decir que afecta profundamente la convivencia. El alcohol, como todas las adicciones, es una enfermedad que da vergüenza, que se esconde, y que provoca sentimientos simultáneos de culpa e impotencia, pero con una esperanza irracional de que es un

Si desean figurar en nuestra lista para recibir este Boletín, o quieren más información respecto al contenido del mismo, tengan la bondad de escribirnos a: info@al-anonunespana.org o a la OFICINA DE SERVICIOS GENERALES AL-ANON/ALATEEN. Rector Ubach 24, 08021 Barcelona – Tel. y Fax 93 201 21 24. Web: www.al-anonunespana.org.

DECLARACIÓN DE PROPÓSITO:

AL-ANON HABLA CLARO proporciona una explicación del programa del Al-Anon y Alateen y de cómo funciona; informa de acontecimientos y asuntos de interés en la hermandad y explica cómo los miembros pueden cooperar con los profesionales.

HABLA UN PROFESIONAL

problema sólo de voluntad de quien consume, que con esfuerzo y ayuda de los más próximos, habitualmente la pareja, la madre, se puede resolver, borrar, eliminar de nuestra realidad cotidiana. A medida que pasa el tiempo se agravan todas las contradicciones y cada vez los más cercanos al enfermo, están más enfermos también, sienten una abrumadora responsabilidad y sentimiento de culpa, que los impulsa a controlar a todos, a ser irascibles, ha estar deprimidos o ansiosos, a ser muy poco felices. Muchas de estas personas consultan al médico, a menudo esconden por vergüenza o porque sinceramente piensan que ellas no tienen ningún problema relacionado con el alcohol, y esto hace inefectivos muchos de los tratamientos propuestos por la medicina convencional, ansiolíticos antidepressivos, etc. Muchas de estas personas, sobre todo las mujeres, sufren violencia, física, emocional y sexual con las graves consecuencias que para ella y el resto de la familia, sobre todo los hijos, tiene el deterioro constante de la autoestima, la victimización, todas las relaciones familiares están afectadas. ¿Cómo salir del pozo? Pedir ayuda a quien pasa o ha pasado por esta experiencia tan dura es el primer paso. Los profesionales sanitarios tenemos que ser sensibles al tema, y detectar los signos y los síntomas que nos debe hacer ver que el sufrimiento de aquel enfermo o enferma está provocado por el alcoholismo en su familia, e informar de los grupos de ayuda mutua y de sus beneficios y de su sinergia positiva en cualquiera de las terapias médicas que estén indicadas en el caso. Al-Anon, es la red de apoyo mutuo, no tiene efectos secundarios, ni contraindicaciones, es accesible para todos, es independiente del dinero del que uno disponga, y tiene resultados cuantificados en la mejora de las emociones y los comportamientos de las personas enfermas de co-alcoholismo. La solidaridad, hacer piña, el anonimato, la libertad de intervenir en las reuniones o no, el saber que no estás solo y que otros ya lo han pasado y han salido, abren la esperanza y permiten que los familiares dejen de depender emocionalmente del enfermo alcohólico. Aprenden a ser ellas mismas y tomar sus propias decisiones, no como reacción al alcohólico con el que conviven, y eso mejora mucho y mucho la calidad de vida.

Entidades como Al-Anon, además de ayudar a sus miembros, contribuyen a conocer mejor la enfermedad del alcoholismo y sus efectos. Conocer bien las enfermedades es imprescindible para tratarlas adecuadamente, por eso es tan importante celebrar este 48 aniversario, por muchos años y hagan lo que puedan para continuar difundiendo su labor, es muy y muy útil.

Dra. M^a Angels Santesmasses. Médico de Familia. Colegiada n^o.

HABLA UN PROFESIONAL

Desde la perspectiva de un médico de familia, quiero compartir con vosotros el cambio que se intenta llevar a cabo en la Asistencia Primaria de Salud, en lo que respecta al paciente que tiene "problemas" con el alcohol.

De todos es sabido que viviendo en un país mediterráneo, donde los intereses económicos relacionados con el alcohol; la cultura y tradición de un pueblo vinícola, entre otros factores, hacen difícil romper con la "normalidad" de ingerir alcohol, a pesar de que sabemos que es un factor de riesgo físico, psíquico y social. De ahí, en parte que en la consulta médica y de enfermería no haya formado parte de las preguntas sobre estilos de vida, como sí lo ha sido el tabaco y la alimentación.

Eso está cambiando. El Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya ha puesto en marcha la implementación del Programa "Beveu Menys" para ayudar a médicos y enfermeras a familiarizarse con la detección de aquellas personas consideradas bebedoras de riesgo. Ello implica integrar el patrón de consumo de riesgo del alcohol como factor a tener en cuenta en los programas de prevención, ofreciendo información y educación sanitaria sobre los problemas de salud física, psíquica y de relación socio-laboral y familiar que provoca dicho consumo de riesgo. Aquellas personas que se vean en la necesidad de hacer un cambio en su patrón de consumo de alcohol encontrarán en su equipo de atención primaria el apoyo y la empatía necesaria para emprender el camino de su liberación.

Pero no perdamos de vista la necesidad de colaboración con AA y la gran ayuda que ofrecen Al-Anon/Alateen. Los profesionales de la salud podemos y debemos aprender a trabajar conjuntamente con los grupos de apoyo y autoayuda. Mi experiencia personal con Al-Anon asistiendo a sus reuniones abiertas siempre ha sido de aprendizaje desde la perspectiva de aquellos que viven el día a día de la enfermedad familiar. Un alcohólico afecta la relación y la vida de cómo mínimo 4 personas más.

Los equipos sanitarios necesitan trabajar con la familia del alcohólico y los familiares también buscan respuestas con sus equipos de Atención Primaria. Hemos de aunar esfuerzos para entendernos y juntos conseguir la reducción del consumo en los bebedores de riesgo y cesar el consumo en los dependientes del alcohol, intervenciones que mejorarán la calidad de vida de la unidad familiar

Dra. Maritza Campbell. Médico de Familia. Colegiada n^o 27869.