



HABLA CLARO

2020
Boletín anual

UN RECURSO DE LA COMUNIDAD
PARA LOS PROFESIONALES



Información para los profesionales

Los grupos de familia Al-Anon son una hermandad de parientes y amigos de alcohólicos que se reúnen para compartir sus experiencias, fortalecer y esperanza con el fin de solucionar su problema en común: su afectación por vivir o haber convivido con un familiar o amigo íntimo con un problema de alcoholismo. El único propósito de esta comunidad es ayudar a los familiares y amigos de alcohólicos a encontrar su propia recuperación.

Se trata de una comunidad constituida en el año 1951 con más de 30.000 grupos repartidos en más de 100 países, en España llevamos 57 años. Al-Anon es un complemento a la labor de los profesionales, ya que donde termina el trabajo del profesional puede continuar el de Al-anon. Muchos son los miembros de Al-Anon que han sido derivados a los grupos por sus terapeutas para continuar con su recuperación.

El alcoholismo es una enfermedad reconocida por la OMS que afecta a quien la padece y al mundo que lo rodea. Todos sufren los efectos del alcoholismo. Las personas que quedan más profundamente afectadas son las que están en contacto directo con el alcohólico. Desconociendo que están lidiando con una enfermedad, desarrollan comportamientos inadecuados como el control y la obsesión, y se ven inmersos en sentimientos de impotencia, culpabilidad, vergüenza, ira y resentimiento.

Asistir a las reuniones les da la oportunidad de saber que no están solos con una problemática socialmente estigmatizada, que no hay culpa en una enfermedad y que hay esperanza de una vida mejor.

www.al-anonespana.org/reuniones/



El alcoholismo desde el punto de vista familiar

Habitualmente se considera el alcoholismo, no solo como una enfermedad que supone un tremendo riesgo para el que la padece, sino también como un infierno para quienes conviven con el afectado, siendo el cónyuge en este caso la figura más victimizada, dada su cercanía emocional.

Se estima que cada alcohólico afecta la vida de entre cuatro y siete personas, el alcoholismo es verdaderamente una enfermedad familiar.

Repercusión del alcoholismo parental en los hijos/as

Son muchos los estudios tanto nacionales como internacionales que reflejan de manera dubitativa que las familias con progenitores alcohólicos o con una historia reciente de alcoholismo desarrollan una dinámica familiar capaz de repercutir negativamente en la personalidad de los hijos/as. Son muchos los estudios que relacionan la depresión maternal y el alcoholismo paterno como factores de riesgo para la aparición de cuadros depresivos en los niños. Asimismo el alcoholismo materno se ha asociado con la presencia de trastornos de conducta. El riesgo de presentar una depresión antes de la pubertad se ha incrementado en niños con historias de alcoholismo.

Manifestaciones clínicas. Terapia y grupos de ayuda Al-Anon

En las familias con problemas de alcohol es bastante frecuente que los padres lleven a alguno de sus hijos presente problemas o trastornos que bien directamente por los familiares directos o por derivación de los gabinetes de orientación de los centros escolares acaben en la consulta de un psicólogo del psiquiatra infanto-juvenil. Habitualmente llevan al hijo/a porque los síntomas llaman más la atención. Aunque sea evidente que detrás de esos síntomas hay un problema de alcoholismo familiar.

Un famoso estudio realizado por MscDonald y Blume en 1986 ya señalaba el estigma que representa vivir con un alcohólico, la mayor parte de estos hijos/as niegan el problema, deviniendo en un sufrimiento silencioso, no siendo detectado por los demás agentes socializadores y por lo tanto no reciben ayuda de ningún tipo. Las repercusiones son notorias, dificultades de aprendizaje, alteraciones en el estado físico y en la conducta. Muchos de estos niños/as plasman en sus dibujos las situaciones de inseguridad y maltrato en la que habían estado durante muchos años.

En otras ocasiones, cuando las familias con problemas de alcohol contactan con un servicio de ayuda, los niños de estas familias ya han desarrollado problemas emocionales o de comportamiento que requieren una intervención terapéutica, o bien se han convertido en adolescentes rebeldes que re-

húsan cualquier tipo de intervención. Ya es tarde para la verdadera prevención. Los niños con problemas de alcohol en su familia podrían ser detectados precozmente por el profesorado, servicio de pediatría u otro personal socio-sanitario que este en contacto frecuente con ellos o con sus familias, con el fin de prevenir el desarrollo de complicaciones derivadas del alcoholismo familiar. Sin embargo pesar de su buena intervención en la mayoría de los casos, los profesionales implicados en este tipo de detección precoz se encuentran con dificultades para abordar a estas familias como lo falta de tiempo, de conocimientos, de recursos, el temor a equivocarse en sus apreciaciones o a violar la privacidad de los asuntos “de familia”. En España, en este sentido se han desarrollados programas como los de Al-Anon/alateen para Grupos de familiares relacionados con el alcohólicos que son de vital importancia.



Los Grupos de familia Al-Anon tienen una larga historia de colaboración con los profesionales que trabajan con los familiares (y compañeros) de los alcohólicos/as (Médicos, enfermeros, terapeutas, trabajadores sociales,.....)Solo algunas de las profesiones en las que pueden beneficiarse de la ayuda que brinda Al-Anon y Alateen, han ido realizando experiencias puntuales de prevención y asistencia a los hijos/as de alcohólicos desde asociaciones sin ánimo de lucro, con resultados muy positivos.

Manuel Isorna

Doctor en psicología y master en
Drogodependencia
Profesor de la Universidad de Vigo

Descubri algo maravilloso, Al-Anon

Comencé a estudiar los grupos de ayuda mutua de cuidadores familiares durante mi especialización como enfermera comunitaria, en el año 2012. Fue entonces cuando descubrí acudiendo a esos grupos con mi tutora., la importancia de compartir experiencias y vivencias entre personas que sufren un problema común .Por ello, no dude en realizar mi doctorado sobre los grupos de ayuda mutua en familiares. Gracias a esto, conocí a los grupos de familia Al-Anon.

La mayoría de las personas y de los profesionales sanitarios hemos escuchado hablar de Alcohólicos Anónimos, pero no tanto de Al-Anon. Me fascina entrar en estos grupos y ver la estructura y organización que tienen, tanto en los mismos como a nivel de relacionarse con el resto de los grupos y la institución como tal. Son grupos de ayuda mutua “puros”, pues son los mismos miembros(sin la presencia de ningún profesional) los que moderan el tiempo, las intervenciones, la literatura que se va a usar ese día, etc. Todos tienen una función y cabida en el grupo y se respeta mucho el turno de palabra. Sin embargo, ningún profesional les enseñó, sino todo lo contrario, pienso que somos los profesionales de la salud los que nos podemos beneficiar de sus enseñanzas. Al menos, yo he aprendido mucho. He visto la evolución de estas personas al cabo del tiempo, como se parte del caos mental y familiar y se pasa a un estado de serenidad, cuando perciben a Al-Anon como una guía que les hace ser mejores personas y afrontar de una manera positiva las adversidades. Creo que es un programa que podría ayudar a cualquier persona a vivir el día a día con mayor fuerza y felicidad. Es un camino de enriquecimiento personal.

Durante estos últimos tres años, estudié los grupos de familia Al-Anon en Sevilla y también en Setúbal (Portugal). Primero de forma independiente y posteriormente, haciendo una comparativa entre ambos. Los resultados fueron muy positivos,

tanto a nivel de apoyo percibido, como de cansancio por lo que conlleva convivir o lidiar con una persona alcohólica. Además, entrevisté a 12 familiares que contaron sus experiencias y como habían visto el cambio y la evolución en sus vidas. Ha sido un Trabajo precioso.

Por todo esto, creo que es necesario que los profesionales sanitarios estemos informados sobre la existencia y funcionamiento de estos grupos y que se lo hagamos saber a las personas que atendemos en nuestro Trabajo y que detectemos que precisan ayuda.

Yo haré todo lo que este en mi mano para que esto suceda.

Claudia Bernabéu Álvarez

Enfermera especialista en enfermería familiar y comunitaria.

Doctorada por la universidad de Sevilla.