



María e Irene colocan un panel de Al-Anon. LUISMA MURIAS

Cuando "los hijos se convierten en padres": 50 años de combate contra el alcoholismo en Oviedo

Al-Anon, colectivo de familiares de adictos a la bebida, cumple medio siglo en la capital de Asturias: "La persona a la que quieres se está destruyendo"

0

Elena Peláez

Oviedo | 20.05.23 | 19:38

"Mi marido bebía y yo me convertí en una persona obsesionada con el alcohol. La situación me había atrapado a mí e hizo que cambiase". Lorena no se llama así, pero elige este nombre para, desde el anonimato, relatar su experiencia. Al igual que Irene, María y Sofía, se reúne con otros familiares y amigos de alcohólicos del grupo Al-Anon, una entidad que "ofrece apoyo emocional" y de cuya llegada a Oviedo se cumplen cincuenta años. La asistencia a estos encuentros, afirma Lorena, "me cambió la vida".

Cuando María –nombre también ficticio– entró a una de las reuniones vio que "no estaba sola", apunta. Se encontró con otras personas que habían vivido una situación similar, ya que

se estima que "cada alcoholístico afecta la vida de al menos cuatro personas". María entró en contacto con el grupo cuando el problema apareció en su casa por segunda vez.

Cuando creía que todo había pasado, tras criarse en un ambiente marcado por el alcoholismo de su padre, "apareció de nuevo". Ya estaba casada y tenía dos hijos. María había crecido en "un caos" y "con vergüenza, no quería que nadie se enterase de lo que pasaba en casa y por eso no tenía amigos", dice. "Veía llorar a mi madre y había unas grandes carencias", añade. Años después, las discusiones que se vivían en su casa por culpa del alcohol habían quedado atrás y María se esforzó en que su familia, la que había formado, fuese muy diferente a aquella en la que creció.

"Encontré trabajo y me marché de casa, pero en lo emocional seguía en casa"

Sofía - Familiar de alcoholístico

”

Pero, comenta, "el alcohol apareció de nuevo en casa", afectando a alguien "por el que daría la vida". María, que "había dado tanto cariño", veía que "no podía" enderezar la situación. Y se enteró de que existían los grupos de familia Al-Anon. A su primera reunión, llegó "con resentimiento y la culpabilidad de no poder acabar con aquello" y se dio cuenta de que "no estaba sola, había más personas que habían pasado por situaciones parecidas y lo contaban".

En estos encuentros, relata, "me ayudaron a entender que el alcoholismo es una enfermedad y que tenía que ponerme fuerte para enfrentarme a esa enfermedad". Su familiar terminó pidiendo ayuda y María empezó "a cambiar cosas, a quitarme la culpabilidad y los miedos". "El más perjudicado es el que tiene la enfermedad, y nosotros tenemos que intentar ser fuertes", sostiene.

Sofía creció en un hogar "afectado por el alcohol, sin los resortes de seguridad y confianza necesarios". La sensación, continúa, es "que tus padres no te quieren". "Viví situaciones

duras, pero no sabía donde acudir", dice. Al igual que sus compañeras, la situación que estás viviendo "no la cuentas". Sofía se volvió introvertida y encontró refugio en los libros.

"Las puertas a las que picas están cerradas y la persona a la que quieres se está destruyendo"

Irene - Familiar de alcohólico



"Acabé la carrera, encontré trabajo y me marché de casa", explica. Pero "emocionalmente seguía allí y no me sentía bien". Dijo que no a oportunidades laborales que implicaban alejarse y aunque aparentemente, detalla, "me iba todo bien, por dentro estaba rota". Sofía pensaba "que era mi responsabilidad arreglar aquello" porque estaba ejerciendo "de madre".

En una familia con problemas de alcoholismo "se cambian los roles y los hijos se convierten en padres". Al igual que en el caso de María, era su padre el que bebía y su madre estaba obsesionada con el alcohol. Los grupos de Al-Anon le enseñaron "a compartir emociones y sentimientos". "Vi que estaba muy afectada emocionalmente, muy rota, y me ayudaron a curar mis heridas y a comprender que no soy la única que se ha visto afectada, que hay muchas personas más y que todas lo tapamos", señala. Antes pensaba que "lo que me ocurría no le pasaba a nadie".



Cartel de Al-Anon LUISMA MURIAS

En estas reuniones se dio cuenta "de qué es lo que le ocurre a un enfermo alcohólico y que lo que hacía no era porque no nos quisiese". Sofía dejó de anticipar y comprendió que "cada uno toma sus decisiones" y que era necesario "poner límites".

Irene llegó a uno de los tres grupos de Al-Anon en Oviedo cuando no encontraba la forma de ayudar a su marido. "Ves que las puertas a las que picas están cerradas y que la persona que quieres se está destruyendo. Ni el cariño ni los enfados servían para cambiar las cosas", afirma.

"El más perjudicado es el que tiene la enfermedad; nosotros tenemos que ser fuertes"

María - Familiar de alcohólico

”

Llegó pidiendo ayuda para su esposo, pero fue consciente entonces de que ella necesitaba esas reuniones. Durante mucho tiempo, ni Irene ni su marido consideraban que existiese

ningún problema con el alcohol hasta que llegó un momento en el que "yo ya no sabía que hacer", asevera.

Los grupos de familia Al-Anon (que incluye Alateen para los miembros adolescentes) fueron fundados en Estados Unidos en 1951 "con el objetivo de dar apoyo emocional y ayuda a las personas afectadas por la convivencia estrecha con un alcohólico, esté o no en tratamiento", destaca María. Se trata de un recurso, subrayan las cuatro integrantes, que es compatible con una intervención profesional donde "se encuentra un espacio para compartir entre iguales, lo que ayuda a romper el cerco de la vergüenza y el silencio".



Consulta aquí todas las noticias de La Nueva España

"Es anónimo, no se piden datos personales y no damos consejos", asegura. Con motivo del cincuenta aniversario de la llegada de los grupos de familiares de alcohólicos a Oviedo, mañana sábado se celebrará una reunión de información pública en los locales de la parroquia de San Juan el Real. En este encuentro, programado para las seis de la tarde, participarán miembros de Al-Anon, un integrante de Alcohólicos Anónimos, y Violeta Menéndez, trabajadora social. También se puede obtener información en el teléfono 932012124.