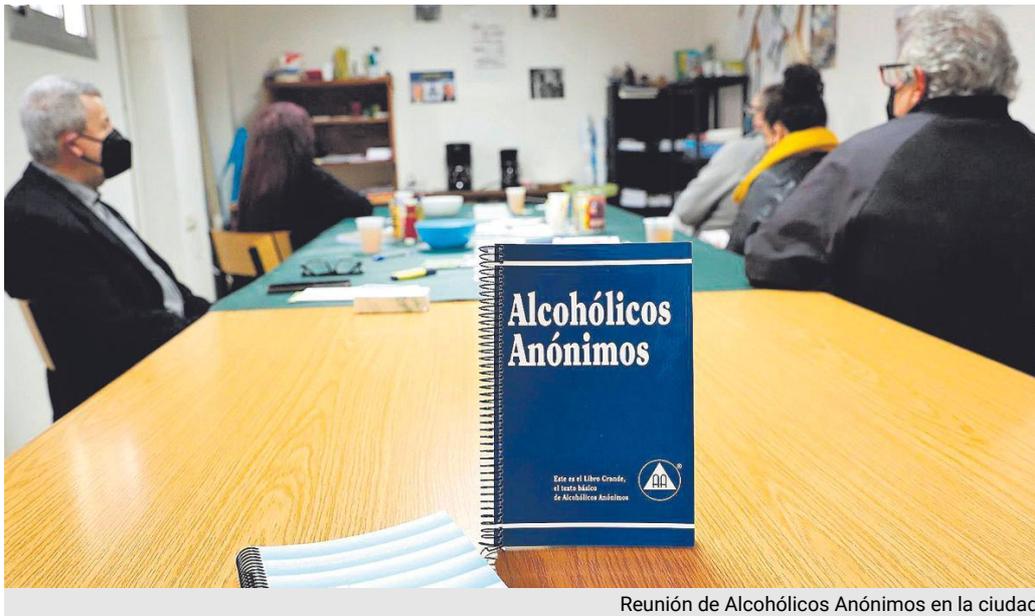


## “El alcoholismo es una enfermedad crónica, pero puedes detenerla”

- Alcohólicos Anónimos celebró ayer una reunión especial coincidiendo con el aniversario mundial del colectivo: “Aquí conocí a mi red de contención”



Reunión de Alcohólicos Anónimos en la ciudad.

alcoholismo,Crónica,alcohol,El Mundo

</gran-vigo/2024/06/11/alcoholismo-enfermedad-cronica-puedes-detenerla-103615003.html>

e.v.

Martes, 11 junio 2024

“Con 15 años me tomé mi primera caña, que me supo a rayos. A los 16 ya bebía coñac. Con 17, la noche de Fin de año me desperté en mi cama sin saber cómo. A los 40, solo de pensar que por trabajo o por una intervención médica iba a estar 2 o 3 días sin beber se me venía el mundo encima, Me di cuenta de que la cosa iba muy mal y el 23 de agosto de 2009 dejé de beber”. Este es uno de los testimonios que alcohólico –aunque lleva dos años sin beber, no dudan en definir su enfermedad como algo “crónico”– pronunció durante la sesión semanal que desarrolla el colectivo Alcohólicos Anónimos en su sede de Vázquez Varela, 56.

Y lo hizo en el día que se celebra el aniversario a nivel mundial de la aparición de esta asociación, un grupo abierto de ayuda no solo a personas que recurren sin control ni filtro al alcohol, sino también a sus familiares, a salir de este pozo, abrazar la sobriedad y recuperar valores que creían perdidos. “No solo perdí mi casa o a mi pareja, perdí mis principios, mi dignidad. Aquí pude recuperarlo todo; nadie comprende mejor a un alcohólico como otro alcohólico. Recuerdo que la primera vez que vine a una reunión supe que este era mi sitio”, comenta otra de las asistentes a este círculo de confianza, en el que el anonimato solo se rompe por voluntad propia.

Su abstinencia se remonta a 20 años atrás, dos décadas en las que ha cambiado el alcohol por la vida. “Yo pensaba que bebía como todo el mundo, que lo controlaba como todo el mundo y que me afectaba como a todo el mundo. Pero no. Me pasaba la vida arrepentida, de resaca pero emocional

por lo que había hecho o dicho. Dejaba 4 o 5 meses de beber y creía que lo había solucionado , pero no. Aquí conocí a mi guía, a mi padrino o madrina con el que uno tiene contacto diario y te acompaña, esa red de contención”, cuenta esta usuaria,

En su caso fue su hipersensibilidad lo que la hizo refugiarse en el alcohol para no violentarse o afligirse ante sus circunstancias vitales. “Se convirtió en una obsesión. El bebedor social sabe cuando parar, yo no. No podía. Yo creo que si no hubiera pedido ayuda, me hubiera muerto”, zanja.

Reconoce que, pese a las recaídas de su primer año y a todas las dificultades, por “nada del mundo” bebería o probaría una sola gota de alcohol. “Es que ni aunque pudiese controlarlo. El alcoholismo es una enfermedad que puedes detener, pero es crónica. He podido recuperar a mi familia y ahora están encantados porque me han visto muy mal”, cuenta esta mujer, quien lamenta que muchos jóvenes vean en la bebida excesiva una forma de diversión. “Pienso que seguro alguno acabará como yo. Por aquí han pasado todo tipo de personas, y me da pena que muchos de los que han venido una vez, no vuelven”.

El de Vigo es uno de los 614 grupos que se encuentran activos a día de hoy de Alcohólicos Anónimos . A la reunión de ayer también acudió una representante de Al-Anon, un grupo de ayuda también para familiares de alcohólicos. “No podemos olvidarnos que el alcoholismo es una enfermedad familiar, Llegué al grupo porque quería ayudar a un familiar, y resulta imprescindible conocer la enfermedad”, relataba.

Fueron cerca de una treintena de personas las que participaron ayer de este encuentro que se realiza varias veces a la semana a las 19.30 horas en las instalaciones de Vázquez Varela, 56 que, como ellos mismos recuerdan no son obligatorias pero sí abiertas a todo el que lo necesite.