

Coral fue una de esas que ocultó su adicción durante años. «Socialmente, no se acepta igual a una mujer sola en un bar que a un hombre.» Esta reconocida catedrática de Historia, de 53 años y madre de cuatro hijas, llevaba media vida tomando alcohol a escondidas. «No era una bebedora social, ni siquiera mis padres sabían que era alcohólica.» Durante la enfermedad, pasaba épocas sin beber y sustituía su adicción al alcohol por el trabajo: «Me convertía en una máquina de trabajar», y así llenaba el hueco que le dejaba la bebida. «Esta es la enfermedad del autoengaño; te dices a ti misma que no eres adicta porque no bebes tanto o porque puedes parar, y de hecho lo haces durante meses, pero después de un tiempo vuelves a consumir, porque sientes un vacío muy grande.» Hace un año, cuando su hermano la llamó por su cumpleaños, al otro lado de la línea telefónica oyó: «Por favor, ayudadme, ya no puedo más». Había tocado fondo.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) contempla cualquier adicción como una neuroadaptación mental que altera la conducta. El desencadenante de esta enfermedad es una mezcla de factores biológicos —existe una predisposición genética—, de personalidad y sociales. Cuando se juntan los tres, quien consume alcohol, pastillas u otras

drogas o que el entorno se daría cuenta inmediatamente si llegara a ocurrir. «Esta enfermedad no es escandalosa», explica Bacharach, «porque no muestra cicatrices ni heridas. Afecta a la mente y al alma, y transcurre la mayor parte del tiempo en lo que llamamos *silencio clínico*: el paciente va cambiando de actitudes, hábitos y amistades de manera muy sutil, por lo que su entorno no tiene por qué enterarse de lo que ocurre.» Llega un momento en que el enfermo hace girar todo su mundo —ocio y relaciones— alrededor del consumo. «Si alguien o algo no tiene que ver con tu adicción, deja de interesarte y lo apartas», explica María, de 38 años, quien perdió a sus amigos, a su novio y el interés por su trabajo a cambio de su único amor: la droga. «Teniéndolo todo, me quedé sin nada», apunta.

Su infancia había sido la de cualquier niña de familia estructurada de clase media alta. Como la mayoría de los adolescentes, pasó una época de timidez e inseguridades y fue entonces cuando descubrió que el alcohol la ayudaba a desinhibirse. Se encontraba más simpática cuando bebía, y por eso empezó a hacerlo con amigas y en celebraciones familiares. A los 18 años, un psicólogo que trataba de orientar su futuro le recetó benzodiacepinas y ansiolíticos, que María no dejó durante años. Después vinieron la cocaína, mezcla-

La OMS contempla las adicciones como una neuroadaptación mental que altera la conducta. España es el país que registra mayor consumo de drogas y las mujeres representan el 25% de los adictos.

drogas se convierte en adicto. «Es como la lotería», explica la directora de Mare Nostrum, «hay a quien le toca antes y a quien le toca después, o a quien no le toca nunca.» Una persona es adicta si no puede dejar de consumir un tóxico y lo necesita para relacionarse, relajarse, evadirse de su realidad, ser más simpático o sentir placer. «Ese para se vuelve cada vez más frecuente», apunta Ana, terapeuta y ex adicta. «Entonces se empieza a justificar lo injustificable, y el adicto consume por encima de hijos, padres, trabajos y parejas, generándose a sí mismo, y a su alrededor, mucho sufrimiento.» Esta persona sólo tocará fondo cuando su padecimiento se haga insostenible. Y, en el momento en que esto ocurre, todo explota.

Falsas creencias Entre los tópicos erróneos que rodean el mundo de la adicción se encuentra el de que hay que consumir mucho para ser adicto, que únicamente ocurre en familias desestructuradas o de poder adquisitivo ba-



Sol Bacharach, directora de Mare Nostrum
La viuda de Manuel Broseta, asesinado por ETA, fue adicta a las pastillas y al alcohol. Tras un intenso proceso de curación, convirtió este centro en su proyecto de vida.