

Seminario de Capacitación en Adicciones

# Módulo 1

**¿Qué esconden las adicciones?**

Lic. Leila Ojeda

Lic. Gabriel De Marco

## Seminario de capacitación en adicciones

### 1º Módulo

PENSAR

# Niñez – Infancia

## ¿QUE ESCONDEN LAS ADICCIONES?

Cuando somos bebés, llegamos al mundo esperando encontrar el mismo nivel de confort que hemos experimentado en el vientre de nuestra madre; es decir, alimento permanente, cobijo permanente, cuidados y contacto corporal permanente. Cuando necesitamos mamar, lo necesitamos ya. La necesidad aparece de un segundo al otro y abarca la totalidad de nuestro ser. Vivimos cada necesidad con la esperanza de obtener consuelo y calma sin tener que esperar. El tiempo duele. Los bebés son totalmente dependientes en los cuidados maternos, por eso merecen obtenerlos de inmediato.

Por otro parte, de bebés no percibimos el mundo externo, no hay un “otro”: solo existen el propio deseo, la clave de nuestra supervivencia, y una madre, que vivimos como una “extensión” de nuestra persona, pues provee y calma nuestras necesidades de manera continúa.

### AHORA BIEN, CUANDO SIENDO BEBES NO OBTENEMOS LO QUE NECESITAMOS

(Brazos, calor, mirada exclusiva, atención permanente, contacto corporal, leche, movimiento, palabras y presencia constante), nos desesperamos. A medida que vamos creciendo y probando diversas estrategias para obtener lo que necesitamos, nos volvemos cada vez más voraces, mientras desconfiamos de la abundancia de amor y cuidados. Vamos perdiendo las esperanzas de recibir leche materna o brazos cariñosos, pero nos conformamos con algo que los sustituya. Ya no importa que sustancia o alimento incorporemos, lo que importa es introducir algo, lo que sea, que nos calme.



**POCO A POCO, EL ACTO MISMO DE INCORPORAR SE CONVIERTE EN PRIMORDIAL.**

Dirigimos todo nuestro interés en devorar lo que sea, lo más rápido posible, antes de que acabe y sintamos la carencia. Pero la sentiremos igual, porque lo que necesitamos originalmente (la presencia de mamá) ya lo hemos olvidado, aunque sigue operando en las profundidades de nuestro ser. Normalmente pedimos aquello que sabemos que los adultos están dispuestos a ofrecer; por lo tanto, depende de la modalidad familiar. Pediremos juguetes, comida, zumos, chocolates...y si tienen un valor positivo para los adultos, nos los ofrecerán. En algún momento, los adultos se desorientan, porque, aun habiendo obtenido los chocolates, no nos quedamos satisfechos. Esto sucede porque no hemos logrado satisfacer nuestra necesidad original, ya largamente olvidada.



*A medida que crecemos, nuestras falsas -e imposibles de satisfacer- necesidades irán en aumento. En nuestra sociedad de consumo se tornan muy difíciles de identificar, porque estamos todos comprometidos en un sistema en el que, para vivir, necesitamos innumerables objetos. Cuando somos niños y pedimos amor y presencia, obtenemos televisión o videojuegos durante horas. Nadie detecta que algo va mal. Ni cuando sentimos que no podemos vivir sin los objetos que deseamos.*

En esa instancia, la explicación que encuentran los adultos es que “necesitamos límites” porque tenemos “demasiado”. Puede que de niños estemos inundados de juguetes, pero carecemos de “Mamá”: nos falta lo más vital y prioritario con la relación a las necesidades básicas de un niño. Y compensamos esas necesidades básicas desplazándolas hacia modalidades aprobadas socialmente. El consumo de azúcar, golosinas, bebidas, artificiales, televisión y videojuegos organizan hoy en día el modo en que los niños pequeños obtienen satisfacción.

**COMO BEBES, SENTIMOS QUE MORIMOS SIN UNA PRESENCIA MATERNANTE.**

Si elegimos la adicción- la introducción compulsiva de una sustancia o un objeto cualquiera-como mecanismo de supervivencia, seguramente podamos acomodarnos por el momento. Cuando llegamos a la edad adulta, perpetuamos este modo de vincularnos con los objetos o con los demás:

Sentimos que, sin incorporar una sustancia, nos morimos. En estas circunstancias, cualquier cosa que consumimos deviene vital. Y cuando aparece una necesidad, sentimos la urgencia de satisfacerla ya. ¿Qué nos recuerda? Pues que seguimos funcionando como si fuéramos recién nacidos, permaneciendo en el mismo estado emocional de necesidad absoluta.

**CUANDO LA INCORPORACIÓN DE LO QUE SEA DEVIENE URGENTE, HABLAMOS**

**DE ADICCION:** Estamos convencidos de que lo necesitamos sí o sí para no morir. Las hay más fáciles de reconocer, como la adicción al tabaco, al alcohol, a la cocaína...Otras son menos detectables, como la adicción a la comida, al azúcar, al café o a los psicofármacos. Y otras aún son más invisibles, como la adicción al reconocimiento social, al trabajo, al éxito, a internet o al celular. El hecho de que algunas sustancias adictivas sean legales y otras ilegales no marcan una diferencia a la hora de comprender qué nos pasa.

Es evidente que somos una sociedad adictiva y que, en cierto punto, todos nos manejamos con diversos grados de adicción. Pero también queda claro que la adicción no se combate. No es posible luchar contra una necesidad primaria y tampoco hay ninguna duda de que toda adicción –es decir, toda incorporación desesperada de madre- busca resarcirse. Por tanto, sería muy necio, además de habernos quedado sin mamá, quedarnos sin cigarrillo, luchando para soportar la falta. No es posible seguir peleando en contra de nuestras necesidades primarias. Estamos desamparados aunque tengamos 40 o 50 años. Para el alma que sufre, no hay edad. Las adicciones comienzan y se establecen siempre a partir del desamparo original. La adicción es la forma más invisible de violencia. Produce estragos impresionantes. Nos sentimos como bebés imposibilitados para hacer algo a favor nuestro. Estamos poseídos por un “otro” puede ser el alcohol o el dirigir la oficina. Así como la persona maternante hizo lo que quiso y lo que pudo cuando éramos bebés y no teníamos ni voz ni voto para decidir nuestra vida, ahora la sustancia a quien otorgamos todo el poder de decisión “hace lo que quiere” con nosotros. Y se

apropia también de todo el territorio emocional, con su deseo diferente a “nuestro” deseo, que se queda, una vez más, sin lugar para existir.

**LA ADICCION ES UNA EXPRESION DIRECTA DE NUESTRO NIÑO INTERIOR DESAMPARADO.** Refleja nuestros aspectos más infantiles e inmaduros. Es la parte menos “manejable”

De nuestra organización psíquica. El mecanismo adictivo delega todo el poder de decisión en algo tan ridículo como un pastel frente al que perdemos nuestra capacidad de autonomía, como sucedió frente a la figura de nuestra madre cuando decidía, actuaba, nutría o castigaba sin tener en cuenta nuestras más sutiles necesidades.

Al principio, las adicciones pueden ser complejas de detectar porque sobre muchas de ellas tenemos valoraciones positivas, como el éxito profesional, el dinero o el consumo moderado de alcohol. Las adicciones no se reconocen por el tipo de sustancias que incorporamos, ni por la cantidad o la frecuencia de su consumo, sino por la desesperación que sentimos cuando aparece la necesidad inmediata de introducirla.

Si no podemos vivir “sin”, si la necesidad duele porque hay vacío, sabemos que no hemos sido suficientemente satisfechos en el momento adecuado de obtener cuidados, es decir, cuando éramos bebés o niños pequeños.

**EL PRINCIPAL PROBLEMA AL ABORDAR LAS ADICCIONES ES QUE PERMANECAMOS PRISIONEROS DE LAS NECESIDADES INFANTILES.** No podemos discernir que se trata de nuestra realidad emocional primaria y que nos encontramos sin herramientas para salir del circuito. Ahora es imprescindible que comprendamos que, incorporemos lo que incorporemos, ya no obtendremos a mamá. Esa es historia antigua, que merece una profunda comprensión y un delicado trabajo de regresión y sanación.

Toda adicción necesita ser comprendida. Si recordamos nuestra infancia, quizá podamos nombrar las cosas siendo honestos con nuestras emociones y comprendiendo el nivel de carencia que hemos padecido. Hoy ya no podremos obtener cuidados maternos, pero es posible sanarnos a través de una conciencia plena de nuestra realidad emocional. Luego nos corresponde asumir que lo más devastador de los mecanismos adictivos no son las sustancias con las que buscamos

calmarnos sino el hecho de vivir tan preocupados por llenar nuestro vacío existencial, por lo que probablemente estaremos poco predispuestos a escuchar a los demás o atender necesidades ajenas. Tenemos hambre. Estamos habitualmente atentos a comernos el primer plato de comida que aparezca. No hay lugar en nuestro corazón para compartir nutrientes.

**EN ESTE PUNTO, SI SOMOS ADICTOS, BASICAMENTE SOMOS EGOÍSTAS**, pues creemos que nuestras necesidades tienen prioridad por encima de los deseos o las necesidades de los demás.

Una vez más, este “desconocer” que existe el otro, pertenece a nuestra etapa de bebés. Para un bebé, el otro no existe. Cuando somos adictos, es decir, cuando estamos fijados a la carencia infantil, ocurre lo mismo: el otro no existe. Si nos importa hacer algo para comprender nuestras adicciones, revisemos nuestra historia y abordemos con total franqueza nuestras demandas desesperadas de mirada y cariño. Luego, detectemos todos los mecanismos que utilizamos para no sufrir tanto. Intentemos nutrirnos a nosotros mismos, reemplazando las carencias pasadas por situaciones afectivas sustanciosas. Sepamos que somos merecedores de cariño y aprobación. Alimentemos relaciones afectivas basadas en el interés mutuo. Y, por último, estemos atentos a todo lo que piden los demás, sobre todo si tenemos a nuestro cargo a niños pequeños. Si somos capaces de nutrir a otros, otorgando prioridad a las necesidades de los demás, habremos superado toda adicción.

*Gutman Laura, “Mente Sana”*

**“INTENEMOS NUTRIRNOS A NOSOTROS MISMOS Y A LOS DEMAS REEMPLAZANDO CARENCIAS POR RELACIONES BASADAS EN EL INTERÉS MUTUO, EN LA CAPACIDAD DE DAR Y RECIBIR CARIÑO”.**

## Seminario de capacitación en adicciones

### 1º Módulo



PENSAR

# Prevención

## *Definición*

“Del latín *praeventio*, **prevención** es la **acción y efecto de prevenir** (preparar con antelación lo necesario para un fin, anticiparse a una cosa, prever un daño, avisar a alguien de algo). Algunos ejemplos del uso cotidiano de la palabra: *“La mejor forma de combatir el SIDA es la prevención”, “El Gobierno ha lanzado una campaña de prevención para evitar la propagación del dengue”, “Mi padre es muy precavido a la hora de salir de viaje: siempre dice que la prevención ayuda a evitar los accidentes”*.

La prevención, por la tanto, es la disposición que se hace de forma anticipada para minimizar un riesgo. El objetivo de prevenir es lograr que un perjuicio eventual no



se concrete. Esto se puede apreciar en los dichos populares *“más vale prevenir que curar”* y *“mejor prevenir que curar”*. Puesto en otras palabras, si una persona toma alguna prevención para evitar una enfermedad, minimizará las probabilidades de tener problemas de salud. Por lo tanto, es mejor invertir en prevención que en

un **tratamiento paliativo**.

Es posible asociar la noción de prevención al **cuidado** o la **precaución**, más allá de lo que respecta a uno mismo. Se pueden tomar prevenciones en la vivienda (para evitar accidentes, rotura de la estructura, etc.), en el automóvil (controlar los neumáticos, el motor), en el trabajo (utilizar la vestimenta de seguridad adecuada) y en cualquier ámbito de la vida cotidiana.

## Prevención Primaria

La palabra Prevención significa no solo anticiparse a un problema, daño o enfermedad, sino adquirir las aptitudes cognitivas, operativas y modales para evitarlo, superarlo o resolverlo. ¿La drogadicción es el problema? No!, el problema



es la ignorancia o desconocimiento sobre las flaquezas humanas y los factores que conducen a un individuo a desencadenar una adicción a las drogas. Las drogas fuera del organismo humano son inofensivas, y algunas específicas, bajo prescripción médica y riguroso control, su consumo puede resultar terapéutico. El hecho es que hay un sector de la población, que denominaré “adulto”, el que se supone que posee la capacidad de advertir los peligros y asumir las consecuencias de los abusos y excesos en el consumo de drogas. Pero hay otro sector de la población, al que llamaré “vulnerable”, compuesto por niños, niñas y adolescentes, que por su minoridad e inmadurez integral, carecen de la capacidad para advertir no solo el peligro del consumo sin control médico, sino del engaño de la publicidad que los estimula, de las maniobras del vendedor que primero siembra gratis, porque sabe que con seguridad habrá de cosechar clientes y de la inocencia idiótica de los grupos de pares que viven el peligro como un juego o aventura...

Le digo a la Familia que no basta con creer que conocemos a nuestros hijos, porque ése es el primer error. Los hijos son hijos dentro de la casa y en relación con los padres, pero fuera de la casa y en relación con otros... no sabemos su reacción o respuesta.

No basta con oficiar de detectives, controlar y seguir los pasos de nuestros hijos, porque la desconfianza nunca es nuestra mejor aliada en la labor educativa...

No basta con que uno de los padres “se preocupe” y el otro no...

No basta con que tus hijos reciban “charlas de prevención” en el cole, como para pensar que ya están preparados...

No basta con nada que no signifique **IMPLICANCIA** y **EDUCACIÓN FAMILIAR**.

La Familia y tu Hogar son la patria chica, donde rige un sistema de vida, de convivencia y gobierno... y deberían preguntarse entre todos ¿Qué estamos haciendo para evitar que la drogadicción se instale en nuestro Hogar?

**La prevención primaria**, la primordial, es por un lado, para que los jóvenes adopten conductas saludables que los alejen de las drogas, y por el otro, para que las problemáticas de las adicciones se instalen como tema de debate.

**La prevención secundaria** es para que los especialistas continúen investigando nuevos modos de tratamientos para que aquellos que padecen este flagelo dejen de



ser rechazados o estigmatizados y se tenga una mayor conciencia acerca de la necesidad de incluirlos e integrarlos.

**La prevención terciaria**, para que los profesionales brinden sostén a quienes, por diversas razones, se sienten vulnerables frente a las adversidades y se autoengañan recurriendo a las adicciones sin encontrar salidas por sus propios medios ni animarse a pedir ayuda confiando en que la recuperación en forma individual es un objetivo posible.

Lic. Eduardo Laborato: *“Círculo vicioso – Círculo Virtuoso” – Mancomunidad*

Robert Roche Olivar: *Prosocialidad Nuevos Desafíos (Edit. Ciudad Nueva)*











