

LA OPINIÓN DEL MÉDICO

Los QUE pertenecemos a Alcohólicos Anónimos consideramos que puede interesar al lector la opinión médica acerca del plan de recuperación que se describe en este libro. No cabe duda de que un testimonio convincente debe venir de médicos que han tenido experiencia de nuestros sufrimientos y presenciado nuestro retorno a la salud. Un eminente doctor, que es el director médico de un hospital conocido nacionalmente y especializado en el tratamiento de adictos al alcohol y a las drogas, dio a Alcohólicos Anónimos la siguiente carta:

A quien corresponda:

Durante muchos años me he especializado en el tratamiento del alcoholismo.

A fines del año 1934 atendí a un paciente que, a pesar de haber sido un competente hombre de negocios, con mucha aptitud para ganar dinero, era un alcohólico de un tipo que yo había llegado a considerar como irremediable.

En el transcurso de su tercer tratamiento adquirió ciertas ideas sobre un posible método de recuperación. Como parte de su rehabilitación, empezó a dar a conocer sus conceptos a otros alcohólicos, inculcándoles la necesidad de que ellos a su vez hicieran lo mismo con otros. Esto ha llegado a ser la base de una agrupación de estos hombres y sus familiares, la cual está creciendo rápidamente. Parece que este individuo y más de otros cien se han recuperado.

Personalmente conozco decenas de casos del tipo con el cual han fallado por completo otros métodos.

Estos hechos parecen tener una gran importancia médica; debido a las extraordinarias posibilidades de crecimiento

to inherentes a este grupo, pueden marcar una nueva época en los anales del alcoholismo. Estos hombres bien pueden tener un remedio para miles de esas situaciones.

Usted puede tener absoluta confianza en cualquier manifestación de los Alcohólicos Anónimos sobre ellos mismos.

Su atento y seguro servidor,

William D. Silkworth, M.D.

El médico que a petición nuestra nos facilitó esta carta ha tenido la bondad de ampliar sus ideas en otra declaración que exponemos a continuación. En ésta, confirma que los que hemos sufrido la tortura alcohólica tenemos que creer que el cuerpo del alcohólico es tan anormal como su mente. No nos convencía la explicación de que no podíamos controlar nuestra manera de beber sencillamente porque estábamos desadaptados a la vida; porque estábamos en plena fuga de la realidad; o porque teníamos una franca deficiencia mental. Estas cosas eran verídicas hasta cierto punto y, de hecho, en grado considerable en algunos de nosotros, pero además estamos convencidos de que nuestros cuerpos también estaban enfermos, y opinamos que es incompleto cualquier cuadro del alcohólico que no incluya este factor físico.

La teoría del doctor, de que tenemos una alergia al alcohol, nos interesa. Aunque nuestra opinión, no profesional, sobre su validez signifique poco, como ex bebedores del tipo que se convierte en problema, podemos decir que esa explicación parece aceptada. Aclara muchas cosas que de otro modo nosotros no podíamos explicar.

Aunque nosotros trabajamos por nuestra solución en un plano espiritual y altruista, estamos a favor de la hospitalización del alcohólico que está muy agitado o con la mente nublada. La mayoría de las veces será necesario esperar hasta que se aclare la mente del individuo para conversar

con él, ya que entonces habrá más posibilidades de que entienda y acepte lo que podemos ofrecerle.

El doctor escribe:

Me parece que el tema presentado en este libro es de suma importancia para quienes están afligidos de la adicción alcohólica.

Digo esto después de muchos años de experiencia como director médico de uno de los más antiguos hospitales del país especializado en el tratamiento de la adicción al alcohol y a las drogas.

Por lo tanto, sentí verdadera satisfacción cuando se me pidió la contribución de unas cuantas palabras sobre el tema tratado en estas páginas tan detalladamente, y con tanta maestría.

Desde hace mucho tiempo los médicos nos hemos dado cuenta de que alguna forma de psicología moral es de apremiante importancia para el alcohólico, pero su aplicación presentaba dificultades fuera de nuestros conceptos. Las normas ultramodernas y el enfoque científico que aplicamos a todo pueden ser la causa de que estemos mal preparados para aplicar los poderes del bien que no encajan en nuestros conocimientos sintéticos.

Hace muchos años, uno de los principales colaboradores de este libro estuvo bajo nuestro cuidado en este hospital y durante ese tiempo adquirió algunas ideas que inmediatamente llevó a la práctica.

Más adelante, solicitó permiso para contar su historia a otros pacientes y, con cierta desconfianza, se lo concedimos. Los casos que hemos observado en todo su transcurso han sido sumamente interesantes y de hecho muchos de ellos han resultado asombrosos. La abnegación, la falta total de un afán de lucro y su espíritu comunitario, son algo realmente inspirador para quien ha trabajado fatigosamente —y por mucho tiempo— en el terreno del alcoholismo. Crean en ellos mismos, pero mucho más en el Poder que arranca a los alcohólicos crónicos de las garras de la muerte.

Naturalmente, el alcohólico necesita ser liberado de su deseo imperioso por el alcohol y esto requiere, con frecuencia, un pro-

cedimiento definido de hospitalización para poder obtener el máximo de beneficios de las medidas psicológicas.

Creemos, y así lo sugerimos hace unos años, que la acción del alcohol en estos alcohólicos crónicos es la manifestación de una alergia; que el fenómeno del deseo imperioso sólo se presenta en esta clase y nunca en la de los bebedores moderados comunes. Estos tipos alérgicos nunca pueden usar sin peligro el alcohol, cualquiera que sea la forma de éste. Cuando ya han adquirido el hábito y se han percatado de que no pueden liberarse de él, cuando ya han perdido la confianza en las cosas humanas y en ellos mismos, sus problemas se acumulan y se vuelven sorprendentemente difíciles de resolver.

El estímulo emocional de un consejo bien intencionado raramente les basta. El mensaje que puede interesar y mantener su interés tiene que ser profundo y de peso. En casi todos los casos, sus ideales tienen que cimentarse en un poder superior a ellos mismos, si es que han de rehacer sus vidas.

Si hay algunos que creen que, como psiquiatras dirigentes de un hospital para alcohólicos, parecemos algo sentimentales, les invitamos a que nos acompañen a la línea de fuego; que vean las tragedias, las esposas desesperadas, los pequeños hijos; que la solución de este problema sea parte de su trabajo cotidiano y hasta de sus momentos de reposo, y aun el más escéptico no se sorprenderá de que hayamos aceptado y alentado este movimiento. Creemos, después de muchos años de experiencia, que no hemos encontrado nada que haya contribuido más a la rehabilitación de estos hombres que el movimiento altruista que se está desarrollando entre ellos.

Los hombres y las mujeres beben, esencialmente, porque les gusta el efecto que produce el alcohol. La sensación es tan evasiva que, aunque admiten lo dañino, no pueden después de algún tiempo discernir la diferencia entre lo verdadero y lo falso. Les parece que su vida alcohólica es la única normal. Están inquietos, irritables y descontentos hasta que no vuelven a experimentar la sensación de tranquilidad y bienestar que inmediatamente les produce apurar unas cuantas copas, copas que ven a otros

tomar con impunidad. Después de haber vuelto a sucumbir al deseo imperioso, como les sucede a muchos, pasan por todas las bien conocidas etapas de la borrachera, emergiendo de ésta llenos de remordimientos y con la firme resolución de no volver a beber. Esto se repite una y otra vez y, a menos que la persona pueda experimentar un cambio psíquico completo, hay muy pocas esperanzas de que se recupere.

Por otra parte, por extraño que parezca a quienes no lo entienden, una vez que ha ocurrido el cambio psíquico, la misma persona que parecía condenada a muerte, que tenía tantos problemas y se creía incapaz de resolverlos, repentinamente descubre que puede fácilmente controlar su deseo por el alcohol y que el único esfuerzo para ello es el de seguir unas sencillas normas.

Algunos individuos han recurrido a mí, presas de la desesperación, y me han dicho con sinceridad: “¡Doctor, no puedo seguir así! ¡Tengo toda la vida por delante! ¡Tengo que parar pero no puedo! ¡Usted tiene que ayudarme!”

Cuando se tiene que afrontar este problema, si el médico es sincero consigo mismo, a veces tiene que sentir su propia insuficiencia. A pesar de que dé todo lo que pueda dar, con frecuencia no es suficiente. Uno piensa que se necesita la intervención de algo más que el poder humano para que se produzca el cambio psíquico esencial. Aunque el conjunto de recuperaciones como resultado de esfuerzos psiquiátricos es considerable, los médicos tenemos que admitir que hemos hecho poca mella en el problema en conjunto. Hay muchos tipos que no responden al enfoque psicológico ordinario.

No estoy de acuerdo con los que creen que el alcoholismo es enteramente un problema de control mental. He tratado a muchos individuos que, por ejemplo, habían trabajado por espacio de meses en un problema o negocio que tenía que resolverse favorablemente para ellos en determinada fecha. Se habían bebido una copa, uno o dos días antes de esa fecha, y el fenómeno del deseo imperioso había adquirido una preponderancia inmediata sobre los demás intereses y, por lo tanto, no habían

cumplido con aquel compromiso tan importante. Estos individuos no bebían para escapar; estaban bebiendo para aplacar un deseo imperioso que estaba más allá de su control mental.

Hay muchas situaciones motivadas por el fenómeno del deseo imperioso que impulsa a los hombres a consumir el supremo sacrificio en vez de seguir luchando.

La clasificación de los alcohólicos parece sumamente difícil, y el tratar de hacerla con detalle está fuera de los propósitos de este libro. Existe, por ejemplo, el psicópata, mentalmente desequilibrado. Todos estamos familiarizados con este tipo, el que constantemente está diciendo que va a dejar de beber para siempre. Siente un arrepentimiento exagerado y hace muchas resoluciones pero nunca toma una decisión.

Existe el individuo que no está dispuesto a admitir que no puede beber ni una copa; planea distintas maneras de beber y cambia de marca o de lugar. Tenemos el que cree que después de un período de haber estado sin beber, puede hacerlo sin peligro. También tenemos el maniaco-depresivo —tal vez éste sea el que menos pueden comprender sus amigos— acerca del cual puede escribirse todo un capítulo.

Luego están los individuos enteramente normales en todos los aspectos, excepto en el que se refiere al efecto que el alcohol produce en ellos. Estos son frecuentemente individuos capaces, inteligentes y amigables.

Todos los citados y muchos otros tienen un síntoma en común; no pueden empezar a beber sin que se presente en ellos el fenómeno del deseo imperioso. Este fenómeno, como lo hemos sugerido, puede ser la manifestación de una alergia que distingue a esta gente de los demás y que la sitúa en un grupo distinto. Nunca ha sido posible erradicarlo con ninguno de los métodos conocidos. El único método que podemos sugerir es la abstinencia completa.

Esto nos precipita inmediatamente en un hervidero de discusiones. Mucho se ha dicho y escrito a favor y en contra, pero la opinión generalizada entre los médicos parece ser la de que la mayoría de los alcohólicos crónicos no tiene remedio.

¿Cuál es la solución? Tal vez pueda contestar mejor a esta pregunta relatando una de mis experiencias.

Aproximadamente un año antes de tener esta experiencia, trajeron a un individuo para que se le tratara su alcoholismo crónico. Se había recuperado parcialmente de una hemorragia gástrica y parecía ser un caso de deterioro mental patológico. Había perdido todo lo que valía la pena en la vida y solamente vivía para beber. Admitió francamente, y lo creía, que no había remedio para él. Después de que se hubo desalojado al alcohol de su organismo, se comprobó que no había ninguna lesión cerebral permanente. Aceptó el plan que se expone en este libro. Un año después vino a verme y tuve una extraña sensación. Lo conocía por su nombre y pude reconocer parcialmente sus facciones, pero eso era todo. De una ruina temblorosa y desesperada, había surgido un individuo radiante de alegría y de confianza en sí mismo. Estuve hablando con él un rato pero no podía convencerme de que lo conocía. Para mí, era un extraño y lo fue hasta que se marchó. Ha pasado mucho tiempo y no ha vuelto a probar el alcohol.

Cuando siento la necesidad de levantarme el ánimo, pienso a menudo en un caso que trajo un eminente médico de Nueva York. El paciente había hecho su propio diagnóstico y, decidiendo que su situación era irremediable, fue a encerrarse en un granero vacío decidido a morir; ahí lo encontraron unas personas que lo buscaban y me lo trajeron en una condición desesperada. Después de su rehabilitación física, tuvo una conversación conmigo, y con entera franqueza, me manifestó que consideraba una pérdida de esfuerzos el tratamiento a menos de que yo pudiera asegurarle lo que nadie había hecho nunca: que en el futuro tendría “la fuerza de voluntad” necesaria para resistir el impulso de beber.

Su problema alcohólico era tan complejo y su depresión tan grande, que pensamos en la entonces llamada “psicología moral” como única esperanza para él, y dudando de que aun ésta tuviese algún efecto.

Sin embargo, lo convencieron las ideas que encierra este

libro. No ha bebido ni una copa en muchos años. Lo veo de vez en cuando y es un espécimen de la naturaleza humana tan excelente como uno pueda imaginarse.

Aconsejo muy seriamente a todo alcohólico que lea con atención todo el libro y, aunque es posible que a primera vista lo tome como objeto de burla, quizás después se quede meditando y eleve una oración.

William D. Silkworth, M.D.