

## SOY HIJO DE UN ALCOHÓLICO

Psic. Sara Luz Moreno de Quiroz

En la actualidad, los millones de adultos que crecieron dentro de una familia con problemas de alcoholismo, se preguntan cómo sobrevivieron dentro de un sistema familiar donde diariamente sufrían el impacto de conductas y actitudes agresivas y manipuladoras, de abandono y represión, de situaciones de enfrentamiento violentas en las relaciones interpersonales, de inseguridad e incertidumbre, de incongruencia e insatisfacción. Un sistema familiar donde además debían convencerse que nada de esto estaba sucediendo y que por lo tanto, nada les afectaba; es decir, no sufrían, no sentían y en consecuencia tampoco aprendieron a confiar ni a hablar acerca de lo que a diario vivieron como una realidad pero negaron en la realidad. Así, al llegar a la vida adulta, el hijo de alcoholico tiene la necesidad de elaborar esos conflictos que aún persisten en él, procesar sentimientos inhibidos durante su infancia, niñez y adolescencia, cuando vivió experiencias dolorosas.

Es necesario elaborar traumas, insatisfacciones y emociones reprimidas para revisar cómo aquellas actitudes y conductas que en la niñez y la adolescencia le ayudaron a mantener un equilibrio enfermo, pero al fin equilibrio, en la vida adulta sólo obstaculizan su crecimiento personal, alimentan resentimientos y promueven la rigidez. Esto le ocasiona una insatisfacción por la vida, que a su vez lo mantiene en un estado de depresión latente. La causa: una estructura familiar enferma y una interacción destructiva. La enfermedad: el alcoholismo. Cabe preguntarnos: es el alcoholismo una enfermedad?, un vicio?, una debilidad moral?, falta de carácter?. Mucho se ha discutido acerca de esto, pero en cualquier caso el hecho es que la carga es muy pesada y dolorosa, no sólo para el alcoholico sino para su familia.

El concepto del alcoholismo como enfermedad ha sido reconocido por distintas organizaciones internacionales como la Organización Mundial de la Salud, la Asociación de Psiquiatría Internacional y la Asociación Médica Americana. Ésta última la define así: "El alcoholismo es una enfermedad crónica, progresiva, que afecta todas las áreas de una persona y que puede resultar en la locura o la muerte". Esta enfermedad es crónica y mortal y se caracteriza por la pérdida de control y la incapacidad para abstenerse de beber. Aquella persona que desarrolla la dependencia al alcohol ve progresivamente afectadas todas las áreas de su vida. El deterioro físico es grave, y su vida social y familiar se ven afectadas seriamente. A lo largo del tiempo el alcoholismo también va minando la energía y los recursos de la familia y ejerce un impacto disgregador sobre ésta, aunque a la corta es posible que sus miembros no perciban este hecho. El impacto del alcoholismo como enfermedad incluye una lista de conductas negativas. Se mencionan el abuso contra el cónyuge y los hijos, tasas de divorcio muy elevadas, depresión y suicidio, problemas laborales, accidentes automovilísticos, entre otras. Dado que el alcoholico presenta rasgos de personalidad, actitudes y conductas disfuncionales que progresivamente le llevan a un deterioro físico, psíquico, social, familiar, laboral y económico, los hijos reaccionan tratando de controlarlo, disculparlo o esconderlo. Además experimentan una ansiedad constante y se obsesionan con la forma de beber de un padre alcoholico. Ante su impotencia para controlarlo, experimentan rabia y consecuentemente lo agreden y recriminan. Se culpan a sí mismos y sienten dolor.