En los dos casos descritos, el cardiaco y el del tuberculoso, los momentos que precedieron a las recaidas estuvieron caracterizados por un mal pensamiento. Los pacientes en ambos casos, racionalizaron su proceder fuera de su verdadera limitación física. Estos pacientes se alejaron de la realidad de que han sido victimas de una enfermedad seria, se confiaron demasiado y decidieron que ya no necesitaban seguir instrucciones.

Es esto mismo lo que sucede a un alcohólico controlado y que subsecuentemente sufre una recaida. Es obvio el hecho de que el decide tomarse un trago algun tiempo antes de hacerlo. El empieza a tener un proceso de pensamiento alterado antes de embarcarse en la nave que lo conducirá al resbalón.

No hay necesidad de achacar el resbalón a un comportramiento alcohólico, ni un segundo ataque cardiaco a algun comportamiento cardiaco. La recaida alcohólica no es un sintoma de una condición psicópata o nada descabellado acerca de la misma, simplemente el paciente no siguió instrucciones.

Para el alchólico AA ofrece las instrucciones. Un factor o ingrediente vital de prevención sobre todo para el alchólico es a nivel emocional. El alcohólico que aprende la mecánica y las técnicas de AA pero que no desarrolla el aspecto espiritual, puede cansarse de seguir las instrucciones, no por el hecho de ser alcohólico, sino porque es humano. Las reglas y regulaciones llegan a molestar a casi todos, ya que ellas son restrictivas, negativas y prohibitivas. La filosofia de AA es en contraste, positiva y posee una gran emoción positiva, un gran deseo de seguir direcciones en forma voluntaria.

De cualquier forma, la psicologia del alchólico no es diferente a pesar de que algunos tratan de afirmarlo. La enfermedad tiene algunas diferencias físicas, y el alchólico tiene problemas peculiares a él. El ha desarrollado mecanismos de defensa y esto le ha ocasionado frustraciones. Pero en general, no hay razón para seguir hablando de la "mente alcohólica" como si existiera también la "mentalidad cardiaca" o la"mentalidad tuberculosa".

Creo firmemente que ayudaremos más al alcohólico si reconocemos primero que es un ser humano—afectado de su naturaleza humana.

Reimpreso con autorización del Magazine La Viña, publicada originalmente en 1947.

La Opinión del Médico

Reimpreso del Libro Grande de
Alcohólicos Anónimos

Con lectura adicional:
el artículo de Dr. William Silkworth, "Resbalones y Naturaleza Humana".

Reimpreso con autorización del Magazine La Viña, publicada originalmente en 1947.

Este folleto fue producido por el Distrito 21- Area 8
Publicado en Febrero del 2015

Para mas informacion, preguntas o solicitar ayuda

Visite nuestro website local: http://www.area8aa.org o
llame a la Oficina Central de AA: San Diego - (619) 265-8762
Condado Norte, San Diego - (760) 758-2514

El propósito de este folleto es para informar y educar a la comunidad profesional acerca del diagnóstico médico del alcoholismo tal y como lo ha escrito un miembro de la Profesión Médica – Dr.William D. Silkworth.

La Comunidad Profesional puede ofrecer este folleto a sus pacientes con la esperanza que esto les inspire a sobrevivir esta enfermedad.

La idea de la creación de este folleto se origina de la idea de un miembro de AA mismo quién habìa empezado a hacer una investigación sobre sobriedad y empezó a estudiar los aspectos médicos de esta enfermedad como se describe en la Opinión del Médico y en al Artìculo "Resbalones y Naturaleza Humana".

WILLIAM DUNCAN SILKWORTH, MD (1873-1951)

El Doctor William D. Silkworth, conocido como "el pequeño doctor que amaba a los borrachos",hizo una contribución indispensable a Alcohólicos Anónimos durante los primeros años de los 30s cuando era Director Médico del Hospital Charles B. Towns , en 293 Central park West (89th street), New York, N.Y.. Este hospital fundado en 1901, era bien conocido como un lugar de recuperación y rehabilitación para ricos, mismo que daba atención a clientela de todo el mundo. Millonarios americanos, realeza europea y jeques petroleros del Medio Oriente transitaron entre sus paredes de un lado al otro: Hermanos en humillación en batas y pantuflas.

Era el Dr. Silkworth quien, durante el verano de 1933, le dijo a Bill Wilson sobre la naturaleza del alcoholìsmo; en su opinión el problema no tenìa nada que ver con vicios o hábitos ni falta de caracter, era así, una enfermedad de componentes mentales y fìsicos. Silkworth es ampliamente concocido por referirse a la enfermedad del alcoholismo como "una obsesión de la mente que condena a la persona a tomar y como una alergia del cuerpo que lo condena a uno a morir", o bién ir a la locura si se continua ingiriendo alcohol..

Silkworh jugó un gran papel en muchos de los nuevos casos de recuperación particularmente en Nueva York.. Se estima que el trató cuarentamil casos de alcoholismo durante su carrera. La introducción de sus escritos en el libro de "Alcohólicos Anónimos" dice que los primeros miembros de AA consideran al nativo de Brooklin como nada menos que un santo médico.

Fragmentos obtenidos de "The Roundtable of AA History" publicada en Enero 10, 1998 en el website de Silkworth. http://silkworth.net/silkwort_bio.html

Estos resbalones generalmente ocurren en las etapas tempranas de endoctrinación al programa de Alcohólicos Anónimos, en las cuales la persona no ha tenido tiempo de asimilar las técnicas y la filosofìa de AA para tener una buena base de las mismas.Estas recaìdas pueden sucerder también en el alchólico que ha sido miembro de AA por meses o incluso varios años, y es en estos casos donde vemos más similitud entre el comportamiento alchólico y el de otras victimas "normales" de otras enfermedades.

Nadie se sorprende de saber que existen recaìdas en pacientes con tuberculosis, las cuales son hasta cierto punto frecuentes. Pero hay una situación verdaderamente sorprendente, ya que la causa de dichas recaìdas es muy similar a las causas de las recaìdas en el alcohólico.

Suceden de la siguiente manera: Cuando un paciente tuberculoso está lo suficientemente fuerte para ser dado de alta del sanatorio, el médico le dará instrucciones que deberá seguir cuidadosamente en casa. Deberá tomar mucha leche, no fumar y en fìn obedecer una serie de ordenamientos estrictos.

Durante los primeros meses, quizás varios años el paciente sigue al pie de la letra las recomendaciones. A medida que se va sintiendo mejor y más fuerte, el empieza a aflojar en su cuidado. Quizás se sienta lo suficientemente fuerte como para estar despierto hasta las diez de la noche. Asì las cosas lo hace y nada le pasa. De pronto el ya no estará siguiendo del todo las recomendaciones del sanatorio, hasta que eventualmente sufre una recaìda.

La misma tragedia puede sucederle a un paciente cardìaco. Despues del ataque al corazón, el paciente es puesto en un estricto régimen de reposo. Asustado el paciente sigue al pie de la letra las recomendaciones por un tiempo considerablemente largo. De igual forma, se va a la cama temprano, evita ejercicios pesados como subir escaleras, deja de fumar y en general lleva una vida ejemplar. Llega el dia en el que, despues de meses o años de sentirse bien, el siente que ha vuelto a recobrar sus fuerzas y que se ha liberado de sus temores, y un buen dìa, en que el elevador no está funcionando, se aventura a subir los tres pisos por las escaleras. De igual forma, puede decidir ir a una fiesta o fumar un poco y/o tomar una o dos copas. Si no llega a haber ningùn efecto negativo después de esto, el lo hará de nuevo una y otra vez hasta que de repente viene una recaìda.

La gente tiende a pensar que hay “hay algo muy peculiar en los alchólicos”. Ellos aparentan estar bien del todo, y en cualquier momento, pueden volver a sus hábitos del pasado, uno nunca sabe.

Lo anterior no tiene sentido.El alcohólico es una persona enferma. Bajo la técnica de Alchólicos Anónimos el enfermo se recupera, a lo que podriamos decir, la enfermedad queda controlada. No hay nada raro acerca de la persona, en igual forma que pasaria con un paciente diabético quien tiene su diabetes controlada.

Aclaremos, de una vez por todas, los alchólicos son seres humanos, quienes se pueden inteligentemente cuidar contra la mayoria de los resbalones.

Tanto en los circulos convencionales y profesionales existe la tendencia a etiquetar el comportamiento y las acciones de los alchólicos como “comprotamiento alchólico” mientras que la realidad es simple naturaleza humana.

Está muy mal el hecho de considerar cualquiera de las tendencias emocionales observadas en los adictos al alcohol como algo privativo y peculiar de los alcohólicos. Las anormalidades emocionales y mentales observados en los pacientes alchólicos se consideran ùnicos de ellos, cuando en realidad son sintomas universales y **observados en la humanidad** , independientemente de ser alchólicos o no.

Sucede desde luego, que el alchólico tiene la tendencia a considerarse a sì mismo como como alguien diferente, especial y con tendencias y reacciones ùnicas. Estas tendencias suelen ser expresadas por igual entre psiquiatras, médicos y terapistas y llevadas en ocasiones a los extremos en sus análisis y tratamientos, llegandose en ocasiones a elaborar complicados misterios en situaciones comunes a todos los seres humanos, ya sea que beban whiskey o leche.

El alcoholismo, como caulquiera otra enfermedad, tiene sus propias formas de manifestarse, y como tal tiene algunas peculiaridades propias que son desconcertantes y que la hacen diferir de otras enfermedades, y de igual manera cualquiera de los sintomas y muchos de los comportaminetos del alcoholico se pueden ver manifestados en otras enfermedades.

El resbalón es una recaida. Es una recaida que ocurre despues de que el alcohólico ha dejado de tomar y ha comenzado en el programa de recuperación de AA.

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 nuestro sufrimiento 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 de 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 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 acertada. Aclara muchas cosas que de otro modo nosotros no podíamos explicar.

Aunque nosotros trabajamos por nuestra solución en un plano espiritual y altruista, estamos en favor de la hospitalización del alcohólico que está nervioso 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 son adictos al alcohol.

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 adictos 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.

Cuando siento la necesidad de elevar mi mente, pienso 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; 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 este libro. Es posible que a primera vista lo tome como objeto de burlas, pero quizás después se quede meditando y eleve una oración.

William D. Silkworth, M.D.

Reimpreso del Libro Grande de *Alcohólicos Anónimos*

Los Resbalones y La Naturaleza Humana

por William Duncan Silkworth, M.D.

El misterio de los resbalones no es tan obscuro como puidera parecer. Aùn cuando pareciera extraño que un alcohólico quien se ha recuperado y ha alcanzado un lugar digno en la sociedad y quien continua 'seco' por años de repente tira por la borda todas sus expectativas y se encuentra al borde de ahogarse en licor, la respuesta es a menudo simple.

Y los individuos enteramente normales en todos respectos, excepto en el que se refiere al efecto que el alcohol produce en ellos. Estos son, a veces, 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 caldero hirviente 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.

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 colaboradores de este libro estuvo bajo nuestro cuidado en este hospital y, durante ese tiempo adquirió 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. La abnegación y su espíritu de comunidad, son algo realmente inspirador para quien ha trabajado incansablemente — y por mucho tiempo — en el terreno del alcoholismo. Creen en ellos mismos, pero mucho más en el Poder que los arranca de las garras de la muerte.

Naturalmente, el alcohólico necesita ser liberado de su anhelo imperioso por el alcohol y esto requiere, con frecuencia, un procedimiento 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, 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 de 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 la vida por delante! ¡Necesito 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, aparte del 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 y que impulsan a los hombres a consumar 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 maniático-depresivo —tal vez éste sea el que menos pueden comprender sus amigos— acerca del cual puede escribirse todo un capítulo.