

¿Qué nos pasa como sociedad, que necesitamos drogarnos?

Clor. Daniel G. Colombo
Counselor- Consultor Psicológico-
Prevención y asistencia de las adicciones
Fundación DeHum.

Hace más de cien años que las drogas se prohibieron por primera vez. Las guerras del Opio, fueron dos conflictos bélicos que ocurrieron en el siglo XIX entre los imperios chino y británico. La Primera duró entre 1839 y 1842. La Segunda, en la que Francia se implicó con los británicos, estalló en 1856 y duró hasta 1860. El emperador censuró el opio en China debido al efecto negativo de este en la población. Los británicos en cambio, veían al opio como el mercado ideal que los ayudaría a compensar el gran comercio con China. En todo este siglo de guerra contra las drogas, nuestros expertos y gobiernos nos han contado una historia sobre la adicción. Esta historia está tan arraigada en nuestra mente que ya la damos por hecho. Parece algo obvio, no obstante, lo que aprendí es que casi todo lo que nos han contado sobre la adicción es falso; hay una historia diferente a punto de ser contada.

Si logramos que escuchen esta nueva historia, tendremos que cambiar mucho más que la guerra contra las drogas. Tendremos que cambiarnos a nosotros mismos.

Aunque las sustancias no son inocuas, no es la raíz del problema. Existe por lo tanto una necesidad humana al consumo de sustancias que alteren la conciencia de nuestros cerebros para que la realidad pueda ser vista de una forma diferente y esta no termine por destruirnos. O más simple, el consumo de sustancias cambia, en buena medida, el cristal con el que vemos nuestra vida. Estas sustancias,

algunas altamente adictivas, van descomponiendo sistemáticamente la realidad que nos rodea. En la búsqueda por sentirnos mejor, además de ser queridos, reconocidos, amados, mimados y al no poder acceder fácilmente a estas demandas naturales del ser humano, un día cualquiera se nos cruza en el camino una sustancia, objeto o comportamiento que logra “mágicamente” abrazarnos, consolarnos, y por sobre todas las cosas escucharnos y entendernos.

Esto nos da una visión que va mucho más allá de la necesidad de entender a los adictos. El profesor Peter Cohen defiende que los seres humanos tienen una necesidad profunda de apego y de crear vínculos. Es así como obtenemos satisfacción. Si no podemos conectar con las personas, conectaremos con cualquier cosa que encontremos, el zumbido de una ruleta o el pinchazo de una jeringa, beber desde la mañana temprano, o directamente con la violencia de género. Afirma que deberíamos dejar de hablar sobre "adicción" en general para empezar a llamarlo "apego". Un adicto a la heroína se ha adherido a ella porque no ha podido vincularse con otra cosa hasta ese punto.

La teoría del apego es la teoría que describe la dinámica de largo plazo de las relaciones entre los seres humanos. El psiquiatra y psicoanalista John Bowlby sostiene que su principio más importante es “que un recién nacido necesita desarrollar una relación con al menos un cuidador principal para que su desarrollo social y emocional se produzca con normalidad”. Este adulto deber estar disponible y accesible, cosa que muchas veces no logramos en la medida deseada.

Aquí comienza la nueva historia a la que hiciera referencia al principio. Si de niños fuéramos criados al amparo y cobijo de un cuidador (figura materno/paterno), que estuviese disponible y accesible, nos diera amor, cuidados especiales y se

interesara realmente por nuestras necesidades, las drogas no se cruzarían en nuestro camino, o al menos, no remplazarían el vínculo.

El aumento de la adicción es un síntoma de una enfermedad más profunda, de la forma de vida que llevamos, que dirige constantemente nuestra mirada hacia el próximo objeto brillante que deberíamos comprar en lugar de llevarnos a mejorar los vínculos con seres humanos que nos rodean.

Hemos creado sociedades humanas en las que es más fácil que la gente carezca de conexiones humanas verdaderas. En los años 70' Bruce Alexander, el creador de Rat Park, sostenía que durante mucho tiempo hemos estado hablando exclusivamente de la recuperación de la adicción de forma individual. Ahora tenemos que hablar de la recuperación social, el modo en que todos nos recuperamos unidos, de la enfermedad del aislamiento que nos invade como una espesa niebla.

Alexander descubrió algo extraño en este experimento. La rata está sola en la jaula. No tiene otra cosa que hacer aparte de tomar drogas. ¿Qué ocurriría, se preguntaba, si se intentara de otra manera? Entonces, el profesor construyó un parque para ratas (Rat Park). Se trata de una jaula muy amplia de diversión en la que las ratas tenían pelotas de colores, la mejor comida para ratas y túneles para corretear y muchos amigos: todo lo que una rata querría. Alexander quería saber qué ocurriría.

En el parque de ratas, todas probaron los dos botes de agua porque no sabían qué contenían. Pero lo que sucedió fue sorprendente.

A las ratas que llevaban una buena vida no les gustó el agua con droga. En general, evitaban beberla y consumían menos de un cuarto de las drogas que tomaban las ratas aisladas. Mientras que las ratas que estaban solas e infelices se

hicieron adictas, no le ocurrió lo mismo a ninguna de las que vivía en un entorno saludable.

Por tanto, lo opuesto a la adicción no es la sobriedad. Es la conexión humana con vínculos saludables que permiten a las personas conectarse con su entorno más inmediato de forma que se sienta amado, reconocido, valorado, escuchado y con sus necesidades básicas satisfechas.

Porque citar a Bruce Alexander, un psicólogo y profesor emérito de Vancouver, BC, Canadá?. El profesor Alexander sostiene que este descubrimiento es un profundo reto tanto para la visión conservadora de que la adicción es un fracaso moral debido a los excesos hedonistas, como para la visión liberal de que la enfermedad es una enfermedad que tiene lugar en un cerebro químicamente secuestrado. De hecho, dice que la adicción es una adaptación. No eres tú. Es tu jaula, tu capsula química.

Después de la primera fase de Rat Park, el profesor Alexander continuó con sus pruebas. Repitió los primeros experimentos, en los que las ratas estaban solas y consumían la droga de forma compulsiva. Dejó que la consumieran durante 57 días. Luego las sacó del aislamiento y las situó en el parque para ratas. Quería saber si al caer en ese estado de adicción, el cerebro está tan secuestrado que es imposible recuperarse.

¿Las drogas se apoderan de ti? De nuevo, lo que ocurrió fue sorprendente. Parecía que las ratas tenían síntomas de abstinencia, pero pronto dejaron de consumir tantas drogas y volvieron a llevar una vida normal. La jaula y el entorno más saludable las salvó.

Deberíamos incursionar definitivamente a nuevas miradas sobre la prevención y asistencia de las adicciones. Aunque las sustancias sean distintas (drogas

blandas/duras, alcohol, juego, vínculos violentos, etc), todos tienen la misma raíz. Esta raíz se ha engendrado en la falta de modelos de vínculos saludables y fueron sustituidos por vínculos tóxicos. Los gobiernos deben recuperar políticas de acción, para restablecer las familias, proponer un nuevo contrato social de modelos saludables, capacitar y ampliar la percepción, como así también el despliegue de las potencialidades de los individuos.

Sin políticas que tiendan a establecer los roles que una vez fueron pilares de nuestras familias, y realizando los cambios necesarios para una mejora en la comunicación de padres e hijos, como así con los demás, nada cambiará. Seguirán las personas transitando por diferentes establecimientos buscando ser atendidos y ayudados a recuperarse y re insertarse en una sociedad que será la misma que antes de que comenzaran a consumir, la puerta seguirá siendo giratoria!!.