

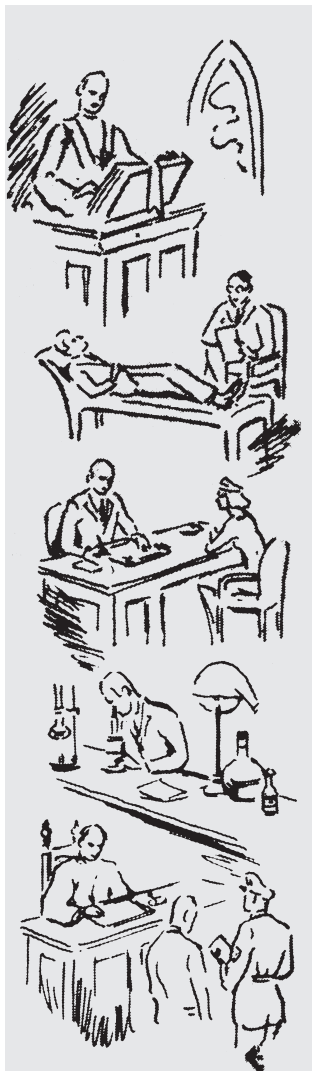
Seamos amables con nuestros amigos en el frente del alcoholismo

Por Bill W.

Se dice que hay cuatro millones y medio¹ de alcohólicos en Estados Unidos. Hasta la fecha, AA ha ayudado a que casi 250,000² de ellos logren su sobriedad; o sea, uno de cada veinte, o un 5 % del total. Este es un buen comienzo, relevante y esperanzador para quienes aún sufren. Sin embargo, estas cifras muestran que apenas hemos hecho mella en este gran problema de salud mundial. Hay millones de personas aún enfermas, y otros millones pronto lo estarán.

Estos datos sobre el alcoholismo deben animarnos a reflexionar y ser humildes. Sin duda, podemos sentirnos agradecidos con cualquier organismo o método que intente resolver el problema del alcoholismo —ya sea en el terreno de la medicina, la religión, la educación o la investigación—. Debemos ser receptivos a todos esos esfuerzos, y comprensivos cuando fracasan por no estar debidamente informados. Tengamos presente que durante años AA misma funcionó a base de prueba y error. Individualmente, los AA podemos y debemos colaborar con aquellos que prometen tener éxito, aunque solo sea parcialmente.

Y no debemos permitir que nuestras convicciones o prejuicios particulares se antepongan a nuestra sensatez y buena voluntad. Por ejemplo, muchos de nosotros creemos que el alcoholismo es principalmente un problema espiritual. Por lo tanto, tenemos poca paciencia con los bioquímicos que quieren convencernos de que los borrachos beben sobre todo porque su metabolismo está afectado. Igualmente,



Notas en la última página

©AA Grapevine, Inc., 1958.
(Número de marzo de 1958)
AA Grapevine, 1995.

Reproducido con autorización.

somos propensos a enfurecernos al oír a los psiquiatras descartar toda cuestión del bien y del mal e insistir en que el verdadero problema del alcohólico siempre tiene sus raíces en las obsesiones neuróticas que adquirió inocentemente cuando era niño, convirtiéndose en una persona inadaptada por los errores de sus padres. O, cuando los trabajadores sociales afirman que las verdaderas causas del alcoholismo residen en las malas condiciones sociales, tendemos a impacientarnos y exclamar «¿A quién le importa cuáles puedan ser las causas? AA puede enmendar a los borrachos, sin meterse en todo eso».

De igual forma, algunos AA menospreciamos cualquier otro tipo de terapia que no sea la nuestra. Señalamos ciertas clínicas y comisiones que no han logrado gran cosa; nos quejamos de las inmensas sumas de dinero malgastadas por entidades estatales y privadas. Nos ensañamos con todos los medicamentos experimentales que no han servido. Menospreciamos los esfuerzos que hacen los hombres y



mujeres religiosos para ocuparse de nosotros, los borrachos. Creemos que brindar información adecuada sobre el alcohol está muy bien. Pero igualmente somos propensos a creer que en este campo AA

está haciendo la mayor parte del trabajo —aunque sea indirectamente—.

Puede que esto parezca ser una confesión de los pecados de AA —y, hasta cierto punto, lo es—. También es una confesión de que, en alguna u otra ocasión, yo mismo he albergado muchas de estas opiniones y prejuicios frecuentemente miopes. Pero me apresuro a añadir que todo lo que acabo de decir se aplica mucho más al pasado de AA que a nuestra perspectiva actual.

Hoy en día, la gran mayoría de nosotros recibimos de buen grado cualquier nueva luz que ayude a esclarecer la enfermedad misteriosa y desconcertante del alcohólico. Poco importa que los datos nuevos y valiosos procedan de un tubo de ensayo, del diván de un psiquiatra o de estudios sociológicos reveladores. Nos alegramos de cualquier tipo de información para concienciar al público y cambiar su antigua percepción del borracho. Cada vez más, consideramos a todos los que trabajan en el campo del alcoholismo como nuestros compañeros en la marcha de las tinieblas hacia la luz. Nos damos cuenta de que podemos lograr juntos lo que nunca podríamos por separado y rivalizando.

Debo admitir que, al ocuparme de todos los asuntos de AA, he dedicado poco tiempo a pensar en el problema global del alcoholismo. Pero he podido entrever algo, y me gustaría compartirlo con ustedes.

Consideremos los cuatro millones y medio de alcohólicos que hay en Estados Unidos. ¿En qué situación están ahora? ¿Qué se está haciendo y qué podría hacerse por ellos? ¿Y por la siguiente generación, otros cuatro millones que aún son niños y adolescentes? Exceptuando lo

que AA pueda hacer, ¿han de ser víctimas también?

Empecemos por el peor escenario. Nuestras instituciones para enfermos mentales están inundadas de personas con lesiones cerebrales y de psicópatas graves. Unos cuantos logran recuperarse, pero no muchos. La mayoría ya no tiene remedio; pasar a mejor vida es su única esperanza. Sin embargo, futuras investigaciones sobre su condición pueden ampliar nuestros conocimientos en materia de prevención, en beneficio de quienes están aproximándose al borde del abismo. También hay una gran cantidad de alcohólicos en las prisiones. Puede ser que el alcohol los metiera directamente en los problemas por los que están allí; o quizá tenían que beber para poder entregarse a sus obsesivas inclinaciones para cometer los crímenes. En este ámbito, la investigación médica, psiquiátrica y social es claramente necesaria. AA no puede hacer esta tarea, pero otros ya han hecho un buen comienzo.

En todas las grandes ciudades hay lugares donde se refugian los borrachos. Sin duda, tiene que haber varios cientos de miles de los llamados *borrachos perdidos*. Algunos están tan psicóticos y tan trastornados que su único destino es el manicomio. El resto de estos incontables hombres y mujeres abarrotan las comisarías, los juzgados, las cárceles y los hospitales. Para ellos, el precio en sufrimiento es incalculable; el costo para la sociedad —incluso solo en dólares— es enorme. Multitudes de estas personas, que todavía no han sido declaradas mentalmente incompetentes, se ven condenadas a vagar sin esperanza. ¿Hay algo que pueda hacerse? Es muy probable que sí. Tal vez pudieran ser llevados a granjas donde,

en una especie de «cuarentena» puedan trabajar lo suficiente para mantenerse a sí mismos, mejorar de salud, y ahorrarles a sus respectivas ciudades grandes sumas de dinero y molestias. Este y otros experimentos parecidos han empezado a ofrecer mayor esperanza a quienes viven en la indigencia. Algunos miembros de AA están ayudando, pero la mayor parte del trabajo y del dinero tendrá que venir de otra parte.

Consideremos ahora los millones de alcohólicos que aún no han llegado a las prisiones, los manicomios o los barrios bajos. Se dice que ellos constituyen la gran mayoría. Actualmente, AA parece ser su mejor alternativa de recuperación. Entonces, ¿por qué no han acudido a nosotros todos esos millones? O, ¿por qué no han tratado de recuperarse por cualquier otro método?

Cualquier miembro de AA puede darle una respuesta rápida y acertada: «No están dispuestos, ni están conscientes del alcance de su enfermedad. Si lo estudiaran, vendrían en tropel buscando tratamiento, como si tuvieran diabetes o cáncer». Por lo tanto, el problema es cómo exponerles los hechos para convencerlos de que están gravemente enfermos.

Más que nada, la solución parece estar en la *educación*: informar en las escuelas, en las facultades de medicina, a los clérigos y a los patrones, a las familias y al público en general. Desde la cuna hasta la tumba, el borracho y el posible alcohólico deben encontrarse en un ambiente de comprensión profunda y auténtica, y expuestos a un continuo bombardeo de información: los hechos acerca de su enfermedad, sus síntomas, y su fatídica gravedad. ¿Por qué ha de esperar un alcohólico hasta cumplir 55 años —y estar

horriblemente destrozado— para enterarse de que es una persona muy enferma, si al disponer de información completa y correcta se le podría haber convencido a los 30 o 35 años?

La historia ha demostrado que —cualesquiera que sean sus méritos— ni los sermones ni los mensajes moralizantes ni otras tentativas reformistas han causado nunca gran efecto en los alcohólicos en su conjunto. Pero, en años recientes, el brindar información acerca de la enfermedad ha dado resultados muy promisorios. Incluso en el presente estamos viendo que mucha gente joven se ha acercado a AA, como consecuencia directa de una más generalizada difusión de información sobre la enfermedad.

Los AA hemos brindado bastante información en este sentido, y algunos amigos fuera de AA lo han hecho aun más. Como consecuencia, en este mismo momento casi medio millón de borrachos en los Estados Unidos están intentando recuperarse —o, al menos, están pensando seriamente en hacerlo—, ya sea por su propia cuenta, o por medio de algún tratamiento. Tal vez este cálculo sea un poco elevado, pero no es en absoluto inverosímil. Una buena información profesional acerca del alcoholismo —y cada vez más amplia y generalizada— tendrá sin duda un gran impacto.

El impacto de una buena educación sobre el alcoholismo no solo se verá reflejado en la cantidad de personas bajo tratamiento, sino aun más en el aspecto preventivo. Esto supone una educación objetiva, presentada apropiadamente a los niños y a los adolescentes, en el hogar y en la escuela. Anteriormente, la educación trataba el alcoholismo en términos de inmoralidad, y no como una enfermedad.

Los AA podemos afirmar esto con gran convicción. La mayoría de nuestros hijos se han visto trastornados emocionalmente por nuestro comportamiento cuando bebíamos, y se han vuelto «inadaptados». Se supondría que muchos de ellos ya se hubieran vuelto bebedores problemáticos; pero no lo han hecho. El alcoholismo —o un alcoholismo potencial— rara vez se ve entre los hijos de padres que son miembros de AA. Pero nunca les prohibimos beber, ni los sermoneamos si lo hacen. Simplemente aprenden por lo que ven y por lo que oyen que el alcoholismo es un asunto espantoso, y que, si beben, tienen una probabilidad entre quince de contraer la enfermedad del alcoholismo. La mayoría de ellos no beben nada en absoluto. Otros beben con moderación. Los demás, después de meterse en algunas situaciones preocupantes, son capaces de dejar de beber, y lo hacen rápidamente. Esto parece ser el mejor tipo de información preventiva.

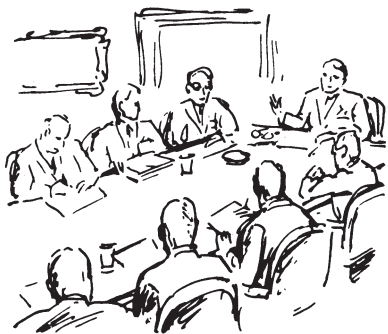
Por lo tanto, es del todo posible que muchos de estos métodos e ideas de AA puedan aplicarse ampliamente en niños de todo tipo.

¿Quién se va a encargar de hacer una más amplia labor educativa? Obviamente, es una tarea tanto para la sociedad como para los especialistas. Individualmente, los AA podemos ayudar; pero AA como tal no puede —y no debe— intervenir directamente en este campo. Por lo tanto, tenemos que confiar en otros organismos, en nuestros amigos de afuera y en su disposición para destinar grandes cantidades de dinero y esfuerzo; estos, con mayor eficacia que nunca, encaminarán al alcohólico al tratamiento y evitarán el desarrollo de la enfermedad en millones de niños predisuestos, quienes, de otra

forma, seguirían el camino tan bien conocido por nosotros.

Los siguientes episodios históricos demuestran que se han hecho progresos —muy grandes y promisorios— en los ámbitos de la investigación, el tratamiento, la rehabilitación y la educación —sin la intervención de AA—. Por casualidad, yo mismo tuve la oportunidad de ser testigo de los inicios de los métodos modernos en estas esferas. Lo siguiente es lo que vi:

Tengo vivos recuerdos del doctor H. W. Haggard, del cuerpo docente de la



Universidad de Yale. En 1930 —cuatro años antes de que yo lograra mi sobriedad—, este excelente médico se preguntaba qué les pasaba a los borrachos. Quería emprender una investigación —principalmente, estudios de laboratorio, para analizar su bioquímica—. Esto les causó tanta gracia a algunos de sus colegas que no recibió fondos de la tesorería de Yale. No obstante, para el doctor Haggard se trataba de una misión. Aportó dinero de su propio bolsillo, y le pidió a sus amigos cercanos que hicieran lo mismo. Así pudo comenzar su proyecto, y él y un colega suyo, el doctor Henderson, se pusieron a trabajar.

Tiempo después, en 1937, el doctor Anton Carlson —renombrado fisiólogo—

y un grupo de científicos interesados formaron un organismo subsidiario llamado Research Council on Problems of Alcohol (Consejo de Investigación sobre la Problemática del Alcoholismo). Se trataba de un programa más amplio. Algunos de los primeros AA neoyorquinos asistimos a sus reuniones —a veces para aplaudir y a veces, lo confieso, para burlarnos—. (Los AA de esa época —como podrán imaginarse— creían que tenían el monopolio para enmendar a los borrachos).

En esos días, se integró al Consejo de Investigación una persona muy activa, el doctor E. M. Jellinek. No era médico, pero era muy docto en casi todo lo demás. Aprender todo acerca de los borrachos no era sino un asunto de ponerse al día en sus lecturas atrasadas. Era prodigiosamente ilustrado, y, además, muy apreciado por nosotros los alcohólicos. Decíamos que era un «alcohólico seco», porque se podía identificar fácilmente con nosotros. Incluso tenía un apodo afectuoso: su padre —que era húngaro— lo llamaba «Bunky», que en su idioma significa «rabanito». «Rabanito» se puso a trabajar enseguida.

Con el tiempo, «Bunky» y el doctor Haggard aunaron sus esfuerzos, y en 1940 empezaron a publicar la *Quarterly Journal of Studies on Alcohol* (Revista Trimestral de Estudios sobre Alcoholismo), dedicada a publicar artículos que abarcaban todo el campo de estudios e investigaciones acerca del alcoholismo. Esto dio pie a una estrecha asociación y colaboración entre los doctores Jellinek y Haggard.

En 1943, el doctor Haggard y «Bunky» organizaron la Yale School for Alcohol Studies (Escuela de Estudios sobre el Alcoholismo de Yale)³. Se dieron cuenta de que un laboratorio y una revista especializada no podían llegar muy lejos, a no

ser que atrajeran a un público más amplio. Se propuso la idea de que cualquier persona que tuviera algo que ver con los borrachos o con el alcoholismo debía tener representación en la Escuela.

A las primeras sesiones asistió un público de lo más heterogéneo. Me acuerdo muy bien del venerable señor Colvin, quien había sido el candidato del Partido Prohibicionista a la presidencia de los Estados Unidos. En el polo radicalmente opuesto se encontraban algunos representantes de la industria de bebidas alcohólicas. Entremedias, había unos cuantos clérigos, trabajadores sociales, jueces, policías, oficiales de libertad condicional y educadores... y algunos de nosotros, los borrachos. Cada cual tenía sus propios intereses y sus propias convicciones inflexibles. Quienes estaban en contra de la Prohibición apenas hablaban con los que estaban a favor, y ambas partes querían que nosotros, los borrachos, los apoyáramos. Esto era muy halagador; pero, como era de esperar, nosotros teníamos nuestra propia postura y no estábamos de acuerdo prácticamente con nadie.

A partir de esta mezcolanza tan poco auspiciosa, los doctores Haggard y Jellinek tuvieron que poner orden. Hubo que convencer a los antiprohibicionistas de que no se podía esconder el problema debajo de la cama; ni tampoco podían los prohibicionistas seguir atemorizando a los bebedores mostrándoles un hígado cirrótico. Y nosotros, los AA, tuvimos que ver la enormidad del problema global del alcoholismo, y encarar el hecho de que probablemente no íbamos a lograr que todo el mundo dejara de beber de la noche a la mañana. La Escuela contribuyó con los resultados de sus investigaciones, y los demás, con lo que tenían —o creían

tener—; finalmente, «Bunky» nos hizo ver que teníamos que encarar juntos los hechos, y, además, hacerlo de en términos cordiales. Fue un toque maestro de diplomacia; fue, quizá, el primer intento de abordar, desde una perspectiva global, digna de un estadista, el problema del alcoholismo en los Estados Unidos.

Al año siguiente, 1944, hubo dos acontecimientos significativos. El equipo de Yale abrió una clínica que tendría un gran número de borrachos vivos para



probar sus tratamientos experimentales y en quienes basar sus investigaciones. Ray McCarthy, el primer administrador de la clínica, comenzó a ensayar el método clínico con el primer grupo de alcohólicos.

Entonces se unió Marty Mann. En su calidad de alcohólica recuperada, sabía que era necesario modificar la percepción del público; que habría que hacer saber a la gente que el alcoholismo era una enfermedad, y que era posible ayudar a los alcohólicos. Ella formuló un plan para crear una organización que realizara un programa vigoroso de educación pública y que estableciera comités compuestos por ciudadanos en todas partes del país. Me compartió su plan, el cual despertó mi entusiasmo, pero yo creía que sería esencial contar con el respaldo de la

comunidad científica, así que le enviamos el plan a «Bunky», y él vino a reunirse con nosotros. Nos dijo que el plan era acertado y bien razonado y que era el momento propicio, y estuvo de acuerdo conmigo en que Marty era la persona idónea para llevarlo a cabo.

Financiada en un principio por el incansable doctor Haggard y sus amigos, Marty emprendió su gran labor. Aunque el espacio no me permite detallar los magníficos logros de Marty y sus colegas —miembros del actual National Council on Alcoholism (Consejo Nacional sobre el Alcoholismo)⁴—, puedo manifestar mi convicción de que ningún otro organismo ha hecho más para educar al público, ampliar las posibilidades de hospitalización, o poner en marcha tantos y tan diversos proyectos positivos que este. Claro que hubo muchos dolores de crecimiento, pero los resultados del NCA hablan por sí mismos.

En 1945, el doctor Selden Bacon, eminente sociólogo, fue nombrado presidente de la Connecticut Commission on Alcoholism (Comisión sobre el Alcoholismo de Connecticut), el primer programa financiado con fondos estatales. Este primer proyecto estatal fue el fruto del trabajo del doctor Bacon y el equipo de Yale. Desde entonces, nuestro amigo Selden ha contribuido con su inmensa energía y su aguda visión para ayudarnos a nosotros, los alcohólicos. No cabe duda de que él es una de las máximas autoridades que conocemos en el campo de la sociología. Me gustaría muchísimo poder mencionar y hablarles de muchos otros amigos dedicados de esa época pionera. A ellos les siguieron otros desde entonces, y actualmente son incontables. A todos ellos les expreso la gratitud eterna de

Alcohólicos Anónimos.

Sus esfuerzos conjuntos —a menudo suscitados por los AA— han dado multitud de frutos: cuatro universidades ahora tienen programas basados en el modelo de la Escuela de Yale; tres mil hospitales, privados y públicos, han abierto sus puertas a los alcohólicos; hemos visto un cambio revolucionario en la actitud del ámbito laboral hacia los empleados alcohólicos; las instituciones carcelarias, la policía y los jueces han adoptado una nueva mentalidad; numerosos comités de ciudadanos se han puesto a atacar el problema global en sus localidades; más de treinta estados de los Estados Unidos, y la mayoría de las provincias de Canadá, tienen programas de rehabilitación y tratamiento; muchos grupos de clérigos se han dado a la tarea de educar a sus colegas; se están haciendo importantes progresos en la investigación y el tratamiento psiquiátricos; los científicos trabajan en sus laboratorios con gran optimismo. La American Medical Association (Asociación Médica Estadounidense) ha reconocido oficialmente el alcoholismo como una enfermedad crónica, y ha establecido su propio comité sobre el alcoholismo; las facultades de Medicina han empezado a incluir cursos sobre el alcoholismo en su plan de estudios; por iniciativa de «Bunky», la Organización Mundial de la Salud está llevando todas estas buenas noticias a todas partes del mundo; se están modernizando los libros de texto de las escuelas; la prensa, la radio y la televisión están emitiendo diariamente toneladas de información con el fin de educar al público en general. Todo esto ha venido ocurriendo durante los veintiocho años que han pasado desde que el doctor Haggard decidió averiguar qué hacía beber al alcohólico.

Cada uno de estos pioneros en el campo general diría generosamente que, si no hubiera sido por la prueba viviente de la recuperación en AA, no habrían podido seguir adelante. AA fue la estrella guía de esperanza y ayuda que les mantuvo en ello.

Por lo tanto, trabajemos en cooperación con todos estos proyectos prometedores para acelerar la recuperación de los millones de personas que aún no han encontrado una solución. Estas diversas labores no tienen necesidad de nuestro aval; tan solo necesitan que les echemos una mano cuando, a título personal, podamos hacerlo.

¹Datos de 1958.

²Cálculo aproximado (2024) de miembros de AA en todo el mundo: más de dos millones.

³La School for Alcohol Studies (Escuela de Estudios sobre el Alcoholismo) ahora está en la Universidad Rutgers, New Brunswick, Nueva Jersey. Edita la antes llamada *Revista Trimestral* ahora como una publicación mensual titulada *Journal of Studies on Alcohol* (Revista de Estudios sobre Alcoholismo).

⁴Después de jubilarse de su puesto de directora ejecutiva, Marty Mann participó en el NCA como asesora fundadora hasta su fallecimiento en 1980. A partir de 1990, el NCA se convirtió en The National Council on Alcoholism and Drug Dependence (Consejo Nacional sobre Alcoholismo y Dependencia de Drogas).

En el presente, se está poniendo en práctica la sugerencia de Bill. La Junta de Servicios Generales de AA cuenta con un comité de Cooperación con la Comunidad Profesional y la Conferencia de Servicios Generales cuenta con un comité equivalente. Estos comités le hacen posible a la Comunidad poner en práctica la amabilidad recomendada hacia nuestros amigos en todo el continente. El comité de la Junta se ofrece para cooperar con agencias gubernamentales y privadas, así como con individuos y organizaciones profesionales en el amplio campo del alcoholismo.

Distribuido por:
ALCOHOLICS ANONYMOUS WORLD SERVICES, INC.
PO Box 459, Grand Central Station
New York, NY 10163

www.aa.org

ISBN 978-1-644270-65-3



9 781644 270653