

## SALUD / VENTANA DEL PACIENTE

# Experiencia terapéutica para superar la adicción

Un centro de recuperación, alojamiento tutelado y un tratamiento dirigido por un equipo médico especializado junto con terapeutas ex adictos al alcohol y otras sustancias psicoactivas es la seña de identidad del Instituto Castela. Ostenta un índice de recuperación del 86% y reduce en un 66% el coste del abordaje de la enfermedad

BEATRIZ MUÑOZ ■ MÁLAGA

La vivencia como la mejor medicina para vencer la adicción. Una fórmula que arroja luz y esperanza a una patología: la adicción a sustancias psicoactivas como alcohol, cocaína, cannabis y otras, que se estima que en España padece entre el cinco y el diez por ciento de la población. «La adicción es una enfermedad que está reconocida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) desde hace más de 60 años. Se trata de una patología, quizás la única, que el propio paciente no reconoce y se resiste a pensar que es un enfermo. Nuestra convicción de enfermos adictos recuperados es que lo hemos conseguido en ámbitos de terapia de grupo con nosotros mismos. Lo que hacemos es manifestar nuestra enfermedad e intentar ayudarnos unos a otros. Ahí está la clave terapéutica», explica Francisco Carrillo, adicto al alcohol recuperado desde hace casi una década, fundador y promotor del Instituto Castela, la primera organización de centros sanitarios privados en España para el tratamiento de la adicción al alcohol, la cocaína, el cannabis y otras sustancias psicoactivas.

## MÉTODO PROPIO

Cuenta con un elevado índice de recuperación: el 86 por ciento de sus pacientes se ha recuperado plenamente y reinsertado en su entorno familiar y social. La clave del éxito se halla en una metodología propia, inspirada en el modelo «Minnesota», un enfoque cognitivo-conductual y dirigido por un equipo médico especializado que trabaja, de forma coordinada, con terapeutas adictos recuperados que cuentan, a su vez, con una acreditada formación, un profundo conocimiento de la patología y una vocación de servicio surgida de su propia experiencia personal.

Un ejemplo de ello es Ernesto Alcaide, director Terapéutico del Instituto Castela, quien desde su adolescencia y hasta 1992 consumió alcohol, cocaína, cannabis y otras drogas. «El buen terapeuta debe ser capaz de transmitir a los enfermos que él también rió y lloró en terapias similares, porque él mismo fue un enfermo», explica.

Pese a que no todos los pacientes han tenido contacto con todas las sustancias, «cada uno –añade– toca fondo a su manera, pero las experiencias de la recuperación son comunes a la mayoría». Junto a Alcaide trabaja Rafael Cardona. Otro terapeuta que también experimentó la adicción al alcohol y a sustancias ansiolíticas. Lleva catorce años recuperado y con una licenciatura en psicología cuenta que «intentó trasladarles cómo afectaron las drogas al deterioro de mis relaciones de pareja, con mis hijos y con mi entorno laboral».

## SALIR ADELANTE

Reconocer el problema es el primer paso para salir del túnel de las adicciones. Jorge y Héctor –nombres ficticios– con 38 y 19 años respectivamente, son un ejemplo de que es posible ganar la batalla a las drogas y al alcohol. «Con 11 años empecé a beber y a los 16 consumía cocaína. Vendía droga y robaba a mis padres para conseguirla», cuenta Héctor, quien tras un año y dos meses en el Instituto Castela mira a su nueva vida con ilusión y esperanza. «Te crees el rey de todo y que te comes el mundo, cuando es el mundo el que te está comiendo a ti». Por ello, el contacto con adictos recuperados les llega como el mejor baño de realidad. «Una persona que no sea adicta no nos va a comprender. Yo iba a la psicóloga y la engañaba», cuenta Jorge. El recorrido de los enfermos siempre sigue, según Carrillo, «el mismo patrón que, en la gran mayoría, está

llo de fracasos». En los momentos de flaqueza, Héctor recuerda que «muchas veces me quise ir y si no lo hice fue por el trato y por cómo me apoyaron aquí».

Si hay algo que todos los adictos reconocen cuando se están recuperando es el daño que las adicciones generaron en su familia. «Destrozamos el entorno de tal manera que no saben qué hacer con nosotros», cuenta Jorge. Como parte del trata-

miento, cobra una especial relevancia la terapia con los familiares. «Tenemos la realidad muy distorsionada y cuando llegan nuestras familias y cuentan lo que pasó ves cómo sufrieron y que siguen ahí apoyándote. Eso no tiene precio».

## DESCONOCIMIENTO

Entre las trabas de la recuperación, todos los terapeutas coinciden en la falta de conocimiento por parte del colectivo médico a la hora de abordar la enfermedad. «Hay muy pocos profesionales que de verdad tratan bien la adicción. La mayoría suman

una sustancia más a las que ya tomamos, las benzodiacepinas –fármacos para el insomnio y/o ansiedad– y también acabé enganchada a ellas», relata María Jesús, terapeuta del centro. Por su parte, Ángela, adicta recuperada y psicóloga que colabora con el Instituto Castela está convencida de que «hay cosas que sólo se entienden entre iguales y nosotros conocemos cómo funciona el cerebro y los atajos mentales que busca la cabeza de un adicto para consumir. Hay que reeducar al cerebro para que nunca más vuelva a consumir».

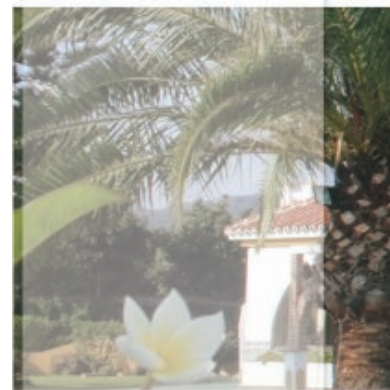
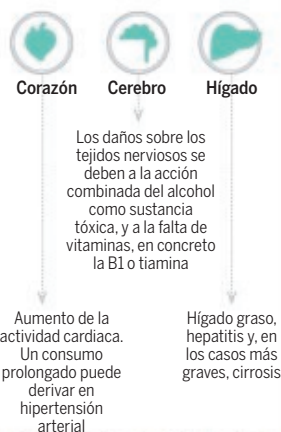
Pese a la creencia popular, el adicto no se hace por voluntad propia. La doctora Eva Díaz, especialista en Medicina de Familia del Instituto Castela, aclara que «la adicción es una enfermedad y hay una predisposición genética a padecerla. A veces es más fácil, de cara a la sociedad, decir que

tengo un problema con el azúcar que con el alcohol». Aún así, María Jesús es un claro ejemplo de que «uno se puede curar y existe un tratamiento. Los adictos no somos viciosos ni crápulas».

## VACÍO SANITARIO

Pese a la magnitud del problema y su repercusión, existe un vacío sanitario en nuestro país para abordar el tratamiento

## DAÑOS POR CONSUMO DE ALCOHOL



Los alcoholes de alta graduación producen baja resistencia a las infecciones y una mayor susceptibilidad de padecer neumonía y tuberculosis

Sangrado del esófago (el conducto que conecta la garganta con el estómago) o del estómago



Fuente: Instituto Castela y elaboración propia

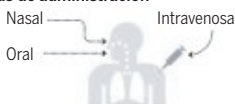
y la recuperación de personas drogodependientes. ¿El motivo? Al requerir un tratamiento de ingreso de media estancia en centros especializados, no es posible incorporar la enfermedad de la adicción al Sistema Nacional de Salud (SNS) por su inabordable coste. A este respecto, Carrillo explica que «el problema que tiene el tratamiento de la adicción es el tiempo.

### COCAÍNA



Es un estimulante adictivo que afecta directamente al sistema nervioso central

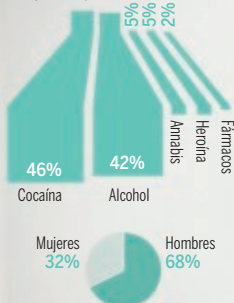
#### Vías de administración



#### Efectos

- Sentimiento de euforia y energía
- Aumenta la temperatura corporal, la presión arterial y la frecuencia cardíaca
- Riesgo de ataque al corazón o al cerebro
- Insuficiencia respiratoria
- Convulsiones
- Dolor abdominal y náuseas

### PACIENTES

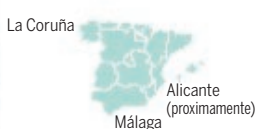


### PERFIL DEL ADICTO

Las características psicológicas y neuronales son una barrera infranqueable a la hora de abandonar el consumo



### CENTROS



### FÓRMULA MIXTA

#### CENTRO DE RECUPERACIÓN

- Instalaciones médicas
- Salas de Terapia de Grupo
- Aulas de Arte Terapia
- Gimnasio y piscina

#### RESIDENCIA TUTELADA

- Supervisión de monitores
- Complejo residencial
- Apartamentos individuales

#### COSTE DEL TRATAMIENTO (4 meses)



Primer paso hacia la recuperación  
**ACEPTAR LA ADICCIÓN**

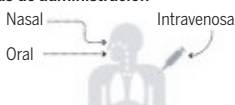
**INSTITUTO CASTELAO**  
Primera organización de Centros Sanitarios Privados de España para el tratamiento de la adicción al alcohol y otras sustancias psicoactivas

**ÍNDICE DE RECUPERACIONES 86%**

### HEROÍNA



#### Vías de administración



#### Efectos

- A corto plazo produce una oleada de euforia y confusión mental
- Después, se pasa a un estado en el que se alterna estar entre completamente despierto y adormecido
- Deprime la respiración, por lo tanto, la sobredosis puede ser mortal

### TRATAMIENTO

- **Una metodología propia**, inspirada en la experiencia del modelo Minnesota.
- **Enfoque cognitivo conductual** con aportaciones de terapia humanista
- **Terapeutas adictos recuperados** y formados, con años de experiencia en la rehabilitación de pacientes



### CUATRO FASES



### DÍA A DÍA

- **Exploración médica**
  - Se establece un **tratamiento farmacológico**
  - El paciente se incorpora con el **grupo de tratamiento**
- Atenciones y seguimiento** de los servicios sanitarios. Toma de medicamentos, revisiones y descansos
- Actividades y sesiones coordinadas** e impartidas por los servicios terapéuticos. Rutina física, terapias individuales y de grupo, familiares o de pareja, cine fórum, manualidades y otras
- Espacios de tiempo supervisados** por los servicios ocupacionales. Que incluyen desayuno y cena
- Terapias familiares y/o de pareja** tienen como objetivo profundizar en el conocimiento de la enfermedad y en los mecanismos de la recuperación

T.G./LA RAZÓN

Nosotros tenemos una fórmula mixta: por un lado, un centro sanitario donde el enfermo va a estar debidamente cuidado y atendido, y por otro, una residencia tutelada que no es hospitalaria, donde pernocta el paciente. Este formato permite que los costes se reduzcan en un 66 por ciento con respecto a una cama hospitalaria». Aunque ya no ha vuelto a consumir,

María Jesús recuerda que «nunca dejamos de llamarnos adictos porque sabemos que tenemos una enfermedad crónica que se detiene, pero que se activa cuando vuelves a consumir. A mí me separa del pozo del que vengo una raya de cocaína o un vaso de vino, y mi conciencia depende de que yo no tome nada». Con la prudencia por delante, Héctor concluye con que «quiero

estudiar, dedicarme a algo y no ser un parásito social. Ahora tengo ganas de vivir y aquí me han enseñado a llenar ese vacío que nos deja la droga». Un sentimiento que corrobora Jorge: «estar aquí me ha cambiado la vida, incluso la forma de ser. Aprendemos a no tener sentimientos que nos acerquen a las drogas como la ira, el odio o el resentimiento».

De interés  
**PARA LOS AFECTADOS:**  
Instituto Castelao. Centros para el tratamiento de adicciones

Web: [www.institutocastelao.com](http://www.institutocastelao.com)  
Teléfono del centro de Málaga: 951 209 201  
Teléfono del centro de Coruña: 981 639 921  
info@institutocastelao.com