

DÍAS DE VINO Y ROSAS

(Comprendiendo el alcoholismo...)



Antonio Jesús Bellón Alcántara

Doctor y Académico Correspondiente de Medicina

Especialista en Medicina Interna y Aparato Digestivo

Miembro de la Asociación Española para el Estudio del Hígado

Y la inestimable colaboración de **Pepe**, miembro

de **Alcohólicos Anónimos**

Para intentar comprender la verdadera problemática del alcoholismo y del paciente alcohólico, es conveniente en primer lugar revisar algunos conceptos filosóficos sobre la *verdad*. Para la *teoría perspectivista del conocimiento*, defendida por Ortega y Gasset, la verdad es un prisma de infinitas caras, cada una de las cuales desvela un aspecto nuevo y complementario de la *realidad*. Ésta, según Ortega, no es una sino múltiple, ya que ofrece muchas facetas y cada “espectador” la contempla desde una *perspectiva* distinta.

Enfocado así el tema del alcoholismo y del paciente alcohólico, comprenderemos mucho mejor cómo la perspectiva y, por tanto, el concepto que se tenga acerca de este gran problema es muy diferente según la persona que lo contemple: el propio paciente, su pareja, sus hijos, sus familiares más cercanos, sus amistades, sus vecinos, sus compañeros de trabajo, su psicólogo o psiquiatra, su hepatólogo... Cada uno de ellos se creará *su propia verdad* porque cada uno la contempla desde su punto de vista, desde su propia perspectiva.

El título de este artículo *Días de vino y rosas* hace alusión a la estupenda película homónima estadounidense *Days of wine and roses* dirigida por Blake Edwards en 1962, e interpretada magistralmente por *Jack Lemmon* y *Lee Remick*. A mi juicio, es una película realista, didáctica, terapéutica y, hasta cierto punto, esperanzadora.

En el film destaca el papel fundamental de *Alcohólicos Anónimos*, una comunidad internacional de ayuda mutua conformada por alcohólicos en recuperación y fundada en 1935 por William Griffith Wilson y Robert Holbrook Smith, iniciando sus primeras reuniones en Akron, Ohio (EE.UU.).

Freud, en su obra *El malestar en la cultura* afirma que el ser humano siempre está motivado a buscar la felicidad y a tratar de evitar el displacer, definiendo como “quitapenas” todas aquellas sustancias que le permitan escapar del mismo. Una de estas sustancias es el alcohol, el cual permite al individuo evadir *momentáneamente* la realidad adversa que le abruma.

En España se producen anualmente unas 20.000 muertes relacionadas con el consumo excesivo de alcohol. En mayo de 1993 inicié un estudio prospectivo sobre la cirrosis hepática e incluí en el mismo a 100 pacientes cirróticos, 52 eran varones y 48 mujeres. La edad media de los enfermos en el momento del diagnóstico era de 60,85 años. El alcohol fue la primera causa de la cirrosis en los varones (23/52; 44,2%) y la sexta etiología en las mujeres (2/48; 4,2%). Han pasado 30 años desde aquel estudio; es muy probable que si volviera a repetirlo en la actualidad el porcentaje de mujeres afectas de cirrosis enólica sería significativamente mayor. En otro estudio que realizamos en 1997 sobre el hepatocarcinoma en 34 pacientes, 25 varones y 9 mujeres, con una edad media de 64,29 años, el tumor asentó sobre una cirrosis alcohólica en el 20,6% de los enfermos.

Aunque mueren más varones que mujeres por el consumo de alcohol, un reciente estudio publicado en *JAMA Network Open* constata que la diferencia se está reduciendo. En EE.UU. las muertes relacionadas con el alcohol se mantuvieron estables para ambos sexos hasta 2007; a partir de 2018, las muertes de mujeres comenzaron a aumentar un 15% anual, frente a un aumento del 12,5% para los varones.

Numerosos estudios han mostrado que la hepatopatía alcohólica aparece en las mujeres con menos años de consumo de alcohol y con un consumo diario más bajo que en los varones.

Existen diversas razones que pueden explicar estas diferencias entre ambos sexos, pero nos interesa destacar la siguiente: el hígado es el principal órgano responsable del

metabolismo del etanol, el cual se metaboliza sobre todo por la enzima *alcohol deshidrogenasa*; pues bien, la actividad de esta enzima es significativamente menor en la mujer que en el varón. Este hecho implica que el efecto tóxico del etanol sea más acusado en el caso de la mujer.

Pero, volviendo a la *teoría perspectivista del conocimiento*, he de reconocer que mi experiencia sobre el *alcoholismo* es limitada pues se circunscribe casi exclusivamente a la hepatopatía alcohólica, pero no al problema del alcoholismo en su dimensión más global. Esta perspectiva del hepatólogo es superponible a la que pudiera tener cualquier otro especialista de órgano afectado por el alcohol, como el gastroenterólogo, cardiólogo, neurólogo, endocrinólogo... Por ello, me congratulo de haber podido contar para la redacción de este artículo con la inestimable colaboración de **Pepe**, paciente mío desde hace 27 años, afecto de Cirrosis hepática enólica, actualmente inactiva por abstinencia alcohólica desde 1991. Él es miembro de *Alcohólicos Anónimos* y sabe mucho más que yo sobre el alcoholismo ya que lo ha sufrido en propia carne. Con mucho gusto y agradeciéndole infinitamente su colaboración, le cedo la pluma.

<<Me llamo Pepe, soy alcohólico y hoy no he bebido.

Con **diecinueve años** me presenté a unas oposiciones para especialista de la Armada y aprobé para la especialidad de mecánico naval; **en esa época ya bebía más que el resto de mis amigos.**

En junio de **1971** comencé el primer curso en la Escuela de Máquinas de la Armada; fue un año muy duro, en el cual empecé **mi carrera alcohólica**. Al finalizar el curso, me destinaron a una corbeta destinada en Cádiz, en la cual, con dos compañeros nos escondíamos de nuestros jefes para beber.

Pasado el año de prácticas, regresé a la Escuela de Máquinas para hacer el segundo curso, en el cual seguía bebiendo. Continué en la Armada de un destino a otro. En esa época me casé con mi querida Conchita; recuerdo que no bebí en la boda, pero seguía aumentando mi problema con el alcohol.

Uno de mis recuerdos más penosos es que mi esposa, viendo mi problema, me dejó a la vista un folleto de *Alcohólicos Anónimos* y yo no le hice caso. Después de cinco años en barcos hidrógrafos, pedí para hacer un curso de mecánico de helicópteros y al terminarlo me destinaron a la base de Rota, y rápidamente **me acoplé con compañeros que bebían.**

Cuando cumplí las condiciones, me presenté para hacer el curso de Suboficial, volví a la Escuela de Máquinas en la cual suspendí el curso; motivos: por persona conflictiva; yo sabía que era por **mi gran problema (el alcohol)**, repetí el curso y por fin salí suboficial.

Entre todo ésto, mi querida Conchita tuvo a nuestro primer hijo, pero **ella seguía sufriendo y aguantando mi adicción**. Ya estaba enganchado de tal forma que **tenía que beber recién levantado para calmar los temblores**. Los fines de semana que estaba en casa intentaba no beber y lo pasaba metido en la cama y, cuando llegaba el **síndrome de abstinencia** lo pasaba fatal, de tal forma que veía insectos en las sábanas.

Continué mi carrera militar y alcohólica; uno de los peores destinos que tuve fue el Dédalo, cinco años en los que **mi alcoholismo crecía y crecía**. Cuando salí de

aquel infierno de barco, fui destinado al Arsenal de la Carraca, siguiendo con **mi eterno problema**.

En esas fechas, Conchita y yo decidimos buscar otro hijo, todo en vano; **mis espermatozoides no funcionaban por culpa del alcohol**.

Estando un día de guardia en noviembre de 1988 me tuvieron que llevar al hospital; estaba muy mal, tenía una **hemorragia esofágica** y **estuve a punto de morir desangrado**. Estando en la UCI me dieron la noticia de que tenía una **cirrosis** por culpa del alcohol, y me aseguraron que, si seguía bebiendo, duraría poco.

Cuando salí del hospital aguanté un año sin beber y sin vivir; me volvía loco, **en mi cabeza estaba solo la copa**. En ese año de abstinencia de alcohol, tuvimos la suerte de que Conchita se quedó embarazada y tuvimos una hambrienta niña.

Al final de ese año que estuve sin beber y sin vivir, me destinaron a la Base Naval de Rota; una mañana, sin saber ni cómo ni porqué, en la hora del bocadillo pedí una cerveza; a los tres días estaba desayunando cubalibres y entonces fue cuando **mi vida se me iba de las manos**, era incapaz de estar un día sin beber.

En la siguiente revisión de la cirrosis, el médico se dio cuenta de que estaba bebiendo y me dijo que no hacía falta que fuera a consulta, que me quedaba poco de vida si seguía bebiendo. A la vuelta de una navegación, Conchita me tenía preparado el mejor regalo del mundo entero, una reunión con **Alcohólicos Anónimos (A.A)**; en esa primera reunión estaba un gran amigo que hoy en día es **mi padrino en A.A**.

Las primeras reuniones fueron fatales, era incapaz de estar un día sin beber. Pasaban los días y los meses, **yo le tenía asco al alcohol pero mi cuerpo y mi cabeza no podían pasar sin él**. Un buen día, un gran compañero me dijo que me faltaba aceptación y yo me dije que aceptaba que era alcohólico; después de muchas vueltas comprendí que tenía que aceptar mi situación. Fui al médico que prácticamente me había desahuciado, le pedí perdón y le expliqué que estaba en A.A. y que quería dejar de beber; decidió ingresarme en el mismo hospital en el que dos años antes me habían salvado la vida.

El día seis de abril de 1991, frente al hospital había un bar, entré y me tomé un cubata y me dije *espero que sea el último* y hasta hoy así es; a continuación cogí mi bolsa, ingresé con mucho miedo pero con la esperanza de volver a salvar otra vez la vida; han pasado treinta y dos años y realmente soy otra persona. En A.A. aprendí que **a los alcohólicos nos emborracha la primera copa**, que es la que desencadena el cacao mental que se formaba en mi cabeza.

Sigo aprendiendo del programa que dos inteligentes americanos pusieron en nuestras manos. Este es un programa de vida para toda la vida. **El alcoholismo no tiene cura, pero se puede frenar**.

Estoy seguro de que si recaigo, pasen los años que pasen, me pasará igual que me pasó con aquella maldita cerveza, que a los tres días desayunaba cubatas.

Gracias por vuestra atención.>>

Gracias a ti, **Pepe**, por tu sincero y valioso testimonio de vida; una vida encadenada al alcohol, del que has conseguido liberarte gracias a tu esfuerzo personal y con la ayuda y el apoyo de tu querida esposa Conchita y de *Alcohólicos Anónimos*.

He conocido a muchos pacientes alcohólicos que en un principio me comentaban que no necesitaban ayuda de nadie. La frase típica *yo controlo* la he escuchado infinidad de veces. **Pepe** ha mencionado la figura de su **padrino** en A.A. En la película *Días de vino y rosas* este personaje lo encarna el taciturno *Jack Klugman*, el cual tutela estrechamente al protagonista, Joe Clay, (*Jack Lemmon*), para que no beba.

En mi práctica clínica he constatado en numerosas ocasiones que los varones solteros o sin familiares de primer grado, son mucho más proclives a abandonarse a sí mismos y difícilmente logran librarse de las cadenas del alcohol. Por el contrario, aquel que tiene la suerte, como **Pepe**, de contar con el apoyo firme y constante de su pareja, está en las mejores condiciones para conseguir romper las cadenas que le atan a **una vida que al comienzo es de vino y rosas pero que acaba siendo de angustia y dolor.**