

CONSUMO DE ALCOHOL Y LAS POSIBLES AFECTACIONES A LA VIDA
EMOCIONAL Y/O A LA SALUD MENTAL EN UN GRUPO DE ALCOHÓLICOS
ANÓNIMOS EN EL AÑO 2021

Claudia Marcela Jiménez Henao
Andrea Stephania Ramírez Jiménez

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA CATÓLICA LUMEN GENTIUM
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS
PROGRAMA DE TRABAJO SOCIAL
SANTIAGO DE CALI
2023

CONSUMO DE ALCOHOL Y LAS POSIBLES AFECTACIONES A LA VIDA
EMOCIONAL Y/O A LA SALUD MENTAL EN UN GRUPO DE ALCOHÓLICOS
ANÓNIMOS EN EL AÑO 2021

Claudia Marcela Jiménez Henao
Andrea Stephania Ramírez Jiménez

Trabajo de grado para optar el título de Trabajadoras Sociales

Asesor de tesis:
Alejandro Duque Gómez, Mg.

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA CATÓLICA LUMEN GENTIUM
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS
PROGRAMA DE TRABAJO SOCIAL
SANTIAGO DE CALI

2023

NOTA DE ACEPTACIÓN

Presidente del jurado

Jurado

Jurado

Cali, enero de 2023.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a la vida y a mi ser supremo de ponerme en el momento justo en el que escogí la carrera de Trabajo Social, gracias a ella por ser mi refugio durante todo este periodo académico lleno de sentimientos y emociones.

Agradecimiento especial a mis mares y fuentes de inspiración: A mis padres Hugo Jiménez, Beatriz Henao quienes con su dedicación y amor han hecho este caminar más llevadero, acompañándome en las noches de insomnio y apoyándome en todo mi proceso de formación. A mi hermano Juan David Jiménez por su incondicionalidad, a mis sobrinas amadas que con su historia de vida hacen que quiera continuar formándome y adquiriendo conocimiento para ayudar a otros. A toda mi familia que de una u otra manera contribuyeron en este andar.

A mis amigos de la vida por querer verme siempre triunfar, Vanessa Arroyave que desde el día uno que le conté la decisión de entrar a estudiar me animó, compro mis cuadernos y me brindó todo su amor y acompañamiento. A mi amiga Lorena por recalcar me su admiración por luchar por el sueño de ser profesional, tus palabras siempre fueron un bálsamo en momentos de frustración y un sentimiento de orgullo cuando me las repetías. A mi gran amigo Walter Pasuy, quien me acompañaba en mis jornadas de estudio nocturnas con sus chistes e incondicionalidad. A mi compañera de trabajo y amiga Paola Álvarez, quien siempre me apoyó en mis ideas así no estuviera de acuerdo con ellas, por aplaudir mis esfuerzos, leer mis trabajos y corregir mi ortografía. A mi amigo Andrés Fabián Campo a quien admiro y respeto profundamente y quien me dio la oportunidad de tener acercamiento a procesos comunitarios que me hicieron amar más mi carrera.

A mi compañera y ahora amiga Stephania Ramírez por ser fuente de inspiración, aprendizaje, fuerza y sabiduría. Por ser mi complemento y sostén en este proyecto académico que amamos desde el día uno y además porque en el recorrido nos inventamos y reinventamos mil veces sin dejar de creer la una en la otra.

A mis amados profesores Abby Sanz, quien fue la primera que creyó en nosotras para escribir frente al tema del alcoholismo, Alejandra Arboleda, Yohana Moncayo, Beatriz Salazar, Lina Rodríguez, Fernanda Cortés, Juan Pablo Ramírez, Johana Ávila, Alejandro duque, Nohora Guevara que con su paciencia, sabiduría y amor transmitieron en mis conocimientos y me invitaron a crear nuevas ideas, a tener constancia y sobre todo a soñar que es posible aportar a la transformación social.

Finalmente agradezco a mi tutor de tesis Alejandro Duque, quien con paciencia nos llevó de la mano, nos corrigió con profesionalismo y además nos orientó sin desconocer nuestras propias ideas. Gracias porque a pesar de la carga académica siempre tuvo disposición y amor al escucharnos y darnos ideas, apoyarnos con documentos y recibirnos en las tutorías con toda la disposición que ameritaba.

Claudia Marcela Jiménez Henao

AGRADECIMIENTOS

Verme en esta etapa del camino me hace sentir honrada y agradecida, desde niña estudiar una carrera parecía solo un sueño, algo que solo logran pocas personas, por ello quiero agradecer a Dios por darme la vida y la oportunidad de llegar hasta aquí, a mi mamá, Ángela María Ramírez Jiménez por sacarme adelante aun con todas las complicaciones de la vida y quién sin importar retos y pruebas constantes que hicieron parte de nuestro camino, supo cuidarme, enseñarme bien y creer en mí, y que aun en el presente con todas aquellas situaciones difíciles y que nos han traído hasta aquí, me ha dado de su fortaleza, paciencia, amor y dedicación.

A mi historia familiar, pues me dio fuerza para continuar y para desear con todo mi corazón generar un cambio en mi vida y en las personas que amo; a mi hermano menor Sebastián Peña Ramírez quién desde que me gradué de bachillerato deseaba que fuera universitaria y quién me acompañaba en mis noches de estudio y leía mis ensayos; a mi pareja, compañero, cómplice y padre de mi hija Miguel Ruíz Taramuel, por apoyarme en mis estudios cuando pensé que estudiar no era para mí, por motivarme a ser profesional, por creer en mí, por leer conmigo, por amarme aun cuando se lo hacía difícil, por cuidar de nuestra bebé para que pudiera dedicarme a este trabajo tan importante; a mi Hija, mi bebé, Majo Ruíz Ramírez quién llegó a mi vida a enseñarme y dotó de más sentido mi existencia, decisiones y acciones, quien se volvió también inspiración, motivación y me ayuda a querer ser mejor cada día.

A mi suegra Luz Angélica Taramuel, por apoyarme desde el principio aun cuando no estaba segura sobre qué carrera estudiar; a mi cuñada Diana Ruíz, por apoyarme siempre sin dudar, por creer en mí, por darme palabras de calma cuando las necesité y sobre todo por ayudarnos a cuidar de mi bebé para que yo pudiera continuar con mi trabajo de grado, a mi cuñada Eliza Ruíz por estar siempre pendiente de lo que necesitaba y por comprarme mis cuadernos y demás útiles en el primer semestre.

A mis profesores, especialmente a Yohana Moncayo, Beatriz Salazar, Juan Pablo Ramírez, Johanna Ávila, Alejandra Arboleda, Alejandro Duque y Lina Rodríguez, quienes me enseñaron con dedicación, respeto y amor durante toda la carrera, de quienes he aprendido y sigo aprendiendo, quienes sin darse cuenta me invitaron a soñar y creer que todo lo que se haga con amor, esfuerzo y dedicación es más valioso y posible.

A mi compañera de tesis y carrera, y quién sin darme cuenta se convirtió en amiga, Claudia Marcela Jiménez porque desde el primer día del primer semestre empezamos a trabajar juntas, crecer juntas y creer juntas. Gracias por apoyarme y por permitirme ser tu compañera desde el inicio hasta el fin.

Gracias a mi tutor de grado Alejandro Duque Gómez por acompañarme, orientarme, tenerme paciencia, por ser parte de este lindo proceso de aprendizaje y guiarme en mi camino académico, gracias por su entrega, compromiso y dedicación aun cuando en ocasiones no contaba con el tiempo suficiente; a la universidad, por abrir sus puertas a una mujer con deseos de ser profesional, ganas de estudiar y no tener que abandonar su empleo, por tener docentes humanos, profesionales y con un gran amor por la docencia.

Por último, gracias a todos mis compañeros de carrera a quienes siguieron en su proceso, a quienes por diferentes circunstancias no continuaron y a quienes conocí en las diferentes asignaturas, gracias por hacerme reír, por dejarme aprender de cada uno, gracias por darme la oportunidad de vivir esta experiencia.

Andrea Stephania Ramírez Jiménez

RESUMEN

En este documento se desarrolla como tema de investigación, los posibles daños en la vida emocional y en la salud mental en un grupo de personas con problemas de consumo de alcohol o alcoholismo. Esta investigación se realizó en un grupo de alcohólicos anónimos de la ciudad de Cali, grupo con el cual se desarrollaron tres técnicas para recolección de información (encuestas, entrevistas a profundidad y relato de vida). Aquí se exponen diferentes investigaciones en torno al consumo del alcohol con perspectivas, como la salud, salud pública, lo social y lo clínico. Información que fundamenta los hallazgos y las conclusiones que se encuentran al final del documento y que su vez se complementan con la experiencia y/o situaciones compartidas por medio de las técnicas desarrolladas de quienes forman parte del grupo, y quienes bajo anonimato quisieron contribuir con la investigación.

Los elementos que se plantean en el presente trabajo surgen a partir del acercamiento con el grupo mencionado, los cuales son esenciales para el análisis del objetivo de investigación que a su vez permiten visibilizar y reflexionar sobre el riesgo que representa el consumo de alcohol desmedido a edad temprana, la posibilidad de adquirir otro tipo de adicciones y la influencia familiar, social y cultural.

Palabras clave: Alcoholismo, salud mental, emociones, visibilizar, riesgo.

ABSTRACT

This thesis discusses the possible damages that could affect the mental health and emotional life in a group of people with problems of alcohol consumption or alcoholism. This research was carried out in a therapy group of alcoholics anonymous from the city of Cali, a group for which three methods were developed for collecting information (surveys, in-depth interviews and life stories). Here, several investigations about alcohol consumption are exposed with different perspectives, such as, public health, social and clinical health. Information that supports the findings and conclusions that are found at the end of the document, and that are also complemented by the experience and/or situations shared through the techniques developed by those who are part of the group, and those who anonymously wanted to contribute with this research.

The elements that we propose on this paper arise from the approach with the before-mentioned group, that are essential for the analysis of the research objective which allow us to visualize and reflect on the risks that excessive alcohol consumption represents at an early age, the possibility of acquiring other types of addictions and also the influence that this might have in the family, social and cultural backgrounds.

Keywords: Alcoholism, mental health, emotions, visibility, risk.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	15
1 EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	18
1.1 ANTECEDENTES O ESTADO DEL ARTE	18
1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN	21
1.2.1 Pregunta de investigación	23
1.3 OBJETIVOS.....	23
1.3.1 General.....	23
1.3.2 Específicos:.....	24
1.4 MARCO CONTEXTUAL	24
2 MARCO DE REFERENCIA TEÓRICO CONCEPTUAL	27
2.1 MARCO TEÓRICO	27
2.2 MARCO CONCEPTUAL.....	33
3 MARCO METODOLÓGICO.....	38
3.1 EXPERIENCIA DE LA INVESTIGACIÓN.....	38
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN	40
3.2.1 Mixta	40
3.3 MÉTODO.....	41
3.3.1 Método Biográfico (Relatos de vida).....	41
3.3.2 Método Experimental.....	45
3.4 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	46
3.4.1 Entrevista a profundidad.....	46
3.4.2 Encuestas	47
3.5 POBLACIÓN Y/O MUESTRA (O UNIVERSO DE ESTUDIO)	48
4 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	50
4.1 DESCRIPCIÓN GENERAL DE RESULTADOS	50
4.2 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	50
4.2.1 Categoría de análisis (variable) 1: Caracterización sociodemográfica.....	50
4.2.2 Categoría de análisis 2: Posibles daños en la vida emocional	61

4.2.3 Categoría de análisis 3: Posibles daños en la salud mental.....	67
4.2.4 Relato de vida, por integrante del grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva vida.	71
5 CONCLUSIONES.....	86
6 RECOMENDACIONES	97
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	99
ANEXOS	102

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Definiciones de Historia de vida desde la óptica de algunos autores	43
Tabla 2. Pregunta 1 de la encuesta	51
Tabla 3. Pregunta 2 de la encuesta	52
Tabla 4. Pregunta 3 de la encuesta	54
Tabla 5. Pregunta 6 de la encuesta	55
Tabla 6. Pregunta 9 y 10 de la encuesta (cruzada)	56
Tabla 7. Pregunta 9 y 12 de la encuesta (cruzada)	59

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Pregunta 1 de la encuesta	51
Gráfico 2. Pregunta 2 de la encuesta	53
Gráfico 3. Pregunta 3 de la encuesta	54
Gráfico 4. Pregunta 6 de la encuesta	55
Gráfico 5. Pregunta 9 y 10 de la encuesta (cruzada).....	57
Gráfico 6. Pregunta 9 de la encuesta	58
Gráfico 7. Pregunta 10 de la encuesta	59
Gráfico 8. Pregunta 9 y 12 de la encuesta (cruzada).....	60
Gráfico 9. Pregunta 12 de la encuesta	61

LISTA DE ANEXOS

Anexo A. Matriz de operacionalización cuantitativa	102
Anexo B. Matriz de operacionalización cualitativa	105
Anexo C. Formato de la encuesta	112
Anexo D. Audios de entrevistas y relato de vida.....	117
Anexo E. Transcripciones entrevistas	118

INTRODUCCIÓN

El presente escrito tiene como finalidad ofrecer al lector elementos de análisis que permitan comprender la importancia de abordar desde el Trabajo Social realidades como el alcoholismo, dado que es un tema que en ocasiones puede ser normalizado o naturalizado, o que en definitiva se considera que deben ser abordados desde otras disciplinas y otros enfoques. Como es el caso del alcoholismo, el cual es un poco más reconocido en el escenario de lo clínico. Sin embargo, Alcohólicos Anónimos son grupos de autoayuda que brindan acompañamiento tanto a la persona que tiene problemas de consumo como a sus familias. Por lo anterior, se considera que el alcoholismo también debe ser abordado desde lo social, comprendiéndolo como una problemática que puede afectar la vida de las personas que tienen una realidad de consumo y los diferentes escenarios en los que se desenvuelve.

Si bien, el alcoholismo es una realidad y problemática que afecta considerablemente a familias, barrios y/o comunas de la ciudad de Cali, y que el manejo dado hasta el momento es aquel que queda en el campo de la salud pública, entendido más desde un corte clínico y toxicológico. Sin embargo, el consumo recurrente de alcohol o alcoholismo dio como resultado la necesidad de generar espacios de acompañamiento y orientación, conformando grupos con personas que sufren las consecuencias del consumo, y que a su vez ayudan en el proceso de quien se integra.

Ahora bien, en esta investigación se plantea como objetivo general, identificar las posibles formas en las que el consumo de alcohol afecta la vida emocional y/o la salud mental de los integrantes del grupo de alcohólicos anónimos Nueva vida durante el año 2021, con el fin de poder desarrollar de manera más amplia la relevancia del tema. Sin embargo, es necesario aclarar que la población con la cual se llevó a cabo esta investigación es de denominación Anónima, lo cual implica no enfatizar en nombres o información que comprometa la identidad de los

colaboradores o que pueda comprometer el proceso personal y del grupo. Es importante mencionar que este documento es de investigación Mixta, el cual cuenta con un método biográfico y experimental y plantea como técnicas para la recolección de información las encuestas, entrevista a profundidad y relato de vida. Dicho esto, en las encuestas realizadas se omitió la casilla de Nombre completo y los nombres que aparecen en los fragmentos y en el relato de vida y las entrevistas transcritas al final del trabajo no corresponden a las personas que contribuyeron con esta investigación.

Es importante precisar que fue posible alcanzar los objetivos planteados en el presente documento gracias a los datos recopilados mediante las técnicas de investigación aplicadas; además que dichos datos también permitieron realizar hallazgos e identificar datos relevantes en cuanto al consumo de alcohol que no eran considerados al iniciar este proceso. Las conclusiones del presente escrito dejan como resultado que el consumo de alcohol o alcoholismo, sí afecta la vida emocional y la salud mental, y que a su vez en las personas que ya tenían un diagnóstico que comprometiera su salud mental y emocional previo al consumo, éste puede agudizarse o agravarse deteriorando de forma más contundente la salud y las relaciones de quienes lo consumen.

Con respecto a los hallazgos identificados que a continuación se relacionan, es importante enfatizar que son aportes considerables para nuevas y futuras investigaciones sobre este tema, dado que éstos nutrieron y enriquecieron el análisis de la información.

Hallazgos:

- La edad en que se prueba por primera vez el alcohol y/o una bebida alcohólica marca un precedente de consumo, fomentando el consumo “habitual” lo cual aumenta el riesgo de alcoholismo y de adquirirlo a una edad temprana.
- Un contexto de consumo de sustancias psicoactivas fomenta el consumo de cualquier otra, como en el caso del alcohol.

- El alcoholismo no es una enfermedad condicionada a un estrato socioeconómico ya que no solo depende de este factor, sino de diversas situaciones a nivel social, familiar, personal, etc.
- El consumo no se asocia directamente con los ingresos económicos de una persona o familia, sino también a su grupo de amigos, contexto social y familiar y otras características que se desarrollan a profundidad en las conclusiones.

1 EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 ANTECEDENTES O ESTADO DEL ARTE

El consumo de alcohol puede llegar a percibirse como algo del panorama, pues dentro de nuestro contexto colombiano, el folclor, los carnavales, las fiestas y diversas celebraciones hacen que consumir alcohol sea casi que una actividad matutina, donde familiares, amigos y vecinos se reúnen en un solo festejo. Inclusive, ante la pérdida de un ser querido, la ruptura de una relación, una dificultad a nivel familiar, económica, laboral, etc. El alcohol se convierte en un acompañante en dichas situaciones. Ahora bien, en el momento de determinar la relevancia e importancia del tema es preciso mencionar que esta sustancia no es tan festiva para muchas familias colombianas, ni para sus relaciones interpersonales o para su salud física o mental.

El Ministerio de Justicia y del Derecho reveló en el Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas realizado en Colombia para el año 2020 que

La mayor tasa de uso de alcohol se presenta entre los adultos de 25 a 34 años de edad con el 39,7%, los jóvenes de 18 a 24 años presentan un consumo del 38,3%. Los adolescentes de 12 a 17 años son quienes menor tasa de consumo presentan, del 12,1%. (Infobae, 2020, párr. 6)

Lo cual indica que la ingesta de alcohol inicia a muy temprana edad, y aunque el consumo entre los adolescentes de 12 a 17 años es menor, representa una cifra considerable, pues si se hace el análisis por la población del año 2020 que era aproximadamente de 50.300.000 habitantes, el resultado arroja que 608.630 adolescentes ya consumen alcohol.

Un porcentaje considerable de las personas que tienen problemas de consumo con bebidas alcohólicas no son conscientes de que el abuso de esta produce dependencia, enfermedades degenerativas y diferentes tipos de trastornos; además el alcohol es un depresor, es una de las razones por la cuales las personas dicen

caer en el consumo de este ante la necesidad de escapar de su realidad. Sin embargo, al pasar el efecto de este, hace que el individuo sienta mucha más tristeza y por ende el consumo sea mayor.

En otros estudios se ha descubierto que hay una relación estrecha entre salud mental y alcoholismo, sin determinar cuál se desarrolla primero. Por ejemplo, en la investigación de Consumo de alcohol, Riesgo de Alcoholismo y Alcoholismo en Bucaramanga, afirma que “el alcohol es una sustancia que dependiendo de la cantidad y frecuencia consumida puede ser considerada como un nutriente, una toxina o una droga” (Herran y Ardila, 2005, p. 159). Lo que lleva a recordar el caso estudiado en el grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva Vida, donde el alcohol pasa a ser una sustancia de consumo básico para su vida cotidiana, es decir, su consumo no es moderado u ocasional dejando como posibles consecuencias daños irreversibles a nivel de su salud física e implicaciones en su salud mental o estados de ánimo.

Partiendo del párrafo anterior, es importante mencionar que dicho consumo también se relaciona con afectaciones en la salud mental y hasta en la salud física. En la investigación, Principales daños Sanitarios y Sociales Relacionados con el Consumo de Alcohol indica que “el alcohol puede causar graves daños en el cerebro ocasionando enfermedades neurológicas, así como infecciones, cáncer y enfermedades endocrinas, entre otras” (Sarasa-Renedo et al., 2014, p.1). Lo que permite considerar entonces que, a mayor consumo de bebidas alcohólicas, mayor posibilidad de sufrir algunas de las enfermedades ya mencionadas, disminuyendo la calidad de vida, sus relaciones interpersonales y rendimiento en determinados espacios tales como, la familia, el trabajo, profesión, deporte y demás escenarios.

Según el documento Adicción al alcohol, el “alcoholismo es una enfermedad compleja, en la que participan muchos mecanismos y diferentes componentes genéticos” (Guerri, 2012, p. 22). En ese sentido el arraigo por las bebidas alcohólicas no debe ser subestimado pues tal como se ha mencionado

anteriormente éste deteriora la calidad de vida y aumenta la posibilidad de padecer enfermedades degenerativas e irreversibles en algunos casos. No obstante, es necesario hacer referencia a la relación que existe entre los antecedentes de consumo en la familia y cómo estos pueden conllevar o condicionar a un miembro de esta a presentar inclinaciones por el gusto de las bebidas alcohólicas, y que dicho consumo inicie a muy temprana edad.

En la actualidad, el consumo del alcohol es una actividad socialmente aceptada, dado que permite que cuando una persona consume cierta cantidad de licor pueda socializar con otras de manera más desinhibida; sin embargo, cuál es el grado de conciencia que se pierde al consumir dichas bebidas que pueden llegar a causar diferentes estados de euforia, agresividad, alteraciones en el estado de ánimo e incluso lagunas mentales.

Para contextualizar, lo mencionado anteriormente se trae a colación un artículo publicado en la revista Ra Ximhai de la Universidad Autónoma Indígena de México titulado El Consumo de Alcohol como Problema de Salud Pública, donde se indica que el principal componente de las bebidas alcohólicas es el etanol (alcohol etílico) que es una sustancia psicoactiva que afecta al cerebro, la conducta y la cognición, actuando como depresor del sistema nervioso central; su consumo crónico y excesivo se asocia a numerosas enfermedades inflamatorias y degenerativas que pueden acabar con la vida del consumidor (Ahumada-Cortez, et al., 2017).

Es decir que el consumo excesivo de alcohol causa múltiples afectaciones en el estado físico y mental de las personas debido a que se ve alterado el sistema nervioso central que es el encargado de controlar todas las funciones del cuerpo y que, a mayor consumo de licor, mayor posibilidad de adquirir otro tipo de patologías en la salud física y/o mental.

Una vez expuestas las investigaciones anteriores que nutren de sentido y fundamento el objetivo de esta investigación, sin determinar si es el consumo de alcohol lo que afecta la salud y/o viceversa, hay detonantes emocionales que sí

pueden llegar a ser una ruta de riesgo para el consumo, como también es completamente posible que el mismo consumo de alcohol afecte el estado de ánimo agudizando sentimientos de tristeza y alimentando incluso ideas sobre autolesiones y un sin sentido de vida.

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

A partir de una experiencia que inició en cuarto semestre con la materia de “Trabajo Social con grupos fundamentos”, en la cual se solicitaba iniciar un acercamiento con un grupo, se dio la oportunidad de acompañar a Alcohólicos anónimos Nueva Vida, y después de participar como espectadoras en las reuniones abiertas (pueden participar personas alcohólicas y no alcohólicas) escuchando de manera atenta los relatos y compartires de quienes pertenecen al grupo, surgió la necesidad de conocer a profundidad la problemática del consumo de alcohol. La atención se centró en los relatos que abordaban temáticas como la depresión, cambios repentinos de humor, pensamientos autodestructivos, tristeza, culpabilidad, etc. Además, de temas relacionados al consumo familiar y de allegados y amigos.

Las reuniones del grupo Alcohólicos Anónimos Nueva Vida giran en torno al compartir las experiencias y/o vivencias de los integrantes del mismo a la luz de las reflexiones del libro Alcohólicos Anónimos, el cual tiene un mensaje de un alcohólico para cada día del año; uno de los asistentes salió al atril a compartir y reflexionar con el grupo sobre el mensaje del día y mencionó que llevaba muchos años luchando contra una depresión ya diagnosticada y que en esa semana se encontraba en un estado de tristeza profunda, al punto que no sabía qué hacer con su vida. Ir a las reuniones, compartir sus emociones, ser escuchado y acompañado por ellos hacía que se sintiera reconfortado. A partir de este relato y de otros tantos vividos en las reuniones del grupo, surge la iniciativa de investigar de qué forma el consumo de alcohol afectaba la vida emocional y la salud mental de las personas que pertenecían a él.

A ello se suma que, al grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva Vida también pertenecen personas que asisten a otros grupos de autoayuda como Neuróticos Anónimos. Aquí asisten personas con diagnósticos de enfermedades mentales y a nivel emocional, donde a su vez comparten emociones, sentimientos y vivencias que les ayuda en su proceso de salud mental y emocional, al mismo tiempo que sirven como soporte y ayuda a los demás asistentes que estén pasando por situaciones similares. También asisten personas que tienen problemas de adicción de estupefacientes y que pertenecían a grupos de Narcóticos Anónimos. Lo anterior, llamó particularmente la atención y por esta razón y las anteriores ya mencionadas, se dio inicio a la indagación correspondiente sobre la relación entre estos dos aspectos, salud mental y consumo de alcohol (alcoholismo) como adicción.

Además, se considera importante profundizar sobre el tema del consumo de alcohol ya que puede verse como una actividad cotidiana sin tener en cuenta los riesgos del mismo, naturalizando el consumo de alcohol en encuentros familiares, entre amigos y vecinos como medio de celebración o afrontamiento de alguna pérdida. Ahora bien, en el momento de determinar la relevancia del tema es preciso mencionar que esta sustancia no resulta festiva para algunas familias, especialmente para aquellas que a causa del consumo de alcohol han sufrido de diferentes formas. Teniendo en cuenta lo anterior, se recoge el testimonio de una persona que forma parte del grupo Nueva vida quién llevaba muchos años consumiendo alcohol y encontró en él herramientas que le permitieron empezar a lidiar con esta problemática. Es importante considerar que el consumo de alcohol nace en un contexto específico de acuerdo con la realidad de quien se reconoce alcohólico, pues su contexto influye en el proceso de sobriedad, por ejemplo; si la persona vive en un barrio en el cual cada cien metros se encuentra una taberna, si en su hogar hay conflictos diarios, o en su barrio hay celebraciones constantes y demás, va a ser mucho más complejo el proceso de mantenerse sobrio (a).

Ahora bien, ¿por qué resulta importante realizar esta investigación desde el Trabajo Social? Al iniciar esta investigación se percibió que los estudios realizados con respecto al alcoholismo tenían un enfoque clínico, de salud pública y algunos desde lo judicial, y el abordaje del tratamiento se contempla primero desde la farmacología y el aislamiento en centros de rehabilitación, y el acompañamiento e intervención social quedarían casi en un segundo plano. Si bien, el Trabajo Social contempla que el acompañamiento a las comunidades, grupos, familias y demás debe ser con una visión que abarque todas las esferas de lo social (político, económico, cultural, educación, salud, etc.). El alcoholismo a su vez, requiere ser abordado teniendo en cuenta todas las dimensiones anteriormente mencionadas, por ejemplo, si el consumo de alcohol hace parte de la cultura de la persona que lo consume, el abordaje y acompañamiento tanto a la persona como a la familia debe ser contemplado desde un enfoque cultural. Esto, sin afirmar que una es más importante que la otra, pues cada una de ellas es necesaria en el momento de acompañar el proceso de recuperación de quién se reconoce alcohólico.

1.2.1 Pregunta de investigación

¿Cuáles son las posibles formas en las que el consumo de alcohol afecta la vida emocional y/o la salud mental de los integrantes del grupo de alcohólicos anónimos Nueva vida durante el año 2021?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 General

Identificar las posibles formas en las que el consumo de alcohol afecta la vida emocional y/o la salud mental de los integrantes del grupo de alcohólicos anónimos Nueva vida durante el año 2021.

1.3.2 Específicos:

- Caracterizar socio-demográficamente la población del grupo de alcohólicos anónimos nueva vida durante el año 2021.
- Indagar sobre los posibles daños en la vida emocional que podría causar el consumo de alcohol en las personas entrevistadas del grupo en el año 2021.
- Conocer los posibles daños en la salud mental que podría generar el consumo de alcohol en la vida de las personas entrevistadas del grupo en el año 2021.
- Analizar mediante la técnica del relato de vida las posibles afectaciones en la vida emocional y/o salud mental de un participante del grupo de alcohólicos anónimos Nueva vida durante el año 2021.

1.4 MARCO CONTEXTUAL

Dado que esta investigación surge y se desarrolla en un grupo de Alcohólicos Anónimos es necesario abordar de manera breve su historia, qué hacen y cómo surge.

¿Qué es Alcohólicos Anónimos?

Alcohólicos Anónimos ha sido definido como un grupo de personas que se reconocen como alcohólicas, donde quienes han logrado mantenerse sobrios por un tiempo considerable orientan y ayudan a quienes tienen el deseo de dejar la bebida, lo anterior se logra por medio de reuniones abiertas y cerrados entre los miembros del grupo donde comparten las experiencias vividas a causa del consumo de alcohol con los diferentes miembros del grupo (Sánchez, 2008. p. 4). El grupo inició en el año de 1935 en Ohio - Estados Unidos, con el encuentro entre Bill W y el Dr. Bob. Bill W., quien ya había logrado llegar a la sobriedad y en su proceso descubrió que hablando con otras personas que también se identificaban como alcohólicas ayudaba a mantener la abstinencia de consumo de alcohol. Es así como después de varios encuentros y conversaciones entre Bill W. y el Dr. Bob, este último logra dejar la bebida (Sánchez, 2008, p. 2).

El grupo donde surge esta investigación Alcohólicos Anónimos Nueva Vida inició el 28 de febrero de 1978 en el barrio Obrero al oriente de la ciudad de Cali; los fundadores del grupo Pablo, Heriberto, Luis y Amado dieron el nombre de “Nueva vida”, éste con el paso del tiempo fue creciendo dado que para cada reunión los asistentes aumentaban, por ello los fundadores del grupo empezaron a organizar nuevos grupos y espacios de reunión para poder recibir a todas las personas interesadas en iniciar su proceso de recuperación y camino a la sobriedad.

El alcohol es una sustancia de fácil acceso por lo que se facilita su consumo y es usada con fines celebrativos, recreativos, de socialización e incluso con fines religiosos en los diferentes países de Occidente; esta sustancia ha acompañado la historia de la humanidad atravesando por diferentes formas de preparación que van desde lo artesanal hasta la industrialización del mismo (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013, p.12). Ahora bien, con respecto al consumo de alcohol en Colombia es importante mencionar que, en estudios realizados en el año 2013, es la sustancia más consumida en el país ya que aproximadamente siete millones de personas entre los 12 y 65 años de edad, los cuales representan el 35% de la población colombiana son consumidores activos y 2.4 millones de ellas presentan consumo perjudicial (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013, p. 8).

En el informe del Ministerio de Salud y Protección Social del año 2013 se realizó un análisis del consumo de alcohol por ciudades y departamentos, lo anterior con el fin de identificar qué ciudades del país presentan mayor consumo. Sin embargo, en los datos encontrados no se evidencian cifras del consumo del departamento del Valle del Cauca o de la ciudad de Santiago de Cali. Lo anterior no es sinónimo del No consumo alcohol o que el mismo no represente una problemática en los diferentes municipios o barrios del departamento del Valle del Cauca o de la ciudad de Cali. Los datos encontrados en dicho informe corresponden a las ciudades y departamentos donde se presenta mayor consumo de alcohol en el país y riesgo de consumo perjudicial: Boyacá (47%), San Andrés y Providencia (43.5%), Cundinamarca (42%), Medellín (41%), Caldas (39%), Bogotá (38%) y el Amazonas (37%) (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013, p. 23).

En el informe final de la Secretaría Distrital de Salud del 2009 (estudio más reciente del departamento del Valle del Cauca encontrado) indica que el mayor número de personas con consumo perjudicial de alcohol se encuentra en las localidades de Cali y Yumbo con más de 134 mil personas (Secretaría Distrital de Salud. Valle del Cauca, 2009, p. 9), información que deja en evidencia la problemática que representa el consumo de alcohol en ambos lugares, considerando que el mismo puede aumentar en algunas temporadas del año y en celebraciones de carácter municipal.

Con respecto al grupo donde se realiza la presente investigación Alcohólicos Anónimos Nueva vida, está ubicado en el barrio 7 de agosto en la comuna 7 al nororiente de la ciudad de Cali. El barrio es un sector popular que cuenta con una variedad de familias y realidades sociales que van desde lo económico, laboral, de salud y seguridad entre otras, aquí es posible encontrar todo tipo de negocios, panaderías, venta de ropa, restaurantes de comidas rápidas, bares, billares, estancos, etc.

La mayor parte de los asistentes al grupo residen en el barrio, lo cual implica que estén bajo la mirada de muchas personas que conocen su pasado y presente, y que ante la primera recaída en el consumo no falten los prejuicios y señalamientos de quienes los conocen. Sin embargo, y dentro de la estructura del grupo, los juicios entre los que hacen parte de él no se permiten, ni ningún tipo de conductas relacionadas con los señalamientos, pues prima el acompañamiento y la hermandad, ya que todos de una forma u otra han tenido que pasar por procesos similares de recaída y empezar de nuevo. Es importante mencionar que los y las integrantes del grupo son personas que en su mayoría son trabajadores informales, vendedores ambulantes o con empleos operacionales que no generan ingresos estables o superiores a un millón en la mayoría de los asistentes al grupo. La edad varía entre 25 a los 75 años de edad, algunos de ellos han estado la mayor parte de su vida expuestos o cercanos a las bebidas alcohólicas.

2 MARCO DE REFERENCIA TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1 MARCO TEÓRICO

El alcoholismo puede ser entendido desde varias dimensiones y desde esas mismas se debe realizar el acompañamiento que se considere prudente frente al diagnóstico obtenido, es decir, si se define que el alcoholismo es de origen clínico su tratamiento debe ir enfocado en ese diagnóstico, si a su vez es comprendido como una enfermedad de farmacodependencia, así mismo debe ser el tratamiento que se aplique. Ahora bien, es importante mencionar que el alcoholismo no solo se debe comprender desde estas dos dimensiones, pues las razones que conllevan al consumo son múltiples, y para ello hay diferentes formas de tratarlo, entre ellas la Teoría Familiar, Teoría Psicosocial y de la salud mental.

Por ello, a continuación, se exponen las dos teorías que acompañan y fundamentan el enfoque de este trabajo y que a su vez orientan las reflexiones y análisis con base en los objetivos planteados.

Con respecto a la **teoría familiar**, si bien las investigaciones apuntan a diversos factores a nivel social, cultural y familiar que influyen en el consumo de licor de una persona, es importante mencionar que este último es uno de los más relevantes, debido a que a partir de algunas investigaciones que se han realizado a lo largo de los años, se ha encontrado relación entre la parte genética, las actitudes y conductas adquiridas por el entorno, en este caso el familiar.

Según lo citado por Senra (2003), a través de los años se han llevado a cabo diferentes estudios de manera empírica frente al alcoholismo y las bases genéticas que han dado apertura a investigaciones como la realizada en 1940 con familias y donde se “comprobó que el 82% de los alcohólicos pertenecían a una familia en la que había más de un miembro, que, a su vez era alcohólico” (Jellinek, 1940, citado en Senra 2003, p. 86). En 1960 se realizó un estudio con gemelos homocigotos y comprobando que, “el 71% de los casos, cuando uno de los gemelos era

diagnosticado como alcohólico crónico, lo era también el otro gemelo” (Kaij, 1960, citado en Senra 2003, p. 87).

Sin embargo, Hoenicka et al. (2003) indicaron que la historia familiar sigue siendo el centro de atención de muchos investigadores; en su documento Aspectos genéticos del alcoholismo indica que:

En los últimos años se han venido acumulando evidencias científicas que indican la contribución de factores genéticos en el alcoholismo. La heredabilidad de este trastorno se ha demostrado en estudios epidemiológicos de pares de hermanos y en familias con problemas de dependencia al alcohol. Estos estudios han permitido calcular valores de heredabilidad a la vulnerabilidad al alcohol de un 40 a un 60%. (Hoenicka et al., 2003, p.214)

Lo que permite considerar que la correlación de riesgo genético hace parte de una profunda y larga historia de investigaciones donde se ha encontrado posibilidades genéticas frente al consumo excesivo de licor de las personas con dependencia a esta, es decir que aunque la ingesta de alcohol se ve influenciado por diferentes factores como la cultura, crianza y el entorno social, la parte hereditaria también juega un papel importante al momento de establecer factores que determinan el alcoholismo

Ahora bien, el ser humano por naturaleza busca socializar con el entorno y esta socialización en los primeros años de vida se hace con las personas más cercanas al entorno de crianza, tales como: padres, hermanos, abuelos y demás individuos que tengan una relación estrecha en la formación personal del sujeto. En el estudio Etiología del Consumo de Alcohol en la Adolescencia: Análisis de Distintos Enfoques y Teorías, Senra (2003) indica que “el adolescente de nuestra sociedad aprende a querer ingerir alcohol del mismo modo en que aprende a desear un coche, a fumar, a casarse etc. Y aprende todas esas cosas de sus padres, del grupo de iguales, de su entorno” (p. 84), lo que permite reflexionar que, cuando en el

entorno familiar hay una o varias personas que tienen dependencia a las bebidas alcohólicas, existe una alta influencia de que se adopten conductas similares ya que tiene un contacto estrecho con quien(s) tiene prácticas asociadas al consumo de licor dentro de su rutina de vida.

Teniendo en cuenta lo anterior, y comprendiendo entonces que el ser humano sí es influenciado por el medio o sujetos más cercanos a su formación y construcción de identidad, se hace necesario añadir que, desde una postura o **perspectiva psicológica**, la personalidad también converge hacia la tendencia de consumo de alcohol, sobre todo en edades cruciales como la pubertad (Senra, 2003, p. 84).

Si se considera que una persona inició su consumo habitual y recurrente de alcohol por motivaciones que quedarían en el plano de lo interpersonal, es decir, por su poca capacidad social o por el contrario, por su deseo de sostener una imagen muy social que se adapta a todos los contextos, se considera que el factor determinante (en este caso) para justificar o comprender la causa del consumo de alcohol, es entonces su personalidad (Senra, 2003, p. 91). Estas dos personalidades, encuentran en el alcohol un aliciente que les permite establecer o fortalecer su capacidad para socializar o mantener relaciones ya constituidas.

Una persona con deseos de ser reconocida o aceptada, que carece de identidad y capacidad crítica, puede fácilmente incurrir en el consumo de alcohol para atreverse a hacer lo que en un estado de sobriedad no podría ni consideraría realizar. En concordancia con lo anterior, y según estudios realizados por el profesor Alonso Fernández en 1988, existen ciertas características psicológicas que predisponen a los individuos que las poseen, hacia el consumo de alcohol, características que responden a ciertas necesidades emocionales o sociales, tales como: inmadurez afectiva o emocional, dependencia y pasividad, depresión, ansiedad y represiones psicológicas (citado en Senra, 2003, p. 91). Estas características, según el profesor Alonso Fernández, y que corresponden a una personalidad Pre Alcoholomanía, son factores potenciales para que una persona inicie su consumo de alcohol

Con base en lo anterior, se considera que, si una persona tiene alguna de estas características o en su defecto todas, llegar a vivir una realidad de alcoholismo es muy posible, sabiendo que el alcohol no es la única droga o sustancia por la cual un adolescente o adulto puede optar como potencializador de habilidades sociales o como escape a sus necesidades emocionales o de carácter. Haciendo énfasis en **ambas teorías, Familiar y Psicosocial**, comprender el alcoholismo desde estas dos perspectivas permite generar un panorama que va de lo particular a lo general, con varios campos de análisis. Por ejemplo, que la familia a su vez tiene un papel fundamental en el desarrollo y construcción de la personalidad y del carácter, al ser su contexto más cercano y el primero con el cual se interactúa, y si este es ausente, la persona se verá en la necesidad de buscar un referente, y este será la base que le permitirá construir una identidad y forjar su carácter (Power, 1993 citado en Senra, 2003, p. 91).

Ahora bien, teniendo en cuenta que la teoría familiar y psicosocial plantea un reconocimiento propio que permite comprender y abordar situaciones complejas de sufrimiento y manejo de emociones donde el sujeto puede trascender, superar o modificar una situación vivida en la relación propia y con otros, particularmente en las teorías se habla del individuo y de la familia, donde se reflexiona en torno al origen, creencia, prejuicios, patrones y modelos que los individuos van incorporando en su vida personal y de este modo deconstruir y construir de un modo más consciente y real.

Por lo anterior y según la perspectiva de la teoría familiar y psicosocial, es importante resaltar que en los espacios de acompañamiento y teniendo en cuenta los soportes que sustentan la investigación (encuestas, entrevistas, relato de vida) con el grupo de alcohólicos anónimos Nueva Vida, se logró identificar que los entrevistados en su gran mayoría tienen al menos un antecedente familiar de consumo de alcohol y de violencia intrafamiliar. De este modo se considera que cuando una persona vive la realidad del consumo de alcohol desde su entorno más cercano en este caso la familia, puede ser un factor de riesgo para que desarrolle

su inicio de consumo de alcohol intentando evadir emociones y encajar en la sociedad y familia, en el caso de los individuos del grupo causar dependencia desde una edad temprana y un sin número de afectación en su vida individual, familiar, social, laboral etc.

No obstante, al considerar que ambas teorías muestran un amplio abordaje con respecto al consumo de alcohol, pero también permiten evidenciar la problemática existente respecto a las características psicológicas con las que han cargado por años, y que se ha visto reflejada en la dificultad de afrontar situaciones en todos las esferas de su vida y además los ha llevado al consumo repetitivo de alcohol como evasiva a enfrentar dichas situaciones, es necesario ahondar en el ámbito de la salud mental para comprender que para tener un estado de bienestar implica remover heridas pasadas.

Para entender la relación entre las teorías es necesario desarrollar de manera breve y concisa lo que se entiende por **salud mental** y cómo este concepto y a su vez punto de análisis de esta investigación, permite comprender otros aspectos que son importantes tener en cuenta con respecto al consumo de alcohol.

La Organización Mundial de la Salud, ha definido la salud mental como, “un estado de bienestar en el cual se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productivamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” (2004, p.12); también menciona que “es un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia” (OMS, 2004, p.14). Partiendo de estas dos definiciones, es fundamental comprender que la salud mental no hace alusión únicamente a la ausencia de una enfermedad o dolencia, sino que se compone de varias condiciones que dan bienestar.

La salud mental hace referencia a un conjunto de características que denotan pensamientos y actitudes saludables, características que pueden ser identificadas en los diferentes espacios de interacción en los cuales el ser humano sigue inmerso.

Por ejemplo, si una persona tiene facilidades en su interacción con el medio (incluida su familia), tiene una imagen positiva de sí mismo, expresa con tranquilidad su opinión y no hay sentimientos de culpa por manifestar lo que siente o piensa, es posible considerar que dicha persona posee salud mental. Sin embargo, no se podría afirmar con certeza que estas son las únicas cualidades o características de una persona mentalmente sana, pues, aunque exista una ausencia de patologías mentales, hay sentimientos, pensamientos y acciones que podrían ser diagnosticados como ausencia de salud mental.

En el documento, Salud mental: un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud, Mebarak et al. (2009) mencionan “la salud mental es entendida como un conjunto de características personales, interpersonales, laborales y sociales” (p. 2); es decir que, la salud mental no solo hace referencia a la ausencia de una enfermedad, o a las actitudes o aptitudes del ser humano, sino también al bienestar que le rodea, un bienestar biopsicosocial (donde por supuesto, está incluido lo familiar). Esto permite ampliar el escenario de lo que significa en sí la salud mental. Por esta misma razón, y aunque la salud mental esté definida ampliamente por la Organización mundial de salud, y a su vez desde la psicología de la salud, la salud mental va a depender también de actores y factores externos al individuo, es decir que son varios los elementos que denotan salud mental, así como los que ponen en riesgo la misma, considerando el contexto, aspectos biológicos, de crianza, educativos, etc.

Finalmente, y atendiendo a **la teoría familiar, psicosocial y de la salud mental**, adentrarse a la realidad de quien vive el alcoholismo y a su vez se reconoce como tal, no solo requiere una lectura de aspectos biológicos cuando de salud se habla, es decir que no basta con conocer qué órganos y enfermedades el alcohol puede llegar a afectar, sino también qué aspectos de la salud mental y/o emocional pueden verse afectados por el consumo de alcohol.

2.2 MARCO CONCEPTUAL

Según Rabines (2002), se entiende por caracterización sociodemográfica, al conjunto de características que van desde lo económico, educativo, cultural, etc., que hacen parte de la población en la cual se pretende realizar un estudio.

Conocer el contexto, las dinámicas que los rodean, lo que los relaciona y los separa, son factores fundamentales en el momento de analizar y comprender la realidad en la que se desenvuelven las personas que forman parte de esta investigación. Por ello, la caracterización sociodemográfica aporta elementos de análisis que enriquecen el desarrollo de esta investigación. En la línea de lo social, hablar de caracterización, es tener la posibilidad de observar y detallar los factores que inciden en una problemática identificada, al mismo tiempo resalta las características relacionales entre el contexto y el sujeto que se mueve dentro de él. Los elementos que componen la caracterización sociodemográfica de esta investigación, son edad, género, estrato socioeconómico, nivel de escolaridad, etc., y otros posibles factores que pueden surgir en el transcurso de la investigación y análisis de la información.

Comprender la dinámica del consumo de alcohol, según el contexto y teniendo en cuenta las características ya mencionadas, permite el acercamiento y comprensión de cómo el consumo de alcohol puede llegar a afectar diferentes dimensiones del ser humano, es decir, que no solo puede llegar a generar daño a nivel de la salud física, sino que también compromete escenarios que van desde lo social hasta lo psicológico y emocional (Camero Machín et al., 2012, p. 3). Dicho esto, la caracterización sociodemográfica, permite enlazar o cruzar datos que se relacionan y que a su vez dan respuesta o amplían el campo de análisis de la problemática.

Partiendo de lo mencionado anteriormente, es importante comprender que la caracterización no debe estar aislada al objetivo general de la investigación, es decir, que los datos extraídos de la caracterización sociodemográfica son una fuente importante para dar respuesta a los planteamientos que dan forma a la investigación. Esto quiere decir que la información que se obtiene de ella, ayuda a

reconocer e identificar los posibles riesgos que son parte del contexto y que inciden o afectan en una problemática específica. A su vez, permiten visibilizar las ausencias por parte del sector público o privado en cuanto al acompañamiento, intervención o planteamiento de políticas que ayuden a concientizar, prevenir y dar a conocer que dicha problemática hace parte de un tema de salud pública, que no solo afecta a las personas que ya están inmersas en el consumo, sino también a las nuevas generaciones que tienen como referencia y contexto cercano, el consumo de alcohol.

En concordancia con el planteamiento anterior, es importante precisar que, frente al análisis de la problemática ya expuesta, es necesario contemplar como fuente de información y observación no solo el conjunto de características mencionadas, sino también otros elementos que buscan dar respuesta al objetivo general de este documento. Por ello se plantean también como punto de análisis la vida emocional y la salud mental.

Con respecto a la vida emocional, se alude a todo lo que tiene que ver con la forma en que se comunica, comparte o demuestra emociones como la ira, alegría y demás reacciones momentáneas y espontáneas, dichas emociones pueden permitir o no la adaptación y posterior respuesta al entorno en el que se vive. Sin embargo, existen otros factores que influyen en este concepto como las normas sociales o culturales, que implícitamente son subjetivas cuando se evalúan desde diferentes puntos de vista.

Ahora bien, trayendo a colación un fragmento del documento ¿Qué es una emoción? Teoría relacional de las emociones el cual menciona que:

Cuando se piensa que las emociones se localizan en la persona – su cuerpo o su mente – se llega a la conclusión de que la forma de analizarlas es fisiológica o cognitiva. Y al considerarlas como algo privado se considera que su expresión deriva de una sensación interna. Pero, aunque el proceso de las emociones supone procesamiento cognitivo y respuestas fisiológicas, el

factor organizador procede de consideraciones sociales. (Rodríguez, 2013, p. 2)

Es posible plantear si el tema del consumo de alcohol es percibido por la sociedad como una problemática que responde a una necesidad emocional o que arroja como consecuencias, daños o **alteraciones en la vida emocional de quien consume alcohol.**

Con base en lo anterior, es posible comprender que al hablar de un problema emocional se entiende como la no capacidad de expresar, comunicar o manifestar emociones. Esto con referencia al consumo de alcohol, permite analizar que, ante el consumo de dicha sustancia, una persona que se encuentre atravesando una situación que ponga al límite sus emociones, puede recurrir al alcohol, ya sea como inhibidor de su realidad, o como una opción para liberar o manifestar abiertamente lo que siente. En la investigación Etiología del Consumo de Alcohol, menciona que “Cuando una persona ingiere alcohol, tanto si es introvertida como extrovertida, experimenta un efecto depresor” (Senra, 2003, p. 92). Lo anterior indica que la ingesta del mismo genera disminución en la actividad cerebral, dejando a la persona completamente vulnerable a lo que pueda o no suceder, e inclusive y esto dependiendo de la cantidad que consuma, generar pérdida parcial o completa de sus sentidos y lucidez.

Es importante entonces analizar la vida emocional de quien se considera alcohólico en contraste con el estado de su la salud mental. Para ello a continuación, se expone el concepto de salud mental, y cómo se entiende este en relación con el consumo de alcohol. Partiendo de la descripción dada por el diccionario etimológico al mencionar que la palabra salud hace referencia a lo que está “sano y a salvo” y que la palabra mental indica “relativo al pensamiento”, se entiende entonces que la salud mental corresponde a un pensamiento saludable. Ahora bien, la OMS indica, bajo el slogan “No hay salud sin salud mental”, que la salud mental es un aspecto de

suma importancia, porque hace parte del bienestar y crecimiento, tanto del sujeto como de la sociedad.

Considerando lo mencionado anteriormente, se entiende que la salud mental está tomando relevancia como un aspecto dentro del ámbito de la salud pública, por eso es necesario conocer y reconocer que los problemas a nivel mental causan diferentes factores de riesgo, que, al no tener el reconocimiento necesario, pueden llegar a tener sucesos desgastantes o incluso fatales si no se tratan a tiempo.

Para tener presente la importancia que tiene el tema de la salud mental, se extrajo información del documento Uso de drogas, salud mental y problemas relacionados con el crimen y la violencia, estudio transversal realizado en la ciudad de São Paulo en el año 2015 donde menciona que:

Investigaciones epidemiológicas recientes muestran que los trastornos mentales son la principal causa de más del 10% de los años perdidos de vida saludable y más del 30% del total de años vividos con discapacidad, Las bajas tasas de reconocimiento de casos y el tratamiento eficaz agravan el problema, especialmente en los países pobres o en desarrollo. (García Claro et al., 2015, p. 2)

Lo anterior, indica que aún no existe pleno reconocimiento sobre las consecuencias de no tener salud mental (pensamiento saludable), a esto se suma que muchas personas carecen de un diagnóstico. Por tanto, la persona que carece de un pensamiento saludable, inicia una búsqueda sobre el manejo que debería darle a sus síntomas, es por ello que caen en realidades asociadas a adicciones, ya sea al alcohol u otras sustancias. Esto agrava su diagnóstico, pues desencadena un sin número de situaciones que complejizan los síntomas con la posibilidad de que aparezcan otros tantos.

Por lo anterior, comprender el consumo de alcohol como una realidad que responde a unas falencias que se encuentran en el escenario de lo mental, permite considerar entonces que el manejo, tratamiento y posterior acompañamiento no debe ser atendido desde una sola postura. Con ello, no se afirma que problemas de salud mental sean el detonante para el consumo de alcohol, sin embargo, predisponen al

sujeto a una variedad de opciones como ruta para dirimir el impacto que ésta tiene en la vida de la persona.

3 MARCO METODOLÓGICO

3.1 EXPERIENCIA DE LA INVESTIGACIÓN

En cuarto semestre de la carrera de Trabajo Social en la materia Grupos, la docente indicó buscar un grupo para realizar un trabajo enfocado en la asignatura, una de las compañeras compartió la posibilidad de asistir a uno de Alcohólicos Anónimos en el barrio de Siete de Agosto de la ciudad de Cali, ella hizo contacto con el coordinador del mismo para solicitar el permiso y explicarle la razón de dicha petición, el coordinador se mostró receptivo y dejando claras algunas salvedades, sobre temas del anonimato que incluían, fotografías y nombres, abrió las puertas del grupo para iniciar el rol como expectantes. A su vez hizo entrega de algunos folletos con información importante que permitió tener una primera idea de qué era Alcohólicos Anónimos Nueva Vida.

Una vez hecho este primer acercamiento, el coordinador explicó que solo era posible participar de los espacios llamados reuniones abiertas, las cuales tienen lugar los días sábados de 6:30 a 8:00 pm, y se desarrollan a partir de unas reflexiones diarias ya estipuladas en el libro **El texto básico de Alcohólicos Anónimos**.

A partir de los primeros acercamientos con el grupo y sus integrantes, se empezó a buscar información frente al tema del alcoholismo. En una actividad realizada se logró identificar cómo el consumo de alcohol de varios asistentes, a parte de las afectaciones a nivel de la salud física, también afectaban su vida a nivel emocional y de la salud mental, motivo por el cual se decidió que era el tema que se desarrollaría en el seminario de Trabajo de grado y se empezó con la investigación.

Cuando se acordó que el Trabajo de Grado sería una investigación mixta, se inició mediante el desarrollo de encuestas que se llevaron a cabo de manera virtual en el mes de junio del 2021, debido a que el proceso fue en la pandemia Covid-19. Seguido a esto se establece ejecutar entrevistas a profundidad a dos de los participantes, estas se realizan en el grupo en el horario establecido por ellos y de

acuerdo a la guía elaborada junto con el docente tutor. Las entrevistas fueron realizadas entre el 20 y 25 de abril de 2022 y finalmente se cierra con un relato de vida el 30 de julio del año 2022.

En el proceso de la implementación de estos métodos de recolección a pesar que se presentaron diversos imprevistos como la pandemia Covid 19, la muerte de la esposa de uno de los entrevistados, se cumplió con el objetivo principal gracias a la participación e información suministrada por cada uno de ellos. En cuanto al método de recolección de las encuestas se evidencia que a pesar que se llevaron a cabo, fue difícil el desarrollo porque al ser de manera virtual y al grupo trabajar bajo el anonimato, fue necesario realizar un seguimiento más minucioso para poder obtener los resultados esperados.

En cuanto a las entrevistas y el relato de vida, los participantes de manera voluntaria tuvieron una participación muy receptiva y educada a la hora de brindar la información preguntada, este proceso se hizo de manera fluida y se logró evidenciar la importancia que tiene cada palabra, historia, relato dado y que al contrastarlo con la documentación de los autores e investigaciones, se logró entrelazar para obtener respuestas no solo al objetivo de investigación, sino entender la magnitud del tema del consumo de alcohol y lo que implica en y para la familia y el entorno en este tipo de enfermedad.

Finalmente, se realizó la transcripción de cada uno de los métodos de investigación, donde se procede a escuchar y de manera detallada pasar la información al programa ofimático Microsoft Word, retirar los nombres de los participantes de todo el documento (garantizando el anonimato) y realizar el análisis con la información recolectada.

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

3.2.1 Mixta

A partir del objetivo de investigación Identificar las posibles formas en las que el consumo de alcohol afecta la vida emocional y/o la salud mental de los integrantes del grupo de alcohólicos anónimos Nueva vida durante el año 2021 y buscando dar respuesta a los objetivos específicos de la misma, es necesario analizar y recolectar datos cuantitativos y cualitativos para así ahondar de manera más profunda y lograr un mayor entendimiento del fenómeno planteado. En este caso, se propone trabajar desde la investigación mixta ya que se adapta a las necesidades requeridas para obtener un mayor conocimiento del tema.

Partiendo de lo mencionado anteriormente y buscando tener una mirada más amplia, se entiende que el método mixto es aquel que trabaja la investigación desde dos miradas (cualitativo y cuantitativo) permitiendo tomar elementos de ambas metodologías y de esta forma potencializarlos para comprender de forma más detallada el tema de investigación. Según Hernández et al. (2014) “La meta de la investigación mixta no es reemplazar a la investigación cuantitativa ni a la investigación cualitativa, sino utilizar las fortalezas de ambos tipos de indagación, combinándolas y tratando de minimizar sus debilidades potenciales” (p. 532); es decir, el método mixto no busca sustituir ninguna de las dos técnicas, sino comprender que existe otra alternativa donde se puede utilizar datos empíricos y científicos para dar respuesta a una realidad social.

A partir del párrafo anterior se puede entender que los dos métodos aportan información valiosa en el desarrollo de una investigación y que los datos que arrojan y se extraen de cada uno de ellos, se complementa y/o adapta de manera integral para dar continuidad a la indagación y búsqueda de información que den posibles respuestas a la pregunta u objetivo del tema. Según Hernández (2014) citando a Creswell (2013; Lieber y Weisner, 2010) “los métodos mixtos utilizan evidencia de datos numéricos, verbales, textuales, visuales, simbólicos y de otras clases para

entender problemas en las ciencias” (p. 534). Lo anterior indica que el método mixto permite indagar desde diferentes escenarios y al tener múltiples posibilidades no se sujeta a una sola herramienta, por el contrario, se acopla dependiendo de la necesidad requerida, es decir, la técnica utilizada depende del problema o situación planteada.

Dicho lo anterior, se entiende que el método mixto es usado con el fin de ampliar, profundizar y fortalecer la investigación teniendo en cuenta las diferentes perspectivas, las cuales aportan mayor evidencia (audios, imágenes, entrevistas, etc.) y confianza en la información obtenida. Con ello se reafirma la necesidad de implementar en el tema de investigación con el Grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva vida, el enfoque mixto. Ya que por medio de las herramientas que en él se aplican, se generan diferentes lecturas que permiten mayor capacidad de análisis y de reflexión acerca de la problemática planteada.

3.3 MÉTODO

3.3.1 Método Biográfico (Relatos de vida)

El método biográfico hace parte de la investigación cualitativa y surge principalmente de un relato de manera oral u escrita ya sea de momentos específicos o de toda la vida de un individuo. Este método permite conocer y comprender la realidad de los sujetos a partir de sus historias de vida, su contexto y las diferentes dinámicas que alrededor de él o ella suceden (Barros, 2019, p. 21). Dicho enfoque aporta también aspectos humanizadores a la investigación, aspecto en el que se considera que todos los puntos de vista, perspectivas y experiencias son valiosos en sí mismas, así como reconocer que toda persona es importante para la investigación, que sus experiencias y aprendizajes enriquecen las reflexiones y que aportan también diferentes lecturas y puntos de partida en el momento de iniciar con el análisis de la información recopilada (Barros, 2019, p. 21).

Otro aporte a considerar dentro del método biográfico es que le ofrece al investigador la posibilidad de comprender a la persona desde la propia lectura de sí misma, lo que permite también que éste se acerque a la forma como el otro comprende su vida y los hechos en ella vividos (Barros, 2019, p. 21). Este punto, implica que el investigador se despoje de juicios de valor con relación a la cultura, religión, estudios, y demás posturas que puedan generar en la persona entrevistada sentimientos de juicio o culpabilidad frente a una realidad en particular.

Según Rada (2016), el método biográfico puede comprenderse también como una forma de acercarse a la historia de vida de una persona a partir de documentos orales de corte humano y/o personal que se van generando a partir de cada una de las experiencias vividas (anécdota) (p. 95). Este método permite que la persona que narra su historia de vida, hechos importantes y demás sea protagonista y narrador de su propia historia. Además, le permite reflexionar sobre ciertas situaciones que no había considerado hasta el momento mismo de iniciar ese recorrido por el pasado y sus recuerdos, lo cual enriquece de sobremanera las lecturas y reflexiones que surjan de ella, pues el primero en ofrecerlas será él o ella (Rada, 2016, p. 93).

Dentro de la investigación cualitativa cada detalle que surja a partir de la información que se recoge, es valiosa, todas las posturas o respuestas frente a un tema significan algo y están cargadas de aprendizajes empíricos y experiencias que pueden dar respuestas a situaciones o necesidades que surgen en el proceso de exploración. En ese sentido, se vio la necesidad de indagar de manera más profunda y mediante el método biográfico la construcción de relatos de vida de dos participantes del grupo, que permitieron conocer y reconocer posturas y comportamientos a partir de acontecimientos significativos de sus vidas. Además, obtener una visión general de cuáles han sido los aspectos que, principalmente, han influido en posibles afectaciones en la vida emocional y/o salud mental de los mismos

Según Chárriez (2012) citando a Irizarry y Rivera (2009) indica que “los relatos de vida hacen parte del campo de investigación cualitativa y llevan una trayectoria importante en la historia, son abordados a partir del enfoque biográfico buscando transmitir conocimiento y experiencias de una generación a otra” (p. 52). Esta transmisión es desarrollada en espacios donde las personas cuentan a través de sus experiencias, vivencias, momentos de desazón y aprendizaje, sucesos que posibilitan la construcción y reconstrucción de nuevos conocimientos desde lo relatado por entrevistado y es tomado por diferentes autores que se verán en la siguiente tabla.

Tabla 1. Definiciones de Historia de vida desde la óptica de algunos autores

Autor	Qué es la historia de vida	Características
Blumer (1939)	Relato de la experiencia individual. Documento humano	Revela las acciones de un individuo como actor humano y participante en la vida social
Simmon (1942)	Detallado relato de comportamiento de un individuo en su entorno	Explicación de cómo y por qué ha ocurrido. Predice el comportamiento en situaciones similares
Langness (1965)	Extenso registro de la vida de una persona	Presentado por una misma persona, por otra o por ambos. Escrita por el protagonista, obtenida mediante entrevista o ambos
Sarabia (1985)	Autobiografías o vidas narradas por quienes las han vivido. Informes producidos por los sujetos sobre sus propias vidas.	Información acumulada sobre la vida del sujeto: escolaridad, salud, familia, entre otros. Investigador: labor de análisis
Pujadas (1992)	Relato autobiográfico obtenido por el investigador	Investigador: inductor de la narración, transcriptor y relator. Entrevistas sucesivas y/o testimonio subjetivo de una persona: acontecimientos, valoraciones de su propia existencia
Santamarina y Marinas (1995)	Memoria de quien quiere transmitirse a partir de la demanda al investigador	No es solo transmisión sino construcción en la que participa el investigador
Marshall & Rossman (1995)	Recogida de información en esencia subjetiva de la vida entera de una persona	Modalidad de investigación cualitativa. Provee de información acerca de los eventos y costumbres para demostrar de cómo es la persona

Tabla 1. (Continuación).

Autor	Qué es la historia de vida	Características
Cornejo et al. (2009)	Enunciación – escrita u oral – por parte de un narrador, de su vida o parte de ella	Investigador: interpretación al reconstruir el relato en función de distintas categorías conceptuales, temporales, temática
Luca Irizarry & Berrios Rivera (2009)	Narración de la experiencia de vida de un sujeto con sus propias palabras. Recuento narrativo de las experiencias vividas del ser humano	Las historias de vida permiten desarrollar conceptos, modelos o teorías que ayuden a explicar los comportamientos de ciertos grupos, en específico
Hernández Moreno (2009)	Relato de un individuo hace de su vida	Incluye su relación con su realidad social, los modos como interpreta los contextos y las situaciones en las que él ha participado
Ferraroti (2011)	Es un texto: campo, es decir un área más definida.	Es algo vivido con un origen y un desarrollo, con progresiones y regresiones, con contornos sumamente precisos, con sus cifras y significado
Ruz Olbuenaga (2012)	La persona realiza un largo relato sobre el desarrollo de su vida desde su punto de vista y en sus propios términos	Obtenido de forma espontánea o sonsacada. Episodios sobre las etapas de la vida de la persona. Utiliza entrevistas, a veces grabaciones, escritos personales, visitas a escenarios diversos, fotografías, cartas, entre otros.

Fuente: Chárriez (2012, p. 66).

Partiendo del punto de vista de los diferentes autores se evidencia que los relatos de vida se basan en que la realidad es cimentada a partir de darle contestación a situaciones desde una visión individual, lo que da a comprender que al involucrar los y las participantes dentro del fenómeno social investigado la interpretación de los sucesos tiene una visión más humana, sincera y flexible, permitiendo que el investigador entienda el modo en que muchos construyen su entorno, Según Chárriez (2012) citando a Hernández (2009) donde indica en las Historias de vida: “Una metodología de investigación cualitativa. Cuando hablamos de historias de vida señalamos que es uno de los métodos de investigación descriptiva más puros y potentes para conocer las personas y el mundo social que les rodea” (p. 50).

Por tanto, para esta investigación se considera que aplicar la técnica de relatos de vida como fuente de recolección de información permitirá conocer y comprender de forma más cercana y subjetiva la historia que está detrás del consumo de alcohol.

3.3.2 Método Experimental

En el enfoque experimental el investigador manipula una o más variables de estudio, para controlar el aumento o disminución de esas variables y su efecto en las conductas observadas, es decir que dentro de este enfoque las variables independientes pueden cambiar su valor, y con ello analizar el efecto que este cambio puede producir en una variable dependiente (Gaspar García, 2011, p. 5). A partir del análisis realizado en las variables, se procede a describir los datos que de ella surjan con relación a la descripción, objetivos, categorías que se fijen dentro de la investigación.

En este enfoque se evidencian los datos, los cambios en las variables y demás, de forma cuantitativa, siendo el número, la cifra o el porcentaje lo que permite evidenciar, medir, cuantificar y leer los resultados de la investigación planteada. El método experimental tiene como objetivo observar al sujeto desde una posición objetiva, en la que evalúa y mide su comportamiento dentro de ciertas medidas estandarizadas y valorizadas a partir de algunos marcos teóricos (González Vera, et al., 2020, p. 114).

Lo anterior indica que dentro de la investigación cuantitativa y desde el enfoque experimental no se consideran en gran medida las respuestas abiertas con relación a las categorías trazadas, sino las preguntas y opciones dadas, pensadas para dar respuesta a la pregunta de investigación. A esto se refiere cuando se hace mención a la “manipulación de datos, de una o más variables de estudio” (Gaspar, 2011). Dicho esto, el enfoque experimental como su nombre lo indica, ofrece la posibilidad de “experimentar” con los datos recogidos, analizar de forma objetiva la información y generar lecturas y análisis a partir de las variables dependientes e independientes.

3.4 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1 Entrevista a profundidad

“La entrevista a profundidad es aquella que se realiza sin un guion previo, sigue un modelo de conversación entre iguales” (Folgueiras, 2016, p. 3). Lo cual implica que esta técnica de recolección de información no presenta unas preguntas previamente realizadas, sino que escoge una pregunta con la cual pueda invitar al entrevistado a relatar su vida y/o hechos más significativos y en adelante, el entrevistador en relación con la información que vaya escuchando puede generar una o dos preguntas más que le permita conocer a detalle ciertos aspectos de una situación en particular. Lo cual infiere que, “la entrevista se construye simultáneamente a partir de las respuestas de la persona entrevistada” (Folgueiras, 2016, p. 4).

Es importante comprender también que esta técnica no puede ser desarrollada sólo con una sesión de preguntas, pues la palabra “profundidad” dimensiona que se requiere de forma detallada conocer y analizar lo que el entrevistado relata con relación a su experiencia de vida. “Su empleo implica la realización de varias sesiones con la misma persona” (Sandoval Casilimas, 2002, p. 145); Por ello, y en consideración con lo anterior, se requiere informar al entrevistado que es necesario generar 2 o más sesiones para precisar y analizar las respuestas obtenidas con relación al objetivo de la investigación.

“En la entrevista a profundidad la construcción de datos se va edificando poco a poco, es un proceso largo y continuo” (Robles, 2011, p. 41). Lo cual significa que dicha técnica puede arrojar información importante en cada una de las sesiones de entrevistas que se fijen con el entrevistado. También hace referencia a que la información cada vez puede arrojar más elementos que enriquezcan los datos, lo cual le permite al entrevistador mayor capacidad de análisis y posiblemente descubrir elementos con los que no contaba.

En concordancia con lo anterior, y teniendo en cuenta que existe información sensible dentro de las experiencias de vida, “es indispensable realizar la entrevista a profundidad no sólo de forma individual, sino también contar con espacios donde el entrevistado se sienta cómodo y seguro” (Robles, 2011, p. 41). Lo que le brinde de cierta manera la confianza y tranquilidad de compartir su historia. Para ello también es fundamental no dilatar las entrevistas a más de dos horas, procurar que el entrevistado pueda terminar su idea o relato antes de continuar con otra pregunta, pues lo importante no es hacer la mayor cantidad de preguntas que se logren durante el tiempo de la entrevista, lo que realmente importa es lo que el entrevistado comparte con el entrevistador.

3.4.2 Encuestas

La encuesta es una técnica que a través de los años se ha convertido en una herramienta importante para acompañar los procesos de investigación a grupos de interés y obtener resultados a través de mediciones cuantitativas realizadas.

De acuerdo con Casas et al. (2003) citando a García Ferrando (1993) se puede definir la encuesta como:

Una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio, del que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características. (p. 143)

Es decir, cuando se habla de encuesta hace referencia a toda comunidad, colectivo, masa que se pueda medir a través de datos estadísticos y de esta forma obtener resultados que aporten al proceso de investigación

Casas et al. (2003) ratifican que la encuesta permite obtener características importantes a través de la observación indirecta que se sustenta de la indagación suministrada por los encuestados, también permite comprender que la información

obtenida es importante cuando se realiza de manera masiva y no solo de un sujeto específico. Además, comprende que mediante el formulario de la encuesta se recoge información estándar para toda la población lo que permite hacer comparaciones paralelas entre grupos. Por ello es importante considerar que las encuestas no solo brindan datos estadísticos sino una infinidad de elementos que a partir de lo suministrado por los encuestados se desprenden para el análisis de la investigación.

Teniendo en cuenta a Casas et al. (2003) y las características mencionadas en el párrafo anterior es necesario saber que para realizar una adecuada encuesta se requiere tener otros aspectos a considerar, como por ejemplo el objetivo general y los objetivos específicos, lo cual significa que quien realice la investigación mediante el método de la encuesta debe contar con un tema de interés claro y preciso. También, si el proceso se lleva a cabo con toda la población o si se toma una muestra de la población objeto de estudio. Asimismo, es pertinente que en el proceso se tenga presente el nivel de confianza, debido a que este revela el grado de probabilidad, o confianza, que el investigador tiene para que el valor se ajuste al real.

3.5 POBLACIÓN Y/O MUESTRA (O UNIVERSO DE ESTUDIO)

Para la caracterización se tuvo en cuenta la población de Alcohólicos Anónimos del grupo Nueva Vida de la ciudad de Cali, que cuenta aproximadamente con 30 integrantes. Se emplea la muestra probabilística teniendo en cuenta lo mencionado por Hernández et al. (2014). en su documento Selección de la muestra. Metodología de la Investigación realizado en la ciudad de México donde indica:

Todos los elementos de la población tienen la misma posibilidad de ser escogidos para la muestra y se obtienen definiendo las características de la población y el tamaño de la muestra, y por medio de una selección aleatoria o mecánica de las unidades de muestreo/análisis (Hernández et al., 2014, p. 7), lo que permite indicar que debido a que todos los integrantes del grupo Nueva Vida cuentan con la misma característica de consumo de alcohol, cualquiera tiene la posibilidad de ser seleccionado en la muestra.

Haciendo énfasis en lo mencionado anteriormente es importante resaltar que el método utilizado para obtener la muestra fue probabilístico. Teniendo en cuenta que la cantidad de asistentes aproximada del grupo corresponde a 30 personas, la muestra probabilística da un total de 29 (individuos). Este número de muestra se calculó teniendo como base un margen de error del 5%; un nivel de confianza del 95% y como universo el número de personas totales que corresponde a 30 participantes. Con estos datos el tamaño de muestra arrojado fue de 29 personas. De acuerdo a lo anterior es importante mencionar que en la investigación solo se llevaron a cabo 20 encuestas debido a que por ser un grupo que trabaja bajo el anonimato, varios participantes no la desarrollaron.

Con base en lo anterior, se plantea que, después de aplicar la encuesta y dando continuidad al proceso de investigación, también se tendrá en cuenta el enfoque cualitativo que se desarrollará con dos integrantes del grupo nueva vida, esto con relación al método Biográfico donde permite conocer y comprender la realidad de los sujetos a partir de sus historias de vida.

4 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 DESCRIPCIÓN GENERAL DE RESULTADOS

Este capítulo se compone de información cuantitativa y cualitativa que corresponde al tipo de investigación mixta propuesta para este tema, por ello el presente apartado se desarrolló por categorías de análisis de acuerdo a los objetivos específicos planteados en el documento. Los datos recolectados en la ejecución de la investigación mixta corresponden 20 encuestas realizadas a personas que conforman el grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva vida, las encuestas se realizaron entre el 8 y 16 de noviembre del año 2021 por medio de la herramienta Google Forms, a su vez se realizaron dos entrevistas a profundidad entre el 20 y 25 de abril de 2022 y se finalizó con un relato de vida el 30 de julio del año 2022.

Partiendo de la estructura anterior, primero se analizaron los datos cuantitativos, tablas, gráficos e información cruzada obtenida de las encuestas con los respectivos comentarios y/o lecturas realizadas por las investigadoras. Una vez expuesta y analizada la información cuantitativa del objetivo específico número uno, se dio paso a la información cualitativa, la cual fue analizada a partir de los referentes teóricos en relación a los fragmentos de las entrevistas y el relato de vida realizado.

4.2 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.2.1 Categoría de análisis (variable) 1: Caracterización sociodemográfica.

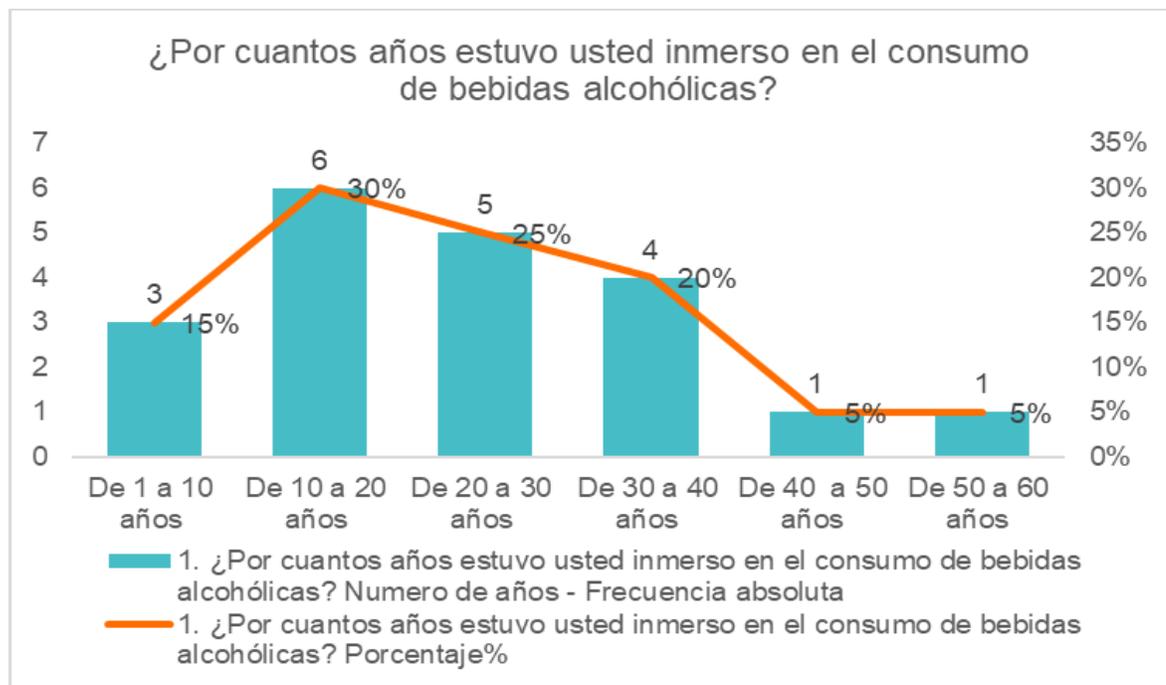
Para responder al objetivo específico uno se realizaron 13 preguntas a 20 personas que forman parte del grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva Vida, las preguntas realizadas tenían como meta conocer aspectos que van desde el tiempo que la persona lleva inmerso en el consumo de alcohol, hasta los ingresos mensuales obtenidos por la persona. Estas preguntas ofrecen un campo amplio de análisis y lectura, que a su vez permiten (si se da el caso) asociar respuestas y confrontar los resultados.

Tabla 2. Pregunta 1 de la encuesta

1. ¿Por cuántos años estuvo usted inmerso en el consumo de bebidas alcohólicas?		
Intervalos	Número de años (Frecuencia absoluta)	Porcentaje (%)
De 1 a 10 años	3	15%
De 10 a 20 años	6	30%
De 20 a 30 años	5	25%
De 30 a 40 años	4	20%
De 40 a 50 años	1	5%
De 50 a 60 años	1	5%
Total	20	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 1. Pregunta 1 de la encuesta



Fuente: Elaboración propia.

La pregunta 1 se realizó con el fin de generar un primer panorama del tiempo de consumo de las 20 personas que respondieron la encuesta y que a su vez son parte del grupo Alcohólicos Anónimos Nueva vida. Se considera relevante conocer el

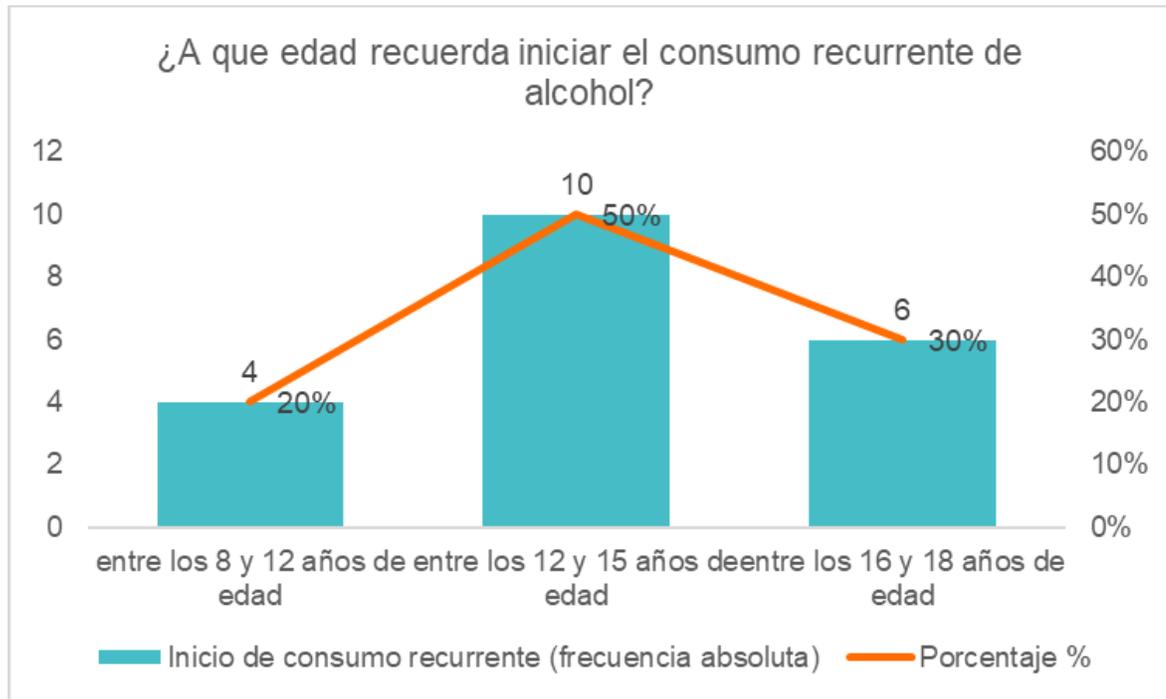
tiempo en que las personas encuestadas llevan inmersas en el consumo de alcohol y que por lo anterior se reconocen como Alcohólicos anónimos por tener problemas con dichas sustancias. Con base en los resultados obtenidos, se puede evidenciar que el 30% de las personas encuestadas corresponde al valor más alto, en estos los individuos llevan entre 10 y 20 años; los datos que corresponden a este primer intervalo son 10, 14, 15, 15, 18 y 20 años de consumo de alcohol; el 25% de las personas encuestadas lleva entre 20 y 30 años, los datos que corresponden a este segundo intervalo son 22, 30, 30, 30 y 30 años de consumo de alcohol; el 20% corresponde a las personas que llevan entre 30 y 40 años de consumo, los datos de este tercer intervalo son 35, 35, 37 y 38 años de consumo de alcohol; el 5% corresponde a una persona que lleva 45 años de consumo y el otro 5% (dato final), corresponde a una persona que lleva 52 años de consumo de alcohol.

Tabla 3. Pregunta 2 de la encuesta

2 ¿A qué edad recuerda iniciar el consumo recurrente de alcohol?	Inicio de consumo recurrente (frecuencia absoluta)	Porcentaje (%)
entre los 8 y 12 años de edad	4	20%
entre los 12 y 15 años de edad	10	50%
entre los 16 y 18 años de edad	6	30%
Total	20	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 2. Pregunta 2 de la encuesta



Fuente: Elaboración propia.

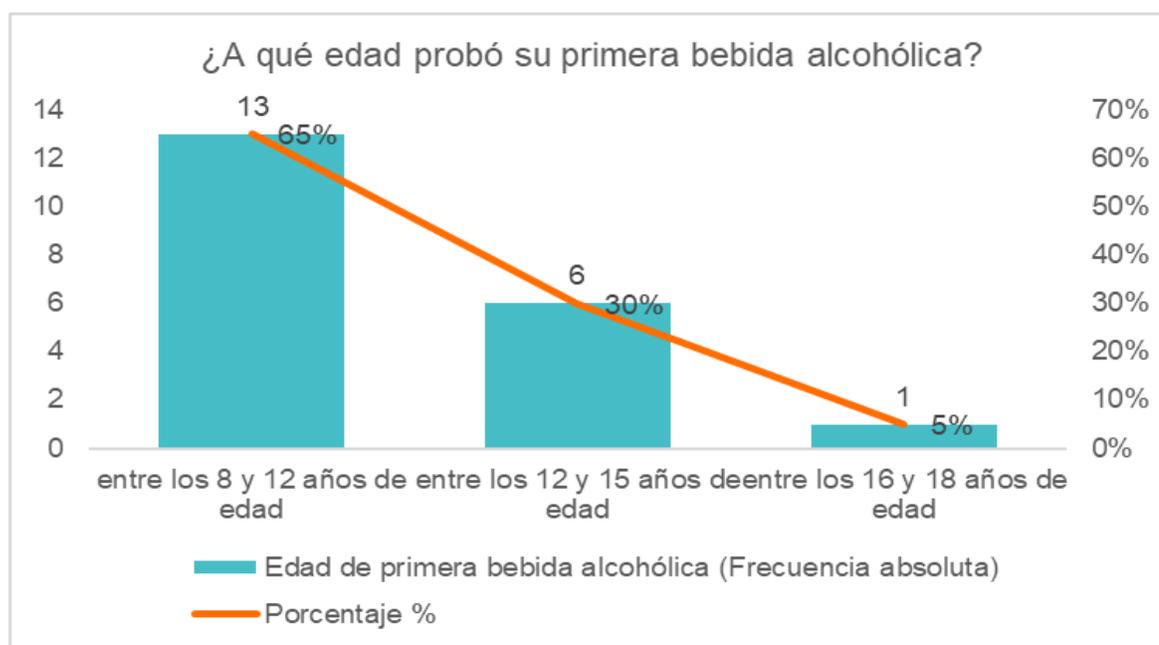
Los resultados indican que el 50% de las personas de la muestra inició el consumo recurrente de alcohol entre los 12 y 15 años de edad; continúa el 30% entre los 16 y 18 años y finaliza con el 20% entre los 8 y 12 años de edad. Lo anterior considerando los datos obtenidos por el Ministerio de Justicia y del Derecho del año 2020 “Los adolescentes de 12 a 17 representan del 12,1% de consumo de sustancias psicoactivas”. Párr. 6. Lo anterior, y considerando que la mayoría de las personas encuestadas superan los 45 años de edad, indica que no es un dato alejado del contexto y realidad actual, pues, aunque el estudio se realizó en el 2020 y la encuesta para la presente investigación se realizó en el año 2021 con personas entre los 30 y 65 años, el 50% indicó que iniciaron a consumir alcohol entre los 12 y 15 años de edad.

Tabla 4. Pregunta 3 de la encuesta

3 ¿A qué edad probó su primera bebida alcohólica?	Edad de primera bebida Alcohólica (Frecuencia absoluta)	Porcentaje (%)
entre los 8 y 12 años de edad	13	65%
entre los 12 y 15 años de edad	6	30%
entre los 16 y 18 años de edad	1	5%
Total	20	100%

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 3. Pregunta 3 de la encuesta



Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la pregunta 3, la cual hace referencia no a la edad en la que inició el consumo de alcohol, sino a la edad en la que probó por primera vez alguna bebida alcohólica, es importante hacer énfasis en los resultados obtenidos. Pues el 65% de los encuestados respondió que entre los 8 y 12 años de edad probaron su primera bebida alcohólica, seguido del 30% que indicó que fue entre los 12 y 15 años y finalmente, el 5% entre los 16 y 18 años de edad.

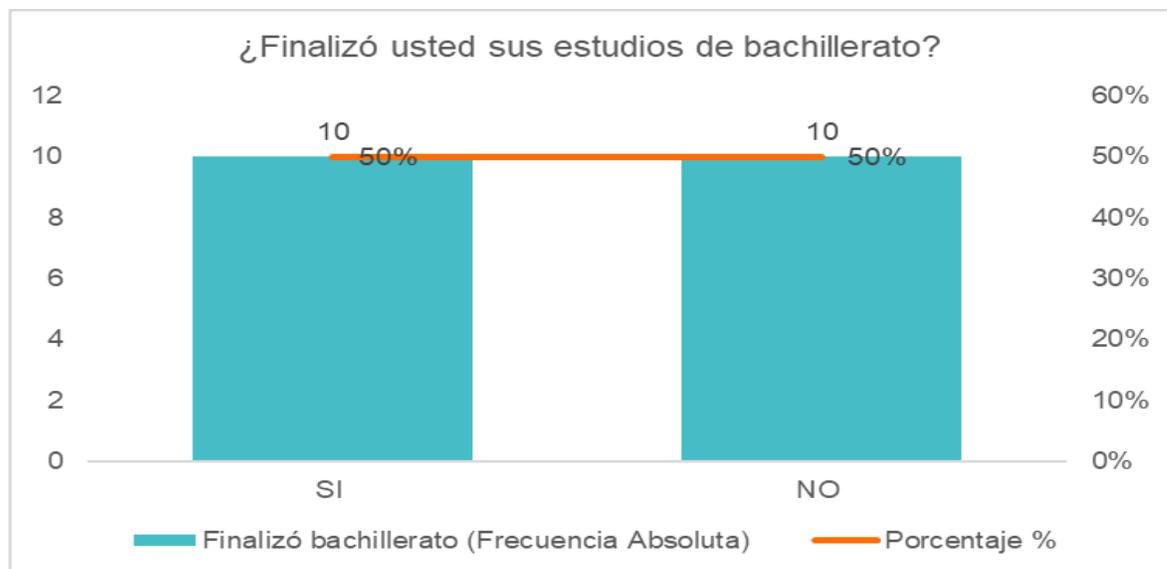
Si se analizan ambos datos y se confrontan entre sí, es posible considerar que la relación entre el inicio de consumo y la primera vez que probó una bebida alcohólica no se contradicen. Pues el 65% indicó probar el alcohol entre los 8 y 12 años de edad y ya para los 12 y 15 años, el 50% de los encuestados consumía alcohol de manera recurrente. La edad en la que se prueba el alcohol por primera vez marcó un precedente para iniciar un consumo recurrente de alcohol a edad temprana. Este hallazgo se analiza a profundidad en el desarrollo de las conclusiones.

Tabla 5. Pregunta 6 de la encuesta

6. ¿Finalizó usted sus estudios de bachillerato?	Finalizó bachillerato (Frecuencia absoluta)	Porcentaje (%)
SI	10	50%
NO	10	50%
Total	20	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 4. Pregunta 6 de la encuesta



Fuente: Elaboración propia.

La pregunta 6 se realizó sobre el grado de escolaridad y los resultados arrojaron que el 50% de las personas sí terminaron el bachillerato y el otro 50% no finalizó; sin embargo, no especificaron hasta qué grado del bachillerato cursaron. Ahora

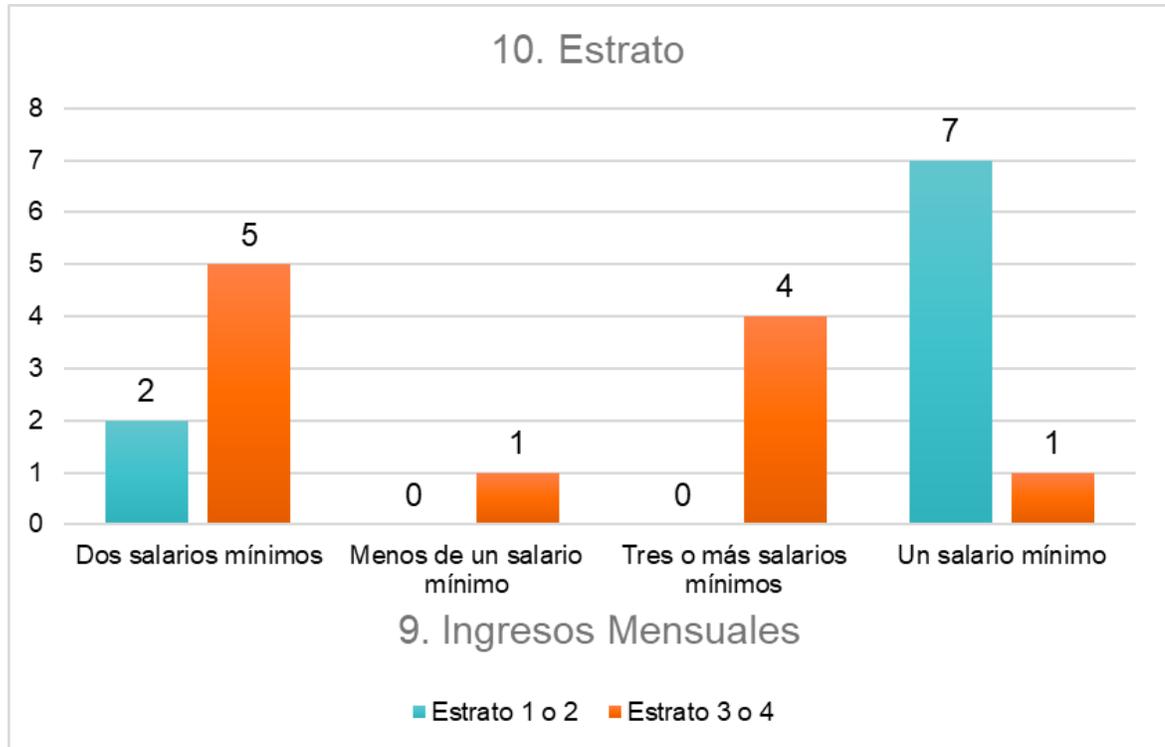
bien, analizando esta información con las respuestas de la pregunta 2 que habla sobre la edad en que inició el consumo recurrente de alcohol, el 50% respondió que iniciaron entre los 12 y 15 años de edad, lo que permite retomar la información del Ministerio de Justicia y del Derecho del año 2020 donde se menciona que “Los adolescentes de 12 a 17 años representan el 12,1% de consumo de sustancias psicoactivas”; por lo anterior se considera importante analizar la edad de inicio de consumo, en comparación con la edad en la que abandonaron sus estudios de secundaria.

Tabla 6. Pregunta 9 y 10 de la encuesta (cruzada)

10. ESTRATO	9. INGRESOS MENSUALES								Total	Total %
	Dos salarios mínimos	Dos salarios mínimos	Menos de un salario mínimo	Menos de un salario mínimo	Tres o más sala rios míni mos	Tres o más salarios mínimos	Un salario mínim o	Un salario mínim o		
Estrato 1 o 2	2	10%	0	0%	0	0%	7	35%	9	45%
Estrato 3 o 4	5	25%	1	5%	4	20%	1	5%	11	55%
Total	7	35%	1	5%	4	20%	8	40%	20	100%

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 5. Pregunta 9 y 10 de la encuesta (cruzada)



Fuente: Elaboración propia.

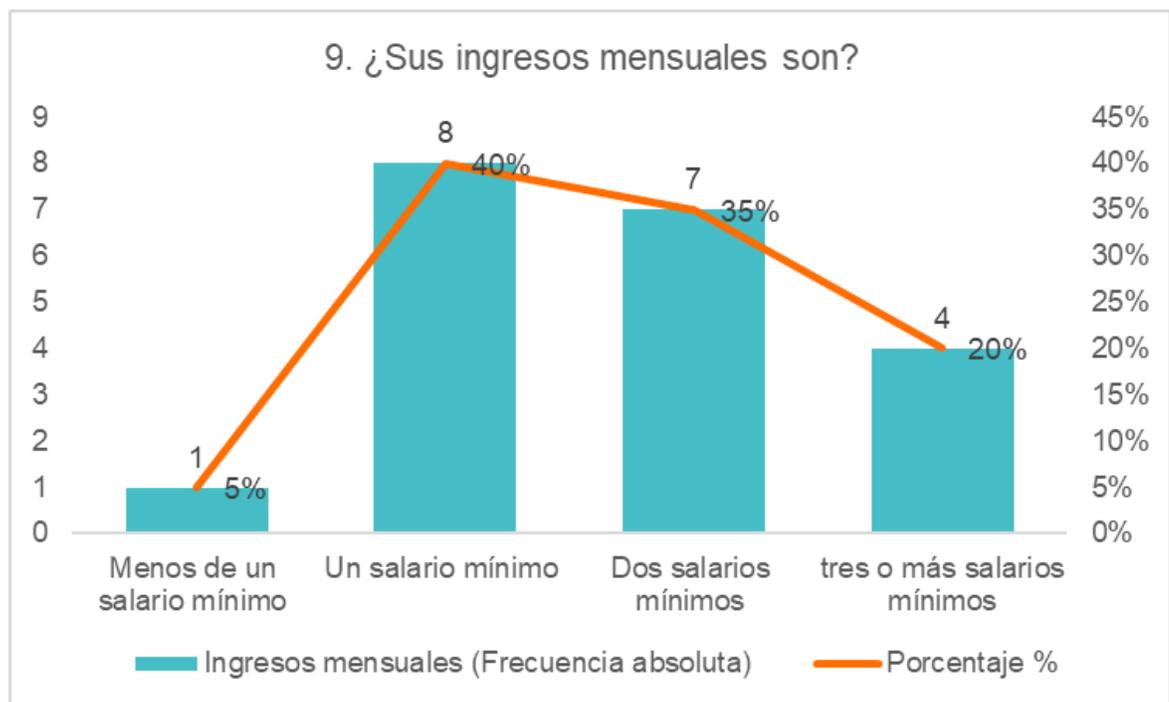
La pregunta 9 se realizó frente al ingreso mensual de los integrantes del grupo, donde se pudo establecer que el 40% de la muestra, dato correspondiente a 8 personas, respondieron que devengan un salario mínimo; el 35% que corresponde a 7 personas, devengan dos salarios mínimos; el 20% corresponde a 4 personas que devengan tres o más salarios mínimos; y finalmente, el 5% que corresponde a una persona, devenga menos de un salario mínimo. En cuanto a los resultados de la pregunta 10, que corresponde al estrato socioeconómico del barrio donde reside, se pudo establecer que el 55%, que corresponde a 11 participantes, están ubicados en estratos 3 o 4, y el 45%, que corresponde a 9 participantes, viven en estratos 1 o 2.

Teniendo en cuenta la información anterior, es importante considerar el hallazgo de que el consumo de alcohol es independiente del estrato socioeconómico, pues los

datos arrojados indican que el 55% corresponde a estratos 3 y 4 y el 45% corresponde a estratos 1 y 2; por consiguiente, el consumo de alcohol es un problema que se puede presentar en cualquier población, de cualquier estrato o clase social, dado que según la información recopilada los ingresos mensuales o el estrato no determinan o condicionan el consumo de alcohol. Este hallazgo se desarrolla en las conclusiones finales de la investigación.

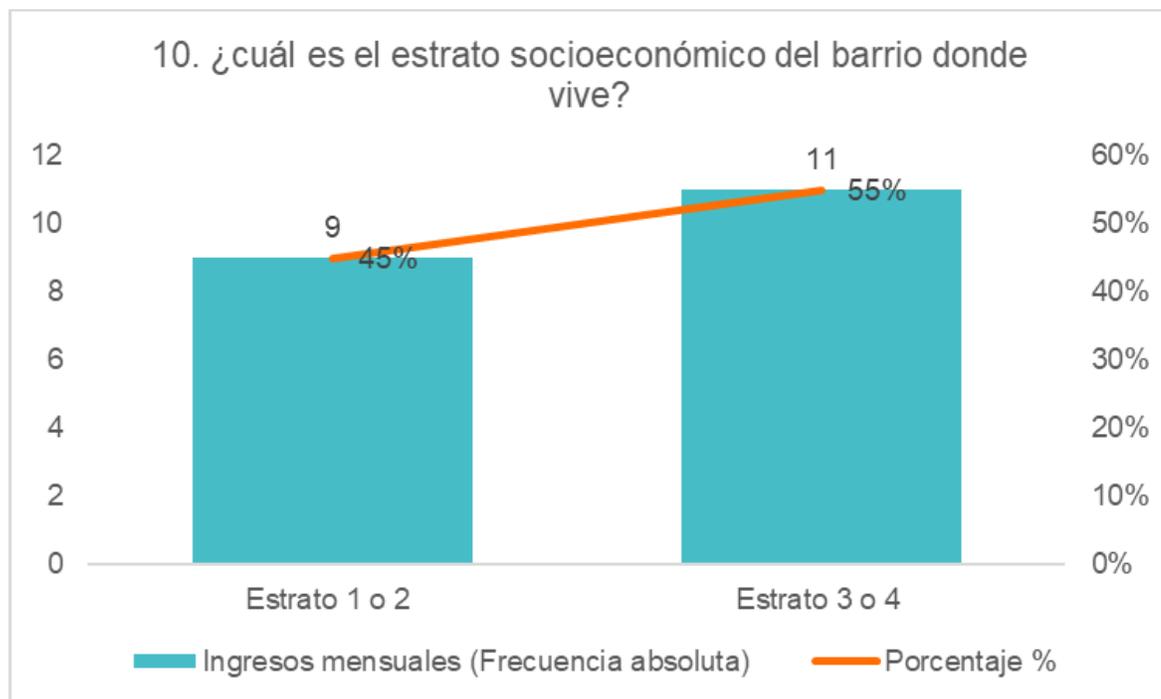
A continuación, se anexan los gráficos por separado de las preguntas 9 y 10 para mayor claridad en la información registrada en el análisis. (Véanse Gráficos 6 y 7).

Gráfico 6. Pregunta 9 de la encuesta



Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 7. Pregunta 10 de la encuesta



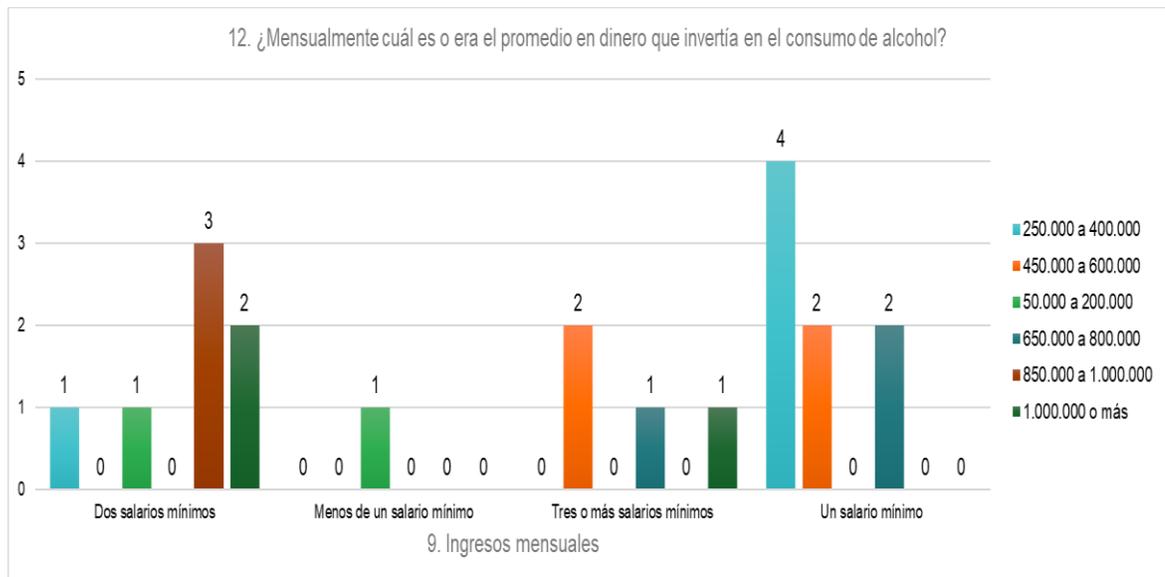
Fuente: Elaboración propia.

Tabla 7. Pregunta 9 y 12 de la encuesta (cruzada)

12. ¿Mensualmente cuál es o era el promedio en dinero que invertía en el consumo de alcohol?	9. INGRESOS MENSUALES				Total
	Dos salarios mínimos	Menos de un salario mínimo	Tres o más salarios mínimos	Un salario mínimo	
250.000 a 400.000	1	0	0	4	5
450.000 a 600.000	0	0	2	2	4
50.000 a 200.000	1	1	0	0	2
650.000 a 800.000	0	0	1	2	3
850.000 a 1.000.000	3	0	0	0	3
De 1.000.000 o más	2	0	1	0	3
Total	7	1	4	8	20

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 8. Pregunta 9 y 12 de la encuesta (cruzada)

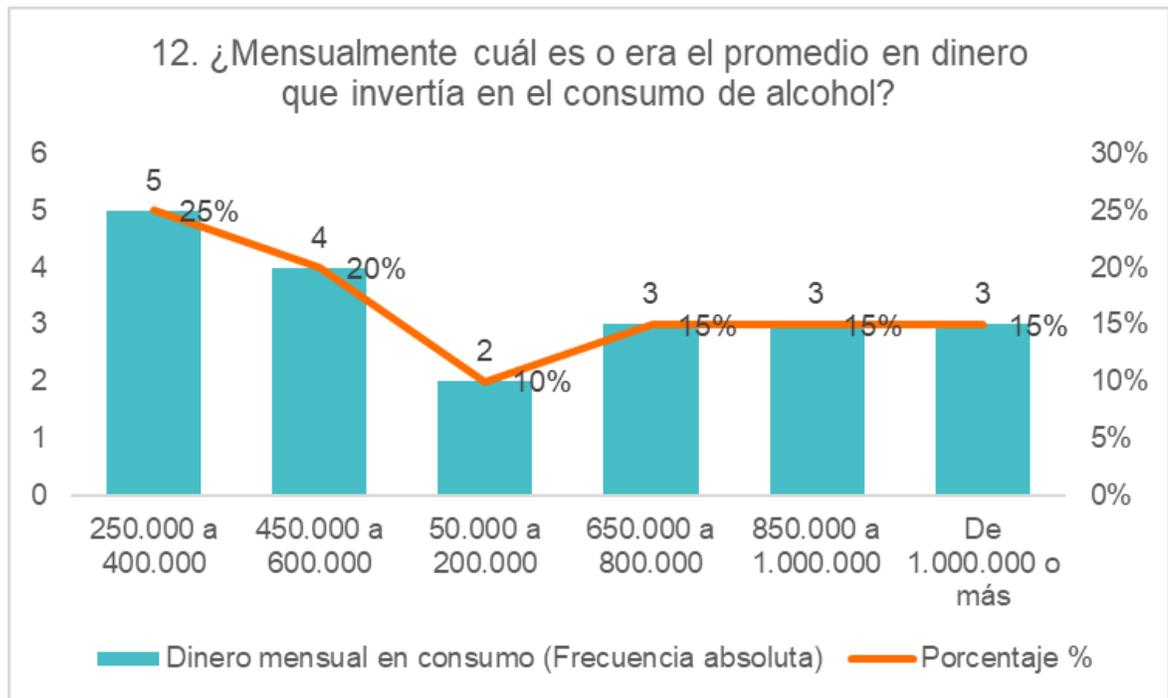


Fuente: Elaboración propia.

Según la información registrada en el gráfico anterior, el 25% de la muestra manifestó gastar en alcohol entre 250.000 pesos a 400.000 pesos mensuales, siendo este el porcentaje más alto; seguido del 20% quienes gastan entre 450.000 pesos y 600.000 pesos mensuales; le sigue el 15%, cifra que se repite en tres datos, un 15% corresponde a 650.000 pesos a 800.000 pesos mensuales; el siguiente 15% de 850.000 pesos a 1.000.000 de pesos mensuales; seguido de 1.000.000 de pesos mensuales o más, y finaliza con el 10% que va desde los 50.000 pesos a 250.000 pesos mensuales. En consideración con lo anterior, es posible concluir que los ingresos mensuales para las personas encuestadas no son determinantes para el consumo de alcohol, pues en algunos casos el gasto mensual en consumo de alcohol iguala o supera el ingreso mensual, pues el 65% que equivale a 13 personas, gastan desde 450.000 pesos hasta 1 millón o más y solo 11 de ellas gana más de un salario mínimo.

A continuación, se anexa el gráfico de la pregunta 12 para mayor claridad en la información registrada en el análisis.

Gráfico 9. Pregunta 12 de la encuesta



Fuente: Elaboración propia

[Datos encuesta de investigación Grupo de Alcohólicos Anónimos.xlsx.](#)

4.2.2 Categoría de análisis 2: Posibles daños en la vida emocional

En el marco conceptual se expone de manera detallada qué es una emoción, sin embargo, para realizar el análisis de la categoría Posibles daños en la vida emocional, es necesario ahondar en el tema y hablar de lo que propone Rodríguez (2013), y los hallazgos encontrados en las entrevistas.

Rodríguez (2013), plantea que cuando una persona presenta una emoción ésta se desarrolla en su mente (cognitivo), sin embargo, al expresarla también se manifiesta en emociones positivas o negativas que ya son consideradas como respuestas fisiológicas y que además hace que al comprender que éstas existen se pueda

aprender de ellas. Es decir, la emoción se desarrolla de manera natural en la mente y esta misma permite expresarla a nivel corporal, cada individuo la vive a mayor o menor intensidad de acuerdo con las relaciones sociales (es el factor más relevante según lo planteado por el autor), el entorno o la situación por la que esté atravesando, y además estas emociones pueden adquirir mayor o menor relevancia en cada persona. (Rodríguez, 2013).

Ahora bien, a lo largo de la vida los seres humanos experimentan infinidad de emociones con las que se vive a diario, incluso la mayoría de veces son reconocidas pero muy difíciles de expresar. Sin embargo, cuando se hace referencia a las emociones que manifiestan las personas que tienen algún tipo de consumo de sustancias, en el caso puntual consumo de licor, es posible considerar que la mayoría de los integrantes del grupo somatizaban las emociones y las justificaban en el consumo de alcohol para normalizarlas, no solo a nivel individual, también en la dinámica familiar y en general en los diferentes aspectos de la vida. Uno de los entrevistados lo dice de esta manera:

Si, muchas, el llegar habiendo tomado trago y decirle a ella que me sirva comida y dejar la comida servida ahí y no comérmela y al otro día estar esa comida llena de moscas ahí y no comprender que ese era un problema, de que estaba con la bebida, sino que simplemente pensar que era normal, muchas veces llegar y estropearla por nada porque desgraciadamente uno es muy machista. (Entrevista a profundidad: entrevistado 2)

Al otro día aparece el remordimiento porque la toqué. Es que cuando yo no bebía, aunque era rara la vez que yo no bebiera, yo casi bebí todos los días. Pero tampoco había todos los días palo, sino que había momentos en los que yo no sé. Siempre me pregunto, me he preguntado y me preguntaré siempre. (Entrevista a profundidad: entrevistado 2)

De acuerdo con lo anterior, cuando Rodríguez (2013), plantea que las emociones son intrínsecas en cada persona, que estas llegan a su mente y se expresan de manera cognitiva y fisiológica, y comprendiendo que el factor principal de estas son las relaciones sociales, es posible considerar que siendo la familia la primera fuente de relaciones, si los individuos han sido expuestos a algún tipo de maltrato, es posible que reflejen el mismo comportamiento con base en la experiencia vivida. Es decir, cuando los entrevistados manifestaban que su emoción de ira la descargan con sus esposas o familiares, se identificó que en su niñez vieron estos abusos por parte de su papá o su mamá o incluso con ellos y sus hermanos, lo que hace pensar en que en la vida adulta reflejaban el mismo comportamiento con sus familias. Por ejemplo, como lo manifiesta el entrevistado 1 diciendo que:

Pero yo siempre el inventario que yo he hecho viene de pequeño, de la infancia de ver a mi padre también que era así, consumía, no llevaba plata para la comida, mi mamá le pedía, mi papá la cascaba, la golpeaba. Yo no sé si de pronto es esa idea de, ¿Como se puede llamar eso que viene de allá desde atrás? ¿Unas cadenas? (Entrevista a profundidad: entrevistado 2).

A partir de estos hallazgos, cabe resaltar que la familia cumple una función fundamental en la crianza y desarrollo del individuo, puesto que son el primer ente que cubren las necesidades primarias y que además influye en la estabilidad, el comportamiento y actitudes del individuo. En la investigación, Etiología del Consumo de Alcohol en la Adolescencia: Análisis de Diversos Enfoques y Teorías, (Senra 2003), menciona “La familia es, no sólo el origen de nuestra existencia, sino las raíces sobre las que nos desarrollamos compartiendo todos los miembros una serie de características comunes, unas heredadas y otras adquiridas, como un sello de identidad familiar” (p. 86). En ese sentido, así como el alcoholismo es un factor en el cual la familia tiene mucha fuerza, también lo son los legados familiares tales como; el manejo de emociones, actitudes, influencia en la personalidad, valores y demás posturas que pueden ser condicionados por el sujeto según la circunstancia o entorno en el que vive.

Una vez me metí una rasca a los 10 años con mi papá, mi papá era bebedor y una vez me llevó al barrio La Base, él estaba tomando y yo lo acompañé y yo no sé a qué hora yo cogí las cervezas que quedaban y me emborraché y todo me daba vueltas, a los 10 años. Aquí en alcohólicos anónimos me hacen esa retrospectiva de mi vida y desde los 10 años empecé a beber. (Entrevista a profundidad: entrevistado 1)

Cuando el entrevistado 1 manifiesta que a partir de probar con su padre la primera cerveza a la edad de 10 años y que en adelante su consumo fue recurrente, se puede identificar que los seres humanos adquieren comportamientos del entorno más cercano y adaptan dichas conductas a la vida cotidiana. Soportando lo mencionado se retoma a Senra, (2003) cuando menciona “El adolescente de nuestra sociedad aprende a querer ingerir alcohol del mismo modo en que aprende a desear un coche, a fumar, a casarse etc. Y aprende todas esas cosas de sus padres, del grupo de iguales, de su entorno” (p. 84). Por consiguiente, cuando el individuo adquiere y aprende comportamientos de su vínculo más cercano, en el caso de los entrevistados la familia, es pertinente mencionar que, no solo adoptan conductas como la bebida, también pueden determinar emociones y sentimientos, como lo menciona Rodríguez (2013) en el documento ¿Qué es una emoción? Teoría relacional de las emociones:

El que está triste ve el mundo entero bajo la óptica de la tristeza y convierte al mundo en algo triste, pues se relaciona con los otros desde dicha posición, transmitiéndoles dicho sentimiento, o haciéndoles huir o haciéndoles responder con enfado, con compasión u otras posibilidades que podamos imaginar. Por lo demás, la razón de esa tristeza hay que buscarla normalmente en el mundo de relaciones de esa persona, desde el origen, pero nunca en una dinámica interna aislada (Rodríguez, 2013, p.2).

Planteamiento que sustenta lo mencionado por Senra (2003), la familia, como agente de socialización por excelencia, tiene una poderosa y decisiva influencia en

la formación de actitudes infantiles. En cierto modo, actúa como el catalizador primario de la estructura actitudinal del niño. A través de la familia el niño percibe el mundo, la familia le transmite valores (Senra, 2003, p. 84). Lo anterior permite identificar cómo las emociones sí juegan un papel importante en los seres humanos y que además la familia es crucial a la hora de transmitir emociones que pueden adoptar y manifestar para sí mismo y su entorno la persona, más aún cuando se encuentra bajo los efectos del alcohol. Para complementar lo dicho se presentan los fragmentos del entrevistado 2:

Yo entendí que soy alcohólico porque los alcohólicos somos emocionales y esas emociones son las que nos llevan a beber y si no controlamos esas emociones paila, aquí me enseñan a controlar emociones, aquí me las enseñan a controlar, pero si yo me descuido un poquito vuelvo y la cago.

(Entrevista a profundidad: entrevistado 2)

La enfermedad del alcoholismo es una cosa de emoción, y eso es una emoción muy dura, una emoción que a uno le... lo puede llevar como decían hoy, a cometer una locura, volver a consumir drogas, a consumir (...).

(Entrevista a profundidad: entrevistado 2)

Conforme a los planteamientos formulados por Rodríguez (2013) y Senra (2003) y según las apreciaciones expuestas por los dos entrevistados, es preciso mencionar que todos los seres humanos tenemos emociones, sin embargo, el consumo de alcohol hace que estas en cierto momento de la ingesta produzcan en la persona estados de euforia, desinhibición u ocultamiento de las mismas, en el caso de las emociones negativas se evidencian a mayor escala, ya que no pueden medir las consecuencias por no contar con un estado de conciencia. Es decir, el consumo de alcohol si tiene relación con las emociones que, aunque ya sean propias de cada persona experimentarlas en un estado de alicoramiento puede causar graves consecuencias.

Yo llegué a la comunidad de alcohólicos hace 9 años, recuerdo que mi esposa me hizo una fiesta de 45 años y al otro día me fui a levantar a darle un beso a mi esposa de buenos días y me dijo que estaba brava conmigo y yo le dije ¿por qué? ¿Qué pasó? Que si no me acordaba que había hecho anoche... y lo que me dijo que hice fue que me dio el pie para un domingo ehhh por mi barrio yo había visto alcohólicos anónimos y dije que necesitaba ayuda porque lo que me contó mi esposa yo quería morirme, quería que la tierra abriera un hueco y que me tragara, me dio mucha depresión y llegué a la comunidad de alcohólicos anónimos. (Entrevista a profundidad: entrevistado 2)

De acuerdo con lo planteado en los fragmentos de cada una de las entrevistas es importante mencionar que cuando los participantes indican no recordar situaciones ocurridas en estado de alicoramiento es una de las formas en las que se logra identificar como perdían la capacidad de controlar sus emociones llevando a cabo acciones que luego no recordaban y además generaban estados de tristeza e incertidumbre al enterarse. Cabe resaltar que una de las emociones más recurrentes manifestada por los entrevistados era la ira, que ocurría durante y después del consumo de licor, esto permite analizar que, aunque lo aprendido por sus pares tienen influencia en ellos, también el hecho de la ingesta desmedida de alcohol que al utilizarlo como un aislante a sus problemas hacía que la mayor parte del tiempo afloran emociones que causaban daño a nivel físico y emocional tanto a ellos como a las personas que los rodeaban.

Finalmente, es importante tener presente que en la comparación realizada con el entrevistado 1 y el entrevistado 2, se logró identificar que la edad en que ambos iniciaron su consumo fue a los 10 y 15 años de edad; por tanto, puede considerarse que al iniciar el consumo de alcohol a edad temprana es posible que el mismo se convierta en un hábito, además es información que se evidencia en las encuestas realizadas. Lo anterior se considera como hallazgo y se desarrolla de manera más amplia en las conclusiones finales.

4.2.3 Categoría de análisis 3: Posibles daños en la salud mental

Para analizar y comprender la información que a continuación se presenta, es importante retomar las definiciones sobre la salud mental que se han abordado en este documento, puesto que son el punto de partida para exponer las respuestas de las personas entrevistadas, así como la posterior interpretación de la información. Partiendo de que la Organización Mundial de la Salud define la salud mental como “un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente a la ausencia de enfermedad o dolencia” (OMS, 2004, p.14), es necesario comprender que la salud mental parte de diferentes escenarios y contextos que son habituales para el ser humano, por lo anterior hablar o explicar la salud mental desde la ausencia misma de la enfermedad no es suficiente, pues tal como se indica al inicio del párrafo, ésta se compone de varios elementos que en consideración con esta investigación es oportuno tener en cuenta dado que permiten desarrollar y abordar la salud mental desde los aspectos anteriormente nombrados.

Ahora bien, en el documento, Salud mental: un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud, los autores explican que la salud mental es entendida como un conjunto de características personales, interpersonales, laborales y sociales (Mebarak et al., 2009). Definición que complementa y fundamenta la de la OMS. Mebarak et al. (2009) expresan que la salud mental no puede verse aislada del espacio social, familiar, personal, etc., en los que está inmerso el individuo, y que la forma en la que este se relacione con el medio expresa el estado de su salud mental. Por lo anterior, se afirma que la salud mental no es ausencia o presencia de una enfermedad, sino también comprende los entornos que hacen parte de la vida del individuo, así como la forma en que se relaciona consigo mismo y con el medio.

En concordancia con las definiciones ya expuestas, se da paso a la reflexión y análisis de los fragmentos de las entrevistas realizadas, los cuales aportan elementos de discusión propios al tema y que posibilitan la comprensión de las definiciones desde la experiencia misma de los entrevistados.

Entonces cuando estaba en la bebida yo me relacionaba conmigo mismo a lo que para mí era, el beber y sentirme bien, pero como le digo entre comillas, porque al otro día uno no quería acordarse de muchas cosas y le daba ese terror de pensar de que uno había hecho algún daño. (Entrevista a profundidad: entrevistado 1)

Eran horribles, eran nefastos porque ya no me quería, yo hasta que no me veía llevado del carajo no paraba, me tomaba una cerveza y perdía mi voluntad totalmente, me enroscaba ahí como en esa silla y no me quería parar, era nefasto, la relación mía cuando yo me tomaba un trago. (Entrevista a profundidad: entrevistado 2)

Mebarak et al. (2009) hacen alusión a que las características personales y relaciones interpersonales son tenidas en cuenta al momento de hablar de salud mental; en los fragmentos citados los entrevistados 1 y 2 expresan que su relación interpersonal se veía afectada cada vez que consumían licor, dado que cuando se encontraban en estado de embriaguez, el licor les permitía sentirse bien y hacer cosas que en estado de sobriedad no harían, pero al pasar los efectos del alcohol, llegaban a experimentar sentimientos de culpabilidad y menosprecio por sí mismos.

El entrevistado 1 expresa que la relación que él tenía consigo mismo sólo se basaba en la bebida o en los momentos que lo llevaban a consumir licor, dado que al actuar bajo los efectos del mismo se sentía bien, pero al encontrarse sobrio no quería saber o recordar que había hecho bajo el estado de embriaguez. Lo anterior permite analizar que la relación que el entrevistado 1 sostiene con él mismo y con los demás se hace posible cuando está acompañado de la bebida, sin ser este aspecto determinante o garante de que sus relaciones personales fueran sanas o positivas, pues cuando ya se encontraba sobrio sentía temor de saber qué había hecho la noche anterior, ya que era probable que hubiese ocasionado algún daño hacia él, hacia un ser querido o a un espacio u objeto.

Ahora bien, el entrevistado 2 a su vez expone situaciones similares a las expresadas por el entrevistado 1, pues en él señala que su relación consigo mismo era “nefasta”, que el consumo de alcohol le hacía perder la conciencia y la voluntad, y que hasta no sentir que ya estaba muy mal no paraba de beber. Teniendo en cuenta la información anterior, es posible considerar que el consumo de alcohol genera rupturas en la relación interpersonal, pues tal como lo expresa el entrevistado 2, carece de amor para sí mismo, y ante la ausencia de amor propio se abre paso a sentimientos y acciones negativas hacía él mismo, lo cual genera entonces que la relación con su entorno también se viera afectada, y por ende se ve afectada su salud mental.

Es importante enfatizar en los factores de riesgo que representan mayor probabilidad de consumo de alcohol, uno de ellos es la baja satisfacción personal y baja autoestima (Ahumada et al., 2017). Lo anterior se refiere a un conjunto de cualidades o características personales que entran a ser evaluadas por la persona y por la sociedad. Dichas cualidades o características aportan a la persona la capacidad de proyectar una imagen para sí mismo y para los demás, dado que abarca varios campos de la vida, por ejemplo la educación, salud, economía, apariencia física, capacidad de relacionarse, entre otras; si hay una baja satisfacción personal, hay un precedente de baja autoestima (amor propio), por ende su relación consigo mismo y con los demás también se verá afectada, pues puede producir sentimientos de menosprecio al considerarse menos que los demás.

Teniendo en cuenta las definiciones de la Organización Mundial de la Salud y de Mebarak et al. (2009), las cuales exponen la salud mental como un conjunto de bienestar, es posible afirmar que, las relaciones personales (intrapersonales e interpersonales) sí se ven afectadas y casi condicionadas a si la persona está o no bajo los efectos del alcohol, dado que el consumo del mismo les atribuye comportamientos que pueden traer consecuencias en la vida de quien consume alcohol y al mismo tiempo a la vida de las personas que les rodea.

Cuando el entrevistado 1 expresa “*porque al otro día uno no quería acordarse de muchas cosas y le daba ese terror de pensar de que uno había hecho algún daño*” atendiendo a “El alcohol produce un deterioro del control ejecutivo que puede conducir a conductas agresivas o conductas sexuales de riesgo” (Sarasa et al., 2014); se puede afirmar que el consumo de alcohol anula la capacidad de consciencia de la persona por lo cual aumenta sus niveles de violencia, y de acuerdo a los niveles de alcohol en la sangre puede generar pérdida de la memoria. Por lo anterior, se concluye que el alcohol afecta las relaciones intrapersonales e interpersonales (consigo mismo y con los demás), además causa dificultades en la comunicación cuando se encuentra bajo los efectos del mismo, lo que aumenta la posibilidad de enfrentamientos, peleas y discusiones.

Con el alcohol se siente el ego, pero después de que uno pasaba ese trance y estaba al otro día con ese guayabo o con esa resaca se sentía culpabilidad, menosprecio”. (Entrevista a profundidad: entrevistado 1)

Es importante señalar que, en el anterior fragmento, el entrevistado 1 hace referencia a dos situaciones que se presentan durante el consumo y después del mismo, y son Ego, Culpabilidad y menosprecio. Estos dos momentos permiten suponer que, el alcohol atribuye una falsa idea de grandeza, de autocontrol y hombría que les permite sentirse bien mientras dura el efecto. Sin embargo, una vez pasa el efecto del alcohol y la persona vuelve a su estado de consciencia, aparece el menosprecio y culpabilidad generando sentimientos negativos hacia sí mismos.

De hecho, es importante examinar que el consumo recurrente de alcohol (alcoholismo) puede aumentar o inducir a trastornos mentales, como la depresión, ansiedad y/o esquizofrenia (Sarasa et al., 2014). Ahora bien, cuando el entrevistado 1 expresa que “al otro día con ese guayabo o con esa resaca se sentía culpabilidad, menosprecio” es necesario señalar que sentimientos como culpabilidad y menosprecio son síntomas comunes en personas diagnosticadas con depresión y ansiedad, pues constantemente su autoimagen se ve afectada por estos

sentimientos. La culpabilidad genera juicios y auto-señalamientos, y de esa culpabilidad emergen pensamientos que los refuerzan logrando hacer que la persona se sienta poco o menos que los demás, proyectando una imagen de autodesprecio e insatisfacción con su persona.

Teniendo en cuenta lo anterior, es preciso enfatizar que los sentimientos aquí expuestos son identificados en ambas entrevistas, por ello es posible considerar que en efecto el consumo de alcohol si afecta la salud mental desde los diferentes escenarios que la comprende partiendo de los conceptos aquí citados, dado que en los resultados obtenidos de las entrevistas se aprecia de manera repetitiva que ambas personas experimentan pensamientos y situaciones similares con respecto a su autoimagen, las relaciones que desarrollan con su familia, en entornos laborales y ocio, así como el deterioro o ruptura de la relación que sostienen ellos mismos y con el entorno, generando el aislamiento de quienes consumen alcohol de manera voluntaria o inconsciente. Por tanto, si es posible evidenciar daños en la salud mental o que, si existen daños previos en la salud mental antes de iniciar el consumo de alcohol, estos se agudicen y deterioren de manera más rápida la salud mental provocando nuevos diagnósticos.

4.2.4 Relato de vida, por integrante del grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva vida.

Soy alcohólico...

Entrevistador: Siendo las 6 y 21 pm si me permite iniciar preguntando ¿Cuál es la historia que va detrás de la decisión por la cual usted empezó con el consumo? Y si nos puede relatar un hecho o situación que usted más recuerda de su vida estando bajo los efectos del alcohol y que de repente lo llevó a reconocerse como alcohólico

Relator: Bueno yo soy alcohólico

Entrevistador: Mucho gusto.

*Relator: Yo llegué a la comunidad de alcohólicos hace 9 años, recuerdo que mi esposa me hizo una fiesta de 45 años y al otro día me fui a levantar a darle un beso a mi esposa de buenos días y me dijo que estaba brava conmigo y yo le dije ¿por qué? ¿Qué pasó?, y ella respondió que si no me acordaba que había hecho la noche anterior... y lo que me dijo, lo que me dijo que hice fue lo que me dio pie para un domingo – eh, por mi barrio yo había visto un aviso de alcohólicos anónimo – y ese domingo dije que necesitaba ayuda porque lo que me contó mi esposa que hice, yo quería morirme, quería que la tierra abriera un hueco y me tragara. **Eso que ella me contó me dio mucha depresión** y llegue a la comunidad de alcohólicos anónimos, me recibieron y me dijeron que yo era la persona más importante y empecé a escucharlos con mente abierta, porque es ese momento yo estaba sentado en esa depresión pidiéndole a ellos ayuda y empecé a identificarme con lo que ellos compartían porque pareciera que estuvieran hablando de mí, y yo pensaba ¿Será que estos tipos conocen mi vida?*

En ese momento empecé a sentirme identificado con ellos, con los que se paraban el atril y compartían sus historias, al escucharlos dije; entonces jummm yo también tengo el mismo problema de ellos, así que sentí que no era el único que tiene este problema y si ellos han podido yo también puedo, yo también quiero llenarme de lo que ellos están llenos y empecé a luchar con ayuda del programa. A los ocho meses de estar en sobriedad me vuelvo a tomar unos tragos, el cuerpo me lo pedía, busqué el pretexto y era enojarme con mi esposa, así tendría la excusa para tomar. En el momento pienso que no lo hice de manera consciente, sólo deseaba consumir, pero ahora entiendo que mi subconsciente estaba maquinando e ideando cosas para hacerme beber.

Ehhh, en este proceso he tenido cinco recaídas y llevo 9 años en el proceso con Alcohólicos anónimos. Al llegar a la comunidad me dicen que alcohólicos anónimos es una enfermedad, que ya está confirmado por la organización mundial de la salud, en ese momento empiezo a entender muchas cosas,

porque es que a mí me daban ganas de ir a beber y eran unas ganas incontrolables. Por ejemplo, un sábado como hoy por Dios, yo no estaría aquí. **Además, que lo mío era doble adicción, era alcohol y cocaína** y empecé a luchar. Pero ahora, después de un tiempo entiendo que no debo luchar, necesito solo vivir cada día, porque te digo, mágicamente se me quitaron las ganas de consumir alcohol y lógicamente el alcohol era el trampolín para la droga.

Ehhh, me dije que tenía que quererme (Risitas) que si yo quería querer a mi esposa, a mi mamá y a mis hijas... (a mis hijas las amo) pero porque no me quería yo, porque me quería matar con todo eso, con el alcohol, la droga y con todo lo que me pasaba cuando consumía ... son cosas que me empezaron a martillar una y otra vez, y pensar en eso me salvó mucho porque yo no quiero volver a vivir ese mismo infierno... porque lo que viví e hice vivir a mi familia, fue un infierno. Yo me tomé mis tragos cuando empecé mi vida, pero ya tengo 54 años, voy para 55 y en alguna época de mi vida se tomaron buenos chorritos, como buen negro que soy me encanta la rumba pero se me convirtió en un bumerán, **empecé a notar que tenía que emborracharme porque si no tomaba no me sentía contento, no disfrutaba la rumba, empecé a notar que estaba teniendo problemas con mi esposa, que me quedaba en la calle, que al otro día después del consumo me volvía airado, me daba piedra todo, me enojaba por cualquier cosita y no lo entendía en el momento pero ahora lo entiendo, entiendo que era el alcohol y la droga.**

Te voy a hablar de la última recaída, tenía dos años y medio

Entrevistador: ¿De estar en el grupo?

Relator: De estar en sobriedad, de no tomarme una copa y el año pasado en noviembre hubo una fiesta de la empresa por allá en Jamundí yo me fui en mi camioneta, dos años y medio firme de que yo no tomaba, confiado en que sería capaz de manejarlo. Pero el alcohol es astuto y desconcertante te llega en el

momento en que menos lo piensas y llegue a esa reunión y había trago por todo lado, yo fui porque iban a hacer rifas, regalos, iban a rifar neveras yo dije de pronto me gano algo; pero cuando empecé a ver ese poco de trago yo dije uff y ahora que hago, empezaron a brindarme los compañeros que no conocen de mi enfermedad y yo NOO NOO NOO, así me mantuve por un buen tiempo, pero no sé en qué momento me lo zampe y recuerdo que me dijeron aquí (hace referencia al grupo de A.A) que no me iban a matar cien tragos que me tomara, lo que me mataba era el primer trago porque ese primer trago te hace sentir alegre, y de ahí sigues con otro, y otro hasta que... Eso pasó ese día, me tome ese primer trago y con dos años y medio en sobriedad empecé a tomar con sed y sin parar, uno tras otro, tanto que no desayuné, no almorcé y llame a mi esposa para que me recogiera porque ya no podía conmigo... y mi esposa – ¿cómo así? ¿Qué pasó? – ella me entiende, ella dice que yo lucho mucho con mi enfermedad, pero yo no debo de luchar porque alcohólicos anónimos no me manda a luchar contra el alcohol, yo le entregue mi problema del alcoholismo a Dios y él es el que hace la obra, ya no lucho con él, ya no me dan ganas de beber.

*El caso fue que yo estuve como 10 días enfermo después de esa rasca que fue el año pasado, en noviembre. Este año el 24 de noviembre cumpla mi primer año en sobriedad otra vez, pero yo sé que mi enfermedad es grave, **porque no solo es la bebida es que uno no sabe si vuelva con vida después de una ingesta de alcohol o después de una laguna mental.** Imagínate que yo empecé a notar que siempre que tomaba me enlagunaba y cuando yo me levanto, abro los ojos y empiezo a ver hacía los lados digo bueno estoy en la casa, ¿cómo llegue? No sé, ¿el carro? Voy a ver el carro si ha tenido algún golpe ¿la moto? Entonces... mi esposa alguna vez me dijo que ella oraba para que me pasara algo para que así aprendiera, pero nada, nunca me paso nada, Dios como que cuidaba su borrachito. El caso es que **yo no quiero volver al infierno de antes, hacer ridículos, hacerle pasar ridículos a mi***

esposa, lastimar a mi esposa, a mis hijas... Ya me quiero un poquito más, ya puedo decir que quiero a mi esposa, que quiero a mis hijas porque ya me estoy queriendo Yo.

*Mis amigos ya lo entienden, al principio yo no les hablaba de alcohólicos anónimos, ya me siento con la tranquilidad para hablarles del grupo, porque al principio, cuando yo empecé en el grupo, para no beber con ellos yo les decía que estaba purgado, que no podía tomar, los cuatro meses me senté un ratito con ellos en la mesa, y ellos estaban tomando, me ofrecieron un traguito y yo les volví a decir que estaba purgado, entonces uno de ellos me dijo pero hace 4 meses estabas purgado ¿seguís purgado? Y me pusieron purgadito, y desde ese entonces hasta por la casa me pusieron purgadito, soy purgadito. Cuando eso pasó, pensé que tenía que buscar otra manera para evadirlos. Alcohólicos anónimos me dice que si yo quiero dejar de beber tengo que evitar a mis amigos de rumba, **que si yo quiero dejar de beber tengo que evitar ese primer trago, que tengo que quererme, que mi enfermedad es trifásica porque afecta la mente, el cuerpo y el espíritu. La mente porque yo me estaba enloqueciendo con el alcohol, hacia cosas de locos, nunca intente suicidarme, de ponerme una soga en el cuello pero lo hacía involuntariamente manejando un carro, manejando una moto en estado de ebriedad, entonces era como si constantemente intentara acabar con mi vida; cuerpo porque mi cuerpo duraba muchos días enfermo después de la ingesta alcohólica, tardaba mucho en recuperarme, cada vez era más difícil sentirme saludable, empecé a notar que mi cuerpo no aguantaba más el alcohol, de pronto sentía agotamiento mental, no me sentía capaz de razonar, de pensar o de expresar un pensamiento ya no; y el espíritu porque me gobernaba satanás, no era bueno para mi familia, no sabía cómo relacionarme o buscaba la forma de pelear con ellas para consumir, tenía el espíritu enfermo.***

Te voy a decir cómo lo entiendo yo, **a mí me gobernaba satanás con el alcohol porque me iba a ingerir drogas y de las drogas pasaba a prostíbulos**, hoy me domina Jesucristo, alcohólicos anónimos no es un grupo religioso, pero sí espiritual y la espiritualidad que uno empieza a tener en alcohólicos anónimos... es increíble. Mi esposa no lo cree todavía porque gracias a Dios aún conservo mi trabajo, a mi esposa y a mis hijas. A mi esposa se le dificulta creer en mí, y sé que para que ella vuelva a creer en mí va a tomar mucho tiempo, y la entiendo... porque yo sé que fueron muchos años de mentiras, de falsas promesas, la engañé y ella se dio cuenta, supo que perdí mucho dinero, yo perdía plata no sabía que la había hecho, y yo la culpaba a ella (suspiro - silencio) Yo le decía, ¡vos me esculcaste... imagínate! perdí celulares, estaba en otro mundo.

Pero ahora soy el negro más feliz de haber encontrado esta comunidad, yo respiro alcohólicos anónimos, ahora vengo de otra reunión en otro grupo porque yo hablo, respiro y les cuento a las personas la historia de mi vida, quién era yo **y que tenía todo para ser feliz pero era infeliz, el trago me dominaba y cuando eso pasaba... era como pelear con Mike Tyson yo me ponía a pelear, cogía el trago y terminaba yo en la droga, hacía pasar muchas tristezas a mis seres queridos y yo decía estoy sufriendo mucho por el alcohol y resulta que los que estaban sufriendo eran los que estaban a mi alrededor, que era mi familia.** Hoy en día mis amigos saben que ya no tomo, si voy a ir a una reunión donde haya licor voy con mi esposa, es que ella es mi polo a tierra, hoy en día estoy concentrado en mi alcoholismo. **Hoy sábado por ejemplo a esta hora estaba tomándome unos tragos con gente que a veces ni conocía y a los que les decía que los quería mucho ¿Por qué? porque me volvía primero un patrón, no dejaba gastar la plata a nadie y al otro día no tenía un peso para tomarme una gaseosa, pero ese día, el día que tomaba me volvía un patrón, me daba ínfulas de patrón.**

Solo por la gracia de Dios estoy aquí, no quiero irme de aquí y por eso son tan importantes las tradiciones, tenemos 36 principios, 12 pasos, 12 tradiciones y 12 conceptos, las tradiciones son para convivir entre nosotros ¿por qué? porque si yo me voy a enredar con algún miembro del grupo, no vuelvo y ese no volver representa para mí irme a beber, y yo no puedo apartarme de esto, yo no puedo no debo apartarme de los grupos, por eso estoy sirviendo a la comunidad, pero antes a mí solo me gustaba que me sirvieran. ¿Mira, yo trabajo desde los 18 años en una buena empresa, entonces siempre fue – tráeme, llévame – Hoy en día, por ejemplo, hace poco le serví el desayuno a mi esposa, unos huevos, un cafecito, fui por unos pandebonos a la panadería y se lo llevé a la cama y me dijo, ¿y eso? No mami, usted viera, me sacaron en hombros ese día (risas) ya estoy sirviendo, ya barro, trapeo, aprendí a manejar la lavadora, hoy en día hecho mi ropa a lavar y cuando la lavadora pita es para que le pongan el suavizante (risas) hoy en día tiendo mi cama, antes no hacía nada de eso.

*En Alcohólicos Anónimos me han enseñado tantas cosas pero lo más importante es a tener humildad, necesito esa humildad que no tengo porque soy prepotente, soy envidioso, chismoso... **todos esos defectos de carácter que nosotros los alcohólicos anónimos decimos son sinónimo de los 10 mandamientos, entonces esos defectos de carácter me invaden a mí y me di cuenta que por esos defectos de carácter bebía, que tapar la botella es “fácil”, pero no es lo único, por eso acá venimos a hablar todos los días de la lujuria, de la ira, del chismorreó, de la gula, de la envidia, de los miedos.** Alcohólicos anónimos me volvió con más carácter, me subió mi autoestima, me subió mi dignidad porque hoy en día trabajo con esos defectos de carácter para darles stop, igual que le di stop a mi alcoholismo. Se que el alcoholismo siempre va a estar en mi vida, siempre voy a ser un enfermo alcohólico, y si le doy play a eso o a algunos de mis defectos de carácter, vuelven y me invaden, regresan a volverme añicos. Por eso hoy en día los*

reconozco y estoy trabajando en ellos. Imagínate que venía para la reunión y le dije a mi esposa que iba al grupo El mensaje que está recién abriendo (grupo de alcohólicos anónimos), y mi esposa me atendió de una manera, me quito lanitas de la camisa, me dijo y échese loción... y pensé, al menos ya cree un poco más en mí, que no me voy a ir para otro lado como en algunas épocas.

Yo necesito vivir eh... tengo 54, me quedan 30 que viva hasta los 80, necesito vivirlos a la manera de alcohólicos anónimos, no a la manera en que estaba viviendo, por eso todos los días en mis noches y en mis mañanas le doy gracias a Dios y le pido por favor que dirija mi vida porque cuando yo la dirigía siempre la embarraba, por no decir otra palabra. Siempre, siempre la embarraba y hacía la mía, no hacía la de Dios.

Entrevistador: Quisiera hacerle una pregunta, usted ahorita mencionaba algo muy importante que es el amor propio, la autoestima, la capacidad de amarse y le decían a usted, bueno usted ama a su esposa ama a sus hijas, pero ¿por qué no se ama usted? ¿Qué siente de acuerdo a su historia de vida que haya afectado ese amor propio? una situación puntual que usted diga, en ese momento no me sentí amado, no me sentí valorado y por eso se me hace difícil amarme y valorarme.

Relator: Como te dije, siempre lo tuve todo y aun así siempre me auto laceraba, me repetía constantemente que nadie me quería, así como la canción del... nadie me quiere, todos me odian y me dicen el gusanito... entonces encontré un pretexto para irme a beber; por ejemplo, en mi etapa alcohólica los viernes yo esperaba a que mi esposa que llegara del trabajo, pero la esperaba borracho y le decía vámonos a bailar, y ella me decía – mira como estas de borracho, que nos vamos a ir a bailar así como estas – Entonces yo empezaba a decirle, si vez, vos no me querés... Y así, siempre buscaba el pretexto para irme a beber y a consumir. Por todo eso que paso y que hice en el pasado, por todo lo que les hice pasar a mi esposa y a mis hijas es que estoy concentrado en mi proceso de alcohólicos anónimos, quiero, respiro y amo alcohólicos anónimos y

quiero ayudar a mucha gente (claro, si se dejan ayudar) porque he conocido mucha gente que llegan pero se van, a lo mejor quieren seguir en ese mundo de autodestrucción; mejor dicho, la única persona que decide si quiere seguir en ese mundo, seguir siendo un alcohólico o cambiar su vida para bien, es uno mismo, en mi caso, soy yo.

*A mi me hablaron de ese primer paso **donde admitimos que somos impotentes ante el alcohol**, entonces imagínate llegar al grupo con una depresión de esas que le dan a uno, después de una ingesta alcohólica tremenda, después de pasar por una laguna mental, uno dice, ¿cómo no voy a sentirme impotente ante el alcohol? Y es que seguido de ese enunciado, “Admito que soy impotente al alcohol” sigue... “mi vida se volvió ingobernable” y yo decía, justamente eso me estaba pasando. Mi vida se volvió un caos, ya mi esposa me tenía la ropa en bolsas de basura, porque ella no me aguantaba más, ella me decía todos los días tenés que irte, no te soporto... por eso mi vida ya era un caos a raíz del alcohol. Ya ni siquiera lo di disfrutaba, ya no disfrutaba bebe como antes. Y usted dirá, ¿pero entonces porqué sigue bebiendo? pero qué más hacía. Y como ya le había prometido muchas veces que iba a dejar de beber... Yo le decía a ella – te lo juro que no vuelvo a beber – y a los ocho días estaba bebiendo, no podía solo. Y justo me encuentro con esta belleza de comunidad la cual me ayuda y dan tips para ayudarme a quererme, y entre esos tips está aceptar a Jesucristo en mi vida.*

Aquí en alcohólicos anónimos no pasa nada si sos ateo... venga, no importa que no crea en Dios, pero venga, únase. Sin embargo, en mi caso yo llegué creyendo en Dios, yo iba a la iglesia, yo iba a Misión Paz a las Naciones a sentarme y a escuchar hablar, pero no pasaba nada y tampoco me entendió el psicólogo ¿qué hago? Pero cuando llegué aquí entendí que era el alcohólico (igual que yo) el que me entendía y me dice que debo evitar a toda costa cualquier gótica de alcohol ingerir, porque con una sola gota que pruebe me da eso a lo que llamamos alergia y se me dispara el breaker.

Yo ya llevo 9 años cambiando mi chip y creo que lo estoy logrando, pero solo por hoy, mañana no sé es mejor un día a la vez, así lo hablamos y lo hacemos aquí “solo por hoy”. Ayer por ejemplo le decía a mi esposa que la mente tiene memoria suena redundante, pero mira te explico, ayer era viernes y el viernes es cuando todo mundo carnavealea, era como si mi cuerpo lo pidiera y me dieron ganas de beber, así que le dije a mi esposa – Amor, me dieron ganas de tomar – pero le dije eso a mi esposa y se pasó, fue solo eso el momentico porque fueron muchos años haciendo lo mismo, viernes, sábado y si el lunes era festivo el domingo no la fallaba, pero si le hago caso a ese deseo del momento... Entonces hoy en día le estoy diciendo a mi memoria, que no más licor, que mi economía subió, ya no mantengo pelao, tengo mi buen trabajo.

En ese entonces mis hijas me decían que les diera algo de dinero para un helado y nunca tenía porque todo me lo había gastado en el trago y en otras cosas, entonces cómo así que yo tenía un buen trabajo, pero no tenía para darles un helado a las hijas. No vi crecer a mis hijas porque cada ocho días estaba borracho y el domingo enguayabado, por eso cuando me decían que las llevara a la ciclovía, iba con una cerveza en la mano (supuestamente yo) para des-enguayabarme y llegaba otra vez borracho de la ciclovía, y si me pedían que las llevara a piscina también allá tomaba; por eso ahora que veo a mis hijas grandes, pienso Ufff todo lo que me perdí gracias al alcohol. Ahora que he ido recuperando mi autoestima les digo que quiero que sean cariñosas conmigo, pero cómo si nunca fui cariñoso con ellas, y ahora yo les estoy pidiendo cariño, y pienso que por muchos años me deje ganar por el alcohol, como que la sensación, el placer que produce el alcohol y la droga me ganaron en muchos años de mi vida más de 30, hoy en día como que desperté de ese letargo del alcoholismo y la drogadicción y trato de decirle eso a las personas que quieren salir de eso. Yo tengo un hermano que yo amaría que estuviera aquí conmigo, pero él no quiere salir del problema, y cuando lo veo le digo – si vos no querés salir del problema seguí

haciendo lo que estás haciendo, yo si quiero salir, quiero saber que hay una vida diferente a la de estar tomando a toda hora, porque es que el mundo de uno gira en torno al alcohol, todo se convierte en alcohol. Por eso trato de estar concentrado, ocupado haciendo cosas que me ayuden a mantenerme lejos del alcohol, concentración es mi palabra clave por eso mantengo leyendo, cuando no estoy aquí mantengo leyendo libros de alcoholismo, escuchando audios de compartires mexicanos y esos mexicanos si son bravos para hablar y dicen las cosas como son. Hoy en día no busco pretextos para irme del grupo porque sé que si no voy al grupo recaigo, sé que necesito ayudar en el grupo en una coordinación, para hacer un tinto, por ejemplo, todos los sábados aquí hay café con leche y pandebono y eso me da alegría porque lo coordino yo. Y como ya saben que hoy sábado hay café en leche con pandebono, dicen – hoy coordina él vamos para allá a hacerle unidad –

*Este es un grupo bendecido porque tiene más de 20 personas todos los días en las reuniones, y como estamos en un sitio bastante estratégico llega mucha gente a querer que nosotros les digamos como hemos hecho para dejar de beber, y yo soy el experto en decirle a la gente como he hecho yo para estar aquí después de cinco recaídas y no estar allá bebiendo. Yo les digo – ¿saben que he hecho yo? – **quererme y entonces como ya me quiero, me mantengo más pendiente de mi familia, de las personas que me rodean. Por ejemplo, mis papás, a ellos les pregunto todos los días ¿ya desayunaron? ¿ya almorzaron?, ya me queda más dinero para ayudarlos en lo que yo más pueda a mis padres. Tengo todo para ser feliz y voy a ser feliz, estoy siendo feliz.** Por ejemplo, ahora en noviembre me voy para Cancún con mi esposa y mis hijas ¿cuándo iba a pensar en eso? tenía todo para ser feliz y era infeliz por el licor, el licor me volvió añicos mi vida, pero pude, estoy en el proceso de poder cada día, solo por hoy, solo por 24 horas.*

Cuando llegué aquí me dijeron que si me declaraba alcohólico, iba a ser alcohólico para toda la vida, y pienso para mí... que me queden 30 años de

vida, entonces para que no se me haga largo esos 30 años que le pido a Dios me permita vivir un día a la vez, mañana no sé, solo por hoy no tomo, solo por hoy no me drogo, solo por hoy quiero ser feliz y hacer feliz a mi esposa, solo por hoy invito a mi esposa a la reunión y ella viene y me acompaña, ya cree un poquito más en mí, solo por hoy le digo a mi esposa hagamos esto, empecemos tales proyectos, ya tenemos metas, direcciones que cumplir ella y yo, y metas buenas. Yo vivía por vivir, por tomar, y si podía tomar todos los días mejor; hoy en día tengo metas y direcciones y esas metas y direcciones me las ha dado Alcohólicos Anónimos.

Entrevistador: esto que usted dice es muy bonito porque llena de sentido el discurso y cuando usted hablaba de esa falta de amor que tenía hacía sí mismo es innegable pensar en que usted no se sentía humanizado, dignificado porque el alcohol le quitaba esa dignidad que como ser humano se merece y esa humanización también porque de repente lo primero que uno ve o piensa de una persona que está metida en el mundo del alcohol es, ¡ahh es un alcohólico! Como si ser alcohólico le quitara ser persona. Pero conocer la historia detrás de una persona que ha sufrido las consecuencias de una vida en el alcohol, hace pensar que alcohólicos anónimos dignifica a la persona, la humaniza, le da una oportunidad de amarse un poco más.

Relator: Sí claro, pero solo si tú quieres, porque por ejemplo en estos días vi en las noticias un muchacho indigente en Bogotá y el papá es senador, y le dicen al muchacho venga lo metemos a un centro.... Pero el muchacho dice, díganle a mi papá que yo quiero seguir metido aquí; entonces si vos no querés salir de tu problema ahí te vas a quedar, pero si querés salir de tu problema tenes que buscar ayuda y esa ayuda la brinda alcohólicos anónimos. Hoy en día me siento tan orgulloso de decirle a la gente soy un alcohólico anónimo, ahora en la reunión decía un muchacho – no he podido dejar de beber – entonces no te quieres. Si yo conozco alcohólicos, conozco la literatura, pero no he podido, entonces... falta amor. Yo le hablaba de un señor de un grupo al que yo iba

antes y así mismo decía ese señor – no he podido con el alcohol, no he podido, no he podido – desafortunadamente lo mató un carro pasando una autopista, y ¿cómo estaba? estaba borracho. Es por eso, y por todo lo que te he dicho, que el alcoholismo es una enfermedad, pero no es gripe o una tos, es una enfermedad grave y es la enfermedad que yo tengo, y se llama alcoholismo. Hoy en día la mayoría de alcohólicos vienen con dobles adicciones o hasta 3 adicciones y aquí los aceptamos y si vos querés salir del problema es importante mantener la mente abierta para escuchar bien lo que te vamos a decir o a recomendar, como, por ejemplo, que no vuelvas donde tus amigos de fiesta, no aceptes un trago, no aceptes una cerveza porque si la aceptas pierdes.

Yo me estaba enloqueciendo con el alcohol, el alcohol me estaba enloqueciendo y yo le decía a mi esposa – pero cuál es problema, mira que yo tomo whiskey, puro Buchanans, tomaba licor caro, y yo pensaba eso ¿cuál era el problema? Y ella me decía una y otra vez – usted tiene problemas con la bebida – y yo no lo aceptaba. Es la enfermedad de la negación, yo no tengo el problema noooo. Y resulta de que me di cuenta de que si lo tengo, que no puedo aceptar un trago, que hoy en día como hace 15 días que nos invitaron a una fiesta de un amigo que fui con mi esposa porque no puedo ir solo, y bailamos desde las 11 hasta las 3 no me perdí un disco y me decía mi esposa – mira que estás bailando mejor, mira que vos sin trago podés bailar mejor porque cuando te emborrachabas querías era hablar y hable y hable y no bailabas – Entonces gracias al señor pase una de las mejores noches con mi esposa ese día y quiero pasar muchas más porque quiero que Dios me ayude día a día y que pueda ser otra persona, dejar atrás lo que fui y empezar de nuevo cada día siendo mejor.

Yo a mi papá le dije alguna vez que lo odiaba porque mi papá fue bastante tremendo, yo era el mayor de la casa y mi papá siempre le pegaba a mi mamá, cuando crecí le dije a mi papá que ya no le pegara y él me decía

que era que mi mamá jodía mucho. Y desafortunadamente, no sé en qué momento me convertí en mi papá con mi esposa, pegándole, haciendo cosas que mi papá hacía... yo necesito romper esa cadena en el nombre de Dios, aquí hay un paso 9 y es **pedir perdón a las personas que herimos con el alcohol** y mi esposa fue una de esas personas a las que herí. Yo a mi papá le dije eso, lo que me pasaba y mi papá lloraba, **fueron los genes de mi papá, mi papá bebió, mi papá golpeó y yo hice lo mismo que él...** hoy en día mi papá es un viejito, pero cuando era joven dio lora, nos hizo sufrir y yo hoy en día **yo le digo a mi papá que los genes influyen mucho en una persona que como yo que conoció el alcohol y la droga y se estaba dejando dominar de todo eso.** Yo ya no quiero más tomar licor, no quiero más consumir drogas, solo quiero hablar de alcohólicos anónimos, de Dios y del testimonio que tengo de vida, poder decirte a ti o a cualquier otra personas que si necesita ayuda y que sienta la necesidad de cambiar, que diga y que reconozca que uno hace mucho daño con el alcohol, y que si no se acuerda de nada, alcohólicos anónimos le puede ayudar, pero si quiere, si no quiere, pues que siga en esa vida y cuando quiera volver lo haga y nos cuente cómo le ha ido, eso es lo que decimos. Esa es la historia de mi vida, hoy en día como Don Simón que lleva un mes y uno como que lleva un camino un poco más largo, y me gusta contarles eso, porque míreme, soy bastante emocional.

Para finalizar, en alcohólicos anónimos me enseñaron a controlar mis emociones, yo era emocional a morir, es decir me dejaba llevar fácilmente por las emociones y peleaba siempre con mi esposa, luego me iba a beber y si ganaba si ganaba el Cali, me iba a beber y si perdía igual. En Alcohólicos Anónimos me enseñan a controlar esas emociones y tengo que saberlas controlar porque si no vuelvo otra vez al pasado.

Entrevistador: Hay algo que quisiera resaltar, si me lo permite usted mencionó algo relacionado con su historia, de repente uno no se da cuenta lo mucho que influye los ejemplos en la familia y como el contexto puede llegar a influenciar e

inclusive a arrastrar a alguien a repetir un patrón y cuando usted mencionó a su papá pensé en ello, que sin darse cuenta su papá se convirtió en un referente o un modelo a seguir tanto en la violencia doméstica como en el consumo de alcohol para usted y para su hermano dado que menciona que él también se encuentra sumergido en el consumo de alcohol.

Relator: Total, ahora lo veo y es así, mi papá influyó mucho en mi vida, pero no por eso tengo que echarle la culpa, soy culpable de hacer todo lo que hice y ahora decido ser responsable de superarme en decir no más, por ejemplo a mi esposa le dije – ahorita que termine la reunión nos vamos a comer algo – y ya sé que mi esposa me espera y espera que le cumpla, además ya solo somos ella y yo porque nuestras hijas ya salieron con sus esposos, entonces hoy en día vivo y respiro a mi esposa que lo es todo para mí.

Entrevistador: Muchas gracias

Relator: Gracias a ti, me vas a hacer llorar.

5 CONCLUSIONES

En consideración con el objetivo general y los específicos, es importante mencionar que, en el análisis realizado a los datos cuantitativos y cualitativos recolectados en esta investigación, se obtuvo información valiosa que responde a la pregunta de investigación del presente trabajo y que a su vez permite concluir que tanto el objetivo general como los específicos fueron alcanzados. Por lo anterior a continuación, se exponen los hallazgos y conclusiones según los objetivos específicos.

- **Caracterizar socio-demográficamente la población del grupo de alcohólicos anónimos**

Para llevar a cabo la investigación, era necesario conocer la población dado que al grupo asisten hombres y mujeres de diferentes edades, estratos sociales, profesiones y demás características que se consideran importantes para comprender la experiencia con el alcohol desde la realidad particular de cada uno de los asistentes. Sin embargo, es importante aclarar que en las encuestas realizadas no se solicitó como dato el nombre o la edad, esto en consideración con la anonimidad del grupo, y se optó por realizarlo de dicha manera y así garantizar la privacidad de los colaboradores para la no afectación de su proceso. Para este primer objetivo específico, se recopilaron datos con relación al estrato socioeconómico, ingresos mensuales y nivel de escolaridad, al igual que información orientada a conocer sus inicios en el consumo de alcohol.

Dicha información dio como resultado la caracterización deseada y aportó en este objetivo específico, 3 hallazgos a la investigación.

Hallazgo 1 “La edad en la que se prueba el alcohol por primera vez marcó un precedente para iniciar un consumo recurrente de alcohol a edad temprana. Este hallazgo se analiza a profundidad en el desarrollo de las conclusiones”.

Este primer hallazgo permite comprender con base en los datos analizados, que el consumo de alcohol a temprana edad en el caso del grupo Nueva vida, donde la mayor parte de las personas encuestadas (65%) probó su primera bebida alcohólica entre los 8 y 12 años de edad, sí marca un precedente que conlleva a un consumo recurrente antes de la mayoría de edad, aumentando entonces la probabilidad de llegar a depender de dicha sustancia. Por consiguiente, el riesgo de dependencia a esta sustancia en menores que prueben bebidas alcohólicas es mayor dado que al generar un primer acercamiento con el alcohol se naturaliza su consumo, los ambientes que se generan alrededor de él, así como los síntomas que éste causa durante y después.

A su vez, el consumo de alcohol a edad temprana genera una falsa idea de autocontrol por parte del consumidor, pues al considerar que posee “experiencia” respecto al consumo, cree saber cómo dar manejo a su consumo personal y lidiar con los síntomas posteriores. Por tanto, reconocer que existe un problema con la bebida en personas que iniciaron su consumo siendo menores de edad, se hace más complejo dado que se naturaliza la bebida en su entorno promoviendo la idea de control.

Hallazgo 2 “Por consiguiente, el consumo de alcohol es un problema que se puede presentar en cualquier población, de cualquier estrato o clase social, dado que, según la información recopilada, los ingresos mensuales o el estrato no determinan o condicionan el consumo de alcohol” –

Hallazgo 3 “En consideración con lo anterior, es posible concluir que los ingresos mensuales para las personas encuestadas no son determinantes para el consumo de alcohol”.

Con respecto al alcoholismo, se realizaron investigaciones previas para conocer si éste afectaba a un estrato socioeconómico específico, pero no fue posible encontrar estudios que arrojen como conclusión dicha hipótesis. Sin embargo, teniendo en cuenta la información recopilada en las encuestas, fue posible considerar dicha

conclusión. Primero, porque las personas que conforman el grupo son de estratos 1 al 4 y sus ingresos varían, desde menos de un salario mínimo, hasta dos o más salarios mínimos. Lo cual, permite comprender que el alcoholismo afecta a cualquier estrato socioeconómico, ya sea alto o bajo, y que los ingresos no determinan el consumo constante del mismo; lo anterior se considera tomando parte de los resultados en las encuestas, así como la información de las entrevistas y el relato de vida.

“En ese entonces mis hijas me decían que les diera para un helado y nunca tenía porque todo me lo había gastado en el trago y en otras cosas”

Texto tomado del relato de vida.

“buscaba un centavo para tomarme una gaseosa y ya me había gastado incluso lo del plante, tenía que andar buscando prestado, que me fiaran los acreedores, los que me daban la mercancía para trabajar”

Texto tomado de Entrevista 1.

“Fiaba, a ver te voy a contar lo del fiado y siempre pagaba trescientos, cuatrocientos y yo ola pero por qué tanta plata, porque como el tipo nos fiaba si se nos acababa algo”

Texto tomado de Entrevista 2.

Finalmente, teniendo en cuenta los fragmentos citados, es posible concluir que el alcoholismo es una realidad que afecta diferentes familias en diferentes estratos socioeconómicos, dado que los ingresos mensuales o el estrato social, no condicionan el consumo, tal como se evidencia en lo citado, quién tiene problemas con el alcohol o alcoholismo puede generar diferentes estrategias para poder consumir, ya sea pedir dinero prestado, fiado en cantinas o bares a los que acuden con frecuencia, gastar el dinero destinado para el hogar, etc.

- **Posibles daños en la vida emocional**

En consideración con los posibles daños a la vida emocional en las personas que hacen parte del grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva vida, y tomando en cuenta la información recopilada bajo las técnicas escogidas, es posible afirmar que el consumo de alcohol sí afecta la vida emocional del grupo mencionado, dado que la ingesta desmedida del mismo, provoca que la persona experimente las emociones de manera intensa y/o extrema, al mismo tiempo genera falta de conciencia y control por parte de quién consume. Por tanto, emociones que pueden ser positivas o negativas para la persona y su entorno, se hacen difíciles de controlar, teniendo como consecuencia estados de enojo extremo (ira) o alegría (euforia), lo cual refiere que la manera de expresar sus emociones se altera siendo incapaz de controlarlas y respondiendo impulsivamente a ellas.

A su vez, es necesario tener en cuenta qué sucede emocionalmente con quién consume alcohol una vez pasan los efectos del mismo, pues si durante la ingesta la persona actúa conforme le indican sus emociones, al regresar a su estado de conciencia, aunque no actúe en respuesta a las mismas, sí las experimenta con la misma intensidad; por ejemplo, emociones negativas como la vergüenza, frustración, ira e inhibición, etc., son comunes en personas que atraviesan por situaciones similares en cuanto al consumo del alcohol.

Hallazgo 4. “Cuando el entrevistado 1 manifiesta que a partir de probar con su padre la primera cerveza a la edad de 10 años y que en adelante su consumo fue recurrente, se puede identificar que los seres humanos adquieren comportamientos del entorno más cercano y adaptan dichas conductas a la vida cotidiana” - “Finalmente, es importante tener presente que en la comparación realizada con el entrevistado 1 y el entrevistado 2, se logró identificar que la edad en ambos iniciaron su consumo fue a los 10 y 15 años de edad; por tanto, puede considerarse que al iniciar el consumo de alcohol a edad temprana es posible que el mismo se convierta en un hábito” categoría 2.

En cuanto a los hallazgos obtenidos en el análisis del objetivo específico dos, con respecto al consumo de alcohol y la forma en que el entorno incide en el inicio del consumo del mismo, se identificó que la influencia familiar (familiares o amigos cercanos a la misma) sí es relevante, más aún en edades donde padres, madres, hermanos, tíos o amigos cercanos son ejemplo o referentes en el crecimiento de niños y niñas. Un niño o niña de 10 años de edad (como es el caso del entrevistado 1), asumirá las acciones de sus cuidadores de manera positiva y las asociará conforme al vínculo afectivo que él o ella tenga con sus padres, por tanto, será sencillo inducir a que tenga conductas autodestructivas o nocivas. El entrevistado uno, ya es consciente del daño que le produjo probar por primera vez la cerveza a la edad de los 10 años, pero en el momento del acto lo asumió como una situación normal, buena o como parte del contexto del momento. Además, es importante analizar que el vínculo que existe entre un menor y sus padres o cuidadores, no solo puede ser biológico y afectivo, sino también emocional, lo cual facilita inducir a un menor a repetir o copiar acciones que van en contra de su salud emocional, física y mental.

Finalmente, es necesario mencionar que el hallazgo en este objetivo específico 2 con respecto a la edad en que se prueba por primera vez el licor y la incidencia en la permanencia del consumo temprano de alcohol, corrobora el hallazgo realizado en los datos cuantitativos analizados en el objetivo 1, por tanto, conviene concluir que entre más pronta sea la edad de acercamiento con las bebidas alcohólicas, mayor es el riesgo de que el consumo de la misma se convierta en hábito o en alcoholismo.

- **Posibles daños en la salud mental**

En consideración con los posibles daños a la salud mental, en el análisis realizado a las entrevistas fue posible concluir que el consumo de alcohol o alcoholismo sí afecta de manera directa la salud mental de quienes presentan problemas con él, dado que perjudica los diferentes escenarios que son considerados por la OMS

como referentes para comprender y definir la salud mental. Por ejemplo, se identificó que afecta la relación intrapersonal (consigo mismo), las relaciones interpersonales donde se incluye la familia, los amigos y contextos más cercanos, a su vez debilita o deteriora la autoimagen lo que arroja como consecuencia carencia de amor propio y promueve el desarrollo de sentimientos de inferioridad y menosprecio, que al mismo tiempo son fortalecidos por la culpa y la frustración.

Partiendo de los fragmentos citados en el análisis de las entrevistas, es fundamental traer a colación lo que el entrevistado 1 y 2 exponen en cuanto a la forma en que se relacionaban con ellos mismos, con sus familias, en el trabajo y demás, pues tal como lo mencionan autores como (Mebarak et al., 2009; Sarasa, et al., 2014; OMS 2004), la salud mental se construye no sólo desde la ausencia o presencia de una enfermedad, sino también de todas aquellas relaciones y contextos que rodean a una persona. Por tanto, es necesario comprender que en el caso de Alcohólicos Anónimos Nueva vida, no solo se ve afectada la vida de quien consume, sino también la de sus familiares.

Por ejemplo, al conocer que bajo los efectos del alcohol una persona puede llegar a agredir física, emocional o psicológicamente a su familia, a sí mismo, vecinos etc., es probable (partiendo de las experiencias de ambos entrevistados) que las discusiones tengan desenlaces de violencia doméstica o intrafamiliar, lo cual infiere que la convivencia y la forma de relacionarse con su entorno se vea afectada.

“Entonces me empezaron a ver borracho y a decir mi papá es un borracho ehhh a presenciar tener que verme pelear con mi esposa por esos problemas de alcohol”.

Texto tomado de Entrevista 2

“Lo que pasa es que cuando ya yo empecé a consumir ya mucho trago, mucha droga, ya no me duraba el matrimonio, Yo con la primera mujer dure cinco años, me separe conseguí otro compromiso, tampoco me duró mucho en la cual tuve mi hijo varón, duramos dos años, a los dos años nos separamos y ahí llegó el niño y

de vez en cuando pues lo veía, ya ahora es un hombre y tratamos, de ahí de eso me separe y conseguí otra mujer que fue la tercera”

Texto tomado de Entrevista 1

Tomando parte del texto citado de la entrevista 2, es necesario analizar la fragilidad con la que se construyen las relaciones interpersonales o la facilidad con las que estas finalizan una vez se llega al alcoholismo. Dicho esto, es de vital importancia atender la gran incidencia que tiene el alcohol en la salud mental de quien lo consume, y la forma en que éste deteriora la misma y las relaciones previamente construidas dado que, por factores como la mentira, el engaño, el incumplimiento de promesas, malos tratos y demás situaciones que se desembocan a raíz de ello. Además, es preciso mencionar que, si antes del consumo la salud mental ya se veía comprometida por diferentes razones, esto aumenta el riesgo de consumo y la probabilidad de que su salud mental se vea mucho más afectada.

“Pero yo siempre el inventario que yo he hecho viene de pequeño, de la infancia de ver a mi padre también que era así, consumía, no llevaba plata para la comida, mi mamá le pedía, mi papá la cascaba, la golpeaba.” - “Correcto y como ellos también consumían marihuana los hermanos entonces me sentía como que había encajado en ese ambiente.”

Texto tomado de Entrevista 1

La exposición a ambientes no saludables o nocivos, también aumentan el riesgo de repetir patrones de consumo en menores que crecen bajo estas circunstancias, independiente de cuál sea la sustancia. En el caso del entrevistado 1, ya existía una predisposición al consumo de la marihuana por parte de un grupo de amigos y sus hermanos, además que estaba expuesto a la violencia intrafamiliar y demás situaciones que se desencadenan a raíz de la misma; los factores ya mencionados aumentan el riesgo en afectaciones a la salud mental y generan nuevos diagnósticos como es el caso del entrevistado dos.

“Te cuento hija que a mí el alcohol me dejó neurótico, me dejó neurótico y yo no lo sabía hasta que llegué aquí a Alcohólicos Anónimos, o sea mantenía de mal humor, todo me molestaba, después de un guayabo mantenía enojado, cagada, el alcohol lo dejó a uno berraco [...] Sí, diagnóstico médico ya tengo, y eso me lo dejó el alcohol y la droga porque lo mío fue doble adicción, yo consumía cocaína y solo por la gracia de Dios”

Texto tomado de Entrevista 2

Finalmente, es necesario tener en cuenta que los sentimientos y afectaciones identificados en las entrevistas y encuestas, fueron considerados como logro al cumplimiento del presente objetivo específico. Por consiguiente, es posible señalar que el consumo de alcohol causa afectaciones en la salud mental debilitando los diferentes escenarios en los que se desenvuelven, en este caso, con los integrantes del grupo donde se realizó la investigación.

- **Analizar mediante la técnica del relato de vida las posibles afectaciones en la vida emocional y/o salud mental.**

En la búsqueda de dar respuesta a uno de los objetivos específicos de la investigación mediante el método Biográfico, se abordó a uno de los participantes del grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva vida y mediante el relato de vida el cual posteriormente se analizó para conocer si era posible evidenciar dentro del mismo afectaciones en la vida emocional y la salud mental del participante.

En el relato de vida se señalan diferentes fragmentos que se consideran, permiten dar respuesta al presente objetivo específico, éstos hacen referencia a la historia de su familia la cual fue marcada por el consumo de alcohol y la violencia física por parte de su padre, así como las diferentes situaciones que se presentaron en su vida personal y familiar a causa del consumo de alcohol, la forma en que éste empezó a deteriorar la relación con su esposa e hijas, su economía y salud física,

su proceso en el grupo de Alcohólicos Anónimos Nueva Vida y la forma en que éste le ha permitido recuperar poco a poco su familia, su vida y su salud.

A continuación, se citarán los fragmentos que se consideran más relevantes para las presentes conclusiones.

“Ve yo a mi papá le decía que alguna vez lo odiaba porque mi papá fue bastante cagada, yo era el mayor de la casa y mi papá le pegaba a mi mamá y una vez ya crecí y le dije a mi papá que ya no le pegara más que, y mi papá me decía mira es que tu mamá jode mucho, yo me convertí en mi papá con mi esposa, pegándole, haciendo cosas que mi papá hacía” - “ahora lo veo y es así, mi papá influyó mucho en mi vida, pero no por eso tengo que echarle la culpa, soy culpable de hacer todo lo que hice y ahora decido ser responsable de superarme en decir no más”

Fragmento tomado de relato de vida

Con relación a los fragmentos citados, los resultados obtenidos han visibilizado algunas causas por las que el consumo de alcohol si llega a afectar la vida emocional y la salud mental, en este caso de la persona que realiza el relato. De acuerdo a las investigaciones realizadas es necesario retomar la influencia del entorno, como es el caso del relato actual, pues cuando una persona crece en un ambiente hostil, sus comportamientos futuros suelen ser similares o iguales a los que vivió en su crecimiento, dicha influencia se hace más fuerte cuando existe un vínculo afectivo importante con el abusador y quién evidencia sus actos, por consiguiente estos comportamientos que se notan a mayor escala cuando las conductas son aprendidas a una edad temprana.

Sin embargo, no solo son aprendidas las conductas hostiles o violentas, sino que a su vez no es posible lograr un manejo adecuado de las emociones en especial en aquellas que impulsan acciones agresivas. Como es el caso del relator quién sin intención, repitió para su vida conductas relacionadas con emociones como el enojo,

la frustración, el miedo y demás emociones aprendidas bajo el ejemplo de su padre, las cuales se intensificaron con el consumo de alcohol.

Por otra parte, el licor al ser un desinhibidor tanto de la conducta como de las emociones, cuando una persona se encuentra sumergida en este estado es posible que lo disfrute de manera temporal, sin embargo, cuando recuperan su estado de conciencia logra recordar sus acciones bajo los efectos del alcohol o le son relatadas por personas cercanas dado que no siempre es posible recordar con claridad los hechos, al conocerlos o recordar lo sucedido sentimientos como la culpa, rabia, frustración e impotencia se hacen muy fuertes y provocan acciones posteriores que van en contra de sí mismo, debilitan su amor propio y en muchos casos tratan de olvidar estos sentimientos con el consumo de alcohol.

“Empecé a notar que tenía que emborracharme porque si no tomaba no me sentía contento, no disfrutaba la rumba, empecé a notar que estaba teniendo problemas con mi esposa, que me quedaba en la calle, que al otro día después del consumo me volvía airado, me daba piedra todo, me enojaba por cualquier cosita y no lo entendía en el momento pero ahora lo entiendo, entiendo que era el alcohol y la droga” - “porque no solo es la bebida es que uno no sabe si vuelva con vida después de una ingesta de alcohol o después de una laguna mental. Imagínate que yo empecé a notar que siempre que tomaba me enlagunaba y cuando yo me levanto, abro los ojos y empiezo a ver hacía los lados digo bueno estoy en la casa, ¿cómo llegue? No sé, ¿el carro? Voy a ver el carro si ha tenido algún golpe ¿la moto?”

Fragmentos tomados de relato de vida

Partiendo de la información anterior, es posible evidenciar que con el tiempo el consumo de alcohol se hace más fuerte, sin embargo no garantiza que los efectos del alcohol sean suficientes para quién ya “cree manejar su consumo” pues depende de él para sentirse feliz, para bailar o pasar un rato agradable, cuando esto ya no es suficiente se acude a otras sustancias que juntas pueden causar daños más

fuertes o irreversibles en la vida de quién consume, como es el caso del relator quién afirma que no solo tenía adicción al alcohol, sino también a la droga, en su caso a la cocaína.

Finalmente, al evaluar el alcance del objetivo específico 4 y del objetivo general, es necesario afirmar que con base en la información recolectada el consumo de alcohol o alcoholismo si afecta indiscutiblemente la vida emocional y la salud mental, en este caso del relator y de los entrevistados. Al mismo tiempo, se evidencia que éste puede causar el desarrollo o aparición de patologías que afecten la salud mental o agraven las ya existentes en la persona que consume, también es propicio hacer mención que el consumo de alcohol o alcoholismo deteriora la salud física y la forma en que se relacionan con el medio.

6 RECOMENDACIONES

El Trabajo Social es una disciplina/profesión que tiene como meta aportar a la transformación social por medio de acciones orientadas a la mejora de la calidad de vida de las personas con respecto a las diferentes situaciones, problemáticas y cuestiones sociales emergentes, lo anterior se realiza por medio de la vinculación de quienes se ven afectados por las situaciones ya mencionados, a los procesos de mejora y cambio, generando reflexiones individuales y grupales que fortalecen el pensamiento crítico y ético-político.

Por consiguiente, realidades como el alcoholismo, el cual debe ser comprendido como una problemática social que afecta familias, sectores o barrios y que a su vez desencadena diferentes situaciones de salud y seguridad, requiere ser abordado desde el Trabajo Social, pues al observar con detenimiento el análisis y las conclusiones de esta investigación, se evidencia que la manera o las condiciones en las que se inicia con consumo de alcohol no son ajenas a la familia, al contexto y las relaciones, a su vez es fundamental considerar las situaciones posteriores al consumo de alcohol que de igual manera continúan afectando de forma directa los diferentes escenarios en los que se ve inmersa la persona que tiene problemas con dicha sustancia.

En consideración con lo anterior, es importante señalar que los abordajes a esta problemática son enfocados en su mayoría a lo clínico, es decir que el tratamiento propuesto solo se enfoca en la persona que consume con procesos de desintoxicación, formulación de medicamentos que contrarrestan la abstinencia por el no consumo y en algunos casos son ingresados a centros de rehabilitación. Sin embargo, y sin intención demeritar lo oportuno de estos tratamientos, es indispensable acompañar también a la familia de quien consume, pues en ocasiones el alcoholismo llega a ser naturalizado y no es posible por parte de la misma comprenderlo como un problema, además que también es oportuno generar

estrategias para prevenir un futuro consumo en los integrantes jóvenes de la familia o procurar dirimir los que ya se encuentran inmersos en él.

Finalmente, visibilizar y abordar esta problemática desde el Trabajo Social permite conocer el problema desde la particularidad de cada consumidor, desde sus familias y entornos, lo que posibilita generar espacios de promoción y prevención con respecto al consumo de alcohol dejando en evidencia los alcances del mismo, las afectaciones que éste trae para la vida familiar, la salud física y mental, así como conocer los escenarios de riesgo que potencializa el consumo en menores de edad y que la probabilidad de dependencia del alcohol sea más alta.

A continuación, se relacionan las recomendaciones más relevantes como resultado de esta investigación.

- Comprender el alcoholismo como una problemática social
- Visibilizar el consumo de alcohol como una enfermedad que puede afectar a cualquier población
- Reconocer el proceso y el acompañamiento que Alcohólicos Anónimos aporta a las personas y familias involucradas.
- Desnaturalizar el consumo de alcohol en menores de edad al igual que el consumo habitual o recurrente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahumada-Cortez, J. G., Gámez-Medina, M. E. y Valdez-Montero, C. (2017). El consumo del alcohol como problema de salud pública. *Ra Xmbai*, 12-24.
- Barros, B. (2019). *El método biográfico*.
- Camero Machín, J. C., Curbelo Fajardo, J.C., Romero López, A., Ríos Torres, R. y Hernández Díaz, D. (2012). Caracterización de la toxicomanía por alcohol en adolescentes y jóvenes. *Revistas de Ciencias Médicas de Pinar del Rio*, 16(1), 87-96.
- Casas Anguita, J., Repullo Labrador, J.A. y Campos, D. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Atención primaria*, 31(8), 527 - 538.
- Chárriez Cordero, M. (2012). Historias de vida: Una metodología de investigación cualitativa. *Revista Griot*, 50-67.
- Folgueiras Bertomeu, P. (2016). *La entrevista*.
- García Claro, H., Ferreira de Oliveira, M. A., Titus Bourdreaux, J., Almeida Lopes Fernandes, I. F., Hayasi Pinho, P. y Ribeiro Tarifa, R. (2015). Uso de drogas, salud mental y problemas relacionados con el crimen y la violencia: estudio transversal. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 23(6), 1173-82.
- Gaspar García, J. (2011). Métodos de investigación de enfoque experimental. *Academia Accelerating the world's research*, 1 - 34.
- González Vera, R., Cabrera Feroso, N.L., Mendoza Mendoza, H. y Arzate Robledo, R. (2020). Métodos de Investigación: Experimentales y cualitativos. *Alternativas en psicología*(44), 108-120.
- Guerri, C. (2012). Adicción al alcohol. *Dossier Científico*, 22-25.

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, M. P. (2014). *Metodología de investigación*. McGraw-Hill.
- Herran, F. y Ardila, M. F. (2005). Consumo de alcohol, riesgo de alcoholismo y alcoholismo en Bucaramanga, Colombia, 2002-2003. *Colombia Med*, 158-167.
- Hoenicka, J., Ampuero, I. y Ramos Atance, J.A. . (2003). Aspectos genéticos del alcoholismo. *Trastornos adictivos*, 5(3), 213-222.
- Infobae. (29 de diciembre de 2020). *El alcohol sigue siendo la sustancia más consumida en Colombia, mientras que la marihuana ocupa el primer lugar entre las ilícitas*. Obtenido de <https://www.infobae.com/america/colombia/2020/12/29/el-alcohol-sigue-siendo-la-sustancia-mas-consumida-en-colombia-mientras-que-la-marihuana-ocupa-el-primer-lugar-entre-las-ilicitas/#:~:text=Este%20martes%2029%20de%20diciembre%2C%20el%20Ministerio%20de,il>
- Mebarak, M., De Castro, A., Salamanca, M. P. y Quintero, M. F. (2009). Salud Mental: un Abordaje desde la Perspectiva Actual de la Psicología de la Salud. *Psicología desde el Caribe*(23), 83-112.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). *Estrategia nacional de respuesta integral frente al consumo de alcohol en Colombia*. Minsalud.
- Organización Mundial de la Salud . (2004). *Salud mental*. OMS.
- Rabines Juárez, A. (2002). *Factores de riesgo para el consumo de tabaco en una población de adolescentes escolarizados*. Perú. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

- Rada Schultze, F. (2016). El paradigma del curso de la vida y el método biográfico en la investigación social sobre envejecimiento. *Revista de investigación interdisciplinaria en métodos experimentales* , 1, 80-107.
- Robles, B. (2011). *La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropofísico*. Escuela Nacional de Antropología e Historia, INAH.
- Rodríguez, S. C. (2013). ¿Qué es una emoción? Teoría Relacional de las Emociones. *Revista Electrónica de Psicoterapia*, 348-372.
- Sánchez Ortiz, A. (2008). Alcohólicos Anónimos, qué es y cómo funcionan: análisis y fundamentos. *Anuario de Investigaciones en Adicciones*, 9(1).
- Sandoval Casilimas, A. (2002). *Investigación Cualitativa*. ARFO Editores e Impresores Ltda.
- Sarasa-Renedo, A., Sordo, L., Molist, G., Hoyos, J., Guitart, A.M. y Barrio, G. (2014). Principales daños sanitarios y sociales relacionados con el consumo de alcohol . *Rev. Esp. Salud Pública*, 88(4).
- Secretaría Distrital de Salud. Valle del Cauca. (2009). *Estudio de consumo de sustancias psicoactivas en el Valle del Cauca*.
- Senra, M. (2003). Etiología del Consumo de Alcohol en la Adolescencia: Análisis de Distintos Enfoques y Teorías. *REOP*, 14(1).

ANEXOS

Anexo A. Matriz de operacionalización cuantitativa

OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CATEGORÍA DE ANÁLISIS	DEFINICIÓN DE LA VARIABLE CON BASE EN CONCEPTOS TEÓRICOS ASOCIADOS	INDICADORES	PREGUNTAS
<p>Identificar las posibles formas en las que el consumo de alcohol afecta la vida emocional y/o la salud mental de los integrantes del grupo de alcoholicos anónimos Nueva vida durante el año 2021.</p>	<p>Caracterizar la población del grupo de alcoholicos anónimos nueva vida durante el año 2021.</p>	<p>1. Edad promedio de inicio de consumo</p>	<p>El Ministerio de Justicia y del Derecho reveló el Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas para el año 2020, el cual data que, "la mayor tasa de uso de alcohol en el último mes se presenta entre los adultos de 25 a 34 años con el 39,7%, los jóvenes de 18 a 24 años presentan un consumo del 38,3%. Los adolescentes de 12 a 17 años son quienes menor tasa de consumo presentan, del 12,1%." Lo cual indica que la ingesta de alcohol inicia a muy temprana edad, y aunque el consumo entre los adolescentes de 12 a 17 años es</p>	<p>1. número de personas que iniciaron el consumo de alcohol entre los 8 y 18 años de edad</p>	<p>1. ¿Cuántos años lleva usted en el consumo de alcohol?</p> <p>2. ¿A qué edad recuerda iniciar el consumo recurrente de alcohol? a) entre los 8 y 12 años de edad b) entre los 12 y 15 años de edad c) entre los 16 y 18 años de edad d) ¿Otra edad? mencione cual.</p> <p>3. ¿A qué edad probó su primera bebida alcohólica? a) entre los 8 y 12 años de edad b) entre los 12 y 15 años de edad c) entre los 16 y 18 años de edad d) ¿Otra edad? mencione cual.</p>

			menor, representa una cifra considerable		
		2. Nivel de escolaridad de los integrantes del grupo		2. número de personas que terminaron la primaria, bachillerato y/o estudios técnicos o profesionales	<p>4. ¿Finalizó usted sus estudios de primaria? a) Si b) No</p> <p>5. ¿Hasta qué grado curso la primaria? a) 1° b) 2° c) 3° d) 4° e) 5°</p> <p>6. ¿Finalizó usted sus estudios de bachillerato? a) Si b) No</p> <p>7. ¿Hasta que grado curso de bachillerato? a) 6° b) 7° c) 8° d) 9° e) 10° f) 11°</p> <p>8. ¿Ha realizado usted algún estudio profesional? a) Técnico b) Tecnológico c) Pregrado</p>

		3. Estrato socioeconómico de los integrantes del grupo	El consumo actual de bebidas alcohólicas es mayor conforme aumenta el nivel socioeconómico de la población, pasando del 32% en el estrato más bajo al 42% en el estrato más alto (ESTUDIO NACIONAL DE CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN COLOMBIA - 2013. Pág 15)	3. Número de personas que viven en estratos 1 al 4	<p>9. ¿Sus ingresos mensuales son? a) menos de un salario mínimo b) un salario mínimo c) dos salarios mínimos d) tres o más salarios mínimos</p> <p>10. ¿cuál es o era la bebida de su preferencia?</p> <p>11. ¿Durante la semana cada cuánto consume o consumía alcohol? a) 1 o 2 veces por semana b) de 2 a 3 veces por semana c) de 3 veces o más días por semana</p> <p>11. ¿Mensualmente cuál es o era el promedio de dinero que invertía en el consumo de alcohol?</p>
--	--	--	--	--	--

Anexo B. Matriz de operacionalización cualitativa

OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CATEGORÍA DE ANÁLISIS	DEFINICIÓN DE LA VARIABLE CON BASE EN CONCEPTOS TEÓRICOS ASOCIADOS	SUBCATEGORÍAS DE ANÁLISIS	PREGUNTAS	RESPUESTAS ENTREVISTA 1	RESPUESTAS ENTREVISTA 2
Identificar el inicio del consumo de alcohol y las posibles formas en las que éste afecta la vida emocional y/o la salud mental de los integrantes del grupo de alcohólicos anónimos Nueva vida durante el año 2021.	Indagar sobre los posibles daños en la vida emocional que podría causar el consumo de alcohol en las personas entrevistadas del grupo en el año 2021.	1. Emociones afectadas por el consumo de alcohol	Ahora bien, trayendo a colación un fragmento del documento ¿Qué es una emoción? Teoría relacional de las emociones el cual menciona que, cuándo se piensa que las emociones se localizan en la persona – su cuerpo o su mente – se llega a la conclusión de que la forma de analizarlas es fisiológica o cognitiva. Y al considerarlas como algo privado se considera que su expresión deriva de una sensación interna. Pero, aunque el proceso de las emociones supone procesamiento cognitivo y respuestas fisiológicas, el factor organizador procede de consideraciones sociales (C. Rodríguez, 2013. Pág.2)	1. Ira, alegría, miedo, tristeza,	1 ¿Recuerda usted alguna situación en la cual su respuesta haya sido basada en la sensación inmediata y si estuvo o no influenciado por el licor? 2 teniendo en cuenta el inicio del consumo de alcohol, ¿ha identificado usted si la forma de responder a situaciones complejas o difíciles de sobrellevar han sido basadas en emociones tales como la ira, la alegría, el miedo o la tristeza? 3 ¿Recuerda usted si el consumo de alcohol	1. Si, muchas, el llegar habiendo tomado trago y decirle a ella que me sirva comida y dejar la comida servida ahí y no comérmela y al otro día estar esa comida llena de moscas ahí y no comprender que ese era un problema de que estaba con la bebida, sino que simplemente pensar que era normal, muchas veces llegar y estropearla por nada porque desgraciadamente uno es muy machista, 2. Al otro día aparece el remordimiento del porque la toqué. Es que cuando yo no bebía, aunque era rara la vez que yo no bebiera, yo casi bebi todos los días. Pero tampoco había todos los días pabo, sino que había momentos en los que yo no sé. Siempre me pregunto, me he preguntado y me preguntaré siempre	1. Ve mira, una vez la hermana de mi esposa llegó de Canadá hace 10 años no venía y ese día me emborraché, el día que menos pensaba emborracharme, ese día me emborraché y entonces entre a la casa a sacar plata y la mujer me cerró la puerta y yo todo borracho, loco... me subí al segundo piso porque yo tengo un balcón, en esa época yo cargaba una cadena de plata y me enrede en la reja del balcón y cuando yo me vi me desperté fue en el hospital, claro imagínate este cuerpito la cadena se rompió y caí, la esposa dijo que ella creyó que yo me había matado... Imagínate que pena con la hermana de mi esposa, que pena con mis hijas, que pena conmigo mismo y cagadas como esas hacía yo. Por eso esa propaganda que tiene RCN que dice, hay muchos tipos de osos, pero el peor oso es el que tus haces cuando te excedes con el alcohol, buenísima esa propaganda, yo soy esa propaganda, parece que la hubieran sacado de la historia de mi vida porque yo hacía oso tras oso y no me daba cuenta, entonces si la cague me enlague y a los ocho días otra vez.

					<p>influencia emociones como la ira, tristeza o miedo incentivándolo a propiciar una situación de pelea o discusión? ¿cómo se sintió después de esto?</p>	<p>3. Yo ya venía con el consumo muy fuerte, Si me dio duro pero no, el problema mío cuando consumía droga, tomar o consumir licor simplemente fue por emociones por hacerme sentir como que yo podía encajar en la sociedad, hacerme sentir más adulto, más grande y fue creciendo el proceso de ambas cosas tanto la adicción a la droga como la adicción al trago. - Mas que todo por la ira, la impotencia muchas veces de llegar y ya no tener plata de haberla bebido toda y querer sacar plata de donde no hay, entonces le entraba ira, le entraba rabia a uno porque no podía tener para consumir más trago. Entonces siempre era la persona que estaba al lado de uno la que paga.</p>	<p>2. Te cuento hija que a mí el alcohol me dejó neurótico, me dejó neurótico y yo no lo sabía hasta que llegué aquí a alcohólicos anónimos, o sea mantenía puto, después de un guayabo mantenía puto, cagada el alcohol lo deja a uno berraco [...] Si diagnóstico médico ya tengo, me dejó el alcohol y la droga porque lo mío fue doble adicción, yo consumía cocaína y solo por la gracia de Dios empiezo otra vez a pedirle a Dios que me ayude otra vez con esta enfermedad que tengo o mi buena voluntad, no fuerza de voluntad decimos aquí porque nadie hace nada a la fuerza, yo tengo buena voluntad de querer salir del problema en el que estaba porque ya no estoy en él, pero eso es viniendo a los grupos, compartiendo en el atril donde los compañeros me escuchan, me comprenden y poco a poco me voy yendo no, decimos que si yo soy alcohólico lo soy para toda la vida, entonces yo digo uyuy juepucha para toda la vida voy a ser un alcohólico. Entonces me dijeron solo por hoy, lleva la vida solo por hoy mañana no sabes que va a pasar ayer ya paso, solo por hoy. Entonces me voy de día en día.</p> <p>3. Yo me tome en mi vida buenos chorros, buenos traguitos como buen negro buena rumba, pero me cogió ventaja y no se en qué momento me cogió ventaja, entonces ya no disfrutaba el licor, ya no lo disfrutaba. ¿Por qué? Porque siempre la embarraba. Y después venían los ayayay una vez</p>
--	--	--	--	--	---	--	---

							<p>bote un celular cuando recién los celulares de alta gama y me compre uno y ese día me dio por ir a la otra esquina de mi casa que había unos morochos y yo conocía a más de un morocho, que me peluqueaba y todo al otro día aparecí sin celular y me fui para allá y me lo robaron allá y no me di cuenta porque ya el licor me volvía un bobo, un tonto me volvía.</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

	<p>Conocer los posibles daños en la salud mental que podría generar el consumo de alcohol en la vida de las personas entrevistadas del grupo en el año 2021.</p>	<p>2. Posibles daños en la salud mental</p>	<p>"La salud mental es un estado de bienestar en el cual se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productivamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad". (...) "es un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia". (OMS 2004. Pag.12)</p>	<p>Bienestar físico, mental y social</p>	<p>4. ¿Partiendo del momento en que usted inició con el consumo de alcohol y el momento en que llego a un estado de sobriedad, notó usted cambios en sus relaciones interpersonales y laborales?</p> <p>5. ¿Cuándo se encontraba bajo los efectos del alcohol, cómo era su relación consigo mismo?</p> <p>6. ¿Cómo afrontaba usted las presiones normales de la vida cuando estaba bajo los efectos del alcohol y cómo las enfrenta en estado de sobriedad?</p>	<p>4. Pero hoy en día tengo una buena relación con mi hija, le pedí mucho perdón, he tratado de reparar mucho daño, aunque no la visito con frecuencia, nos llamamos, hablamos, - Papá venga que quiero verlo, venga a almorzar- Yo voy pero tenemos un buena relación últimamente - Claro, rotundamente, por lo menos le cuento; yo en mi trabajo es trabajar con la gente porque yo trabajo ambulatoriamente en la calle, vendo fruta; mi relación con mis clientes es mucho mejor que antes y me lo han dicho mucho. Siempre he sido una buena persona, pero anteriormente llegaba muy bebido y se notaba como un cambio, una forma de ser despota</p> <p>5. Entonces cuando estaba en la bebida yo me relacionaba conmigo mismo a lo que para mí era, el beber y sentirme bien pero como le digo entre comillas porque al otro día uno no quería acordarse de muchas cosas y le daba ese</p>	<p>1. Claro, las relaciones por ejemplo con mis hijas [...] yo fui el papá que las llevaba a la ciclovia, pero enguayabado con una cerveza en la mano para pasar el guayabo entonces situaciones como esas quiero resarcirlas, sé que nunca las voy a poder resarcir, pero al menos que vean al papá de otra manera, apoyándolas en lo que más puedo ehhh ya no grito, ya no soy infiel. Alcohólicos anónimos cambio mi mente, y yo siempre decía aquí que yo venía a cambiar mi chip porque yo tengo un chip erróneo y el chip que tengo ahora me encanta, el chip de armonía de amor, de unidad de no enredarme con nadie, entonces esa es mi historia.</p> <p>siempre he sido como muy cusumbo solo en la empresa, por ahí he tenido mis buenos amigos en la empresa, pero soy cusumbo solo, pero siempre en medio de mi enfermedad de toda la vida fui responsable entre comillas porque primero era lo de la comida, primero era lo de mis deudas, primero como siempre me quedaba dinero.</p> <p>2. Eran horribles, eran nefastos porque ya no me quería, yo hasta que no me veía llevado del carajo no paraba, me tomaba una cerveza y perdía mi voluntad totalmente, me enroscaba ahí como en esa silla y no me quería parar, era nefasto, la relación mía cuando yo me tomaba un trago.</p> <p>3. Yo entendí que soy alcohólico</p>
--	--	---	---	--	---	--	--

						<p>terror de pensar de que uno había hecho algún daño -</p> <p>6. Con el alcohol se siente el ego, pero después de que uno pasaba ese trance y estaba al otro día con ese guayabo o con esa resaca se sentía culpabilidad, menosprecio</p>	<p>porque los alcohólicos somos emocionales y esas emociones son las que nos llevan a beber y si no controlamos esas emociones paila, aquí me enseñan a controlar emociones, aquí me las enseñan a controlar, pero si yo me descuido un poquito vuelvo y la cago, en otras palabras, yo le estoy entregando mi alcoholismo a Dios y Dios me está recibiendo ese alcoholismo, pero en el momento en que yo quiera volver a beber Dios ahhh siga matándose.</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

	<p>Identificar las situaciones, circunstancias o momentos en que se dio el inicio del consumo de alcohol y el porqué de dicha situación.</p>	<p>3. Relatos de vida</p>	<p>Los relatos de vida hacen parte del campo de investigación cualitativa y llevan una trayectoria importante en la historia, son abordados a partir del enfoque biográfico buscando transmitir conocimiento y experiencias de una generación a otra (Lucca Irizarry & Berríos Rivera, 2009). Esta transmisión es desarrollada en espacios donde las personas cuentan a través de sus experiencias, vivencias, momentos de desazón y aprendizaje, sucesos que posibilitan la construcción y reconstrucción de nuevos conocimientos desde lo relatado por entrevistado.</p>	<p>Experiencia de vida, aprendizajes y vivencias</p>	<p>7. ¿Cómo ha sido su vida, desde que inicio el consumo de alcohol?</p> <p>8. ¿Relate un hecho asociado al tiempo que estuvo inmerso en el consumo de alcohol que haya marcado en su vida un antes y después?</p> <p>9 ¿Cuál cree usted que fue el aprendizaje que le deja esta experiencia de vida?</p>	<p>7. porque yo me estaba enloqueciendo con el alcohol, hacia cosas de locos, nunca intente suicidarme, de ponerme una soga en el cuello, pero lo hacía involuntariamente manejando un carro, manejando una moto en estado de ebriedad, entonces era como un suicidio. Cuerpo porque mi cuerpo duraba muchos días enfermo después de la ingesta alcohólica, entonces empecé a notar que mi cuerpo no aguantaba más el alcohol, de pronto mis neuronas estaban super acabadas ya noo. José Luis ahhhhh y el espíritu porque me gobernaba satanás, ¿cómo yo lo entiendo? a mí me gobernaba satanás con el alcohol porque me iba a ingerir drogas y de las drogas pasaba a prostíbulos. El caso fue de queeee José Luis no quiere volver al infierno de hacer ridículos, de hacerle pasar ridículos a mi esposa. En mi etapa alcohólica los viernes yo esperaba a mi esposa que llegara del trabajo, pero ya borracho y le decía vámonos a bailar y mi esposa me decía mira como estas de borracho, que nos vamos a ir a bailar, así como estas vos. Entonces yo ¡ayyy vos no me quieres! y buscaba el pretexto para irme a beber y a consumir</p> <p>8. recuerdo que mi esposa me hizo una fiesta de 45 años y al otro día me fui a levantar a darle un beso a mi esposa de buenos días y me dijo que estaba brava conmigo y yo le dije ¿por qué? ¿Qué pasó? Que si no me acordaba que había hecho anoche... y lo que me dijo que hice fue que me dio el pie para un domingo ehhh por mi barrio yo había visto alcohólicos anónimos y dije que necesitaba ayuda porque lo que me contó mi esposa yo quería morirme, quería que la tierra abriera un hueco y que me tragara, me dio mucha depresión y llegue a la comunidad de alcohólicos anónimos, yo me convertí en mi papá con mi esposa, pegandole, haciendo cosas que mi papá hacía... yo necesito romper esa cadena en el nombre de Dios y necesito</p> <p>9. Aquí hay un paso 9 que es pedir perdón a las personas que herimos con el alcohol y mi esposa fue una de ellas. No quiero más tomar licor, no quiero más consumir drogas, solo quiero hablar de alcohólicos anónimos, de Dios y del testimonio que tengo de vida, decirte la persona que necesite ayuda.</p> <p>Luis habla porque yo soy bastante... mire emocional, para terminarte alcohólicos anónimos me enseñaron a controlar mis emociones, yo era emocional a morir, peleaba con mi</p>
--	--	---------------------------	--	--	---	---

						<p>esposa, me iba a beber, si ganaba el Cali, me iba a beber, si perdía igual. Alcohólicos anónimos me enseñan a controlar esas emociones, tengo que saberlas controlar porque si no vuelvo otra vez al pasado, alcohólicos anónimos te hablan de controlar emociones</p>
--	--	--	--	--	--	---

Anexo C. Formato de la encuesta

Encuesta de investigación Grupo de Alcohólicos Anónimos

Preguntas Respuestas 20 Configuración

Encuesta - Grupo de Alcohólicos Anónimos

La siguiente encuesta tiene como objetivo recolectar información correspondiente al consumo de alcohol, la cual servirá como fuente principal de análisis para la investigación que se lleva a cabo, la cual tiene como pregunta ¿Qué relación existe entre las características sociodemográficas, edad, nivel de escolaridad, estrato socioeconómico, ocupación con el consumo de alcohol en dos grupos de alcohólicos anónimos del barrio 7 de agosto de la ciudad de Cali del año 2021?

Por esta razón, agradecemos responda la siguiente encuesta de manera honesta y verídica ya que tiene como fin recolectar información que permita analizar los datos arrojados. Esta no es una encuesta evaluativa y es de carácter confidencial por lo cual no solicitamos datos personales ni expondremos las respuestas obtenidas.

Título de la imagen

Encuesta de investigación Grupo de Alcohólicos Anónimos

Preguntas Respuestas 20 Configuración



A. Determinar edad promedio del inicio de consumo de alcohol

Esta primera fase de preguntas, nos permite dar respuesta a la variable de edad promedio de inicio de consumo. Pedimos por favor responda las preguntas con completa honestidad.

Para esta primer pregunta, por favor responder con números. Por ejemplo: 10, 20, 30, etc.

Descripción (opcional)

Encuesta de investigación Grupo de Alcohólicos Anónimos

Preguntas Respuestas 20 Configuración

1. ¿Por cuantos años estuvo usted inmerso en el consumo de bebidas alcohólicas? *

Texto de respuesta corta

Responda con una única opción a las siguientes pregunta.

Esta segunda fase de preguntas nos permite dar respuesta a la variable nivel de escolaridad de los integrantes del grupo

2. ¿A que edad recuerda iniciar el consumo recurrente de alcohol? *

- entre los 8 y 12 años de edad
- entre los 12 y 15 años de edad
- entre los 16 y 19 años de edad

Encuesta de investigación Grupo de Alcohólicos Anónimos       [Enviar](#)

Preguntas Respuestas **20** Configuración

2. ¿A qué edad recuerda iniciar el consumo recurrente de alcohol?

entre los 8 y 12 años de edad

entre los 12 y 15 años de edad

entre los 16 y 18 años de edad

¿Otra edad?

3. ¿A qué edad probó su primera bebida alcohólica? *

entre los 8 y 12 años de edad

entre los 12 y 15 años de edad

entre los 16 y 18 años de edad

Encuesta de investigación Grupo de Alcohólicos Anónimos       [Enviar](#)

Preguntas Respuestas **20** Configuración

¿Otra edad?

B. Identificar las características sociodemográficas y su relación con el consumo.
Esta segunda fase de preguntas nos permite dar respuesta a la variable nivel de escolaridad de los y las integrantes del grupo.

Responda Si o No a la siguiente pregunta
Descripción (opcional)

4. ¿Finalizó usted sus estudios de primaria? *

Si

No

Encuesta de investigación Grupo de Alcohólicos Anónimos       [Enviar](#)

Preguntas Respuestas **20** Configuración

4. ¿Finalizó usted sus estudios de primaria? *

Si

No

Si su respuesta fue Sí, responda las siguientes preguntas. De lo contrario pase a responder la pregunta 9.
Descripción (opcional)

5. ¿Hasta qué grado curso la primaria?

1°

2°

3°

4°

5°

No aplica

Responda SI o No a la siguiente pregunta
Descripción (opcional)

6. ¿Finalizó usted sus estudios de bachillerato?

Si

No

7. ¿Hasta que grado de bachillerato curso?

6°

7°

8°

9°

10°

11°

No aplica

No aplica

8. ¿Ha realizado usted algún estudio después de terminar el bachillerato?

Técnico

Tecnológico

Profesional

No aplica

C. Caracterizar el consumo a partir del estrato socioeconómico
Esta ultima fase de preguntas nos permite dar respuesta a la variable Nivel estrato socioeconómico de los integrantes del grupo

9. ¿Sus ingresos mensuales son? *

- Menos de un salario mínimo
- Un salario mínimo
- Dos salarios mínimos
- Tres o más salarios mínimos

10. ¿Cuál es el estrato socioeconómico del barrio donde vive? *

- Estrato 1 o 2
- Estrato 3 o 4
- Estrato 5 o más

Responda de manera breve la siguiente pregunta

Descripción (opcional)

11. ¿Cuál es o era la bebida de su preferencia? *

Texto de respuesta breve

A la pregunta 12, por favor responda con el valor en números. Por ejemplo 50.000, 10.000, etc.

Descripción (opcional)

12. ¿Mensualmente cuál es o era el promedio en dinero que invertía en el consumo de alcohol? *

12. ¿Mensualmente cuál es o era el promedio en dinero que invertía en el consumo de alcohol? *

- 50.000 a 200.000
- 250.000 a 400.000
- 450.000 a 600.000
- 650.000 a 800.000
- 850.000 a 1.000.000
- De 1.000.000 o más

Responda con una única opción a la siguiente pregunta.

Descripción (opcional)

Responda con una única opción a la siguiente pregunta.
Descripción (opcional)



13. ¿Durante la semana cada cuánto consume o consumía alcohol? *

- 1 o 2 veces por semana
- De 2 a 3 veces por semana
- De 3 veces o más días por semana

Anexo D. Audios de entrevistas y relato de vida

Archivos Nombre ↑

 9 de marzo 1.m4a	 9 de marzo 2.m4a	 9 de marzo 3.m4a	 9 de marzo 4.m4a	 9 de marzo 5.m4a
 Entrevista 1.m4a	 Entrevista 2.m4a	 Voz 023.m4a	 Voz 024.m4a	 Voz 024.m4a

Anexo E. Transcripciones entrevistas

Las entrevistas que a continuación se anexan al presente documento, están transcritas de manera textual conforme a la narración de los entrevistados.

Entrevista 1

Transcripción textual ... 27min

Persona 1: Pero más que todo los apoyos míos siempre han sido mis hermanitas, porque yo con ellas siempre estuve ahí donde ellas, y los hijos, los nietos pues todos los días lo ven a uno, están hablando con uno.

Entrevistador: Y usted, en este proceso de la muerte de su esposa, cree que de pronto si hubiese dejado de asistir al programa, ¿podría haber recaído?

Persona 1: Claro, Claro que sí, eso es indudable que, que la salvación de uno y más que todo para la enfermedad de uno que, como es el alcoholismo uno tiene que estar en este proceso de recuperación que tenemos aquí en alcohólicos anónimos y si nos alejamos, la cantina nos está esperando que nosotros somos, la enfermedad del alcoholismo es una cosa de emoción, y eso es una emoción muy dura, una emoción que a uno le, lo puede llevar como decían hoy a cometer una locura, volver a consumir drogas, a consumir, estuve pensándolo, hay unos vecinos y utilizan marihuana y un día pararon ahí, había dejado de venir al grupo y se me vino a la mente, eh un par de toques para tranquilizarme, pero al mismo tiempo me acordé, fui y me bañe y me vine al grupo, lo compartí y los compañeros me hicieron una reunión y me pidieron que no me alejara mucho, que estuviera aquí que ellos estaban para tenderme la mano y sí, aquí la unidad lo ayuda mucho y uno no se puede alejar.

Entrevistador: ¿Y esos vecinos fueron las personas con las que usted inició en el consumo?

Persona 1: No no no no

Entrevistador: ¿Cómo usted inició en el consumo entonces?

Persona 1: Yo me inicié muy muchacho de muy joven

Entrevistador: ¿Qué edad tenía más o menos?

Persona 1: Tenía quince años cuando comencé a probar la marihuana, estaba en el colegio, estudiaba en el instituto técnico industrial Antonio José Camacho, estaba haciendo el primer año de bachillerato y conocí a unos compañeros de estudio y comenzamos a consumir marihuana y a tomar alcohol.

Entrevistador: ¿pero ellos le ofrecieron? ¿O fue por iniciativa propia?

Persona 1: Fue como por una, por un ensayo, un descubrimiento, algo, algo

Entrevistador: Novedoso

Persona 1: algo novedoso, en mi juventud y el de muchos, pero me quedo gustando y me quedé en el vicio y después vinieron otra droga más, en ese entonces no existía ni el basuco, ni la cocaína y al tiempo fue que comenzaron ya a traer los ingredientes, por lo que comenzaron a hacer la cocaína y todo eso entonces ya fue avanzando en el proceso de adicción y yo empecé a consumir otros adictivos que eran más fuertes y peligrosos.

Entrevistador: ¿Pero usted estaba muy joven entonces cuando empezó a consumir?

Persona 1: Cuando consumí droga yo tenía quince años, cuando comencé a fumar el basuco ya tenía la edad de diecisiete dieciocho años.

Entrevistador: ¿y cómo fue la primera vez que usted tuvo ese acercamiento con licor, cómo se sintió?

Persona 1: Fue por una emoción, por el hecho de crearme un hombre, que ya era una persona adulta, no tenía sino dieciséis años cuando comencé a tomar alcohol, licor, cuando conocí a una muchacha que al tiempo fue mi esposa, fue mi primer mujer a la edad de diecisiete años, fue mi primer mujer, ella era mayor que mi con

dos años y comenzó una relación y para hacerme sentir fuerte, para hacerme sentir hombre pues comencé a tomar trago como tomaban los hermanos de ella.

Entrevistador: ¿O sea que el primer acercamiento con las sustancias adictivas fue con la marihuana en el colegio y el tema del licor fue luego con la familia de su esposa?

Persona 1: Correcto y como ellos también consumían marihuana los hermanos entonces me sentía como que había encajado en ese ambiente. Entonces ya comenzó el problema, tuvimos dos hijas, una se me murió estando recién nacida.

Entrevistador: ¿Cuál fue el motivo de su muerte?

Persona 1: Parece que la cuerda umbilical la ahogó

Entrevistador: ¿Y usted cree que esa fue una de las razones por las que usted empezó a consumir más o no?

Persona 1: No, Yo ya venia con el consumo muy fuerte, Si me dio duro pero no, el problema mío cuando consumía droga, tomar o consumir licor simplemente fue por emociones por hacerme sentir como que yo podía encajar en la sociedad, hacerme sentir más adulto, más grande y fue creciendo el proceso de ambas cosas tanto la adicción a la droga como la adicción al trago.

Entrevistador: ¿En ese proceso usted se separa y conoce a su nueva esposa?

Persona 1: Lo que pasa es que cuando ya yo empecé a consumir ya mucho trago, mucha droga, ya no me duraba el matrimonio, Yo con la primer mujer dure cinco años, me separe conseguí otro compromiso, tampoco me duró mucho en la cual tuve mi hijo varón, duramos dos años, a los dos años nos separamos y ahí llegó el niño y de vez en cuando pues lo veía, ya ahora es un hombre y tratamos, de ahí de eso me separe y conseguí otra mujer que fue la tercera y ya después de un tiempo que me tocó ausentarme del país que estuve por el Ecuador conocí a Patricia, mi compañera de todo, pero ya había dejado el vicio de la droga.

Entrevistador: ¿en ese momento ya había dejado el vicio de la droga, pero aun continuaba con el alcohol?

Persona 1: Sí claro, tenía el problema del alcoholismo y muy fuerte.

Entrevistador: ¿Cuál fue ese factor determinante para dejar la droga?

Persona 1: El que me estaba haciendo mucho daño y mis padres sufrían mucho pero mis padres sufrían con ambos porque cuando deje de consumir el trago me ponía peor y estando sin consumir droga mi madre tuvo que meterse y hacerme llevar a la cárcel, me tuvieron quince días encerrado en la prisión de la Floresta porque casi le quemó la casa en una laguna mental y todavía no me conocía, no tenía compromiso con Patricia y a raíz de eso dije, de pronto consiguiendo una mujer me voy a ajuiciar pero me conocí con ella y como que no me sirvió por el contrario ella tuvo que aguantar diez años pero estuvo ahí y ya comencé a buscar ayuda, ya había comenzado a buscar ayuda anteriormente y ya conocía la comunidad pero no me quede, no me quede porque dije que no tenía problemas con mi alcoholismo, la negación, yo no tengo problemas con mi forma de beber. Vine a un aniversario de un compañero, de un vecino que cumplía cinco años y vine y escuche la reunión, me hicieron una recepción, me explicaron el problema y me identifique en muchas cosas, pero no acepté, estuve asistiendo unos diitas y me fui y ya, a seguir bebiendo. Después de diez años, casi doce años volví porque Patricia se me fue, no se fue, sino que no quiso vivir más conmigo y me tiró la ropa a la calle.

Entrevistador: ¿Entonces la necesidad suya de buscar ayuda fue porque usted no quería perderla?

Persona 1: Ella es la que más me ha durado, la que ha aguantado la que todo es ella. Ella era mi compañera de todo, de mi sufrimiento, yo siempre me pregunto porque razón no la pude hacer feliz como merecía ser ella, bailábamos un rato, volvíamos a la una de la mañana contentos. Ella no me conoció consumiendo droga, yo le conté toda mi vida, me hice el examen del sida porque yo era muy vago, antes de irme a vivir con ella yo le dije que me iba a hacer el examen del sida porque, yo

necesito estar limpio para estar con usted. Y así salió negativo y de ahí comenzamos a servir pero yo estaba en mi lucha alcohólica, tomaba mucho trago y la mente del alcohólico siempre le dice “ Pero si usted me conoció bebiendo, usted me conoció borracho“. Un 31 de diciembre de 1998 o 95 la conocí a ella, 31 a amanecer 1ro en un bailadero ahí en Siete de agosto la conocí a ella; bailábamos nos conocimos le gusto y comenzamos a salir pero nunca como a pasar un rato en un paseo sino siempre con la bebida ahí.

Entrevistador: ¿Ella también consumía alcohol?

Persona 1: Sí pero ella no tenía problema, tomaba sus traguitos suave, ahí veces me dejaba por allá tirado porque le decía - Yo no voy a ninguna parte- y yo a hacerle problema porque se iba y todo eso, pero porque ella no, tenía problema el problema era yo para la bebida pero nunca lo reconocí hasta que ya tuve que tocar tanto fondo, hacerla sufrir tanto a ella a mi madre a mis padres para poder comprender que si que estaba muy mal.

Me tocó, tocar fondo para aceptar que había un problema, una enfermedad, como le digo yo ya había conocido la comunidad de alcohólicos hace muchos años, por ese vecino que cumplió cinco años que eso fue en 2000 fue que lo conocí.

Entrevistador: ¿Cómo fue la vida con doña Patricia y los cambios que usted tuvo luego de que usted dejara completamente la bebida?

Persona 1: Cuando yo conocí la comunidad, lo primero que hubo fue un cambio en la personalidad, ya no frecuentaban los amigos con los que yo bebía, y entonces comencé a fortalecerme más y hubo una relación mucho mejor, una comprensión más en la casa y estuvimos bien durante los cinco años de abstinencia que estuve en el grupo, pero me conocí con una persona que frecuentaba el grupo y comenzó el sufrimiento de ella también. Pero por el procedimiento por no llevar bien el programa, tratar de evitar esas relaciones, pero el proceso que llevamos cuando llegamos y somos sobrevivientes para una vida mucho más tranquila mucho más llevadera se puede decir.

Entrevistador: ¿recuerda alguna situación que haya estado influenciado por el licor?

Persona 1: Si, muchas, el llegar habiendo tomado trago y decirle a ella que me sirva comida y dejar la comida servida ahí y no comérmela y al otro día estar esa comida llena de moscas ahí y no comprender de que ese era un problema de que estaba con la bebida sino que simplemente pensar que era normal, muchas veces llegar y estropearla por nada porque desgraciadamente uno es muy machista, hoy en día por el proceso que llevo, he comprendido de que debo cambiar y lo primero que trato de cambiar fue eso, dejar el machismo, comprender que hay una igualdad.

Entrevistador: ¿En esos momentos usted se dejaba desbordar de emociones como: ira, alegría o miedo?

Persona 1: Más que todo por la ira, la impotencia muchas veces de llegar y ya no tener plata de haberla bebido toda y querer sacar plata de donde no hay, entonces le entraba ira, le entraba rabia a uno porque no podía tener para consumir más trago. Entonces siempre era la persona que estaba al lado de uno la que paga.

Entrevistador: ¿La ira era a causa de no tener suficiente dinero para consumo más no pensando en la comida o el arriendo?

Persona 1: Si, era porque no había para el trago.

Entrevistador: cuando usted me cuenta acerca del maltrato a su esposa, ¿cómo se sentía usted al día siguiente de acontecido el hecho?

Persona 1: Al otro día aparece el remordimiento del porque la toqué. Es que cuando yo no bebía aunque era rara la vez que yo no bebiera, yo casi bebi todos los días. Pero tampoco había todos los días palo sino que había momentos en los que yo no sé. Siempre me pregunto, me he preguntado y me preguntaré siempre ¿Por qué razón era de esa forma? Pero yo siempre el inventario que yo he hecho viene de pequeño, de la infancia de ver a mi padre también que era así, consumía, no llevaba plata para la comida, mi mamá le pedía, mi papá la cascaba, la golpeaba. Yo no sé

si de pronto es esa idea de, ¿Como se puede llamar eso que viene de allá desde atrás?

Entrevistador: ¿Unas cadenas?

Persona 1: Unas cadenas, exacto. Una cadena y entonces como que ese machismo decir, no es que, Yo soy el de la casa y yo puedo hacer lo que se me dé la gana.

Entrevistador: ¿Usted siente que rompió cadenas con sus hijos?

Persona 1: Claro, yo rompí muchas cadenas sobre todo con mi hija la mayor, ella también llevo mucho de mi alcoholismo, ella se fue, ella convivía con mis padres cuando yo vine del Ecuador que me perdí un tiempo por unos problemas que yo tuve pero yo venía con mi racha alcohólica mi drogadicción todavía la tenía, ella aguanto mucho palo, mucho castigo, castigo no porque uno no es nadie para castigar a nadie, pero si la estupidez y la ignorancia del problema de creer que todo se soluciona así, por el machismo. Pero hoy en día tengo una buena relación con mi hija, le pedí mucho perdón, he tratado de reparar mucho daño, aunque no la visito con frecuencia, nos llamamos, hablamos, -Papá venga que quiero verlo, venga a almorzar- Yo voy, pero tenemos una buena relación últimamente.

Entrevistador: Don Marcos, ¿usted nota algún cambio en sus relaciones personales, familiares y laborales a partir de su proceso de superación en su adicción al alcoholismo, pero más ahora en estado actual de sobriedad?

Persona 1: Claro, rotundamente, por lo menos le cuento; yo en mi trabajo es trabajar con la gente porque yo trabajo ambulatoriamente en la calle, vendo fruta; mi relación con mis clientes es mucho mejor que antes y me lo han dicho mucho. Siempre he sido una buena persona pero anteriormente llegaba muy bebido y se notaba como un cambio, un forma de ser déspota,

Entrevistador: ¿Usted llegaba en estado de alicoramiento a su puesto de venta?

Persona 1: Si, Yo consumía, estaba trabajando y estaba consumiendo, me paraba me tomaba dos, tres cervezas y seguía trabajando y a lo último cuando ya me sentía bastante prendido yo ya no trabajaba, sino que me paraba donde fuera y me sentaba a beber así fuera solo. Pero hoy en día no, hoy en día mis clientes me respetan, me estiman, clientes de muchos años, con mis vecinos y con todos.

Entrevistador: Durante su adicción al alcoholismo ¿Cómo era la relación que tenía consigo mismo?

Persona 1: La relación conmigo mismo cuando estaba bebiendo pues era un placer, sentirse mareado, borracho, y se sentía como a gusto, entre comillas porque esa era la vida que uno llevaba, pero hoy en día que uno mira el cambio tiene, mira el entorno y alrededor de uno que es más sano, hay una forma de expresarse hacia otras personas, ha cambiado mucho en son de algo positivo. Entonces cuando estaba en la bebida yo me relacionaba conmigo mismo a lo que para mí era, el beber y sentirme bien pero como le digo entre comillas porque al otro día uno no quería acordarse de muchas cosas y le daba ese terror de pensar de que uno había hecho algún daño pero mientras uno está bebiendo se sentía como si uno fuera el todo, que no tenía problemas, que tenía mucha plata para gastar y muchas veces se gastaba uno todo.

Entrevistador: en el pasado. ¿Cómo afrontaba su realidad y las situaciones difíciles cuando estaba en estado de sobriedad?

Persona 1: Con el alcohol se siente el ego pero después de que uno pasaba ese trance y estaba al otro día con ese guayabo o con esa resaca se sentía culpabilidad, menosprecio, **buscaba un centavo para tomarme una gaseosa y ya me había gastado incluso lo del plante tenía que andar buscando prestado, que me fiaran los acreedores, los que me daban la mercancía para trabajar.** Entonces, todo era un proceso entonces hoy en día que uno está más cuerdo analiza todo eso que ha pasado y le da a entender a uno que uno debe cambiar y tratar de llevar este

mensaje. Hay muchas personas que aún viven las mismas circunstancias que yo viví cuando tomaba trago entonces esto es para seguirlo transmitiendo.

Entrevistador: ¿Entonces cuál cree que ha sido su aprendizaje de vida?

Persona 1: Transmitir el mensaje, es algo que le queda a uno después de haber vivido esa experiencia, esos episodios, después de una vida tan destrozada como la que yo viví con el alcohol, ayudar a la persona a transmitirle el mensaje de vida como este mensaje y para eso estamos aquí. El otro día que le decía que quería tirar la toalla con mi vida que quería como desaparecer a raíz de lo de mi esposa, entonces he llegado a ver que Dios me tiene para grandes cosas y para transmitir el mensaje y ayudar a otras personas que están sufriendo adicciones de cigarrillo, porque a mi esposa la mató fue el cigarrillo y ahora yo les cuento eso a las personas y les digo que eso mata silenciosamente, cuando menos piensen ellos van a estar pegados de una pipa, pero como todo la negación, de aquí mismo, compañeros y compañeras no quieren entender o no quieren aceptar pero de todos modos uno les pasa el mensaje, busque ayuda, yo conozco una comunidad. Muchas veces uno les pasa el mensaje, pero por aquí les entra y por acá les sale.

Entrevistador: ¿han habido personas que hayan venido al grupo por el mensaje que usted les ha dado?

Persona 1: Si, pero no se han quedado. Yo bebi con XXXXXX, nosotros vivimos acá en Sanín en una vez llego al grupo de alcohólicos anónimos Nuevo despertar, y me vio ahí y se pegó una asombrada de verme dentro de el programa y ya nos conocíamos de muchos años porque junto con el y una vecina nos criamos juntos en el barrio y fue como algo que le llamo mucho la atención y el se quedo y ya lleva como ocho años y el negrito también bebi con el. La esposa cuenta que cuando él me vio en el grupo con la comunidad él le dijo que también quería ir donde estaba su amigo y efectivamente, llegó, eso se llama ley de atracción. Pero me falta mucho aun.

Entrevista 2

Transcripción Textual 42 minutos con 53 segundos.

Persona 2: Yo fui muy perro, muy cagada... le hice muchas cagadas a ella y ella no me cree que yo ando en otra dimensión... cero mujeres, no quiero hacerle daño a nadie, quiero estar acá en el grupo ayudando. Ando en otro cuento.

Entrevistador: Estar acá le cambia mucho el pensamiento a las personas

Persona 2: A mí me lo cambio total

M: Por ejemplo, ayer que estábamos aquí y usted decía que llegaba el fin de semana y me ponía desesperado por salir y ahora yo me desespero por venir al grupo, porque se que llego acá y me tranquilizo y cuando ya salgo no tengo ganas de tomar y esto hace pensar que venir acá si funciona.

Persona 2: Funciona si vos queres, si vos no queres... Yo no se que Dios me está planteando o me está queriendo enseñar. Resulta que yo soy diabético aquí donde me ves, y estaba por Comfenalco cuando un compañero que yo lo conocí hace 20 años de la empresa, un señor, un señor. Él manejaba a ese señor Pava Camelo que era de Todelar, era el motorista de él... imagínate y entonces cuando lo vi estaba rarísimo. A mí me habían contado que él estaba en las drogas, probó ese bazuco y entonces me dijo que le diera mi numero y yo se lo di... ayyyy empezó, ve mándame este estado que está bueno, o sea la droga lo volvió como raro, pero entonces no se que quiere enseñarme Dios con él, no sé si traerlo al grupo... Ahh entonces me llamó el fin de semana y me pone audios y yo pienso jummm este loquito otra vez.

Que lo que pasa es que la mujer esta trabajando y entonces el estaba en la casa haciendo oficio y luego en determinado sitio tomándose unas cervecitas y le digo marica, pero vos estas enfermo, como vas a tomar cerveza si vos Tenes una enfermedad que se llama drogadicción y vos sabes que ese es el trampolín para... entonces él se queda aterrado porque yo sé bastante, pero nunca le he dicho que

yo estoy acá y entonces adivina qué me dice... No es que me estoy probando.
(Risas)

Cómo que probando huevon, vos estas jugando a la ruleta rusa de pronto podes ahora, podes más tarde podes dentro de un mes ahhh y fiadas todavía hasta la quincena, pero que es lo que me estás diciendo (Risas) estás loco huevon y lo mande pa la casa y me hizo caso. Son los reyes del cuento, vaya preguntándome y yo voy respondiendo.

Entrevistador: Básicamente va a ser más una conversación, la idea es que me empiece a contar a qué se dedica, qué edad tiene, en cuanto tiempo empezó a consumir y de ahí para allá nosotras empezamos a adentrarnos en la entrevista.

Persona 2: Bueno yo soy un alcohólico, llegué a la comunidad de alcohólicos anónimos a los 45 años. Una vez a los 45 mi esposa me hizo una fiesta de 45 una rumba la berraca, con la familia y al otro día yo me levanté, porque la laguna mental ya me estaba empezando a embargar y entonces fui a saludar a mi esposa y me dijo que me vas a saludar, qué pasó... ¿No te acuerdas de lo que hiciste anoche? Noooo hombre yo no acordarme y me dijo jumm, Dios mío yo quería que la tierra me tragara ese día, entonces yo me deprimí mucho porque no era la primera cagada que yo hacía.

Ve mira, una vez la hermana de mi esposa llegó de Canadá hace 10 años no venía y ese día me emborraché, el día que menos pensaba emborracharme, ese día me emborraché y entonces entre a la casa a sacar plata y la mujer me cerró la puerta y yo todo borracho, loco... me subí al segundo piso porque yo tengo un balcón, en esa época yo cargaba una cadena de plata y me enrede en la reja del balcón y cuando yo me vi me desperté fue en el hospital, claro imagínate este cuerpito la cadena se rompió y caí, la esposa dijo que ella creyó que yo me había matado... Imagínate que pena con la hermana de mi esposa, que pena con mis hijas, que pena conmigo mismo y cagadas como esas hacía yo. Por eso esa propaganda que tiene RCN que dice, hay muchos tipos de osos, pero el peor oso es el que tus haces

cuando te excedes con el alcohol, buenísima esa propaganda, yo soy esa propaganda, parece que la hubieran sacado de la historia de mi vida porque yo hacía oso tras oso y no me daba cuenta, entonces si la cague me enlagune y a los ocho días otra vez

Entrevistador: ¿Pero al principio usted si se acordaba?

Persona 2: Yo me tome en mi vida buenos chorros, buenos traguitos como buen negro buena rumba, pero me cogió ventaja y no se en que momento me cogió ventaja, entonces ya no disfrutaba el licor, ya no lo disfrutaba. ¿Por qué? Porque siempre la embarraba

Entrevistador: y después venían las culpas

Persona 2: Y después venían los ayayais una vez bote un celular cuando recién los celulares de alta gama y me compre uno y ese día me dio por ir a la otra esquina de mi casa que había unos morochos y yo conocía a más de un morocho, que me peluqueaba y todo al otro día aparecí sin celular y me fui para allá y me lo robaron allá y no me di cuenta porque ya el licor me volvía un bobo, un tonto me volvía.

Entrevistador: ¿Y usted a qué edad empezó a consumir alcohol?

Persona 2: Alcohol empecé a consumir nooo desde que estaba en el colegio, joven. Una vez me metí una rasca a los 10 años con mi papá, mi papá era bebedor y una ves me llevo al barrio la base, él estaba tomando y yo lo acompañé y yo no sé a que hora yo cogí las cervezas que quedaban y me emborrache y todo me daba vueltas, a los 10 años. Aquí en alcohólicos anónimos me hacen esa retrospectiva de mi vida y desde los 10 años empecé a beber, de pronto en la juventud, en el colegio, con los amigos del colegio y se pasaba bueno, pero mis neuronas de pronto o mi cuerpo llegó un momento en el que no aceptó más el licor y si no llego acá a alcohólicos anónimos, no me doy cuenta de que ya no podía más con el licor. O sea, era como pelear con Mike Tyson, siempre quedaba yo en el suelo, tirado en el suelo literal tirado en el suelo quedaba yo.

Entrevistador: ¿pero en si usted ya tenía una adicción porque ya sabía que no le estaba haciendo bien, pero de todas formas seguía tomando?

Persona 2: A mí me daban ganas, yo era bebedor de fin de semana... viernes, sábado y si el lunes era festivo el domingo le pegaba también, buscaba cualquier pretexto para tomar, que vámonos para la viejoteca, o que llegaron los amigos compramos unas cervecitas, cualquier cosa, cualquier cosa yo tenía el pretexto para beber porque estoy bravo, porque estaba muy contento, porque el Cali ganó o porque el Cali perdió.

Entrevistador: ¿O sea que usted algunas decisiones importantes de su vida, decisiones complejas fueron influenciadas por el licor o cómo usted ve esa parte?

Persona 2: Ehhh claro que sí, el licor me ponía a pensar a veces mal, yo trabajo en una buena empresa hace 34 años, yo entré a trabajar desde los... yo llegue de prestar servicio militar y me enganché en esa empresa de 19 años empecé a coger dinero bastante porque la empresa es muy buena y empecé a conocer el licor cada ocho días y el licor empezó a ser progresivo en mí.

Entrevistador: ¿O sea que usted empezó a consumir cuando era muy joven, pero a medida que fue... por ejemplo a prestar servicio y empezó en la empresa allí fue que se intensificó el consumo?

Persona 2: Claro que sí, porque ya había dinero, porque había motivos. Que los compañeros que vamos para tal parte que vamos para tal otra que hay una viejoteca en tal parte, entonces entre desde los 19 a la empresa y a los 25 me case con mi esposa y hoy en día tenemos 33 años de casados y decimos que los alcohólicos tenemos las mejores mujeres del mundo, porque mi esposa me aguantó infidelidades, quedadas tarde de la noche, llegadas con colorete... me aguantó mucho y hoy en día, yo le doy gracias a Dios de tenerla a ella a pesar de los muchos problemas que tuvimos, van a venir las mieles del de todo eso, voy a recompensarla porque uyyy. Ve mira yo a los 45 años, hace 9 años estoy luchando con el alcohol, he tenido 5 recaídas.

Entrevistador: ¿de lo que hace que está acá en recuperación?

Persona 2: Llevo 9 años en el programa, nueve años... desde los 45 años y tengo 54.

Entrevistador: ¿En otros grupos o siempre ha sido acá en nueva vida?

Persona 2: Yo vengo de otro grupo y por ejemplo por eso son tan importantes las tradiciones que tenemos en alcohólicos anónimos, las tradiciones son para nosotros mismos sabernos comportar acá adentro, ¿me entiendes? Y yo en el otro grupo me enrede con otro compañero, entonces por ahí me hice un padrino que era mi subconsciente queriendo ir a beber, yo tenía dos años sin beber y entonces me enrede con un compañero porque me vino a gritar y yo pues no me vengas a gritar y más hijueputa sos vos y entonces dije no vuelvo a ese grupo, eso fue antecitos de la pandemia, antes de la pandemia y me Salí del chat y del grupo y todo.

Entrevistador: ¿Usted cree que fue una justificación para usted volver al consumo?

Persona 2: En el momento no me di cuenta, pero si fue justificación, pero yo no me di cuenta porque estaba berraco, entonces me salgo de ese chat y no vuelvo a ese grupo, a los 7 meses estaba bebiendo otra vez, bebiendo otra vez. Entonces llevaba 7 meses bebiendo cagándola cada ocho días otra vez.

Entrevistador: Qué pena lo interrumpo ahí ¿y cómo eran esos estados? por ejemplo como ya tenía un conocimiento de acá del grupo, ¿cuándo usted tomaba le daba cargo de conciencia?

Persona 2: No, nada porque apenas me tomaba un trago perdía la noción de todo, perdía mi autoestima, perdía la seguridad en mi mismo, perdía todo. Entonces una vez un vecino de al frente me dijo uyy anoche tu hija te trató muy mal, después de siete meses de estar bebiendo, estaba bebiendo con unos vecinos y yo como así... Claro ¿no te acordas? No me acordaba porque las lagunas mentales me hicieron dejar el licor, entonces me da miedo porque se me borra el cassette, entonces le dije ¿cómo así? Entonces me dijo si te quito una cerveza que tenías en la mano y

te entró, yo no me acordaba. Jueputa me fui pa donde mi hija a hacerle el reclamo ¿Por qué me hizo caer en ridículo? Se puso a llorar mi hija y me dijo papi lo vi tan mal, haciendo el ridículo, con esa cara papá y yo me puse a llorar también y dije ufffff yo tengo que volver a mi grupo porque o si no me muero, o sea mi enfermedad no es una tosecita, no es una gripita, es una enfermedad grave la que yo tengo y se llama alcoholismo, gracias a Dios tengo todas mis extremidades bien y quiero hacer la acotación de que llevo 9 años en el programa, 34 en la empresa y hace 9 años empecé a forjarme metas, direcciones, propósitos y tengo más de 9 años que todo el resto de años más en la empresa, es increíble. Alcohólicos anónimos me puso a pensar porque como ya no bebo la plata me queda y tengo que tener metas y direcciones y tener algo y luchar por eso y lo he conseguido, he conseguido una estabilidad económica.

Entrevistador: ¿O sea que eso que pasó con su hija fue algo que usted le sirvió para volver al grupo, un incentivo?

Persona 2: Claro porque yo dije tengo que volver o si no, entonces llegó la pandemia, esa fue la antepenúltima recaída mía y la última recaída, o sea de ahí yo llegué y busqué grupo, en la pandemia todos los grupos de alcohólicos estaban cerrados y el único que estaba abierto era este y me dijeron nueva vida está abierto anda y entonces empecé a venir y me enamore de ese grupo, de los compañeros y entonces ya hago es conciencia aquí en nueva vida yo volví a recaer en noviembre del año pasado, me fui para una fiesta de la empresa en la camioneta, yo tengo una camioneta buena y me fui pa la fiesta solo porque era de la empresa y no podía llevar a mi mujer, Seguro de mi mismo, ya acá en nueva vida tenía dos años sobrio, nunca se me paso por la mente tomarme un trago cuando llegue allá a la empresa todo el mundo estaba bebiendo... toma... nooo yo no tomo, no sé a qué hora me zampe uno y se me olvido todo, me enlagune... cuando vi a mi mujer ahí, la llamaron, venga que usted está loco uichhh que pena, por qué? Porque yo no comí, porque me agarré a beber como desde las 10 de la mañana y no comí entonces cuando vi a la mujer nos montamos al carro y ya la vi a ella manejando porque era

lejos que estaba yo y ella fue allá por mi imagínate y ese guayabo me duró como cinco días porque como no comí vomitaba bilis, o sea nonono.

Entrevistador: y el guayabo moral, ese fue peor

Persona 2: Uyyy el guayabo moral, me vine aquí al grupo y conté, porque uno tiene que contar debe ser honesto con uno mismo y con el grupo y los compañeros, pensé en no volver, y dije no voy a volver

Entrevistador: ¿Por qué le daba pena?

Persona 2: No no porque dije ¿será que yo no voy a poder con el programa, aquí los compañeros me dieron mucha, mucho entusiasmo y aquí estoy intentándolo otra vez, noviembre, diciembre, enero, febrero, marzo, abril 5 meses otra vez de sobriedad viviendo rico ehhe queriendo todos los días pidiéndole a Dios que dirija mi vida porque es que cuando yo dirijo mi vida, que soy el actor, el director de mi vida la cago siempre, siempre la cago (Risas) entonces yo necesito que Dios me la dirija y yo me dejo llevar de él y hasta ahora super.

Entrevistador: ¿y usted cree que emociones como la ira, la tristeza el miedo han propiciado de pronto una situación de pelea, de discusión?

Persona 2: Te cuento hija que a mí el alcohol me dejo neurótico, me dejo neurótico y yo no lo sabía hasta que llegue aquí a alcohólicos anónimos, o sea mantenía puto, después de un guayabo mantenía puto, cagada el alcohol lo deja a uno berraco

Entrevistador: ¿y usted qué pensaba en esos momentos?

Persona 2: No sé, yo soy así, mi forma de ser es así... resulta de que por allá un psiquiatra me dictaminó que era neurótico.

Entrevistador: ¿o sea que usted ya tiene diagnóstico médico?

Persona 2: Sí, diagnóstico médico ya tengo, me dejó el alcohol y la droga porque lo mío fue doble adicción, yo consumía cocaína y solo por la gracia de Dios empiezo otra vez a pedirle a Dios que me ayude otra vez con esta enfermedad que tengo o

mi buena voluntad, no fuerza de voluntad decimos aquí porque nadie hace nada a la fuerza, yo tengo buena voluntad de querer salir del problema en el que estaba porque ya no estoy en él, pero eso es viniendo a los grupos, compartiendo en el atril donde los compañeros me escuchan, me comprenden y poco a poco me voy yendo no, decimos que si yo soy alcohólico lo soy para toda la vida, entonces yo digo uyyy juepucha para toda la vida voy a ser un alcohólico. Entonces me dijeron solo por hoy, lleva la vida solo por hoy mañana no sabes que va a pasar ayer ya paso, solo por hoy. Entonces me voy de día en día.

Entrevistador: como dicen ustedes, felices 24.

Persona 2: Eso, entonces de día en día, pidiéndole a Dios no pelear con nadie, no pelear con mi esposa, pidiéndole a Dios dirección para no ser infiel, porque era el tipo más infiel del mundo hermano uichhh mi esposa me pilló bueno, me tuvo como un año por fuera de las filas y yo con la rodilleras puestas, la vida por fuera fue un desastre, un desastre total, o sea yo no vengo aquí por virtuoso, vengo aquí por defectuoso (Risas) más defectuoso que un carajo, pero hoy en día lo reconozco, reconozco mi defecto, se cuál es mi defecto sé que un amigo me puede llevar a beber, sé que una mujer me puede llevar a beber, tengo que darle stop a todo eso, como le he dado stop a mi alcoholismo. Póngale cuidado imagínese, el alcoholismo, la drogadicción todo lo tengo que tener en stop porque siempre voy a ser un alcohólico.

Entrevistador: pero, por ejemplo, lo que le pasó en la fiesta entonces cree que estar en un ambiente así es más propicio a que pueda beber entonces en este caso usted los evita o va a ellos y confía en su fuerza de voluntad.

Persona 2: No, yo los estoy evitando a pesar de que por ejemplo este fin de semana le dije a mi esposa porque había una viejoteca en la empresa, fue el sábado yo coordine aquí ella me acompaña y yo le dije que fuéramos y fuimos y comimos nos tomamos una jarra de limonada y nos bailamos hasta que se acabó, como a las 12 de la noche nos vinimos y yo ya me di cuenta que yo no puedo ir solo, tratar de

evitar todos esos ambientes mientras me fortalezco porque sé que soy bastante débil, hasta que no esté más fuerte en el programa yo tengo que evitar todas esas cosas, mis amigos ya saben que no ya no consumo y no me ofrecen, ya no tomo. Ahora estaban tomando y me les arrime a saludarlos, que te vas a tomar nooo ese man ya no toma, entonces me agrada saber eso, que mis amigos...

Entrevistador: ya respetan su decisión de no consumir licor

Persona 2: si, ya respetan mi decisión de no consumir licor.

Entrevistador: En cuanto a eso, desde que usted inició el consumo del alcohol y el momento que ya llegó a su momento de sobriedad de estos años que lleva ¿Cree usted que su relaciones interpersonales, a nivel personal han cambiado?

Persona 2: Claro, las relaciones por ejemplo con mis hijas póngame pues cuidado porque le voy a contar que cada ocho días estaba borracho, cada ocho días estaba carnavaledado y yo no sé en qué momento mis hijas se crecieron, entonces me empezaron a ver borracho y a decir mi papá es un borracho ehheh a presenciar tener que verme pelear con mi esposa por esos problemas de alcohol, el hecho de que yo esté luchando hace 9 años porque es que yo no las vi crecer, mi mujer es la que las cría y después yo pido amor de parte de ellas, póngale pues usted cuidado pero porque mis hijas no me quieren, no me llaman pero es que toda la vida estuve ausente porque como que estaba pero no estaba, yo fui el papá que las llevaba a la ciclovía pero enguayabado con una cerveza en la mano para pasar el guayabo entonces situaciones como esas quiero resarcirlas, se que nunca las voy a poder resarcir pero al menos que vean al papá de otra manera, apoyándolas en lo que más puedo ehheh ya no grito, ya no soy infiel. Alcohólicos anónimos cambio mi mente, y yo siempre decía aquí que yo venía a cambiar mi chip porque yo tengo un chip erróneo y el chip que tengo ahora me encanta, el chip de armonía de amor, de unidad de no enredarme con nadie, entonces esa es mi historia.

Entrevistador: ¿y a nivel laboral?

Persona 2: Más todavía porque siempre he sido como muy cusumbo solo en la empresa, por ahí he tenido mis buenos amigos en la empresa, pero soy cusumbo solo, pero siempre en medio de mi enfermedad de toda la vida fui responsable entre comillas porque primero era lo de la comida, primero era lo de mis deudas, primero como siempre me quedaba dinero.

Entrevistador: ¿O sea que sus responsabilidades usted no las evadía por el consumo?

Persona 2: Nunca, nunca

Entrevistador: ¿Nunca dejó de comprar en el mercado por tomar?

Persona 2: No, siempre compraba el mercado y si me sobraba pues tomaba, o a veces se acababa el trago y me acostaba o a veces no podía y tenía que seguir

Entrevistador: ¿En esos casos que hacía, fiaba?

Persona 2: Fiaba, a ver te voy a contar lo del fiado y siempre pagaba trescientos, cuatrocientos y yo ola pero por qué tanta plata, porque como el tipo nos fiaba si se nos acababa algo o si las niñas querían algo entre tarde entonces le hicimos la contabilidad, entonces resulta que era por decir trescientos mil pesos, entonces de esos trescientos mil, ochenta eran de ellas y los otros doscientos veinte mil eran en trago y el de la tienda decía es que vos empezas a tomar y te vuelves un patrón y no dejas pagar a nadie y decías yo pago, pero cómo así, Claro entonces cortamos ese chorro, no si yo no hubiera tenido a mi esposa yo no sé qué hubiera hecho

Entrevistador: Ella le ayudaba a controlarse un poquito

Persona 2: Claro que si

Entrevistador: ¿y su relación consigo mismo bajo los efectos del alcohol como era?

Persona 2: Eran horribles, eran nefastos porque ya no me quería, yo hasta que no me veía llevado del carajo no paraba, me tomaba una cerveza y perdía mi voluntad

totalmente, me enroscaba ahí como en esa silla y no me quería parar, era nefasto, la relación mía cuando yo me tomaba un trago.

Entrevistador: Bueno ya, por último, ¿cuál cree usted que fue el aprendizaje que le dejó esta experiencia de vida?

Persona 2: El aprendizaje fue que, es que primero que todo entendí a qué vine a este mundo a servir, quiero servir y por eso llegue a esta comunidad tan hermosa, porque quiero como yo llegue algún día ayudar a otras personas que de pronto están sufriendo allá afuera por el alcohol. El aprendizaje fue que tenía que tener humildad porque no la tenía, no tenía humildad era bien arrogante y bien altanero, falta de voluntad, no la tenía. Aprendizaje de amor, que tampoco lo tenía en mi vida alcohólicos anónimos me ha devuelto el autoestima y me ha enseñado que si puedo dejar de beber si yo quiero, pero con el programa de los doce pasos. Solo nunca pude yo le decía a mi esposa te lo juro que no voy a beber y a los ocho días estaba bebiendo otra vez. Yo creo que, si la gente supiera de esto, esto no caería porque hay mucha gente que está sufriendo

Entrevistador: ¿Usted cómo llegó por primera vez a alcohólicos?

Persona 2: Porque a esos 45, en la rumba de los 45 que mi esposa me hizo que te acuerdas que la cague y que no supe qué pasó yo me deprimí mucho, eso fue un domingo y el grupo de allá estaba abierto y yo me fui y me metí a esa reunión. O sea, como yo vivo por ahí yo lo veía y me metí y estaban viendo la historia de Bill, de Bill W que fue el fundador de alcohólicos anónimos y ese día me hicieron el el, la recepción y ese día pasaron muchas personas al atril y yo callado.

Entrevistador: Y usted escuchaba la gente y decía hay a mí me pasaba lo mismo

Persona 2: Yo decía este man está hablando de mí o qué, pero le pasa lo mismo que a mí y yo dije bueno no estoy solo hay muchas personas que tienen todos los síntomas míos... todos los síntomas míos los tienen, entonces lo primero que a mí me encantó de haber venido aquí fue la identificación porque yo me identifique con cada persona que se paraba ahí en el atril y yo uyyy Dios mío hermano y yo me

pegue como una garrapata de alcohólicos anónimos y estoy pegado todavía porque me siento muy débil todavía pero con unas ganas inmensas de querer salir adelante en mi vida y resarcir todo lo que hice y de de de decirle a mi esposa y a mi mamá que ya no me ve borracho y que ya puede contar conmigo porque mi esposa era hombre y era mujer porque yo nunca estaba ni para pegar una puntilla imagínate, ni pa pegar una puntilla estaba yo porque estaba borracho entonces... suspiro

Entrevistador: ¿y el encuentro que estuvo esta semana le sirvió mucho para eso?

Persona 2: sí pues por eso los estoy invitando porque vamos a ir el domingo otra vez a hacer el taller, vamos a hacer hoy también el taller de pasos, entonces para mí este tercer paso ehh que fue la conclusión que le saque a ese taller... ese tercer paso es dejar el viejo hombre, dejar el yo vanidoso, orgulloso, temperamental, malgeniado ehheh lujurioso, dejar el viejo hombre atrás porque a mi me estaba dominando el diablo el dominio lo tenía el diablo en mi, ahora lo tiene Dios porque se lo pedí a Dios. Ese día lloré en ese taller, no yo soy muy llorón, soy más llorón que un verraco, yo veo una película sentimental y yo lloro (risas). Yo entendí que soy alcohólico porque los alcohólicos somos emocionales y esas emociones son las que nos llevan a beber y si no controlamos esas emociones paila, aquí me enseñan a controlar emociones, aquí me las enseñan a controlar pero si yo me descuido un poquito vuelvo y la cago, en otras palabras yo le estoy entregando mi alcoholismo a Dios y Dios me está recibiendo ese alcoholismo, pero en el momento en que yo quiera volver a beber Dios ahheh siga matándose.

Entrevistador: ¿O sea que usted cree que el programa sin tener la creencia religiosa no funcionaría?

Persona 2: Claro que sí, si funciona porque he visto que personas que llegan ateas con el pasar del tiempo dicen que si hay un Dios

Entrevistador: Yo conocí este grupo fue por mi tío, mi tío es Wilson ¿usted lo conoce?

Persona 2: Wilson, si claro yo lo conozco

Entrevistador: él llevaba muchos años en el alcoholismo, como 50 años y un amigo del trabajo lo invito y desde eso el entró acá y no ha vuelto a tomar y el no creer en Dios.

Persona 2: ¿El es el del INPEC?

Entrevistador: Sí, él es del INPEC. El cree en el divino Ecce Homo y está jodido con ese tema.

Persona 2: si y es un tipo como muy callado. Es lo que yo he visto acá de él.

M: El si se le nota muchísimo el cambio, nosotros como familia de pronto él no lo nota pero si hemos sentido mucho el cambio, el cambio en él. En estos días le celebraron 3 años.

Persona 2: Claro esto sirve, el problema es uno que hace difícil el programa, cuando el programa es sencillo. Yo no quiero volver a esa oscuridad porque para mi esa oscuridad es volver a tomar y volver a tomar para mi es morir y como lo veo ahora es así, hoy en día me siento sabroso, me siento... He rebajado, la gente me ve ahora en el gimnasio y me dice uyyy pero como te has sentado, cómo estás de bien... la disciplina que tengo en el gimnasio es única, entonces me veo como mejor ahora imagínate antes todo gordote tomando cerveza.

Entrevistador: ¿ Cuándo consumía no hacía ejercicio?

Persona 2: No, imagínate iba a la iglesia porque mi esposa es cristiana, pero iba a sentarme allá a misión paz, cuando estaba en las vallas iba a calentar puesto (Risas) igual que yo les digo a los compañeros aquí a calentar puesto, uno tiene que ponerle acción al programa y cuando le ponemos acción, en el 4 y 5 paso donde dice que hagamos un inventario moral de nosotros... Yo ya lo hice, lo hice una vez y me demore como dos años para hacerlo y ese 5 paso se lo conté a una persona de allá de misión país y cómo te parece que cuando dice el inventario moral no quise contar unas cosas que han sido las que me han llevado a la recaída, o sea ese inventario moral uno tiene que hacerlo sinceramente no obviar nada, entonces ahí lo estoy haciendo otra vez... Lógicamente lo tengo en la empresa en el locker y allá suave escribo porque donde mi esposa se dé cuenta de quien era su esposo me manda para la pm, entonces ese inventario moral es de uno y para uno y no más,

imagínese que su compañera se dé cuenta de todas las cagadas que hizo en la vida nooooo jummmm pero todo eso me ha servido para corregir errores, esa es la idea no volver a cometer el mismo error ni estar entrando ni saliendo, yo ahorita de la última vez que recaí no iba a volver y sabes que me dijo un veterano, me dijo yo tuve 30 recaídas y yo como asii y me dio como moral el viejo y tengo 30 años de sobriedad y yo ufffff... Entonces aquí estoy intentándolo, estoy viviendo una vida chévere, queriendo recuperar la credibilidad de mi esposa, queriendo ayudarles a mis hijas.

Entrevistador: y lo que usted dijo ayer, fueron por ejemplo 40 años de consumo y me quedan 30 que espero vivirlos de la mejor manera.

Persona 2: a la manera de Dios, quiero vivirlos a la manera de alcohólicos anónimos, sin beber, hacerlo todo pero sin ese bendito alcohol... dicen que alcohólicos anónimos no es religioso pero si es espiritual entonces me acerca a Dios y eso es lo que estoy en estos momentos haciendo, acercándome a Dios y él va llevando mi obra, el va llevando mi vida y todo va a ser para bien y me encuentro con vea personajes como amadeo, como José que son personajes que te edifican, te suben y los errores me los van corrigiendo porque tengo mucho error en mi vida.

M: Lo importante es que está encaminado y está centrado en lo que usted quiere lograr y eso es lo importante, no desviarse del camino nuevamente.

Persona 2: Nonono no quiero volver a ser infiel, eso como me ha costado

Entrevistador: Lágrimas también

Persona 2: Si, pero lo estoy logrando y eso me tiene tan contento de estarlo logrando y aunque nadie me vea mi conciencia me decía mi mamá, nadie te ve pero tu conciencia me decía así mi mamá y yo tengo la conciencia tranquila de que estoy tratando de hacer las cosas bien, tratando de hacer las cosas bien.

Nota: No se anexan fotos del acompañamiento para no comprometer la identidad de las personas del grupo, conforme a la anonimidad del mismo.

