

PRÓLOGO

La experiencia que les voy a relatar sucedió hace tan sólo unos meses, mientras realizaba mis estudios de especialista en enfermería. Empezaba a barajar entonces diversas opciones para realizar las prácticas obligatorias de la especialidad. Durante los últimos años, había escuchado hablar a algunos compañeros de un terapeuta que trabajaba en la unidad de conductas adictivas de Xàtiva que aplicaba un método que daba magníficos resultados. Sentí curiosidad y, a pesar de la desaprobación de gran parte de mi entorno, a los pocos días me presenté en el centro sin saber con qué me iba a encontrar. No esperaba mucho de la experiencia, sólo pretendía probar una semana para saciar mi anhelo y, a continuación, decantarme por otro destino.

Desde entonces han pasado más de 3 meses y, si pudiese, todavía me quedaría más tiempo. Incluso me he planteado profundizar en este método para ponerlo en práctica en mi localidad.

Pero en realidad, ¿en qué consiste exactamente el método que aplica?

Podría fácilmente resumirse con otra pregunta:

¿Es posible abandonar el consumo de drogas en sólo 30 minutos?

De no ser por lo que he visto en estos últimos meses, mi respuesta sería un rotundo «no». Soy enfermero y, durante mis

años de estudios y prácticas profesionales, he estado en contacto con varias instituciones y centros dedicados a la deshabituación de pacientes. He visto con mis propios ojos cómo se abordan sus problemas, qué métodos se utilizan para su tratamiento y los resultados que se consiguen. Mi experiencia me decía que era del todo imposible curar a un drogadicto en 30 minutos, conseguir que dejara de consumir con una sola sesión de terapia y, por supuesto, que si algo de esto ocurriese no sería más que una excepción, un golpe de suerte o qué sé yo.

Deben saber que estaba completamente equivocado. **Si**, se pueden abandonar las drogas en 30 minutos; de hecho, he tenido la suerte de comprobarlo en persona.

Como decía, a lo largo de mi trayectoria he pasado por diversos centros de desintoxicación, asociaciones de toxicómanos y centros de deshabituación, y he apreciado el estigma al que están sometidos los adictos, cómo se les aparta de la sociedad y la manera en que, muchas veces, son tratados como personas que seguirán así toda la vida. Unas personas que, a pesar de que se les dispensa un trato teóricamente «correcto» y apreciando las buenas intenciones de los terapeutas, no reciben el tratamiento que necesitan para deshabituarse completamente. Sólo se intentan paliar los síntomas y aliviar las molestias, pero pocas veces se trata el problema de raíz.

Dicho lo cual entenderéis mi nerviosismo al enfrentarme al primer día de prácticas, con la esperanza de encontrarme con algo realmente interesante pero a la vez con el escepticismo de quien ha presenciado reiteradamente una mala praxis.

Fue así como conocí a Vicent, mi tutor de prácticas. Mi primera impresión fue que era un hombre serio, enérgico y en unas condiciones físicas estupendas. Al poco tiempo de hablar con él me di cuenta de que era un hombre muy agradable y de trato fácil, un gran comunicador que sabía captar muy bien la atención y que no se andaba con rodeos.

Cuando le pregunté sobre la eficacia de su método, se puso serio: «El 50% de los pacientes que entran por primera vez a esta consulta se cura y no vuelve a consumir», afirmó. Yo expresé mi admiración ante tan alto porcentaje, pero él me interrumpió: «Pero el otro 50% lo sigue haciendo». La única diferencia entre ambos grupos, según Vicent, es que unos escuchan, se motivan, son coherentes con la información que tienen y siguen las pautas que les marca; y los otros, no.

En ese momento los pacientes empezaron a llegar y, a pesar de mi expectación, nos vimos obligados a interrumpir nuestra charla. Esperaba ver desfilar una serie de enfermos mentales por la consulta, pero me equivocaba. Los adictos, a pesar de lo que muchos puedan pensar, no eran –ni son– distintos a nosotros, simplemente son personas corrientes con problemas que afectan a su salud y a la de sus seres queridos, que desestabilizan su unidad familiar. Personas capaces de cambiar con la ayuda adecuada y sin secuelas visibles; personas que salen con esperanzas, con ánimos de recuperarse y con fuerzas para hacerlo. Y todo gracias a la aplicación de un método «tan fácil como imposible», según el propio terapeuta.

A estas alturas, seguro que tenéis curiosidad: ¿En qué consiste su método?

En primer lugar y antes de centrarnos en mayores vicisitudes, he de decirles que éste no es un procedimiento mágico, un tratamiento que se dispense como un aerosol o una píldora y resuelva el problema al instante. De hecho, lo más importante es saber aplicarlo.

Este método es el resultado de toda su experiencia como terapeuta en distintos campos. Vicent es antropólogo, homeópata –en activo desde hace 30 años–, ha trabajado en pediatría y enfermería durante más de 3 décadas. Además, tiene una larga trayectoria como atleta y preparador físico.

La puesta en marcha del método

A grandes rasgos, las claves para poner en marcha el método de Vicent de la forma adecuada son: utilizar la empatía –tanto para comprender al paciente como para que él nos entienda a nosotros–, proporcionar una buena información, darle un tratamiento familiar al problema –que incluya al adicto y su entorno–, y añadir la actividad física al proceso de recuperación.

Volviendo al tema que nos atañe, no podemos ignorar que el entorno familiar influye en nuestro desarrollo y, por consiguiente, la importancia del trabajo en este ámbito a la hora de lograr la recuperación completa del adicto. En numerosas ocasiones, la adicción se manifiesta para dar respuesta a un contexto social deficiente o al que no ha sabido adaptarse funcionalmente.

El terapeuta defiende, además, que no siempre las medicinas convencionales resultan necesarias para tratar determinadas enfermedades o atajar según qué problemas. Vicent, de hecho, conoce los entresijos de un sistema farmacéutico en el que muchas veces se dejan de lado las verdaderas necesidades de los pacientes y se buscan, en exceso, los beneficios económicos. Tampoco olvida que, pese a que intentemos evitarlo, el ser humano es un animal con necesidad de ejercicio físico diario ya que su carencia, conduce a problemas motores y emocionales muy graves.

Esta perspectiva multidisciplinar de las adicciones y los adictos es lo que le ha llevado a la creación de este método. Una visión nueva de algo que ya sabemos. Un recordatorio de aquellas partes que olvidamos, pero que forman parte de nosotros. Un engranaje distinto para atajar un problema que se lleva produciendo y tratando mecánicamente durante décadas.

«No soy adivino –dice Vicent– pero los errores de cada persona pocas veces son exclusivos de uno mismo».

Podría extenderme mucho más, pero es mejor que sea Vicent el que os explique su método con detalle. Lo que sí me gustaría decirles es que todo lo que expreso en estas páginas, es sólo una pequeña parte de lo que realmente he sentido, visto y asimilado en esta experiencia.

Lean este libro, sobretodo si tienen problemas o conocen a quien los tenga. Créanme, lo he presenciado y, si ponen de su parte, si son capaces de mantener una mentalidad abierta y no decaer, les aseguro que la cuerda que les sacará del pozo se encuentra a su alcance, a unos centímetros de distancia.

Javier OTERO
Valencia, Junio de 2014