

**Mi vida en relación con las drogas. Mi pasión y salvación; los perros.**  
(*My life and drugs. My passion and salvation; dogs.*)

**Zuriñe, Gaintza Jauregi**  
Universidad del País Vasco/Euskal Herriko unibertsitate

Páginas 160-173

ISSN (Ed.Impr.): 1889-4208

Recepción: 30/01/2013

Aceptación: 01/02/2013

**Resumen.**

*Esta es la historia de vida de un joven adicto a las drogas. Víctor en un constante juego de enganches y desenganches pasa todas las fases de un yonqui\_ "cómo mola", arrepentimiento, rehabilitación, nueva dosis, autocompasión\_. Pese al futuro incierto que tuvo durante gran parte de su vida, ahora, totalmente rehabilitado, gestiona un centro canino. Dado el interés del caso\_ según el Observatorio Europeo de Drogas y Toxicomanías (OEDT, 2012), las drogas causan millones de muertes entre los jóvenes\_ Víctor quiere compartir su experiencia para que sirva a otros, que como él, desde la desinformación, no entren en ese mundo.*

**Palabras clave:** abuso de drogas, rehabilitación, riesgo, adolescentes

**Abstract.**

This is the story of a young drug-addict. Victor used to get hooked and kick the habit constantly and went through every phase of a junkie -"this is cool", remorse, rehabilitation, new dose, self-pity-. Despite the uncertain future he had during his life, now, rehabilitated, he runs a dog centre. According to the European Observatory of Drugs and Toxic Substances (OEDT, 2012) drugs cause millions of deaths among young people. Victor wants to share his experience and help other people avoid going into that world.

**Key words:** drugs abuse, rehabilitation, risk, adolescents

**Introducción.**

En la década de los 80, paralelamente al surgimiento de nuevas propuestas políticas llegan al estado español nuevos ritmos musicales y nuevos estilos de vida. El consumo de drogas (alcohol, tabaco, cannabis) se convierte en algo natural entre hombres y mujeres y la heroína comienza su andadura, encontrando gran aceptación entre las

costumbres de una juventud que ansía libertad y está totalmente desinformada sobre la peligrosidad de su consumo. En un primer momento y queriendo crear estereotipos de la drogadicción, a los consumidores se les etiqueta como chavales de 14 y 15 años de clase baja, de familias desestructuradas, ocurriendo ello por la marginalidad. Con el tiempo, los datos contradicen esas primeras hipótesis; no solo son los hijos de trabajadores sino que también de grandes empresarios. Nadie está libre, ni por edad, ni por sexo, ni por clase social, ni por profesión. Los estudios de aquella época recalcan la transversalidad del tema, existiendo un consenso general en la idea de estar ante un proceso biológico, en tanto que produce dependencia, tolerancia y frecuentemente síndrome de abstinencia entre los consumidores habituales y, ante un fenómeno social de tipo histórico, que afecta tanto a individuos concretos como a diversos sectores de la población (Edwards, 1981; Soler y Freixa, 1981). Sin ninguna duda, esa primera generación juvenil, fue la primera en sentir bajo sus pieles los devastadores efectos de la heroína. En palabras de Carmen Avendaño, mujer conocida por su lucha contra el narcotráfico en Galicia “En la época de los 80 y 90 y por la heroína, murieron más jóvenes que en cualquier guerra”. Tres cuartas partes de los heroínómanos a tratamiento entre 1987 y 1995 nacieron en la década de los 60, iniciándose en el consumo habitual entre los 18 y 20 años (Nuñez, Soto y Castro, 1998).

Desde entonces, aunque ha llovido bastante, son muchos los datos que avalan que si bien el siglo ha cambiado el problema no. El Plan de Trastornos Adictivos de Galicia (PTAG, 2011-2016) redacta que en 2009 se produjeron en Galicia 72 fallecimientos por reacción aguda al consumo de drogas y según los datos del OEDT (2012), la heroína sigue siendo responsable de la mayor parte de las cifras de morbilidad y de mortalidad ligadas al consumo de drogas en Europa. No obstante, ambos estudios apuntan a la idea de que el consumo de la heroína está en decadencia *¿Vamos a bajar por ello la guardia?* No, ni muchos menos. Desafortunadamente si bien se observa un brusco descenso de las admisiones a tratamiento por abuso o dependencia a la heroína, han aumentado las provocadas por cocaína, cannabis y alcohol. Centrándonos en el cannabis, como veremos más adelante, los datos son alarmantes.

Desde el desconocimiento y la desinformación se puede pensar que “*una cosa son las drogas legales y otra la heroína*”. Sí, pero no. Son numerosos los estudios que se han centrado en analizar la correlación entre drogas legales e ilegales concluyendo que se experimenta antes con drogas de comercio legal y más tarde con sustancias de comercio ilegal (Secades y Fernández, 2001) o que existe una asociación entre el consumo precoz de tabaco, alcohol y cannabis con experimentar con drogas de comercio ilegal (Agrawal et. al., 2006). Sánchez y Berjano (1995) y Pedersen y Skrondal (1998) nos alertan de que el consumo de tabaco y alcohol, y en concreto el inicio del consumo en la edad

adolescente, es uno de los factores de riesgo más importantes a tener en cuenta en el posterior consumo de otro tipo de drogas (tales como la cocaína y la heroína). También hay estudios que asocian el consumo de cannabis a mayor riesgo de consumo de drogas de comercio ilegal (Lynskey et al., 2003; Agrawal, Neale, Prescott y Kendler, 2004) y curiosamente, es ésta, el cannabis, una sustancia totalmente familiar entre los jóvenes. Así, Secades y Fernández (2001) encuentran que es la sustancia ilegal más consumida entre los jóvenes de Oviedo o Hernández (2009) observa que un 59% de los jóvenes madrileños la ha probado en alguna ocasión. Dato éste constatado tanto, por el Observatorio Español de la Drogas y las Toxicomanías en su informe del 2011 “El cannabis es la droga ilegal más consumida tanto entre los estudiantes de 14 a 18 años como en la población general” (p.10), como por la OEDT (2012) “el cannabis es la droga más consumida en Europa” (p.13).

Según el informe realizado por Navarro Botella (2000), el primer factor de riesgo relacionado con el consumo de drogas en jóvenes es la percepción que éstos tienen sobre las drogas. En este sentido el PTAG (2011-2016) señala que el nivel de riesgo percibido, está condicionado por la frecuencia de uso de las mismas y por la imagen que tienen de cada sustancia. Existe unanimidad al afirmar que a menor percepción de riesgo existe mayor probabilidad de consumir drogas y viceversa (Moncada, 1997). Así pues y a la vista de los datos, cabe pensar que los jóvenes no consideran el consumo de cannabis peligroso *¿Están en lo cierto?*

Ciertamente, No. Todos los datos señalan que al inicio están las drogas legales de toda la vida (alcohol, tabaco, cannabis) y que aunque hay estudios que afirman que la heroína está en decadencia, esos mismos estudios aportan datos sobre la sustitución de la heroína por nuevas sustancias de carácter más sintético (OEDT, 2012). El consumo de drogas ha evolucionado hacia nuevos caminos y sus efectos están por cuantificar. Con todo ello, cabe esperar, qué o se toman medidas preventivas altamente eficaces o que el proceso sea bastante similar al vivido por muchos jóvenes que se iniciaron y acabaron en el mundo de las drogas. Nos encontramos ante una nueva alerta, que al igual que en los 80, se expande entre la juventud y ésta obvia su peligrosidad.

En estas líneas, he recogido la historia de Víctor, quién desde su propia vivencia afirma que el mundo de las drogas es una especie de espiral; de una vas a otra, transitas en el consumo de sustancias y, generalmente, es muy difícil frenar. Sólo con mucha fuerza de voluntad, mucho apoyo familiar y tras experimentar la angustia e impotencia ante las múltiples recaídas, Víctor consigue salir de esa espiral. Hoy, su vida tiene nuevamente sentido. Trabaja en un centro canino y poco a poco va realizando sus sueños. Él conoce en primera persona los peligros de las drogas y quiere poner en conocimiento su experiencia para que sirva a tantos y tantos jóvenes desinformados, ya que, al igual que apuntan estudios citados previamente; el inicio suele ser de lo más tonto. En sus propias palabras, *“Cambian los lugares, las personas, los momentos y la*

*situación pero la historia es siempre la misma, siempre es el mismo rollo; "Total, unos porritos con unas cervecitas ¿Qué hay de malo?"*

## **1.-La historia de Víctor.**

### 1.1.-¡Cómo mola!

No me resulta fácil recordar cuando empezó mi tonteo con las drogas. Era todavía un crío, probablemente no había cumplido los 15. De esa época tengo un cúmulo de sentimientos que van desde la máxima felicidad hasta el miedo. Felicidad sí. Yo era un niño con las mismas inquietudes que cualquier otro, poco conflictivo, un poco vago para los estudios y muy popular entre mis amigos porque, además de jugar muy bien al fútbol, era el pichichi del equipo. El fútbol me apasionaba y cuando no estaba dando patadas a un balón estaba entusiasmado con mi bicicleta o paseando junto a Negrín, mi perro, mi gran pasión. Mis padres a mi hermana y a mí siempre nos dieron una buena educación, se preocuparon por nuestros estudios y nos enseñaron el respeto por los demás, por otros seres vivos y por la naturaleza (con esto quiero decir que para nada soy el perfil de toxicómano que nos quieren hacer ver en las administraciones).

Y en ese contexto de felicidad y vida normal, empiezo tontamente a introducirme en el mundo de las drogas, en concreto, no sin temor, pruebo el cannabis. Una experiencia que en ese momento me parece fantástica; las tardes del fin de semana, todos los colegas juntos en un local del pueblo y entre porros y pitillos hacemos nuestras partidas, fiestas, reuniones, risas, vaciles... En nuestras vidas, todo es cachondeo y diversión, todo es fiesta, no tenemos malos rollos con nadie, y en casa nadie sospecha nada; yo soy el de siempre un chico alegre y divertido, que sigue metiendo goles para su equipo. Nadie nos percatamos del futuro que nos estamos labrando. Parece que nuestras vidas discurren con normalidad (*parece*).

Poco a poco, los consumos de cannabis aumentan y se empiezan a mezclar con el alcohol. A partir de ahí, paulatinamente, mi vida cambia. A los 16 años mi vida es ya un desastre. Los cócteles de alcohol y cannabis hacen que me resulte imposible acudir a los partidos; empiezo a fallar al equipo; pierdo interés por Negrín y nunca más cojo la bicicleta. Las rutinas de horario de mi casa me queman; constantemente llego fuera de las horas marcadas y me alimento cuando y como me apetece. Mi familia nota que algo me está pasando y los problemas en casa comienzan a aflorar *¿Qué está pasando con mi vida?* Buena pregunta.

Todo consumo pide más y yo, no fui una excepción. Con el alcohol la cocaína va genial, y así cae una rayita hoy y otra mañana. A partir de ahí sí que puedo decir que mi vida, y sobre todo mi carácter, cambia bruscamente. Recuerdo mis cambios de humor y mi genio. Tengo que salir con mis colegas si o si, mis padres no siempre me lo consienten pero a mí me da igual, no necesito normas. Imponerlo con dos gritos y de un portazo cerrar las discusiones, se convierte en una rutina. El tiempo

vuela entre raya y raya. Me gusta, me siento bien, mola; unas birras, un poco de coca, unos porritos para dormir y así, una larga temporada. Es sólo el inicio de un futuro de desgracias y despropósitos. Lógicamente, las rayas de coca no me son suficientes y descubro las bases de coca (coca fumada en papel de plata). Mi perdición, aunque, el recorrido no acaba aquí. Todo consumo pide más y por desgracia, siempre hay un “algo más” al alcance de cualquiera.

El fracaso en los estudios es evidente, por clase apenas aparezco; me quedo en el parque con los colegas fumando unos canutos y los bares son mi escuela. Solo pienso en consumir y en conseguir pasta. Con 17 años empiezo a trabajar en una fábrica de congelados. Ahora, con dinero contante y sonante todo me parece poco. Quien busca encuentra y en estas, descubro lo que sería mi ruina y la de mi familia; la heroína. Droga que apacigua los efectos excitantes de la cocaína y dormir resulta mucho más fácil ¡*Qué chollo!* En esa época tengo una relación con una chica de Alicante que intenta por todos los medios separarme de ese mundo y meterme en otros, pero yo le convengo de que no pasa nada; estoy con ella, nos queremos, tengo trabajo... Y ella enamorada, cree que no es un problema grave. Lógicamente, el problema existe y muy gordo; los consumos no desaparecen, más aún, aumentan. Todo el dinero que gano lo fundo en droga.

Al de poco de cumplir los 18, me llaman para ir a la mili. Recluido en aquellas dependencias paso 9 meses flotando en una nube. Dentro, siempre y cuando tengas dinero, todo tipo de droga está al alcance de cualquiera. Teniendo la cabeza no muy lucida, se me ocurre la gran idea de empezar a trapichear. Mi economía mejora notablemente. En la medida en que el problema con el dinero desaparece, aumenta el problema con el consumo. Eso es siempre así; cuanto más, más, nunca es suficiente. Aunque la mili acaba, yo sigo con el trapicheo, es dinero fácil. Los consumos son exagerados; dosis de heroína para levantarme, a medio día una raya de coca para motivarme y a media tarde ya estoy a gusto para salir y desfasar por los rincones de la ciudad. Pero pronto, el salir también se acaba. Con el tiempo, no mucho, mi vida se desarrolla en una habitación donde malcomo y me pongo de drogas hasta arriba.

Resumiendo, el tonteo inicial con el cannabis, en apenas tres años, borra al joven alegre, risueño y deportista, y lo transforma no sólo en un consumidor asiduo de heroína; en un yonqui y en un pequeño camello, sino que también, lo transforma en un ser solitario y triste. Víctor es consciente de que apenas tiene vida y esto, a ratos, le preocupa, no está a gusto consigo mismo. En sus noches de insomnio miles de frases e imágenes le invaden ¿*Qué te estás haciendo?*

## 1.2. El arrepentimiento.

Un buen día, pensando que con el simple hecho de regresar todo se arreglaría, decido volver a casa. Regreso al pueblo y mi habitación de niño se convierte en mi celda. Mi vida es un caos, las noches son eternas y yo ya empiezo a llorar de desesperación. Soy consciente del

daño que provocho, me doy cuenta de la desgracia que tengo y la que ocasiono a la gente que me rodea y me quiere. Siento una gran impotencia, estoy totalmente desorientado, perdido, hundido, no sé que hacer, quiero volver a ser el de antes, necesito salir, charlar, reír, sentirme querido *¿Cómo abandonar esa vida?*

Una noche, desde mi habitación escucho un portazo. Es mi padre, que como todos los días regresa de trabajar. Instintivamente, cierro los ojos y veo la solución. Mi padre. Desesperado, le cojo del brazo y le meto en mi habitación. Cara a cara me derrumbo con él; me sincero, le cuento, le suelto todo lo que tengo dentro y le pido ayuda. Él me abraza y yo lloro. Nunca olvidaré la cara de mi padre; su mirada está ausente y sus labios no articulan palabra. Aun imaginándose que algo así me pasaba, escucharlo de mi boca puede con él. Esa noche no se habla del tema. Sumido en sus pensamientos y probablemente en su dolor, cena y se va a dormir.

Tras esta conversación yo me siento mejor. Sé que mi padre me comprende, siempre ha estado junto a mí, en los estudios, en el fútbol, siempre ha sabido cómo ayudarme. Sé que para él la familia es su vida y confío plenamente en su buen hacer. Estoy a salvo pienso, seguro que él tiene la fórmula para sacarme de esa vida. Una mañana, entra en mi habitación, me coge del brazo y dice *“esto hay que remediarlo, y lo primero es hablarlo con toda la familia”*. Nos reúne a todos; a mi madre, a mi hermana, a mi pareja y a mí en el salón de casa. Tratando de buscar soluciones, ellos manejan la idea de ingresarme en un centro. Yo no estoy por la labor. Hasta que mi padre dice la mejor y más sencilla frase que esa tarde escucho *“Víctor, a partir de hoy no soy tu padre, soy tu mejor amigo”*. Me quedo pensativo *¿Qué quiere decir con eso?* Creo que mi cara refleja mi sorpresa, *“No te preocupes hijo, ya lo verás”*.

Y así es, a partir de ese momento mi padre se convierte en mi amigo. Su vida se altera por completo; flexibiliza su amor, como puede aceptar mi realidad, se adapta y modifica sus rutinas para vivir siendo mi sombra amiga. Amor incondicional, siempre dispuesto a escucharme, a ayudarme y sobre todo a comprenderme. Una sombra que me lleva al médico y aguanta junto a mí y sufre conmigo el tormento que supone el síndrome de abstinencia.

Víctor pasa así 6 meses, en esa fase de arrepiento y lucha. Poco a poco comienza a sentirse de nuevo bien, está contento y de buen humor. Las noches ya no son tan largas y las imágenes no le aturden. En casa todos se sienten felices y sobre todo su padre está verdaderamente contento y satisfecho. *“Como familia hemos superado una prueba muy dura”* le dice una mañana a Víctor.

### 1.3. Una nueva dosis.

No recuerdo bien cuál fue el motivo pero sí recuerdo claramente el momento en el que una papela cae en mis manos. Recuerdo un escalofrío, unas manos sudorosas, recuerdo temor por unos instantes, pero fue poco tiempo. Sin dudar lo desaparezco y regreso con otro

consumo. Un consumo que se encarga de despertar al monstruo que habita en mi interior. Poco a poco empiezan pequeños consumos de vez en cuando y mi vida empieza de nuevo a naufragar. Mi pareja se da cuenta, intenta decirme que así no voy a ningún sitio y yo con un “*tú alucinas*” lo soluciono todo. En el fondo, a ambos, la situación nos resulta familiar, es una repetición de un pasado ya vivido y tal cual, se repite la historia.

De nuevo vuelven mis cambios de humor, y yo vuelvo a las andadas, a desaparecer, a no aparecer por casa, a trapichear, a buscar desesperadamente una dosis. Esta vez, mis sentimientos son de vergüenza, me siento sucio y mala persona. Siento haber fallado a mi padre, a mi familia, a todos. Recuerdo que me obsesiono con esconderme de todo, no quiero que me vean, pretendo incluso esconderme de mi mismo. Mi vida empieza a perderse de nuevo y esta vez, todos tenemos muy claro lo que está ocurriendo. No sé ni cómo, ni cuándo ni tras el mitin de quién pero un día tomo la firme decisión de hacer otra cura. La definitiva. Bueno eso creía yo. Al poco tiempo vuelvo a caer y la historia se repite.

Vuelvo a las andadas. No soportando la idea de ver sufrir a los míos y siendo consciente de que yo soy la causa, me voy a Catalunya. Con trabajo y pequeñas dosis de consumo “parece” que todo marcha bien, que todo está bajo control. Pero, como bien dice el refrán, la cabra tira al monte y al año ya estaba enganchado, traficando, totalmente estresado, ansioso, mal humorado... Mi vida vuelve a estar sin sentido y regreso a casa, donde las broncas y discusiones son una rutina. Constantemente me exigen una cura y ésta no llega nunca. En casa, mi padre me administra el dinero que gano y yo adapto mis consumos a mi dinero. Parece que mi vida se encarrila un poco, la cosa marcha bien *¿Quién no fuma unos porritos?*

En ese tiempo conozco a una mujer, Pili. Me enamoro. Así, dichoso con la vida cumpla 32 años. Soy una persona estable y ya llevo dos años sin consumo (algún porrito de vez en cuando ya cae). Por las mañanas trabajo y a las tardes me entretengo paseando con los perros y jugando con los dos hijos de mi pareja. Pero, una fría mañana de enero, llego al trabajo y me comunican que la empresa cierra. A los 6 meses de estar parado, por eso de aprovechar el tiempo, decido estudiar educación canina ¡Una gozada! Es verano así que por las mañanas voy a clase y por las tardes piscina, playa o montaña. Mientras Pili trabaja yo cuido y me encargo de todo; casa, perros, críos...En el mes de agosto, los niños se marchan de campamento y me quedo solo con mis perros. Por las tardes, como si nada, empiezo a llevarme unas cervezas y algún porrito conmigo (para pasar el rato me digo). Como es de esperar, poco a poco la bestia resucita y vuelvo a las andadas.

En casa con mi pareja las cosas van de mal en peor. Cegado por el consumo, las sonrisas e ilusiones las dejo de lado y todo son broncas, discusiones, malas caras y muy malas contestaciones. En estos momentos, Pili cuida de tres niños. Pero, como muchas mujeres aquí en Galicia, en ese momento tan crítico, en vez de abandonar el barco y

dejarlo hundir, intentan tirar de él y desde el amor y la comprensión toma las riendas del problema. Sin dudarlo, llena de buena voluntad y coraje, acude a mi familia. En la sala de casa, la discusión coge mucha fuerza. Tengo descalificativos e insultos para todos, a gritos trato de defender lo indefendible. Resultado final: echo a todos de casa dejando en la calle a Pili con sus dos hijos. En menos que cambia el reloj una hora, dejo a mi familia en la calle. Los toxicómanos nos escudamos en las típicas frases de “es que no somos nosotros”, “no sabía lo que hacía”,... ¡Mentira! Si somos nosotros, no tendremos las cosas bien claras, pero somos nosotros, nosotros y nadie más. Nosotros somos los únicos responsables de nuestras acciones ¿Quién sino?

La sensación de vacío a la mañana siguiente es terrible; no hay un beso de buenos días, los niños no ríen, no se pelean, no hay que sacar a los perros... Silencio total. Si verdaderamente existen los agujeros negros, yo había creado el mío propio ¿He dicho agujero? Bueno, en el fondo era un alucinado con un gran “zulo” lleno de estupefacientes. Deambulando de un lado a otro de la vacía casa, tirándome en cada esquina, totalmente narcotizado y en ocasiones fuera de mí busco y veo la muerte como mi única alternativa. Todos tienen la misma orden “dejadme morir tranquilo”. Mi idea es consumir y consumir y no despertar jamás. Pero cada mañana, despierto de nuevo, y vuelta a empezar; costo, María, alcohol, cocaína, heroína... hasta el culo de todo lo que tengo a mano; una bomba lo más adecuada para pasar a otra vida... que nunca llega.

Ahora Víctor, aunque supera la treintena, ya está de nuevo en esa espiral; la cocaína y la heroína corren desenfrenadamente por su cuerpo y esta vez, mas desfasado que nunca sólo piensa en consumir. Tras él tiene una vida manejada por las drogas y ante él, un futuro poco alentador. En sus propias palabras “mi vida son las drogas y yo nuevamente un drogadicto”.

#### 1.4.-La autocompasión.

Con un sexto sentido o quizá sin más, una mañana Pili viene a casa a visitarme. Su único propósito saber cómo estoy. Desconociendo lo que se va a encontrar, llama a la puerta y yo, totalmente demacrado y muy pasado, le abro. Hablamos y como puedo le agradezco su interés. Al despedirse pienso “qué suerte tienes tío, parece que le importo”. Tengo que reconocer que este pensamiento me revuelve mucho, me genera pensamientos, me trae recuerdos, frases, imágenes, momentos, genera mil sentimientos; alegría/tristeza; amor/odio; felicidad/amargura... Creo que por mi comportamiento, ella intuye que aún no está el barco hundido, que aún hay una brizna de esperanza y nuevamente, intenta que el barco no zozobre.

Al principio dos días por semana, luego tres y finalmente diariamente Pili pasa por casa y me hace una pequeña visita. Hablamos de mil cosas. A mí me hace mucha ilusión saber cómo están los críos, sus estudios, cómo cuidan a los perros,... en cierto sentido ella me da o me permite imaginar una vida de la que, sin ninguna duda, debía de ser yo participe.



En esos pequeños momentos de cada día, yo me siento útil. Supongo que como mujer, ella sabe escuchar y hacerme creer que necesita de mi opinión y que le interesan mis ideas. Ese pequeño protagonismo que cojo, que me da, hace que desee que cada día sean las 5 de la tarde, para verle, contarle, escucharle, aconsejarle... tener una especie de vida. Ella, en cuanto tiene ocasión suelta alguna cuña sobre otro intento de cura, un sitio del que le han hablado, unos amigos que... con todo tipo de ingenios, y por orgullo, yo escurro este tipo de conversaciones. Pero una tarde, a eso de las 5 como era lo habitual, al llamar a la puerta, casi se encuentra con el cadáver de Víctor. Yo, entre el humo del canuto y las lágrimas que no cesan estoy sumido en una ceguera que apenas me permite distinguir su imagen; me siento derrumbado, hundido, acabado... "Venga Víctor al médico, yo te acompaño", solo puedo decir, "vamos, venga".

### 1.5. La rehabilitación.

Ni el médico de urgencias ni el psicólogo de la cruz roja están. Pili me lleva a casa y son mis padres quienes a mi propia petición me llevan a la mañana siguiente a Proyecto Hombre. Según llegamos, nos pasan a una sala. Menos mal pienso, me siento tan pequeño tan desgraciado que soy consciente que los necesito cerca; sus miradas, sus palabras, su consuelo; "Víctor tranquilo estamos contigo", "esta gente sabe mucho, ya verás que bien" me calman, me alivian y me relajan. Creo que agradezco su presencia más que nunca.

Al de un rato me presentan a mis terapeutas; Héctor y Beatriz y éstos, me asignan a una persona del programa, Carlos, cuya función es informarme de los procesos, de los problemas y de las normas de funcionamiento. La primera norma es que, antes de poder hacer el ingreso en el centro, tengo que estar 15 días en casa llevando unas pautas y un tratamiento. En mi opinión, las pautas son tan claras como ridículas; limpiar mi cuarto, ayudar con la limpieza o no fumar más de 10 pitillos. Por el centro tengo que pasar dos días por semana para contar mis avances, que por supuesto, no existen. Quizá por cabezonería o quizá por orgullo (menuda bobada) me salto las pautas continuamente, así que día tras día me rechazan la entrada al mismo. Una mañana sin más me levanto y según desayuno digo en voz alta "mama, lo voy a hacer, en serio". Al de poco entro con mis maletas por la puerta. Mis dos terapeutas me reciben y Carlos me conduce hasta la habitación.

Esa noche, mi primera noche en un centro, no pego ojo. Estoy más nervioso que nunca, oigo al resto de mis compañeros ir de un lado para otro pero yo estoy inmóvil tumbado en la cama, mirando al techo. Me tiembla todo, sudo, resoplo, me cuesta controlar la respiración; estoy hecho un lío *¿Es la definitiva? ¿Saldrá bien?* Temores, dudas, miedos... Parece que nunca amanece.

Por la mañana estoy más tranquilo. En el centro parece que todo el mundo tiene un lugar, que todos tienen una función. Todos saben qué hacer. En pocos días me pongo al corriente del funcionamiento del

centro. Me parece ridículo; cientos de estúpidas normas sin ningún sentido. En su mayoría son responsabilidades; limpieza diaria del centro, cuadrante para cocinar, educación, respeto y buena actitud hacia los demás, totalmente prohibido hablar con gente de fuera o desconocida a solas y un sin fin de bobadas varias. Para el trabajo de la autoayuda tenemos que reflexionar junto a otro compañero sobre una conducta nuestra que es cuestionada. A eso le llaman confrontación y es el arma más potente. Fundamentalmente consiste en cuestionar al compañero su conducta, en hacerle ver cuál es el problema y en proporcionarle soluciones. Por otro lado, para trabajar las apetencias y saberlas controlar nos asignan un número determinado de cigarrillos. A mí me dan 4 al día, lo paso francamente mal. Bueno, mi "amigo" Carlos, por lo que me cuenta, tampoco lo pasó nada bien. Es un tipo genial, siempre está cuando le necesito o, simplemente aparece cuando presiente que tiene que hacerlo. Aunque dentro no se podía tener amigos, para mí Carlos era eso y mucho más. Él me ayuda a ver las cosas, me hace comprender y aceptar muchas conductas, me enseña a enfocar la vida de otra forma y que me hace ver que fuera hay otra vida, que otra vida es posible. Pero, paradojas de la vida, él aún no ha acabado el programa y sigue en el mundo del que siempre quiso salir.

Los días van transcurriendo y poco a poco me hago a ese funcionamiento tan estricto, cerrado, dirigido y restringido. Durante el día, limpio, recojo, barro, limpio recojo... "limpiando sobre limpio" me digo. Las terapias son duras. Día tras día tengo que hablar de mí y de todos los problemas que causé, no me resulta fácil. Gracias a Beatriz, la terapeuta, y al apoyo de Carlos consigo abrirme. Ella me lleva poco a poco y, sin prisa pero sin pausa, reconstruimos mi historia. Entrar en materia dura de mi vida, en la persona drogadicta que deambula de un lado a otro sin rumbo fijo dando voces por doquier, me hace aún más consciente del daño que hice a mis seres queridos y de todo lo que tuve y de todo lo que perdí. Mis avances son lentos pero buenos. Poco a poco me siento mejor, veo que voy por buen camino, que es posible dejar todo aquello atrás. Así, a los 5 meses de estar en el centro y con motivo de las navidades me dejan ir a casa. En casa, las comidas familiares me agobian, pueden conmigo. No soporto el que me miren como algo raro. Esquivo las preguntas tontas, tengo el ánimo por el suelo, y solo deseo estar en mi habitación y que nunca sea la hora de cenar. Para paliar todo aquel sin vivir y hacerlo más llevadero, decido coger unas cervezas y dejarlas en mi habitación. Me doy cuenta que estoy incumpliendo las normas, pero también soy consciente de que la medicación y el alcohol me darán unas sensaciones similares a la heroína. "Buenas" sensaciones para sobrellevar aquel infierno de miradas juzgantes. Pero las navidades no son eternas y llega el día de regresar al centro. Me tiembla todo, estoy dolido, no he sido capaz de aguantar la mínima. Intento no transmitir nada, me cierro, prefiero no hablar de nada, ni con nadie, ni con Carlos. Es obvio que algo me pasa y ellos no son tontos, se enteran y me expulsan del centro. No sé ni cómo tengo valor para presentarme en casa; otro fracaso para mí y para mi familia. Esa noche no paro de llorar, de culparme y de sentirme lo

peor de este mundo. Por mi cabeza pasan muchas cosas. Afortunadamente, por la mañana tomo la mejor decisión de mi vida, de la que hoy aún me siento orgulloso. No sé ni cómo ni de donde, pero fuera como fuere, saco valor, cojo el teléfono y llamo al centro. Hablo con Beatriz, le pido perdón y le suplico que por favor me readmitan. La vida me da una segunda oportunidad. Beatriz me hace reflexionar y veo y admito que la culpa de todo lo que me ocurre es mía y sólo mía ya que, el problema soy yo y solo yo (posteriormente me dijeron que está reflexión fue un gran avance, pues había asumido que yo era el único que tenía la llave para recuperarme).

La recuperación avanza, como tengo bastante tiempo libre retomo el curso de educador canino y cojo dos labradores de pura raza. Durante la semana mis padres cuidan de ellos y los viernes según llego me vuelco en ellos. Durante la semana leo mucho sobre agility (modalidad competitiva donde un guía dirige a un perro sobre una serie de obstáculos) y durante el fin de semana lo practico con mis perros. Las horas vuelan y lo paso genial. Además, ellos permiten que mis relaciones cambien. De repente transforman mi mundo y me posibilitan uno nuevo. Los fines de semana empiezo a ir a competiciones de agility y en ellas conozco gente maravillosa. Gente ajena a todo lo que estoy viviendo o he vivido. Gente, diferente, optimista, ilusionada, con similares inquietudes. Mis perros son una pasada y la gente enseguida se fija, se dirigen a mí, me hablan y me preguntan. Mi círculo social cambia y estoy maravillado. La vida nuevamente me da la oportunidad de poder incorporarme a ese fantástico grupo de personas y perros y junto a ellas veo que puedo hacer de mi afición mi vida.

Han pasado ya 20 años desde que Víctor se iniciara en el mundo de las drogas. Ahora su vida comienza a cambiar, poco a poco está recuperando valores, alegría, sentido del humor. El llanto, el miedo, las angustias pasan a ser pasado y las lágrimas son de emoción. Recogiendo sus palabras “Es muy difícil explicar lo que se siente cuando poco a poco ves que te rehaces, que tomas de nuevo forma, que recuperas pensamientos, que disfrutas con pequeñas cosas y que vuelves a tener proyectos para soñar. Me siento vivo”.

#### 1.6. La reinserción.

Poco a poco llega el día. Finalizo el programa, mis terapeutas me felicitan, Carlos me abraza y de nuevo me encuentro en la vida real. Mi familia se siente orgullosa pero al mismo tiempo intranquila. Las personas de mi entorno cercano, no saben cómo tratarme. Creen que soy un enfermo, un bicho raro, y como tal me tratan; esquivándome, con lastima e incluso con pena. Tienen muy presente que he sido toxicómano y eso les tira para atrás. Para ellos es un mundo tan desconocido como oscuro, pero yo, me siento fuerte, con ganas, animado. Mi cuarto ya no es un “zulo” y en él, sentado en la cama, intento planificar todo lo que tengo que hacer; buscar trabajo, controlar gastos, evitar el tabaco, etc. En mi plan de día a día mando currículos, pero el trabajo no aparece. Con mucha

impotencia y sin saber bien que hacer, visualizo la posibilidad de poder trabajar junto a mis perros. Mi sueño: abrir un centro canino. Mis padres tienen una finca en una aldea de Lugo. Me cuesta convencerlos, no quieren ni oír hablar del tema, desconfían, creen que ese no es un trabajo serio. Finalmente, con la condición de que siga buscando trabajo, acceden. En una semana monto el circuito de agility. Cada mañana entreno y los fines de semana, compito con mis perros. La voz se corre y como si de un reclamo se tratara, acude gente de los alrededores y el interés crece. No me lo puedo creer ¡Estoy en mi sueño!

Ahora, las drogas están en un segundo plano, o sexto no sé. Llevo tres años sin drogas y sé que mi vida está en este mundo, con mi familia, mis perros y mis amistades. Ahora mismo soy feliz y estoy trabajando en lo que más me gusta. Hoy por hoy tengo un centro canino y un centro de actividades de lo mejor de Galicia. Entre semana las mañanas no me dan para más; reuniones, entrevistas, correos, llamadas y visitas llenan mis horas. Los fines de semana, no todos, atendiendo a la gente que participa en los cursos ¡No paro! Cuando el calendario me lo permite me voy a competir con alguno de mis perros. El trabajo ha sido duro y el camino no ha sido fácil. Reconozco que estoy pero podría no estar (muchos colegas se quedaron atrás). Sólo por este hecho me considero una persona afortunada y es por ello que, llueva o haga sol disfruto de cada día; me levanto contento, de buen humor y lleno de energía, vivo en un mundo de ilusiones. Mi mundo son mis perros, mi sueño es ahora mi realidad.

## **2. Evitar esa espiral.**

Tras la lectura de la historia de Víctor, no nos podemos quedar indiferentes. Su narración, nos permite comprobar la crudeza de esa espiral en la que sin saber bien porqué, uno entra a muy temprana edad. En su relato identificamos diferentes momentos que nos tiene que servir para no quedarnos de brazos cruzados ante una realidad actual de este calibre.

Un primer momento que sucede a pasos agigantados, va desde el inicio jovial, con cierta gratificación aparente, hasta el espeluznante salto a un estilo de vida totalmente controlada por conductas adictivas que le producen placer, alivio y otras compensaciones a corto plazo, pero que a su vez le provocan dolor, desastre, desolación y multitud de problemas a medio y largo plazo. En ese espacio de tiempo, vemos como toda su ilusión se esfuma, sus aficiones desaparecen, y abandona planes, sueños y proyectos. Se aísla totalmente del mundo encerrado en su habitación y deja de crecer como persona. Ahí, en ese instante, reza porque la muerte sea su próxima compañera.

En un segundo momento, vemos como su propia angustia le hace reaccionar y luchar por volver a ser aquel niño que jugaba al fútbol. Vemos tanto su miedo e inseguridad con lo que le ocurría como su honradez y sinceridad con su padre. Vemos la implicación de éste en esa batalla que nunca dio por perdida y entre líneas vemos el apoyo incondicional que sobre todo recibe de quien fuera su novia, el arranque

de esta mujer ante las dificultades. En la medida que la historia avanza, comprobamos la firme decisión de Víctor por dejar atrás todo eso y dejarse en manos de profesionales. Finalmente, y en el último momento, suspiramos al ver que todo su esfuerzo ha merecido la pena. Su vida se desenvuelve en el pueblo habiendo retomado sus sueños y trabajando por ellos.

Por todo lo anteriormente relatado, y sobre todo porqué desgraciadamente no siempre estas historias tiene el mismo desenlace, es nuestra labor, cada persona desde su posición, de convertirnos en actores y actrices de transformaciones, en sujetos generadores de cambio para que esta historia no se repita jamás. Ahora sabemos, que desde el desconocimiento y la desinformación de muchos jóvenes, éstos llegan al final de una espiral bastante turbulenta. Así pues, debemos buscar y proporcionar soluciones que frenen la puesta en marcha de la espiral, medidas preventivas que no sólo retrasen el contacto y consumo con las drogas legales (tan extendidas hoy por hoy) sino que a ser posible también lo reduzcan.

He querido cerrar el artículo con la voz de su protagonista. Así pues, y a modo de reflexión dejamos que Víctor concluya su narración.

Y, esta es mi historia. De verdad espero nunca más volver al mundo de las drogas. Ahora estoy a gusto con mi vida, y he recuperado muchas de las cosas que daba por perdidas. Con este relato quiero resaltar dos cosas. Una, cuidado, porque cambian los lugares, las personas, los momentos y la situación pero la historia es siempre la misma, siempre es el mismo rollo "*Total, unos porritos y unas cervecitas ¿qué hay de malo?*". Dos, en esto como en tantas cosas, aunque no es fácil, querer es poder. Aceptar que existe un problema, reconocerlo, hacerlo propio, es un primer paso, dejarse llevar por profesionales es sin duda el siguiente. La razón de ser, el sentido de la vida, a veces lo encuentra uno mismo, y otras veces, te ayudan a encontrarlo. Lo importante es tener sueños, no desistir y saber que, sin darnos cuenta, contamos con gente incondicional.

## **Bibliografía.**

Agrawal, A., Grant, J. D., Waldron, M., Duncan, A. E., Scherrer, J. F., Lynskey, M. T., Madden, P. A., Bucholz, K. K. y Heath, A. C. (2006). Risk for initiation of substance use as a function of age of onset of cigarette, alcohol and cannabis use: findings in a Midwestern female twin cohort. *Preventive Medicine Journal*, 43, 25-8.

Agrawal, A., Neale, M.C., Prescott, C. A. y Kendler, K. S. (2004). A twin study of early cannabis use and subsequent use and abuse/dependence of other illicit drugs. *Psychological Medicine*, 34, 1227-37.

Edwards G. y Arif A. (1981). *Los problemas de la droga en el contexto socio-cultural*. Ginebra: OMS.

Hernández, T. (2009). La Edad de Inicio en el Consumo de Drogas, un Indicador de Consumo Problemático. *Intervención Psicosocial*, 18, 3 Disponible en

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\_arttextpid=S1132-05592009000300002yInq=esynrm=iso>. accedido en 06 marzo 2013.

Lynskey, M. T., Heath, A. C., Bucholz, K. K., Slutske, W. S., Madden, P. A., Nelson, E. C., Statham, D. J. y Martin, L. (2003). Escalation of drug use in early-onset cannabis users vs co-twin controls. *Journal of the American Medical Association*, 289, 427-33.

Moncada, S. (1997). *Factores de riesgo y de protección en el consumo de drogas*. Plan Nacional sobre Drogas. (ed.), Prevención de las drogodependencias. Análisis y propuestas de actuación (pp. 85-101). Madrid: PNSD.

Navarro Botella, J. (2000). *Factores de riesgo y protección de carácter social relacionados con el consumo de drogas*. Madrid: Ayuntamiento de Madrid.

Núñez A., Soto C. y Castro A. (1998). Consumo de drogas en España: reflexiones sobre sus tendencias epidemiológicas y sociales. *Psiquiatría*, 10, 355-360.

Observatorio Español de la Droga y las Toxicomanías (2011). *Informe 2011*. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas (DGPNSD)

Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.

Observatorio Europeo de Drogas y Toxicomanías (OEDT, 2012). *El Problema de la Drogodependencia en Europa*. Luxemburgo: Oficina de Publicaciones de la Unión Europea. ISBN 978-92-9168-539-4. doi:10.2810/64802

Pedersen, W. y Skrandal, A. (1998). Inicio del consumo de alcohol: predictores y consecuencias. *Journal of Studies Alcohol*, 59(1),32-42.

Plan de Trastornos Adictivos de Galicia (PTAG, 2011-2016). Xunta de Galicia. Conselleria de Sanidade.

Sánchez, E. y Berjano, E. (1995). Edad de inicio en el consumo de sustancias psicoactivas. Diferencias entre un grupo de drogodependientes y un grupo control. *Informació Psicològica*, 59, 37-42.

Secades R. y Fernández, J. R. (2001). Factores de riesgo familiares para el uso de drogas: Un estudio empírico español. En R. Secades y J. R. Fernández (Eds.), *Intervención Familiar en la Prevención de las Drogodependencias*. Madrid: Plan Nacional sobre las Drogas.

Soler P., Freixa F. (1981). *Toxicomanías: un enfoque interdisciplinar*. Barcelona: Fontalba.

---

### **Sobre la autora:**

Dra. Zuriñe Gaintza Jauregi  
Profesora del Departamento de Didáctica y Organización Escolar de la UPV/EHU  
[zuri.gaintza@ehu.es](mailto:zuri.gaintza@ehu.es)  
Zuriñe Gaintza Jauregi  
Escuela Universitaria de Magisterio de Bilbao  
Barrio sarriena s/n. 48940 Leioa.