

No podemos mirar para otro lado

¿Me servirá para algo leer esto?. Pues hay una alta probabilidad de que usted no cambie su forma de pensar ni de actuar después de leerlo. Unos dirán: “¡hombre, eso ya lo pensaba yo!”, y quizás sigan leyendo. Otros dirán “¡siempre con lo mismo!”, y quizás dejen de leer. Así es la vida: escuchamos lo que queremos oír; somos sordos para lo que no nos gusta.

Con el tema de la droga pasa igual. Como monitor de grupos juveniles, profesor de Bachillerato, Orientador Escolar, y psicólogo clínico les cuento lo que han visto mis ojos: a las Escuelas de Padres solo venían aquellos que “no necesitaban venir”, pues ya les preocupaba el tema, ya tomaban medidas.

¿Por dónde empezar?. ¡Hay tanto que decir!. Me viene a la cabeza el estribillo de Bebe “*Malo, malo, malo eres, no se daña a quien se quiere, ¡no!*”, y lo veo aplicable al consumo de droga. El mensaje que demos tiene que ser claro, directo, sencillo, sin lugar para interpretaciones; luego podrán venir charlas o clases amplias y profundas donde abordar todos los matices.

En mi consulta trato a adultos jóvenes que en la adolescencia empezaron “inocentemente” con los porros, y que años después sufren episodios psicóticos, terribles ataques de pánico, desorientación, agresividad, fobias sociales, problemas de memoria y de concentración, pérdida del sentido de la vida, y un largo y tortuoso etcétera. Y que reconocen que empezaron porque entonces ellos estaban seguros de que lo iban a controlar, de que a ellos no les iba a pasar...

Porque la cuestión es:

(1) “mire, yo sé que usted puede hacer lo que quiera; pero, le guste o no, piense lo que piense, eso que está fumando le está causando un daño irreparable a su cerebro, y habrá efectos que brotarán dentro de varios años”. No es algo que diga yo, es algo que le está pasando a sus neuronas. En un debate sobre la legalización de la droga un psiquiatra del Proyecto Hombre decía “mientras hablamos y hablamos lo cierto es que los toxicómanos que nosotros estamos recibiendo empezaron precisamente con los porros”.

(2) Afirman los expertos nacionales e internacionales que el problema del consumo de droga es muy preocupante, que cada vez se consume más, a más temprana edad, con drogas más baratas, más peligrosas y de más fácil acceso, y que los programas para reducir el consumo están resultando un fracaso. **No podemos mirar para otro lado, ni pensar que en nuestros patios, en nuestras casas, eso no está ocurriendo.** Nos debemos informar, nos debemos sentar a pensar y planificar, nos debemos poner manos a la obra.

Cannabis, hachís, grifa, maría, kiffi, marihuana, chocolate, boliche, mierda, cáñamo, porros, canutos, hierba, resina, ... son variantes o sinónimos de una misma sustancia. Al mismo tiempo constituyen la puerta de entrada a ese negro mundo de la toxicomanía. Ojos enrojecidos, pupilas dilatadas, cambios bruscos de humor, irascibilidad, problemas de conducta, problemas con los estudios, rebeldía desproporcionada, olor característico, papelillos para fumar,... son faros que nos indican que lo podemos tener muy cerca.

“Pero el cannabis es una droga blanda, todo el mundo lo fuma”... Mala división la de “blandas” y “duras”. Engañosa. Y muchos no consumen. A veces alegan que el alcohol es otra droga igual, y que está legalizada, y que también causa daño. Son medias verdades. No conozco ninguna familia que autorice con normalidad a sus adolescentes a beber vino o cerveza en casa.

Los nuevos consumidores pueden acceder siguiendo el impulso adolescente de romper con todo para afirmar su personalidad. También por la gran presión del grupo. O por rabia. O buscando

unos límites que no les son marcados. También porque ya lo tienen todo, y todo se puede tener.

También se dice que el cannabis es bueno como medicina. Podríamos decir que tanto como el veneno de los escorpiones, de las arañas y serpientes más peligrosas, del que, sí, se extraen determinados componentes que son muy beneficiosos. La existencia de esos componentes no me anima a dejarme picar por esos animales.

Como siempre la familia juega un papel importante en la prevención y en la intervención. A los hijos no solo hay que dedicarles calidad, que es muy importante, sino también cantidad. Ciertamente que no podemos (ni debemos) controlarles absolutamente todo, pero si podemos (y debemos) hacer lo posible, y sí, entre otras cosas enterarnos de lo que hacen, con quien están, donde, cuando, etc. Para eso necesitamos tiempo. La Unión Europea editó en el 2004 “El Libro Verde de la Dependencia” donde nombra a la familia: dice que hay que apoyarla en esta complicada tarea, y que no es sustituible por ningún experto.

Hablando del tiempo, un efecto que tiene el consumo de cannabis es que lo llena todo, nos hace olvidar el vacío. Finalmente todo se reduce a esa nube: no hay ocio, no hay tiempo, no hay vida. Recuerdo el comienzo de una terapia con un joven que por propia decisión quería salir de la droga. Una de las cosas que más le impresionaban era aquella percepción de la enorme cantidad de tiempo que tenía cuando dejó de fumar, incluso al levantarse de la cama antes de desayunar para ir al trabajo, y el gran problema que le suponía encontrar que hacer para ocupar su tiempo, su vida. Por cierto, este joven, muy inteligente, deportista, tomó la decisión de venir a consulta al enterarse de que un amigo había muerto tras consumir cocaína, y algo que llegó a comentar fue el darse cuenta de la influencia tan poderosa que ejercía su círculo de amistades y su novia para que siguiera consumiendo (su tenacidad acabó consiguiendo que incluso sus amigos y su novia se plantearan por sí mismos otra forma de vida, sin proponérselo).

En el fondo, uno de los temas que se debate es el sentido de libertad, “*Yo puedo hacer todo lo que quiero*”. Es cierto, pero quizás sea cierto una vez que se haya caminado un buen trecho; cuando esa libertad absoluta, evangélica diría yo, haya ido creciendo junto a una sólida responsabilidad, no solo desde el miedo al castigo y desde el cumplimiento de la norma, sino también desde una verdadera convicción personal, a partir de un verdadero aprecio hacia uno mismo y hacia todo lo externo. En cualquier caso, el día a día exige de los padres un esfuerzo continuo de marcar límites y hacerlos cumplir, razonable y cariñosamente, con firmeza y congruencia. Les guste o no a nuestros hijos. Esa falta de límites es uno de los mayores problemas que yo encuentro en este asunto.

No sé a ustedes, pero a mí resulta paradójico y paradigmático contemplar por un lado la fuerza de las campañas que invitan a dejar de fumar y de las reivindicaciones de los “fumadores pasivos”, y al mismo tiempo por otro lado la fuerte demanda para que se pueda fumar marihuana. Uno de nuestros problemas en este tema es esa parcelación de las situaciones, de las noticias, del conocimiento, que nos hace perder la visión y la acción de conjunto. O sea, aparte de la acción concreta en el tema de la droga sobre nuestros alumnos e hijos, profesores y padres, tal acción debería quedar enmarcada en un abordaje más global, integral, sobre las personas y las situaciones implicadas, donde un aspecto prioritario lo tienen los valores, desde los que deberíamos “deducir” las mejores respuestas a cada situación concreta.

Yo acabaría este artículo cantando de nuevo con Bebe “*Hoy vas a descubrir que el mundo es sólo para ti / que nada ni nadie puede hacerte daño / nada ni nadie puede hacerte daño” (ni siquiera el cannabis... porque no vas a permitirle que entre en tu mundo). El mundo es sólo y todo para tí; el cannabis tiene la capacidad de desplazarte y de convertirse en tu dueño. No te quepa duda.*

*“Científicos de la Universidad de Maastricht (Holanda) y el Instituto de Psiquiatría Max Planck de Munich (Alemania) han concluido en un estudio que el cannabis **incrementa moderadamente el riesgo de padecer brotes psicóticos entre los adolescentes**; hecho que aumenta de forma notable cuando se trata de individuos que presentan predisposición a este tipo de trastornos psicológicos. Asimismo, la investigación ha revelado que este efecto se agrava a medida que aumenta el consumo.*

*En el artículo publicado en la revista ‘British Medical Journal’ de Enero de 2005 los autores recuerdan que **la pubertad es una edad muy vulnerable** en relación a los efectos adversos de estas drogas. ‘Los daños causados por la exposición prolongada a los cannabinoides pueden ser más profundos si ésta se produce durante la adolescencia y en individuos con una vulnerabilidad anterior’, afirman.”*

Azprensa, 7 de Enero de 2005