La revista diaria de **EL MUNDO.** Martes, 2 de mayo 2023

PAPEL

DE ADICTA AL ALCOHOL, LA COCAÍNA Y LAS PASTILLAS...

...A FUNDAR TRES CLÍNICAS DE DESINTOXICACIÓN

Ángela nació en la cara mala del mundo, creció sin referentes y se perdió. Hoy celebra su nueva vida con sus pacientes rehabilitados, que llenan un restaurante entero: «Es la primera vez que estoy en paz»

Por ***Israel Zaballa.***
Fotografía de ***José Aymá*** *(Marbella)*

Scanned with CamScanner

Por **Israel Zaballa** (Madrid). Fotos de **José Aymá**

De beber alcohol de farmacia para superar el mono (la cara mala) a licenciarse en Psicología en la universidad con un notable alto de media (la cara buena).De tirarse por la ventana en una crisis de paranoia por las drogas (la cara mala) a ser la dueña de tres clínicas que ayudan a adictos a rehabilitarse (la cara buena).

De tomar hasta 15 tranquimazines al día para calmar el alma (la cara mala) a dar su opinión como experta televisiva sobre el abuso de benzodiacepinas (la cara buena).

La cara buena y la cara mala del mundo tienen en esta historia un solo rostro, el de Ángela María Vélez Gómez: mujer, hispanocolombiana, 54 años. «Mi vida me ha recordado muchas veces a la famosa canción de Jarabe de Palo, la de las dos caras. Yo nací en la cara mala pero al final he visto la otra». Ella misma lo dice.

La historia de Ángela es importante porque representa una esperanza. Según los últimos datos recogidos por el Ministerio de Sanidad, el 19,6% de los ciudadanos entre 15 y 64 años se ha emborrachado al menos una vez al año, el 22,5% ha tomado hipnosedantes con o sin receta en alguna ocasión y el 10,9% ha esnifado cocaína.

Durante décadas, Ángela formó parte de este porcentaje de españoles adictos. Y ahora, tras 16 años *limpia*, dedica su tiempo a ayudar como psicóloga titulada a otros enfermos –ella siempre habla de la adicción como enfermedad– que sufren su misma tragedia. Su caso puede funcionar como un faro que indique el camino a muchos otros.

Pero antes de llegar a la parte luminosa toca pulsar el interruptor y apagar la luz para entrar en la terrible infancia de Ángela. A los ocho años vivía en Colombia con una familia que, recuerda, «realmente» no era su familia. Hasta que, de repente, su vida cambió: «Un día mi madre, que estaba en España, me fue a buscar. Yo misma le abrí la puerta en Colombia. Me pareció una señora que hablaba raro».

Con aquella mamá que ni conocía ni reconocía cogió un vuelo trasatlántico la niña Ángela y se plantó en Las Palmas de Gran Canaria. Y allí vivió lo que ninguna niña debería vivir: «Yo sé que mi madre era prostituta porque recuerdo que me llevaba a los clubs», dice.

La había dejado a cargo de una señora que cuidaba niños pero, de vez en cuando, madre e hija se reencontraban. «Ella se iba a trabajar a Tenerife o a Valencia y yo tenía que ir a visitarla en avión con una carterita de esas que te ponen en Iberia cuando viajas solo», cuenta, «no tenía con quien dejarme y por la noche me escondía detrás de la barra de los locales o en un camerino. Ella me contaba que era bailarina».

Aquello duró dos años y tuvo un trágico final: «Mi madre murió de un tumor cerebral cuando yo tenía diez años. Nos dejó en un hospital de Tenerife, y estaba embarazada».

Las cosas tampoco fueron mucho más fáciles a partir de ese momento. Como la Cenicienta del cuento, tuvo que dedicarse a limpiar la casa «de aquella gente» que la acogía mientras su madre trabajaba. Llegó a acumular 111 faltas de asistencia al colegio. Recibió palizas con «el cable de una manguera». Y fue sólo una casualidad, una de esas que suceden a veces, la que permitió a Ángela salir de aquella situación.

«Tenía una compañera de clase gallega. Íbamos juntas a la Casa de Galicia en Las Palmas y allí aprendí a bailar danzas tradicionales y a tocar la gaita», recuerda. «La profesora se interesó por mí y me ayudó a denunciar al Tribunal de Menores la situación en la que estaba viviendo».

La familia de aquella profesora decidió adoptarla, y se instaló en su casa. Era la tercera vez que cambiaba de entorno. No sería la última.

La Ángela de 14 años se portaba «un poco regular». Cosas, quizá, de la adolescencia. Empezó a beber, a fumar, y en una ocasión se escapó en barco a Tenerife. Eran travesuras, pero... «Ahí fue cuando decidieron devolverme al Tribunal de Menores», relata. «Recuerdo la expresión de mi madre en aquel momento: 'La niña no entra por el aro', y bueno, pues ahí me dejaron y me fui con las Adoratrices».

Ángela fue feliz con las monjas: «Me trataron muy bien, yo era buena estudiante y me dejaban dar clases de inglés a otras chicas. Además, tenían pastelerías y hacíamos dulces». Pero el azúcar, en su vida, nunca duraba demasiado. Sintió el influjo de la noche y, por primera vez, de las drogas. Dejó los estudios en tercero de BUP y empezó a trabajar como relaciones públicas en la discoteca Zorbas de Las Palmas. «Bebía y ya desarrollaba tolerancia», cuenta. «Empecé a conocer la cocaína también. De día repartíamos publicidad y de noche hacíamos fiestas en el club. En ese ambiente todo el mundo bebe, consume o fuma, te invitan constantemente».

Ángela decidió hacer las maletas y probar fortuna en Madrid, pero la suerte no le sonrió. Otra vez. «Fue todo un desastre», se sincera, «tenía tendencia a buscar personas que tomaban drogas. Mi novio era camello. Vivía en casa de sus padres y de sus cuatro hermanos, todos consumidores». Trabajaba entonces como camarera o limpiadora, siempre sin papeles. Pero el verdadero infierno eran las drogas: «Me enganché. Bebía muchísimo y consumía muchísima cocaína. Yo quería salir de esa vida. Un día cogí la mochila, me fui a la estación de tren y me pregunté: ¿A dónde voy?».

Se decidió por La Coruña. Sabía tocar la gaita. La idea le sonó bien.

Ella pensaba que en Madrid había tocado fondo, pero siempre hay una sima más profunda en la que caer. Allí conoció a quien se convertiría en su marido, un hombre bien posicionado en la vida social de la ciudad gallega. ¿Una suerte? Todo lo contrario: fueron las adicciones compartidas las que unieron a la pareja: «Hacía mucho la *ruta del bakalao*. Iba de discoteca en discoteca, de fiesta en fiesta, y él hacía lo mismo. Si no hubiésemos consumido drogas jamás nos hubiésemos conocido, porque yo era camarera y él pertenecía a otra clase social».

Aquel encuentro no sólo no alejó a la joven Ángela de las drogas, sino que la acercó a situaciones peligrosas. «En Galicia la vida nocturna era complicada, gente muy chunga», recuerda. «Cuando me casé, mi marido se relacionaba con personas muy peligrosas. Todos consumíamos cocaína y entrábamos en paranoia. Recuerdo tirarme desnuda por una ventana del segundo piso de mi casa porque pensé que venían a matarme unos colombianos. Me destrocé el pie al golpearme con la repisa del piso de abajo, pero después me levanté y salté la verja. Me recogió un coche a las tantas de la mañana».

Drogas, alcohol, medicamentos. «Era un cóctel molotov», dice. «Recuerdo que un día tomé alcohol de farmacia porque no tenía nada más a mano».

Por si fuera poco, el psiquiatra que trataba su ansiedad, y a quien ella no explicó sus adicciones, le prescribió benzodiacepinas. «Cuando yo tomo aquello por primera vez, digo 'oh, qué tranquilidad'. Llegué a tomar en un solo día entre 12 y 15 tranquimazines de dos miligramos. Éramos todos un desastre y quería salir de ahí. Siempre tuve claro que la culpa de todo lo que me pasaba era de las drogas».

Y entonces, se encauzó. «Soy una persona muy resiliente y siempre encuentro la forma de salir de los problemas», se concede. Buscó tratamiento, costeado por su esposo, en un centro de rehabilitación de Barcelona. Estuvo tres meses ingresada y consiguió recuperarse.

Tras dos años de calma decidió volver a La Coruña y seguir la terapia allí. Su marido también se había puesto en tratamiento pero el destino no fue tan clemente con él. «Yo es que llegué muy sufrida, hice todo lo que me dijeron, pero él era muy introvertido», relata, emocionada, «un día se levantó y desapareció, no lo encontrábamos. Se había ahorcado en su grupo de narcóticos anónimos».

Tras la tragedia, llegó la ruina. «De pronto me entero de que ya no tenemos casa, no tenemos absolutamente nada, todo se lo habían embargado».

Incluso de este golpe que hubiera tumbado a un campeón de boxeo se levantó Ángela. Durante su rehabilitación también había vuelto a los estudios. En realidad, siempre había sido una alumna brillante: «De pequeña era muy buena en matemáticas, física y química. Me gustaban mucho las ciencias, saber cómo funcionan todas las cosas. Soy muy curiosa».

Se sacó la carrera de Psicología en la UNED con una nota media de ocho. «Las personas como yo sólo tenemos dos destinos: acabamos siendo delincuentes o psicólogos», dice Ángela, que justo después tomó otra decisión importante. Una vez más, hizo las maletas para darse una nueva oportunidad. Otra moneda lanzada al aire. Pero esta vez, al fin, salió cara.

Cambió Ángela el Atlántico por el Mediterráneo y salió el sol: «Mi marido me había dejado un seguro de vida, y con ese dinero me vine sola a Málaga para terminar la carrera. No conocía absolutamente a nadie. Tras acabar mis estudios abrí mi primera clínica de adicciones y empecé con un paciente, luego con dos...». Esa primera persona que entró por su puerta, en busca de ayuda, fue clave para todo lo que vino después. Se convirtió en

"Me tiré desnuda por la ventana de un segundo piso, pensé que venían a matarme. Eran todo paranoias"

"Un día llegué a beber alcohol de farmacia porque no tenía más a mano. Mi vida era un cóctel molotov"

Scanned with CamScanner

su amigo y en socio del negocio. El destino, por fin, parecía serle propicio. Ella se quita importancia. Lo que hizo le salió de dentro, fue mero instinto de supervivencia. «La gente dice que tengo mucho mérito, pero yo pienso que en realidad no me quedaba más remedio. Necesitaba recuperar mi cabeza, necesitaba recuperar el control sobre mi vida y tenía que hacerlo sola porque yo no tenía familia, no tenía a nadie».

"La gente dice siempre que tengo mucho mérito, pero yo creo que en realidad no me quedaba más remedio"

"Que tu terapeuta haya sido adicta ayuda, le puedes contar lo que sea porque no te va a poner en duda"

Las cosas le han ido bien desde entonces. Después de la primera clínica llegó la segunda, y luego la tercera. Su mala experiencia anterior le permite ahora acercarse a quienes sufren por las drogas de una manera mucho más eficaz, la magia de la empatía. «Yo he ido a muchos psicólogos y te aseguro que no son capaces de entenderte», relata, «el hecho de que tu terapeuta haya sido adicta hace que el paciente se sienta más comprendido. Nuestra vida es tan terrorífica y las historias que nos suceden cuando consumimos son tan... Hay cosas que jamás cuento porque la gente no se lo creería. Sin embargo, en una terapia de grupo de adictos liderada por un terapeuta que también es adicto puedes contar lo que sea, porque nadie lo va a poner en duda. Ahí es donde puedes vomitar todo ese pasado y enmarcarlo dentro de un cuadro de enfermedad. Tienes que asumir que la adicción es una enfermedad, porque si no, no te perdonas nunca».

A sus centros de rehabilitación entran adictos a la cocaína, al alcohol o al cannabis. Un perfil «muy común» es el de las amas de casa enganchadas al alcohol y las benzodiacepinas. Pero también le sorprende el aumento que percibe en otra droga: «Me llama la atención que vuelve a haber mucho consumo de heroína. Parece que la gente no recuerda la epidemia de los años 80».

Agotada de transitar durante tanto tiempo, durante tantos vaivenes, por las dificultades, Ángela disfruta ahora de su recién conquistada serenidad. «Es como estrenar una nueva vida», señala. Y no se cansa de estudiar: acumula siete másteres –en psicología jurídica, terapias contextuales o psicología clínica, entre otros– y en las paredes de sus clínicas va faltando espacio para tanto diploma, a los que añadirá próximamente el de licenciada en Criminología. «Me gusta tener una formación porque tratar a un adicto no es un asunto sencillo», cuenta. «No basta con tu experiencia. Necesitas tener conocimientos especializados para poder ofrecer el mejor tratamiento».

«Creo que es la primera vez en la vida que estoy en paz, tranquila», reflexiona. «Tengo mis negocios, ya llevo ocho años limpia y me ayuda muchísimo ser útil a mis pacientes. Hace poco celebré una comida con todos los que se habían recuperado en mis clínicas. La foto del evento era impresionante, un restaurante lleno de gente. Reconozco que me emociona mucho recordarlo». Cuenta que hace unos días acudió a un cumpleaños familiar de su primer paciente, hoy amigo y socio. La madre del ex adicto se le acercó por detrás, le sirvió un plato de paella y le susurró al oído: «Este plato para la que mujer salvó a mi hijo».

Por fin la vida le sonríe a Ángela. Nació en la cara mala del mundo, sí, pero al final ha visto la otra. La buena. Como en la canción.

La psicóloga Ángela María Vélez posa en su clínica de desintoxicación Cuvel Adicciones, en el centro de Marbella.

Scanned with CamScanner