

# Pasados de la raya

- ▶ España es, tras Reino Unido, el país europeo con mayor consumo de cocaína
- ▶ Cuatro adictos en proceso de rehabilitación cuentan su lucha para dejar de esnifar

CARMEN PÉREZ-LANZAC  
Madrid

297, 294, 291, 288... Cuando le entran ganas de meterse una raya, Alberto cuenta hacia atrás de tres en tres. O piensa en el arroyo del pueblo de sus abuelos, en el sonido del correr del agua... Es el gran reto de las miles de personas que intentan dejar la cocaína cada año (22.000 el año pasado sólo en la red pública): controlar el deseo irrefrenable de meterse una raya.

Los expertos usan el término inglés, *craving*, porque no encuentran otro que describa tan claramente el ansia desmedida por consumir cocaína, la droga más adictiva y con más recaídas. "Es la que más aumenta el flujo de dopamina, la que más altera el cerebro", explica Diego Urgelés, coordinador médico del Centro

de Asistencia Integral al Cocainómano (CAIC), de la Agencia Antidroga de Madrid. "La heroína da más placer, pero no modifica tanto las estructuras cerebrales. Cuando una persona se enfrenta a una intersección de opciones siempre elige la que asocia con la dopamina, por eso es tan difícil dejar la cocaína. Si te estuvieran dando martillazos en la cabeza mientras la consumes, te acabaría gustando".

En muy poco tiempo, la cocaína se ha puesto a la cabeza de la demanda de tratamientos a adictos (en un 60% de los casos unido al consumo de alcohol). Sirva el ejemplo de la ONG Proyecto Hombre, que atiende a 20.000 personas al año. En 1991, un 1% de sus pacientes eran cocainómanos. En 2002, el 20%. El año pasado, el 70% (en algunos centros hasta el

80%). España es, tras Reino Unido, el país europeo con mayor consumo. El 5,8% de la población de entre 15 a 24 años la ha tomado en el último año; el doble que hace una década. Pero lo que más alarma a los expertos son los adolescentes. El 4% de los chavales de entre 14 y 15 años la han probado. Y cuanto antes se toma, más maleable es el cerebro y más probabilidades existen de desarrollar una adicción.

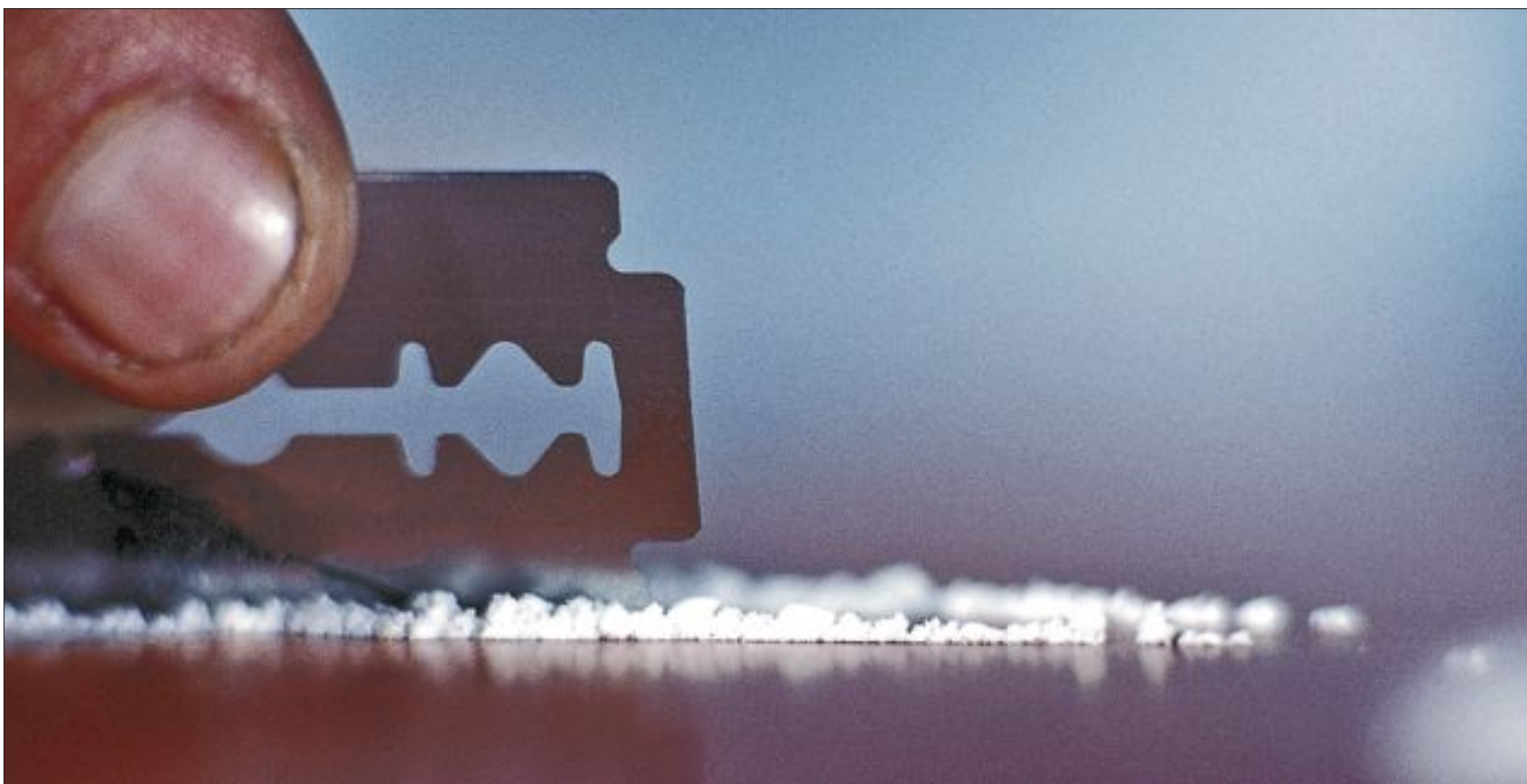
Lo que lleva al *quid* de la cuestión: un 9% de los consumidores son adictos. Un 4% desarrolla la adicción al año de probar la primera raya, pero la mayoría tarda más. Seis, ocho años. Puede que más. La cocaína no consume físicamente ni tumba como la heroína o el alcohol. Se puede consumir hasta la ruina o hasta explotar. Según la Agencia Antidroga,

el 83% de los adictos son varones de unos 37 años, de un nivel socioeconómico medio y sin antecedentes penales; pero los expertos insisten en que hay de todo. Consumidores de fin de semana y diarios. Recientes y de años. Jóvenes y mayores. Sí comparten una característica: mantienen su trabajo y su familia y sólo reclaman ayuda cuando llegan los problemas. Una separación, deudas, la salud (uno de cada cuatro adictos desarrolla una patología dual. Trastornos bipolares, brotes psicóticos, depresión).

Una vez que el adicto pide auxilio, la principal tarea de los terapeutas es que no recaiga. Pero el cocainómano es muy tramposo, incluso consigo mismo. "Si el cerebro te está pidiendo coca enseguida generas un monólogo para convencerte de que por una

raya no pasa nada", explica el terapeuta Carlos Dulanto. Cualquier excusa es buena. "Nuestra labor es evitar que eso pase", añade la psicóloga Sagrario Guijarro, del Centro de Atención Integral al Drogodependiente (CAID) de Usera (Madrid). "Somos como comerciales".

A las ganas desenfrenadas y al autoengaño se añade un obstáculo: no existe un fármaco que anule sus efectos o sustituya a la coca. La heroína tiene la metadona; el alcohol, el antabús; el tabaco, la nicotina. Pero la coca, al menos de momento, se deja a pelo. A base de terapia, de fuerza de voluntad, de sopesar pros y contras, de luchar contra las ganas de esnifar. Cuatro pacientes en distintas etapas del tratamiento cuentan como lidian cada día contra su adicción.



En muy poco tiempo, la cocaína se ha puesto a la cabeza de la demanda de tratamientos a adictos. / AGE PHOTOSTOCK

## SEBASTIÁN, 47 años

### "No sabes cuándo parar"

Sebastián, 47 años, responde al móvil desde Palma Mallorca durante una pausa laboral. Es comercial, está casado y tiene tres hijos. Hace siete años ingresó en Proyecto Hombre. Ahora acude de vez en cuando a contarle su caso a otros pacientes.

"De los 30 a los 40 años fui consumidor de cocaína, los dos últimos a un ritmo de tres o cuatro veces por semana. El gran problema de la cocaína es que no sabes cuándo parar. Puedes pasarte horas y horas. En el trabajo llegué a ir *colocado* a reuniones, algo horrible. Mi mujer estaba al tanto, así que

me encerraba solo en nuestra segunda casa. No quería que nadie me viera. Tu cara se transforma después de meterte tres gramos, me daba vergüenza. Caí muy bajo. Teníamos invitados a cenar y yo me presentaba *colocado*. Me comporté de forma lamentable, tuvimos bronca y me largué a la otra casa a consumir toda la noche. Cuando me desperté no podía parar de llorar. Abrí los ojos y entré en Proyecto Hombre".

"Ahora he cambiado de vida. Corro, toco la guitarra, he recuperado a mi familia, la tranquilidad y las ganas de vivir. Es una

segunda vida. Pero es curioso. Aunque han pasado siete años es ver en la tele un programa sobre gente de marcha consumiendo y se me retuerce el estómago. La coca siempre está ahí, latente. De vez en cuando te viene un chispazo: ahora me pondría una raya. Pero la racionalidad me puede. ¿Voy a tirar todo por la borda por darme un gusto de media hora? Lo que hago es evitar riesgos. No veo a los amigos de antes, no piso una discoteca. Tengo claro que la coca no se me irá nunca de la cabeza y no pongo la mano en el fuego".

## ALBERTO, 33 años

### "Soy un enfermo, un adicto"

La cita es en un bar, ante un Trinaranjus. Alberto (nombre ficticio), 33 años, viste a la última: zapatillas Puma, chaqueta Nike. Es mecánico industrial, paciente de Carlos Dulanto, especialista en adicciones, y cuenta su historia mientras fuma.

"Probé la coca a los 24 años en una fiesta de Nochevieja. Muy pronto empecé a consumir solo. Me encerraba en mi cuarto a ver pelis porno, beber y meterme rayas. Enseguida perdí el control. Era tomarme una cerveza y tener apetencia. Tenía rachas. Podía tirarme dos semanas sin probarla, pe-

ro si empezaba no tenía fin. Un gramo, otro y otro. Llamaba a los camellos a cualquier hora. Un día toqué fondo. De pronto sentí que alguien quería matarme. Salí de casa y me escondí en un supermercado. Me sacó la policía, pero yo seguía convencido".

"Cuando se me pasó, me metí otra raya. 24 gramos en dos días. A partir de aquello cambié. La coca te quita el dinero (debo 14.000 euros), las ganas de relacionarte, de hacer deporte, de todo. El 1 de octubre de 2007 fui al terapeuta y lloré como una Magdalena. Ahora sé que

soy un enfermo, un adicto. Al poco de empezar la terapia me enganché a las máquinas tragaperras. Luego a ir de putas. Ahora lo controlo, aunque a veces compro por Internet cosas que no necesito. He dejado de beber y sé que no debería ver a mis amigos".

"La mayoría toma coca. Sé que es peligroso pero no quiero dejar de verles. A veces se me pasa por la cabeza, pero no voy a estropear el año que llevo así. Hago *snow*, he ido a Cuba... Tengo alegría, estoy en un momento genial. Me gusta mi vida. Pero no bajo la guardia".