



Patim es una respuesta a las adicciones donde Juan Antonio ha recibido asesoramiento y ayuda contra las adicciones. EQUIPO DE LA UJI 'POR UN TIRO'

Usuario de Patim: «Cuando me di cuenta a los 17 años, ya era ludópata»

Juan Antonio explica, bajo nombre ficticio, cómo ha sido su vida haciendo frente a distintas adicciones y la experiencia de superarlas gracias a una «lucha día a día»

EQUIPO 'POR UN TIRO' DE LA UJI CASTELLÓN

Las adicciones son como cualquier enfermedad, pero en muchas ocasiones la sociedad proyecta odio y falta de empatía hacia las personas que sufren una adicción.

Más allá de las asumidas y aceptadas como tales, como pueden ser las drogas o el alcohol, falta conciencia de la adicción al juego, a las compras, al móvil, a la comida o a las redes sociales, entre otras llamadas adicciones comportamentales.

Para ello, los expertos explican que debemos comenzar entendiendo los diferentes tipos de adicciones: tóxicas y no tóxicas.

Las adicciones tóxicas o drogodependencias son aquellas vinculadas a sustancias tales como el tabaco, la cocaína o el alcohol entre otros. Las adicciones no tóxicas o comportamentales son por ejemplo la ludopatía, la adicción al sexo, al deporte o a internet.

Para poder afrontarlas y superarlas existen asociaciones que ofrecen ayuda de forma profesional. En Castellón, entre otras asociaciones a las que acudir, se halla Patim, «una res-

puesta profesional al fenómeno de las adicciones y la exclusión social». PATIM se centra en las adicciones, en los comportamientos y la integración de las personas.

ENFERMEDAD

Julio Abad, psicólogo de Patim incide en que la adicción es una enfermedad y llegar a ser adicto depende de tres factores, el tipo de personalidad, la sustancia o juego -en el caso de las comportamentales-, y el entorno de la persona.

También afecta el entorno social por cómo se ve a un adicto, porque existe una errónea percepción de que tienen ese problema por propia voluntad y no se les trata como al enfermo.

Abad comenta que la raíz tanto de las tóxicas como de las no tóxicas es multicausal y las conductas adictivas, en ambos tipos, tienen tres síntomas básicos de detección: «Uno, el síndrome de la abstinencia, esto es, pensar que si no juego voy a estar todo el día estresado y me siento mal». «Dos, la tolerancia, esto es, cuanto más lo hago más necesito hacerlo»; «y tres, la pérdida de control,

que se reconoce por los cambios de humor, la toma de decisiones o falta de ella, la capacidad o no para disponer de una agenda mental y organizarse el día a día. Los adictos no son capaces de hacerlo».

Para poder comprender exactamente cómo se vive día a día haciendo frente a las adicciones, Juan Antonio, usuario de Patim, explica -bajo nombre ficticio- su experiencia y cómo ha sido su vida de ludópata, además de haber sido adicto a la cocaína y al alcohol.

«GASTABA LO QUE GANABA»

Juan Antonio cuenta que comenzó a jugar con 16 años, debido a que, al empezar a trabajar, entre sus compañeros juntaban algo de dinero para poder jugar los sábados en el bar.

Como a esa edad también tenía otros vicios, dice, salía mucho de fiesta, bebía bastante y fumaba porros, y se inició en el juego para intentar equilibrar la balanza de los gastos. «Ganaba 2.000 euros al mes y me gastaba 2.000 euros al mes en las fiestas que me pegaba los fines de semana». «La gran mentira que me creé fue comenzar a jugar entre

semana para pagarme la fiesta y no preocupar a mis padres sobre los gastos por las otras adicciones». «Al final, es la historia que tú te montas para seguir jugando. En ese momento lo ves como una historia real, pero no lo es».

Como explicaba Julio Abad, el entorno de las personas es clave para su desarrollo.

Al rodearse de un entorno en el que el juego y el consumo de sustan-

«El juego no se ve como enfermedad sino que se hace porque se quiere»

«Todos los días me toca pasar por una sala de juegos para ir a casa»

cias era habitual, «cuando me di cuenta, con 17 años era ya ludópata y desde los 20 años mi vida se ha pasado entre la cocaína, el alcohol y el juego», reflexiona Juan Antonio.

«Mis conocidos piensan que yo ingresé en un centro por consumo de cocaína y alcohol pero yo la cocaína la dejé mucho antes». «El juego no se ve como un problema ni como enfermedad, sino que uno se gasta el dinero porque quiere. Y no es tan sencillo». «En la esquina de mi casa tengo una sala de juegos y todos los días tengo que pasar por la puerta. En todos los bares hay tragaperras y tengo que entrar de espaldas, con mucho cuidado y mucha precaución en lo que pienso. No se puede bajar la alerta porque el demonio siempre está rondando», dice.

Patim es una de las organizaciones más importante en Castellón, y Juan Antonio la describe como una guía, una guía fenomenal con un trabajo detrás perfecto. «Pero realmente es uno mismo quien tiene que luchar, hacerles caso, tomar decisiones y seguir sus pautas». «El trabajo es mío, soy yo quien tengo que luchar día a día y he luchado para salir». Lleva tres años con una vida «normalizada». En todo este proceso, como en cualquier otro, es esencial ver progresos, indican los expertos.

Juan Antonio narraba que las primeras palabras que le dijo al psicólogo al entrar en Patim en 2020 fueron «yo solo sirvo para jugar y trabajar».

En este tiempo de recuperación ha visto cómo a día de hoy puede vivir una vida como cualquier otra persona, con precauciones, pero ha conseguido algo que «nunca imaginé que pudiera llegar a tener: tener mi vida, mi piso, mantenerme, administrar mi dinero con supervisión de mis padres y encontrar mi lugar en la sociedad», concluye.

Por su parte, el experto Julio Abad traslada que en «adicciones como en otras enfermedades, la curación no es el objetivo, sería más bien buscar el beneficio de estar bien el máximo tiempo posible».

EQUIPO 'POR UN TIRO'

GRADO DE LA UJI.

Asignatura Producción y Realización Hipermedia del Grado Comunicación Audiovisual de la UJI del profesor Emilio Sáez Soro

COMPONENTES DEL EQUIPO DE LA UJI.

Pau Benet, Alba Boixader, Pau Bort, Alba Herranz, Marina López, Carlos Mellado, Jaime Molés, Arturo Robinson y Pablo Torres.

TRABAJO.

El trabajo hipermedia completo se puede ver a partir de este lunes publicado en la web de castellonaldia.elmundo.es y en la plataforma digital Wix en el enlace: <https://al404741.wixsite.com/poruntiro/sobre-nosotros>