

VERANO  
2020

# Acercas de A.A.

BOLETÍN PARA PROFESIONALES



ADENTRO:

Cuarta Mesa  
de Trabajo de  
Mujeres  
Hispanas  
en A.A.

## La tecnología, los profesionales y A.A.

En estos tiempos difíciles de la pandemia del Covid-19, es de especial interés que haya diversas formas de conocer A.A. sin tener que ir en persona a una reunión. Fiel al espíritu de A.A. de cooperar con la comunidad profesional, Servicios Mundiales de Alcohólicos Anónimos, Inc. (A.A.W.S. por sus siglas en inglés) e intergrupos de A.A. locales disponen de varios recursos digitales para profesionales y para gente que necesita ayuda con un problema con la bebida. “Con estas herramientas, lo que pretendemos es compartir información sobre A.A. con un público más amplio y conectarlos con los miembros locales de A.A.”, dice Diana L., miembro del personal de A.A. a cargo del Comité

de Cooperación con la Comunidad Profesional (CCP en la Oficina de Servicios Generales (OSG) de Nueva York.

En noviembre del 2019, la OSG lanzó su propia página LinkedIn que describe A.A. en pocas palabras para un público profesional e incluye un enlace con el sitio web de la OSG ([www.aa.org](http://www.aa.org)). El sitio web dispone de videos y folletos para profesionales y personas que buscan ayuda por ser bebedores problema, además de dar información para encontrar reuniones de A.A. cercanas e información actualizada sobre la pandemia del Covid-19.

Según Diana, la página se puso en marcha lentamente, teniendo que depender de la conferencia anual de A.A.

**CONTÁCTENOS:** [cpc@aa.org](mailto:cpc@aa.org) • 212-870-3400 • Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163 • [www.aa.org](http://www.aa.org)

(que fija la política) para supervisar el uso de la página y debatir las directrices sobre publicaciones periódicas. Por ahora, la única publicación en la página LinkedIn es una lista de eventos profesionales a nivel nacional en que A.A. monta kioscos de información. Hasta el momento, la página tiene 360 seguidores, un promedio de 300 visitantes únicos y unos 60 a 80 clics en su sitio web. Ahora los profesionales también están empezando a etiquetar la página y recomendarles A.A. a sus colegas. En una instancia, un profesional de Recursos Humanos interesado en la salud mental de los empleados de restaurantes les recomendó a colegas que querían saber más acerca del alcoholismo y prestar ayuda más allá de referir empleados a un “EAP” (Programa de Asistencia a Empleados, por sus siglas en inglés) que vieran un “video de A.A. para especialistas de Recursos Humanos y empleo”. De acuerdo a Diana, “La publicación muestra la cooperación prestada por nuestros amigos profesionales empleando los recursos digitales facilitados por A.A., y puede abrir la puerta a miembros locales de A.A. para que sirvan de recurso a gente profesional en EE.UU. y Canadá”.

### RECURSOS DIGITALES QUE AYUDAN EN LA RECUPERACIÓN

Otro recurso digital facilitado por la OSG es un canal YouTube que cuenta con casi 5,000 suscriptores. Hay listas de reproducción para profesionales que incluyen videos de las historias de miembros de A.A. en recuperación y cortos anuncios de servicio público útiles para la sala de espera de cualquier oficina. La más reciente publicación es “Los jóvenes: de la bebida a la sobriedad”. En YouTube uno puede explorar el canal AAGrapevine, que dispone de audios de historias grabadas de *Grapevine*, la revista internacional de A.A. editada mensualmente. De nuevo, es una forma más de conocer A.A. sin tener que presentarse en una reunión en persona.

“En estos tiempos de cambio, las reuniones cara a cara no siempre son una buena opción”.

Antes de que surgiera el Covid-19, la ayuda que se pedía en línea era de gente en busca de una reunión, pero además preocupada por el riesgo al anonimato que implicaba ir personalmente a una reunión. La Tradición Doce de A.A. (el conjunto de principios que orienta las relaciones internas y externas de la organización) reza así: “El anonimato es la base espiritual de todas nuestras Tradiciones, siempre recordándonos anteponer los principios a las personalidades”. A pesar del firme principio del anonimato que se mantiene en A.A., algunas personas aún se preocupan por el estigma asociado con el alcoholismo y se sienten más cómodas asistiendo a las reuniones en línea, de acuerdo a lo que expone Homer M., un veterano de A.A. y un director de la junta de Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (A.A.W.S.).

Afortunadamente para esas personas, al igual que para otras, hay a la mano muchas opciones de reuniones en línea, la comunidad virtual y otras fuentes de apoyo. Las reuniones en línea y los intergrupos locales (cada uno con su propio sitio web ofreciendo recursos y listados de reuniones) han formado por muchos años una parte esencial de la presencia virtual de Alcohólicos Anónimos. Aún antes de la pandemia actual, muchos miembros de A.A. alrededor del mundo (confiados en su hogar, viviendo en zonas remotas o miembros de las fuerzas armadas destacados en lugares apar-

tados) han contado con formar parte de A.A. a larga distancia, a través de la literatura de A.A., las llamadas telefónicas con otros miembros, la comunicación por correspondencia o correo electrónico o las reuniones en línea.

Sobre todo en este momento, precisamente ahora a la luz de la pandemia del Covid-19, si un profesional quiere remitir a un paciente luchando contra el alcoholismo a una reunión en línea, básicamente tiene cinco opciones: las reuniones por correo electrónico en que se manda un correo sobre un tema dado; un chat (textual) en que se sigue en vivo el mismo formato que la reunión en persona; los foros de discusión o paneles de mensajes en que se presenta un tema y los miembros del grupo publican sus intervenciones (en función las 24 horas del día, todos los días); reunirse por teléfono, efectuándose las reuniones mediante un formato de conferencia telefónica; y, por último, las reuniones a través de diversas plataformas de audio y video, tales como Skype, WEbEx, Zoom, PalTalk y otras, que siguen un formato similar a las reuniones en persona.

### TRAS EL FORMATO CORRECTO

Durante la pandemia, cuando ya no es posible, sin riesgo, reunirse en persona, las plataformas audio/video, especialmente Zoom, se han convertido en un modo muy popular para los encuentros. Actualmente, muchas de estas reuniones de Zoom aparecen en las listas de reuniones de grupos locales para que los miembros y recién llegados puedan tener fácil acceso a la información que necesitan. No hay duda de que la pandemia ha tenido repercusiones sobre la frecuencia y el uso de las reuniones en línea. Siguiendo las directivas de gobiernos locales y estatales de permanecer en el hogar, un 95 por ciento de las reuniones se están llevando a cabo por Internet. También ha habido un aumento en reuniones

telefónicas durante la pandemia.

En cuanto a cómo encontrar la reunión y el formato adecuados, dice Homer: “A menudo es cuestión de tratar los diferentes formatos y decidir cuál es mejor para uno. Si un grupo no le sirve a uno o se hace difícil integrarse de lleno en él, entonces uno puede buscar otro”. Además, hay unos cuantos grupos en línea que pueden facilitar, a través de correo electrónico, documentación verificada en casos de una orden judicial a una persona que tiene que asistir a cierto número de reuniones. En los últimos años, los intergrupos han visto un aumento significativo en requisitos de documentación para reuniones en línea. “Creo que esto será particularmente útil para los profesionales y sus clientes, ahora cuando hay menos acceso a reuniones en persona”, dice Homer. “En estos tiempos de cambio, las reuniones cara a cara no siempre son una buena opción”.

Dado el uso constante de los teléfonos inteligentes, la Aplicación de Meeting Guide de la OSG facilita una forma conveniente para encontrar en pocos pasos una reunión cerca de donde uno vive. La Aplicación Meeting Guide está vinculada a cientos de intergrupos de A.A. locales o sitios web de oficinas centrales. Esto les permite a los usuarios tener a la mano información actualizada acerca de los lugares y el horario de las reuniones. Este guía de reuniones de fácil uso les ofrece a los profesionales (psiquiatras, consejeros, funcionarios de libertad vigilada y otros) la capacidad de dirigir a la gente, en pocos minutos, a las reuniones. Cada listado presenta bien claro el nombre, la dirección y la hora de las reuniones, así como información sobre qué clase de reunión es. Hasta la fecha, la aplicación incluye casi 124,768 reuniones con unos 251,000 miembros activos todos los meses.

Mientras el mundo sigue cambiando, los miembros de A.A. siguen adaptándose para mejor llegar a la gente que busca ayuda y colaborar con la comunidad profesional en la búsqueda

de los recursos que les facilitan la recuperación a los alcohólicos que aún sufren. “Vamos a ver un aumento significativo en el empleo de la tecnología para la comunicación diaria”, concluye Homer, refiriéndose al ambiente ac-

tual de la pandemia. “Creo firmemente en que la tecnología adelanta más cuando hay una necesidad significativa. Esto va a influir por mucho tiempo la forma en que A.A. se acerca a los nuevos miembros”. ■

## Conozca a uno de los custodios no alcohólicos de A.A.



El Dr. Al J. Mooney, de Cary, Carolina del Norte, fue uno de los siete custodios Clase A (no alcohólico) elegidos para servir a la Comunidad de A.A. Nacido en 1948 en Statesboro, Georgia, Mooney es hijo de un médico cirujano y una enfermera. “Soy un médico de sexta generación,” dice. “Lo que mi familia hacía era estudiar medicina”.

Durante su etapa de preparación, completando su residencia en medicina familiar en la Universidad de Carolina del Norte (UNC) en Chapel Hill, Mooney a menudo escuchaba a otros residentes y profesores hablar del carácter desesperado del alcohólico. “Un residente en la medicina interna me sugirió que identificara a todos los alcohólicos en mi consulta”, recuerda Mooney, “y luego me aconsejó que pusiera toda mi atención en los demás, porque no se puede ayudar a aquéllos”.

No obstante, en UNC, Mooney también conoció a uno de sus mentores, John Ewing, un profesor y psiquiatra que fue el primer director del Centro

Bowles para el Estudio del Alcohol. Al principio, el Dr. Ewing quería creer que los bebedores problema podrían aprender a tomar de forma moderada, pero con el tiempo se dio cuenta de que el único camino era el enfoque de A.A., el de la abstinencia. Ewing y su equipo estaban en la vanguardia de la investigación de las causas del alcoholismo y la búsqueda de tratamientos y prevenciones.

No es de extrañar que Mooney desarrolló una carrera y práctica profesional en que pudo ayudar a los alcohólicos en un proceso continuo de recuperación. “Yo veía mi trabajo como el de preparar a la gente para que se acercara a A.A. a través del tratamiento y la rehabilitación”, dice. “Yo sabía que una vez llegaran a A.A., el programa los cuidaría”. A lo largo de décadas, se reconoció a Mooney como un experto y líder en el campo de la medicina de adicciones. Ha trabajado o se ha asociado con diversas instituciones, hospitales y universidades.

En 1992 Mooney fue coautor y editor de *The Recovery Book (El libro de la recuperación)*, en que indaga en las fases de la recuperación y cómo el proceso de recuperación puede tomar años antes de que un individuo logre plenamente recuperar el sentido de sí mismo. Mooney es además diplomado inaugural del Consejo Norteamericano de la Medicina de las Adicciones (ASAM, por sus siglas en inglés) y aún prestando servicio en la junta de ASAM colaboró en el establecimiento en EE.UU. de las normas de certificación para este campo. Mooney sigue activo implementando programas de recuperación (de doce

pasos y profesionales) en países como Egipto, Bosnia, Ghana y el Reino Unido.

A principios de marzo del año en curso, la Cochrane Library, que es una organización conocida por sus análisis científicos, publicó un estudio científico histórico, que validó el hecho de

que el programa de A.A. funciona tan bien o mejor que otros tratamientos, científicamente comprobados, para la adicción al alcohol. Esta nueva evaluación, que analizó 27 estudios incluyendo a casi 11,000 participantes, también se basa en una investigación anterior

llevada a cabo por la Cochrane Library. “Por fin, con la publicación de este estudio, podemos ser parte del mismo equipo que todos los demás. Esto marca un logro histórico para la ciencia,” señala Mooney, “pero nos queda un largo camino por recorrer”. ■

## PUNTO SOBRESALIENTE

### Cuarta Mesa de Trabajo de Mujeres Hispánicas en A.A.

El 7 de diciembre de 2019 en Placentia, California, tuvo lugar la Cuarta Mesa de Trabajo de Mujeres Hispánicas de Alcohólicos Anónimos en California, con la participación de 120 personas, ya sea en persona o por medio de videoconferencia a través de Skype. Las mujeres latinas que han podido conseguir la sobriedad en A.A. contaron cómo lidian con algunas de las tensiones y los desafíos que enfrentan por ser miembros de A.A., sin importar que sean ellas recién llegadas o mujeres con un historial de sobriedad establecido. También compartieron sus experiencias organizando grupos de A.A., creando cargos de responsabilidad y participando en el proceso de toma de decisiones sobre la política de A.A.

Durante el evento de un día de duración, las panelistas y conferenciantes discutieron las tensiones y los retos asociados con el alcoholismo y la búsqueda de la sobriedad en A.A. En las comunidades hispanas, muchas mujeres tienen que valerse por sí mismas con poco o ningún apoyo para enfrentar el alcoholismo o el consumo abusivo del alcohol. Muchas relataron que si una admite que es alcohólica y busca ayuda es una vergüenza para el esposo o toda la familia. Las familias y la presión de grupo disuaden a muchas mujeres latinas de ir a las reuniones de A.A., que a menudo es precisamente lo que les recomiendan muchos profesionales para ayudarlas a decidir si son alcohólicas y si A.A. les es una buena opción.

La decisión de ir a las reuniones de A.A. ha presentado otros problemas para la mujer hispana alcohólica en busca de ayuda. En muchas, si no todas, las reuniones mixtas (hombres y mujeres) de hispanos en A.A., no se les deja a las mujeres tener una participación real en los asuntos del grupo.

Cuando en EE.UU. y Canadá las mujeres hispanas se pusieron a mantener un estado de sobriedad, algunas a través de su participación en las reuniones de A.A. en la comunidad angloparlante de EE.UU. y Canadá, empezaron a crear conciencia sobre los retos que enfrenta la mujer latina alcohólica.

Zoraida R., una alcohólica sobria profundamente entregada al desarrollo de la Mesa de Trabajo de Mujeres Hispánicas en A.A., dijo que la idea inicial de la mesa de trabajo de California había surgido de las ganas de vincular la comunidad de mujeres hispanohablantes sobrias con la comunidad de mujeres angloparlantes sobrias. Desde el principio, la mesa de trabajo ha hecho precisamente eso, y aún más. La creciente concienciación ha dado lugar en toda la zona a un mayor número de reuniones de mujeres de habla hispana. Y recientemente, en la Conferencia de Servicios Generales de A.A. en EE.UU./Canadá, celebrada anualmente y en que se consideran cuestiones y se toman decisiones políticas de interés para toda la Comunidad de EE.UU. y Canadá, se aprobó la producción de un folleto sobre las mujeres latinas en A.A., para su publicación en español e inglés. “Cuando todas nosotras nos unimos, podemos hacer cosas increíbles”, dice Nivia H., empleada editorial de *La Viña*, la revista bimensual en español de A.A., que comparte la experiencia, fortaleza y esperanza de los muchos miembros hispanos de A.A. Ella asistió a la mesa de trabajo por primera vez este año. Siendo miembro de A.A. que vive en Nueva York, asiste a una reunión mixta llevada a cabo en español que da la bienvenida a y apoya la participación en A.A. de mujeres y personas LGBTQ. “Es muy motivador”, dice ella. “Ahora estamos hablando de empezar una reunión para mujeres hispanohablantes en Brooklyn y de hacer participar a más mujeres”. Nivia continúa, “No es que las mujeres hispanas no quisieran descubrir A.A. y apoyarse una a la otra o que no estuvieran conscientes de que necesitaban ayuda, sino que querían la ayuda pero se habían topado con la barrera de las percepciones culturales”.

Al irse derrumbando esas barreras, el objetivo primordial de llevar el mensaje de esperanza y recuperación de A.A. a todos los alcohólicos seguirá alcanzando a aquellos que más lo necesitan.

