

Hacer accesible el mensaje de AA



CEGUERA



ACCESIBILIDAD



RAMPA



INCLUSIÓN



SORDERA



BRAILLE



LENGUA DE SEÑAS



ANDADOR



MULETAS



PERRO GUÍA



AMPUTADO



CUIDADOR(A)

Aunque no hay alcohólicos «especiales», hay alcohólicos que enfrentan impedimentos para acceder al mensaje de AA. Para algunos, un escalón de 15 centímetros de altura puede ser un obstáculo insuperable. Una puerta de acceso cerrada, una rampa bloqueada o un problema de estacionamiento pueden impedirles asistir a una reunión. Algunos miembros están enfermos, confinados en casa o viven en residencias de personas mayores o centros de convalecencia; otros son sordos o invidentes; tienen pérdida de audición o visión, problemas de aprendizaje, de lectura o de procesamiento de información; otros son ancianos, utilizan sillas de ruedas o bastones, o tienen otros problemas de movilidad. Puede serles difícil entender la literatura, especialmente a quienes tienen dificultades para leer o a quienes intentan acceder al mensaje de AA en un segundo idioma. El cuidado de los hijos puede imposibilitarles asistir a las reuniones presenciales. La lejanía geográfica o las diferencias culturales pueden ser un inconveniente para relacionarse con otros miembros.

Con frecuencia, un intergrupo u oficina central local puede proporcionar información acerca de las medidas de accesibilidad implementadas en las reuniones, y sobre si existen esfuerzos coordinados de Accesibilidad en determinadas áreas. Esta información suele ser incluida en los listados de las reuniones locales y en volantes de eventos. Al elaborar estos listados, puede ser útil emplear la señalización correspondiente, así como incluir el nombre y número de teléfono de un contacto para obtener información adicional sobre las disposiciones de accesibilidad.

Si mejoramos las formas en que tendemos la mano a los alcohólicos que enfrentan impedimentos para recibir el mensaje de AA, contribuiremos a que ellos mismos transmitan el mensaje a otros alcohólicos que ya conozcan o puedan conocer más adelante, constituyendo un ejemplo convincente de que es posible lograr la sobriedad a pesar de todo obstáculo aparente.

Materiales a disposición de los comités de Accesibilidad:

- Paquete de Accesibilidad: Una carpeta con materiales para ayudar a los miembros y comités de AA a transmitir el mensaje de recuperación de AA a quienes tienen dificultades de accesibilidad. Consulte todo el contenido del paquete en www.aa.org.

- *Libro de trabajo de Accesibilidad*: Un manual con información sobre cómo formar comités de Accesibilidad, dar presentaciones a los profesionales y colaborar con intérpretes de lengua de señas americana («ASL», por su sigla en inglés).
- «Lista de chequeo de accesibilidad para reuniones y grupos» (SMF-208SP).
- «Guías de AA acerca de accesibilidad para todos los alcohólicos» (SMG-16).
- «Guías de AA sobre compartir el mensaje con el alcohólico sordo» (SMG-13).

Entre en contacto con el despacho de Accesibilidad en la Oficina de Servicios Generales en access@aa.org.

EL ALCOHÓLICO SORDO O CON PROBLEMAS AUDITIVOS

«Cuando estoy en las reuniones, me pregunto si la gente dice en voz alta lo que se ve en su rostro — escribe un miembro sordo de AA—. ¿Hablan de la tristeza o la ira que refleja su cuerpo o su mirada? ¿Será así o es mi imaginación? Quisiera poder escuchar todo el barullo de la reunión, todas las opiniones: ¿De qué se ríen? ¿Ahora quién está hablando? ¿Cómo les va a los recién llegados?».

A un miembro de AA que sirve de intérprete de lengua de señas en su grupo base le preocupa la brecha en la comunicación: «Cuando los alcohólicos que podemos oír entramos en AA, escuchamos —una y otra vez— el mensaje de sobriedad, hasta que finalmente logra traspasar nuestra mente nublada. Pero la mayoría de los alcohólicos sordos en la Comunidad no cuenta con esa beneficiosa repetición».

El reto de servir al alcohólico sordo o con dificultades auditivas implica mucho más que el mero poder oír. Por ejemplo, para las personas sordas que emplean la lengua de señas americana, el inglés es un segundo idioma. Es difícil comunicar con señas las expresiones idiomáticas y coloquiales, y no existen señas adecuadas para reproducir algunas frases que se utilizan en AA —como «Rara vez hemos visto fracasar...»—. La lengua de señas americana es un idioma completo; cuenta con reglas gramaticales y sintaxis propias. Así mismo, el colectivo de las personas sordas tiene una cultura singular, costumbres y normas únicas, y variaciones regionales. Por lo tanto, la labor con el colectivo de las personas sordas puede ser similar a la que se haría con cualquier otro grupo con idioma y cultura diferentes.

La cantidad de grupos que proporcionan intérpretes de lengua de señas para sus miembros sordos es cada vez mayor. Además, los intérpretes hacen posible que todos los miembros —quienes pueden oír y quienes no— *compartan* mutuamente su experiencia, fortaleza y esperanza; la comunicación con el miembro sordo no se da en un solo sentido. La mayoría de los grupos aceptará que una persona no alcohólica participe como intérprete en las reuniones cerradas, conscientes de que los intérpretes de profesión practican un estricto código ético que asegura la confidencialidad de la reunión de AA.

Los comités de Accesibilidad, las oficinas centrales y los intergrupos suelen mantener una lista de intérpretes profesionales —competentes, dispuestos y disponibles— para las reuniones y eventos de AA en que se requiere el apoyo de la lengua de señas. Contratar a un intérprete para tales ocasiones cuesta dinero; pero si el grupo no puede sufragarlo, hay otras fuentes de ayuda: algunos intergrupos y oficinas centrales locales han previsto recursos en sus presupuestos anuales para ayudar a los grupos a contratar intérpretes; algunos comités de área han establecido fondos especiales; algunas agencias ofrecen intérpretes para personas sordas; o la persona alcohólica puede llevar a su propio intérprete a la reunión.

Sin embargo, hay que procurar que el tema del dinero no se convierta en el aspecto central. Nuestro objetivo primordial es transmitir el mensaje, tal como establece la Declaración de la Responsabilidad: «Cuando cualquiera, dondequiera extienda su mano pidiendo ayuda, quiero que la mano de AA esté siempre allí». Y de esto, cada uno de nosotros es responsable.

El comité de Accesibilidad de un área comparte las siguientes sugerencias a los grupos que desean comenzar una reunión con intérprete de señas —ya sea que se trate de un grupo recién abierto o para integrarla en el programa de un grupo existente—: 1) *Evalúen si es necesaria*. Conviene averiguar si ya hay reuniones con servicio de interpretación en su localidad, y si realmente es necesaria una reunión de este tipo en el horario u horarios en los que se reúne su grupo. 2) De ser necesaria, *hay que aceptar esa responsabilidad*. ¿Está el grupo dispuesto a pagar por los servicios de un intérprete todas las semanas, incluso si a veces no se presenta ninguna persona

sorda o con dificultades auditivas? Debe tenerse presente que la reunión aparecerá en los listados como una reunión con intérprete. 3) *Nombren a un miembro del grupo* para coordinar todo el trabajo relacionado con una reunión con intérprete, y, si se tiene previsto ofrecer servicios de interpretación en reuniones y eventos específicos, hay que asegurarse de incluir esa información en todos los volantes, listados impresos de reuniones y en sitios web. 4) *Pónganse en contacto con la comunidad de personas sordas de su zona*. Elaboren volantes y repártanlos en otras reuniones con intérprete; envíenlos a las personas que trabajan profesionalmente con alcoholicos sordos. Comuníqueno por escrito a su intergrupo u oficina central local, y a los comités de Accesibilidad. 5) *Sean pacientes*. Lleva tiempo poner en marcha un grupo con interpretación en lengua de señas. Y tengan presente que no todas las personas con dificultades auditivas desean identificarse como tales, por lo que podrían tomar asiento en otro lugar distinto al área designada.

Puede servirle a los miembros de AA de su comunidad familiarizarse con las reuniones de AA en lengua de señas americana que celebran los propios miembros sordos en las plataformas virtuales. Un recurso de información al respecto es el intergrupo en línea de Alcoholicos Anónimos (<https://aa-intergroup.org>). Otro recurso para hallar reuniones en ASL es www.deafaa.org. Los comités locales de Accesibilidad para sordos cuentan con información útil acerca de los recursos disponibles para los miembros de AA sordos, sordociegos o con dificultades auditivas. Para mayor información, póngase en comunicación con el despacho de Accesibilidad de la OSG: access@aa.org.

Algunos miembros de AA aprenden la lengua de señas para poder comunicarse con los miembros sordos. Incluso aprender lo básico para recibir a los recién llegados sordos o con dificultades auditivas y alentarlos a seguir asistiendo puede marcar la diferencia. Por supuesto, como en cualquier idioma, hay una gran diferencia entre poder expresarse en un nivel básico y ser intérprete de profesión. No obstante, el no poseer conocimientos de lengua de señas no debe impedirle a los miembros de AA tenderle la mano a los alcoholicos sordos; papel y lápiz, así como los mensajes de texto son excelentes herramientas para iniciar una conversación.

La comunicación visual es importante, y con un

gesto o tocándole suavemente el hombro podemos indicarle a la persona que deseamos dirigirnos a ella. Los lugares de reunión que proporcionan micrófonos a menudo también proporcionan dispositivos de asistencia auditiva («ALD», por su sigla en inglés) como parte de su servicio de audio. Los ALD se utilizan para mejorar la capacidad auditiva de las personas cuando es difícil distinguir la voz en medio del ruido en diversos entornos de reunión. Con frecuencia, en una sala ruidosa o muy concurrida es casi imposible para una persona con problemas de audición distinguir una voz entre las demás. Los ALD son dispositivos que ayudan a las personas a escuchar y entender lo que se dice con mayor claridad o a comunicar sus opiniones con más facilidad, y pueden ayudar a los miembros con dificultades auditivas a participar en la reunión. Hay disponibles varios tipos de ALD para mejorar la transmisión de sonido para las personas con pérdida de audición. Algunos están diseñados para grandes espacios, como aulas, teatros, lugares de culto y aeropuertos. Otros son para uso personal en entornos poco espaciosos y para conversaciones personales; todos pueden usarse con o sin aparatos auditivos o un implante coclear.

También es importante invitar a los miembros sordos y con dificultades auditivas a participar en todos los aspectos del servicio dentro del grupo o en un evento de AA. La comunicación funciona en los dos sentidos, y los grupos pueden preguntarles a los miembros sordos si les gustaría dar charlas de AA; en tal caso, el intérprete invierte la dirección y les traduce ahora a los miembros que pueden oír.

Recursos disponibles: El Libro Grande y *Doce Pasos y Doce Tradiciones* están disponibles en lengua de señas americana gratuitamente en línea (en aa.org y en el canal de la OSG en YouTube), o pueden adquirirse en formato DVD. El folleto *Accesibilidad en AA* también está disponible en lengua de señas americana en DVD, y en línea en aa.org. El canal del AA Grapevine en YouTube tiene una lista de reproducción con historias de alcohólicos sordos en www.youtube.com/@AAGrapevine. Además de las reuniones en línea antes mencionadas, algunos AA sordos o con dificultades auditivas participan en la Reunión de Solitarios e Internacionalistas (*LIM*). El miembro del personal responsable del despacho de Accesibilidad de la OSG también puede proporcionar la «Lista de chequeo de accesibilidad para reuniones

y grupos», para ayudar a los grupos a evaluar su propio grado de accesibilidad. Un recurso muy útil es deafaa.org, un sitio coordinado por miembros sordos de AA (no afiliado con la OSG).

ALCOHÓLICOS CIEGOS O CON PROBLEMAS VISUALES

Para el alcohólico ciego o con problemas de visión, tan solo el poder llegar a la reunión puede representarle un gran problema. Los intergrupos, las oficinas centrales y los comités de Accesibilidad suelen mantener listados de miembros que están dispuestos a ofrecer transporte de ida y vuelta a las reuniones y a otras actividades de AA. Algunos grupos les han pedido a sus intergrupos y oficinas centrales locales que indentifiquen a dichos miembros en los listados de Paso Doce.

El miembro ciego o con escasa visión podría pedir ayuda para orientarse en la sala de reuniones de AA.

Un grupo comparte su experiencia para ilustrar lo que se puede hacer para ayudar a cualquier alcohólico, no solo a llegar a las reuniones de forma habitual, sino también a convertirse en un miembro activo del grupo. El coordinador pidió voluntarios para llevar a un joven ciego a las reuniones una vez al mes; se asignó una fecha específica a los voluntarios, y si no podían asumir su turno, ellos se harían responsables de encontrar a un sustituto. La reacción fue inmediata y generosa, y ahora el joven puede asistir a todas las reuniones del grupo y participar plenamente en las actividades del mismo.

Otros miembros de AA que son ciegos consideran que las reuniones en línea les brindan la oportunidad tanto de participar en su propia recuperación como de transmitirle el mensaje a otras personas.

Recursos disponibles: La OSG tiene una lista de los libros y folletos de AA disponibles en braille y ediciones en letra grande, así como en formatos de audio: en línea, audiolibros, casetes y CD. Se puede acceder gratuitamente a las versiones en audio del Libro Grande y de *Doce Pasos y Doce Tradiciones* en aa.org. Puede adquirir materiales en braille, audiolibros, casetes y CD en la tienda virtual en www.aa.org, o llamando directamente a la OSG al 212 870 3312. La oficina del AA Grapevine y La Viña produce un pódcast semanal, y tiene a su disposición en audio la mayoría de los artículos de las revistas en los sitios web www.aagrapevine.org y www.aalavina.org.

EL ALCOHÓLICO NEURODIVERGENTE:

Neurodivergencia es un término que describe a las personas cuyo cerebro procesa la información de forma diferente a la mayoría. Las personas neurodivergentes pueden tener puntos fuertes y dificultades diferentes a las de las personas cuyos cerebros se desarrollan de forma más típica. El término «neurodivergencia» puede incluir a las personas con autismo, trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), dislexia, trastorno obsesivo compulsivo (TOC), síndrome de Down y síndrome de Tourette, por nombrar algunos.

Compartimiento de miembros neurodivergentes:

«Proceso la información con demora y para entender algo puedo necesitar un minuto. Me tomó seis años recordar la oración de la serenidad. [El Libro Grande en lenguaje sencillo](#) me ha enseñado a no distraerme con palabras complicadas ni metáforas extrañas. Como persona con TDAH y autismo tengo varios problemitas con el oído, el tacto, el olfato (reacciones físicas) y el gusto. Hay veces en que estas cosas me desbordan (recibo una sobreestimulación) y puede que haga ruidos, me meza o tiemble para autorregularme. También uso auriculares (a veces de los que no se ven, y otras veces los de diadema); esto no lo hago por grosero sino para mantenerme enfocado en el mensaje y que este ayude a mi recuperación. Gracias a todos los que me hacen preguntas amables y a los que me aceptan sin preguntas. Soy alcoholico en primer lugar, pero seguiré siendo yo mismo y respetando mis necesidades para que pueda seguir estando sobrio. Estoy orgulloso de mi neurodivergencia, así como lo estoy por ser una persona queer. Es importante saber que la neurodivergencia tiene su espectro, y cada uno puede elegir si habla del tema y cómo lo hace; por ello, manéjense con amor y amabilidad mientras nos recuperarnos al igual que ustedes».

«Tengo que gastar tanta energía de la que no dispongo enmascarando mi autismo ante la cámara y fingiendo, con un gran costo personal para mí, ser neurotípico, no haciendo movimientos autoestimulantes, vistiendo ropa incómoda, mostrando las expresiones faciales, la postura y la concentración adecuadas (algunas de las cosas que hacen que las reuniones en persona sean difíciles en

primer lugar). Es mucho más eficaz para mí prestar atención y no quedar agotado si puedo mantener la cámara apagada».

«Aunque el TDAH es considerado un trastorno por los profesionales médicos en este momento, a muchas personas neurodivergentes, entre las que me incluyo, no les gusta el uso de esa palabra cuando se aplica a las diferencias cerebrales desde el nacimiento. Mi cerebro es diferente, pero funciona. Necesito ayuda profesional y medicación para poder desenvolverme en un mundo construido sobre las normas sociales y las expectativas de los cerebros neurotípicos. La analogía que me gusta usar en este caso es que mido 1.52 m. Necesito un taburete para alcanzar la mayoría de las cosas de mis armarios o para cerrar las persianas en el trabajo. Mi altura no es un trastorno. No es algo que pueda cambiar con dieta o ejercicio: es simplemente la forma en que fui hecho, cómo se expresaron mis genes. Ese taburete es una herramienta para poder cocinar en una cocina construida para la persona occidental media».

Muchas personas neurodivergentes procesan la información muy literalmente y no perciben tan bien las frases sutiles y las señales no verbales. Es mejor tratar de comunicarse de la forma más directa posible tanto en términos de lenguaje como en los aspectos visuales.

Algunos miembros de AA que son neurodivergentes compartieron con nosotros su experiencia, fortaleza y esperanza, incluyendo estas sugerencias para las reuniones y el apadrinamiento (señalando que las soluciones que funcionan para algunos miembros no siempre funcionan para todos):

Sugerencias para las reuniones:

- Hay seguridad y comodidad en la estructura de una reunión: ceñirse al formato definido por escrito, los carteles y lemas, empezar y terminar a la hora, cronometrar el tiempo de los compartires. Un miembro señaló que los lemas eran muy útiles para mantener el programa accesible, con una redacción sencilla.
- Dejar espacio entre las sillas y las filas para poder moverse (voluntaria o involuntariamente) (comportamientos autoestimulantes —en inglés, a veces abreviado como *stimming*—*). Permitir manualidades o actividades con las manos.

- Leer un texto sobre la necesidad de algunos miembros de moverse libremente (permiso explícito en la descripción del formato de la reunión).
- Tomarse un descanso a mitad de la reunión.
- Los relojes visibles pueden ser útiles para establecer «puntos de referencia».
- La velocidad de procesamiento de la información varía según la persona. En las reuniones de compartimiento, suele ayudar el preparar lo que se va a compartir por escrito y por adelantado, o darles a los participantes los temas que se discutirán en la reunión con antelación.
- Las reuniones en línea son esenciales, ya que las reuniones en persona pueden ser realmente agotadoras para algunas personas neurodivergentes debido al «enmascaramiento»**. Permitir que el video de un miembro esté apagado también puede ayudar con este problema. El enmascaramiento —tanto en persona como en línea— consume mucha energía.
- **Para las reuniones en línea:** asegurarse de que los documentos o la literatura en línea puedan utilizarse con lectores de pantalla.
- **En las reuniones presenciales:** proporcione parte de la literatura en letra grande o permita que los participantes sigan la lectura con la versión audio utilizando auriculares.
- Algunos miembros son sensibles o se sienten abrumados cuando hay ruidos fuertes tales como aplausos, y luces muy brillantes, como las fluorescentes. Tal vez haya que tratar este tema en las reuniones administrativas del grupo para ver si se puede hacer algo al respecto.
- Los miembros AA con síndrome de Tourette pueden explicarle a los compañeros los «arranques» que tienen. Los demás miembros del grupo pueden demostrar su apoyo escuchando y tomando en cuenta la situación.

Sugerencias para el apadrinamiento:

- Esté abierto a la comunicación por texto en lugar de las llamadas telefónicas o las reuniones presenciales. Conseguir un padrino o madrina puede ser abrumador. Pregúntele al recién llegado si desea ayuda con el proceso, o si prefiere que se le asigne a alguien en vez de tener que elegir.
- Puede ser útil dividir los pasos, tradiciones y principios de AA en partes más pequeñas para mejorar la accesibilidad en el procesamiento. Por

ejemplo, dedicarle tiempo al tema de la «impotencia» y cómo se relaciona con la vida del ahijado o ahijada, antes de pasar al tema de la «ingobernabilidad» del Primer Paso. Algunas personas prueban distintos métodos para hacer su trabajo de pasos, como mapas mentales, expresiones artísticas, imágenes, ilustraciones, etc.

- Permita que las personas sean responsables de su propio programa y establezcan sus propios límites: la mentalidad de «decir siempre que sí al servicio y a las invitaciones de socializar en camaradería» puede ser perjudicial para la salud y condenar al aislamiento a las personas con neurodivergencia. La capacidad de decir no es importante.
- Considere la posibilidad de hacer el Cuarto Paso junto con su ahijado o ahijada. A veces ayuda tener a alguien allí mientras se escribe o se trabaja (algunos lo llaman «tener un doble»).
- Darles a los ahijados opciones como recursos de video o audio (pódcast, grabaciones de oradores, versiones de audio de la literatura de AA).
- Puede ser útil tener un contacto anotado, a quien llamar en caso de una emergencia.
- Muchas personas neurodivergentes se toman las cosas muy al pie de la letra. Es mejor decir las cosas de la forma más explícita, por ejemplo, explicar el concepto de «Dios de tu propio entendimiento» cuando se utiliza la palabra «Dios» por todo el libro. Trate de evitar explicaciones vagas y largas que requieran que la persona infiera cosas; generalmente es mejor usar un lenguaje directo.

***Autoestimulación:** La autoestimulación, o comportamiento autoestimulador, es un mecanismo que las personas con autismo utilizan para manejar sus emociones, experiencias sensoriales y situaciones abrumadoras. Puede incluir movimientos corporales repetitivos, ruidos o el uso de objetos.

****Enmascaramiento:** estrategia que utilizan algunas personas con trastorno del espectro autista (TEA) para parecer no autistas y mezclarse con sus compañeros. Puede consistir en ocultar o suprimir consciente o inconscientemente las características autistas e imitar comportamientos neurotípicos.

Si bien la terminología cambia constantemente, utilizamos estos términos específicos con la intención de mejorar la comunicación sobre barreras de accesibilidad.

MIEMBROS DE AA CON LIMITACIONES FÍSICAS O QUE ESTÁN CONFINADOS EN CASA

Algunos miembros de AA con limitaciones físicas pueden llegar a las reuniones; otros no pueden. Muchos de los que tienen dificultades para caminar o utilizan sillas de ruedas, utilizan el transporte público para llegar a las reuniones. Otros miembros con problemas de movilidad dependen de compañeros o compañeras que los puedan llevar y traer de las reuniones. Hay miembros de AA que procuran que sus espacios de reunión sean accesibles; han adaptado rampas para sillas de ruedas sobre los escalones de acceso a la sala de reuniones, y han dispuesto los asientos para que haya amplio espacio para sillas de ruedas o andadores. Los miembros también comprueban que haya lugares de estacionamiento cercanos y que los sanitarios sean realmente accesibles, que cuenten con espacio suficiente para maniobrar dentro de la sala o cabina. Muchos listados locales de reuniones señalan con el código correspondiente las reuniones que se celebran en espacios adaptados para sillas de ruedas.

Organizar una reunión en la casa de un miembro enfermo confinado puede tener un efecto enorme para ella o él. La experiencia del comité de Accesibilidad de un área nos da un muy buen ejemplo: «En el anverso de los programas de las reuniones, incluimos un mensaje que dice: "Grupo 'Ya no estamos solos': Este grupo está dedicado a los miembros confinados en casa. Nos gustaría organizar una reunión en tu hogar. Aunque no hay alcohólicos 'especiales', hay alcohólicos que enfrentan impedimentos para recibir el mensaje de AA. El grupo 'Ya no estamos solos' está convencido de que 'cuando cualquiera, dondequiera extienda su mano pidiendo ayuda, la mano de AA debe estar ahí'". Incluimos aquí nuestro número de teléfono y animamos a los miembros confinados en casa a llamarnos para recibir ayuda. Así mismo, les pedimos amablemente a los miembros de AA que no tengan ninguna discapacidad a ofrecerse a servir como voluntarios».

Otra área estableció un «grupo móvil», y el coordinador del mismo comparte que «los voluntarios organizan reuniones presenciales en las casas de los miembros confinados por períodos largos de tiempo».

Recursos disponibles: Muchos miembros de AA confinados en casa participan en la Reunión de Solitarios e Internacionalistas («LIM», por su sigla en

inglés) en calidad de *hogareños*. Hay muchas reuniones en línea. Un recurso de información al respecto es el intergrupo en línea de Alcohólicos Anónimos (www.aa-intergroup.org).

ALCOHÓLICOS MAYORES

Tender la mano de AA a los alcohólicos de edad avanzada permite transmitir esperanza a una población que con frecuencia se encuentra aislada. El apoyo y la recuperación que aportan el pertenecer a AA pueden ser la puerta que lleva a una nueva vida, independientemente de la edad que se tenga.

Muchos alcohólicos mayores tienen dificultades para llegar a las reuniones de AA; puede ser que tengan dificultad para conducir o caminar; y la disminución gradual de sus contactos sociales puede implicar que dispongan de menos amigos para ayudarlos. Esta es la razón por la que los programas de ayuda a los adultos mayores se han vuelto tan importantes en Alcohólicos Anónimos.

Muchos miembros de AA ayudan a los alcohólicos mayores que asisten a sus grupos, incluyendo a quienes necesitan ayuda para asistir a las reuniones y participar en las mismas, así como a los que han quedado confinados en casa. Algunos grupos también abren reuniones que llaman *De personas mayores en sobriedad* (*Seniors in Sobriety*, «SIS», por su sigla en inglés); o al menos establecen ciertas reuniones como *Adaptadas para las personas mayores* (*Senior-Friendly*, «SF», por su sigla en inglés). Muchos grupos mencionan su gratitud hacia los alcohólicos mayores, muchos de los cuales tienen mucho tiempo de sobriedad y pueden servir como un valioso recurso para el grupo, tanto como padrinos como guardianes de la tradición y la experiencia de AA.

«Cuando empezamos —dice el coordinador de un comité de Accesibilidad que estableció un servicio de respuesta telefónica—, se nos dijo: “Si generan expectativas, asegúrense de cumplirlas”. Siempre lo tengo presente. La mayoría de los que llaman son personas mayores, y están deseosos de vernos. Con frecuencia, una reunión presencial en casa les trae nuevo aliento a sus vidas, aunque sea por un tiempo. Nuestros veteranos son muy valiosos, ya sea en casa o en las reuniones, y no vamos a dejarlos caer en el olvido. Tan solo estamos retribuyéndoles un poco de lo que nos han dado».

El mensaje de AA también puede presentarse a las personas que laboran en las agencias de servi-

cios sociales que ayudan a los adultos mayores, así como en los centros de atención para personas de la tercera edad, incluidas las residencias de personas mayores, las que brindan atención personalizada (*de vida asistida*) y cuidados especializados.

Recursos disponibles: Muchos miembros de AA de edad avanzada participan en las reuniones en línea. Un recurso de información al respecto es el intergrupo en línea de Alcohólicos Anónimos (www.aa-intergroup.org). Además, existen algunas publicaciones de AA disponibles en la OSG que se enfocan en la experiencia de los alcohólicos de edad avanzada, entre ellas: *AA para el alcohólico de edad avanzada: nunca es demasiado tarde*, y *¿Se cree usted diferente?*

PADRES Y PERSONAS QUE CUIDAN DE OTRAS

Para los padres que son responsables del cuidado de los hijos —u otras personas que tienen responsabilidades de cuidado—, puede resultar difícil acudir a las reuniones y participar en otras actividades de AA relacionadas con el servicio.

Muchos grupos cooperan con el intergrupo local o la oficina central para elaborar un listado de reuniones a las que se puede ir con niños, o donde se dispone de un servicio de guardería. También puede ser útil elaborar un listado de miembros de AA dispuestos a participar en reuniones en línea o telefónicas con los progenitores o cuidadores que no pueden asistir a las reuniones presenciales. Proporcionar a las madres o padres solteros u otros cuidadores información acerca de las reuniones en línea también abre oportunidades de participación y compartimiento de AA que resulta muy saludable para todos los miembros.

Muchos grupos reciben a los cuidadores de miembros de AA en las reuniones cerradas, ya que lo ven como una forma de eliminar una barrera a la participación de los compañeros.

Recursos disponibles: Un recurso de información al respecto es el intergrupo en línea de Alcohólicos Anónimos (www.aa-intergroup.org).

COMUNIDADES DESATENDIDAS Y REMOTAS

Muchos miembros de AA viven en comunidades remotas o desatendidas, a las cuales es difícil llegar, ya sea por la geografía, el idioma o la cultura.

Puede tratarse de una comunidad que se encuentra muy lejos, o de una que está a la vuelta de la esquina. Esperamos que todos los alcohólicos que sufren tengan la oportunidad de recibir el mensaje de AA y de participar en nuestro programa de recuperación.

En algunas áreas se han creado comités de Comunidades Remotas para transmitir el mensaje a los miembros —y a los miembros potenciales— que no están recibiendo servicios. Para obtener más información, póngase en comunicación con el despacho de Accesibilidad: access@aa.org.

Recursos disponibles: Algunas de las publicaciones adicionales de AA disponibles en la OSG que podrían resultarle útiles son las siguientes: «Guías de AA acerca de comunidades remotas», *Los alcohólicos LGBTQ en AA*, *Ser negro en AA: experiencia, fortaleza y esperanza*, *Mujeres hispanas en AA*, *Muchas sendas hacia la espiritualidad*, *Detrás de los muros: un mensaje de esperanza*, *Miembros de AA indígenas*, *Un mensaje a los adolescentes*, y *Las mujeres en AA*. Además, un miembro del personal de la OSG puede brindar la experiencia compartida en las labores con las comunidades remotas.

LITERATURA FÁCIL DE LEER

Los miembros con dificultades de lectocomprensión pueden ser menos visibles que los AA con otras dificultades de accesibilidad. El representante de Literatura del grupo podría hacer especial hincapié en comunicar que muchos libros, folletos y artículos del *Grapevine* también están disponibles en formato de audio. Muchos grupos leen en voz alta, una práctica que puede ayudar a los nuevos a aprender los pasos y las tradiciones. También se puede ofrecer ayuda individual con la lectura y la comprensión mediante el padrino o la madrina u otros miembros del grupo.

Recursos disponibles: Existen materiales audiovisuales disponibles en la OSG. También puede solicitar a la OSG diversos folletos ilustrados fáciles de leer, así como el Libro Grande en lenguaje sencillo (solo en inglés). La oficina del *Grapevine* dispone de un amplio inventario de libros electrónicos y CD que recogen la experiencia compartida, la fortaleza y la esperanza de individuos miembros de AA.

* * *

El catálogo de literatura de la OSG y el AA Grapevine tiene una sección dedicada a materiales de Accesibilidad. Puede obtener este catálogo dirigiéndose a la OSG, escribiendo a Box 459, Grand Central Station, Nueva York, NY 10163; o llamando al número telefónico 212 870 3400; o en www.aa.org. También hay recursos disponibles en los comités de Accesibilidad locales y de área.

© Alcoholics Anonymous World Services, Inc.,
2019, 2025.

Todos los derechos reservados.

www.aa.org.