

Algunos rasgos de la codependencia

- El estado de ánimo del adicto depende del consumo de la droga y el estado de ánimo del codependiente depende de la conducta del adicto (con la diferencia de que el adicto cuenta con la droga para evadirse de la realidad, Y EL CODEPENDIENTE NO).
- La conducta del codependiente está determinada por el adicto, y no por él mismo.
- La codependencia, como las adicciones, es progresiva. Es necesario tratarla con ayuda profesional.
- El codependiente intenta, inconscientemente, controlar y manejar la conducta del adicto y sus consecuencias. Su actitud sólo "facilita" la continuación del consumo de drogas.



Secretaría
de Educación



UNIVERSIDAD
VERACRUZANA

FUENTES CONSULTADAS:

Washton, A., Boundy, D., *Querer no es poder*, Paidós, México, 1991.
Www.vida.org.mx

Otros títulos:

1. Las definiciones
2. Alcohol
3. Tabaco
4. Marihuana
5. Cocaína
6. Extasis, MDA o tacha
7. Disolventes inhalables
8. Medicamentos psicotrópicos
9. Hongos alucinógenos y peyote
10. Esteroides anabólicos
11. Codependencia
12. ¿Sospecha usted que su hijo consume drogas?
13. Prevención en el hogar
14. Mitos sobre las drogas
15. El tratamiento de las adicciones

¿Necesita ayuda?

Consejo Nacional contra las Adicciones: 01800 911 200
Centros de Integración Juvenil: (55) 5212 1212
Fundación Vida: www.fundacionvida.org.mx (55) 5545 7922, 2624 3533
Consejo Estatal contra las Adicciones: (228) 842 3011, 842 3000, Ext. 3408
Centro de Integración Juvenil Xalapa: (228) 815 0500
Casa Nueva Comunidad Terapéutica
Fernando Montes de Oca No. 4, Marco Antonio Muñoz Xalapa, Ver. C.P. 91060
(228) 841 5989, 820 3110, 820 3120
Centro de Integración Juvenil Poza Rica: (782) 823 4400
CÚSPIDE Centro Estatal contra las Adicciones: 01800 701 9282, (229) 972 1473

Secretaría de Educación de Veracruz
Coordinación para la Prevención y Atención de las Adicciones
Y de las Conductas Antisociales
Oficinas centrales,
Carretera federal Xalapa-Veracruz Km. 4.5, Col. SAHOP, C.P. 91190,
Lada 01 800 71 26 340, 800 71 26 341,
Conmutador 8 12 58 04, 8 12 58 05 Ext.223.

Diseño: Ignacio Aguirre Iscorbe



FIDEL
HERRERA BELTRÁN
VERACRUZ

GOBIERNO DEL ESTADO

Adiccionario

Beatriz Velasco Muñoz Ledo

11 Codependencia



Veracruz late con fuerza



Aunque la palabra "codependencia" no es un término científico, se utiliza en el campo del tratamiento de las adicciones para referirse a la condición de estar obsesivamente involucrado en los problemas de un adicto. Los "codependientes" se preocupan de manera obsesiva por tratar de "curar", proteger y rescatar al enfermo. Generalmente, este fenómeno se observa entre los familiares de los adictos: padres,



cónyuges, hermanos, hijos, etc. No se trata de la reacción normal de quienes se preocupan auténticamente por el adicto ante una crisis. La codependencia se presenta cuando la ayuda tiene un efecto contraproducente, provocando daños tanto al "ayudador" como al adicto. Los codependientes quedan atrapados en un "círculo vicioso" en el que los esfuerzos bien intencionados de ayudar sólo contribuyen a prolongar el problema.

Conductas "facilitadoras"

En su afán por ayudar al adicto, sin darse cuenta y con la mejor intención, el codependiente con frecuencia adopta conductas "facilitadoras" que sólo contribuyen a la prolongación del consumo, por ejemplo:

- Proteger al adicto de las consecuencias negativas de su consumo de drogas rescatándolo cuando se mete en problemas, pagando sus deudas, relevándolo de sus responsabilidades, etcétera.
- No poner límites. Por ejemplo, cuando los familiares le prestan o le dan dinero al adicto, a pesar de saber que lo empleará para adquirir la droga.
- Actuar en complicidad con el adicto, y hasta ayudarlo a conseguir, a pagar, y a usar la droga.

Los familiares que se comportan así, generalmente lo hacen porque se sienten prisioneros del problema: están condenados tanto si ayudan como si no ayudan.

Si estos problemas no son tratados adecuadamente en un ámbito profesional o acudiendo a grupos de autoayuda (Al Anon, Familias Anónimas, etc.), pueden afectar negativamente la recuperación del adicto y la de su familia.