

# SANANDO LAS PÉRDIDAS DE UNA ADICCIÓN



Tener una adicción, causa distintos efectos en las personas y familias, entre ellos las pérdidas en diferentes áreas. *Protegidamente, encontremos lo que HASTA AHORA, ya no tenemos, e incluso, encontrarles sentido, trascendentemente.*



Cuando pensamos en adicciones, pueden venir muchas ideas, algunas, las más comunes, son historias de *disfuncionalidad social*, donde la persona se ve casi perdida, sin embargo, tomando en cuenta que podemos generar dependencia por cualquier

cosa (sustancias, circunstancias, personas, relaciones, etc.), la mayoría de los adictos, *nos integramos socialmente* y somos personas que presentan poca dificultad para los sectores gubernamentales. Dicho en otras palabras, mientras no estemos tirados en la calle, delinquiendo o utilizando recursos del sistema de salud, es poca la atención que se le pone a la adicción. Por esta causa, muchas veces perdemos de vista las consecuencias que pueden presentarse, en este caso, hablaremos *específicamente* de las pérdidas que acompañan dolorosamente a las dependencias.

Pero... **¿Qué clase de pérdidas podemos tener por las adicciones?**

muerte propia o ajena. Desgraciadamente, existen muchos casos donde por imprudencia o falta de atención, descuidamos factores tan importantes como *la vida*. Cada fin de semana mueren muchas personas en accidentes donde el alcohol fue el principal elemento. Las pérdidas mortales implican también suicidios, los cuales



son más frecuentes de lo que se imagina, y todos podemos comprobarlos tan *fácilmente* como mirar la sección de fumar en cualquier restaurante; y es que aunque parece exagerado, investigaciones importantes, relacionan los impulsos suicidas inconscientes con actitudes como fumar, conducir a

grandes velocidades y deportes extremos, así como practicar cualquier actividad de la que se conozca su riesgo físico y mortal.

**Físicas:** son aquellas donde se ve involucrada una o varias partes del cuerpo, desde piernas, brazos, rostro, órganos sexuales, etc. También pueden verse afectadas las capacidades. Por ejemplo, la adicción a la comida, puede causar pérdida de un cuerpo saludable, ya sea por el aumento de peso, la flacidez en la piel, pero también involucrar



[www.centroliber.com](http://www.centroliber.com)

capacidades como movilidad.

**Sociales:** aquellas referentes a las relaciones afectivas, laborales y familiares entre otras. También se incluyen las de status, por ejemplo: muchas empresas desplazan de sus puestos a los empleados cuando detectan que son workaholics (adictos al trabajo) pues esto puede implicar un riesgo para la institución; esta práctica es común en urgenciólogos, operadores de maquinaria delicada, o incluso en aquellas empresas donde la información significa grandes cantidades de dinero y el cansancio o exceso de trabajo se podría traducir en errores que resultan costosos.



**Valores:** cuando el *respeto, autoestima, tolerancia, amor* y todos los valores se olvidan o se dejan de ver. Este tipo de pérdidas son las primeras que acontecen cuando existe una adicción, ya que en la mayoría de los casos, suele olvidarse *el propio valor de la vida y su cuidado*, sustituyéndose por placer inmediato, que como sabemos, tiene altísimos costos.

Todas las pérdidas que hemos descrito pueden presentarse juntas o aisladas, suele existir un efecto domino que nos arrastra hasta las consecuencias más desafortunadas, pero aunque suene drástico, la buena noticia es que *se abren posibilidades de sanar*, pues todos los sucesos se



[www.centroliber.com](http://www.centroliber.com)

pueden *trascender*, confiando en que *puede ser así*, pero comenzando por *aceptar la realidad, incondicionalmente*, sabiendo que no podemos modificar el pasado, *evitando castigarte y enfocarte en ir aprendiendo* de los errores cometidos; esto se logra *explorando en tus sentimientos, honestamente*, verificando cuales son, *reconociéndolos* y finalmente, esto te permitirá *reorganizar tu vida significativamente*. Recuerda que en **CENTRO LIBER**, siempre estas dispuestos a acompañarte en este proceso.



### **Psic. Eveline M. Glez. Dublán**

Eveline piensa que el dolor de una adicción y sus consecuencias deja muchos aprendizajes, los cuales, automáticamente ayudan a resarcir el daño generado por las mismas, como un balance natural.

### **PROXIMO BOLETIN: "SEXUALIDAD Y ADICCIONES"**

twitter



@centroliber

facebook



**Si deseas conocer más sobre nosotros o tienes alguna duda puedes consultar nuestra página**

**[www.centroliber.com](http://www.centroliber.com) o escríbenos a**

**[centroliberhgo@centroliber.com](mailto:centroliberhgo@centroliber.com)**

El lector es el único responsable del uso de las ideas, conceptos y contenidos que este boletín semanal propone en su información. Si deseas darte de baja envía un correo con asunto "baja boletín".



*Aprendizaje y crecimiento trascendente*  
Psicología, Tanatología, Sexología y Más...  
[www.centroliber.com](http://www.centroliber.com)

Escuchándonos a través de:

[www.radiomenteabierta.com](http://www.radiomenteabierta.com)



**MARTES 11:15 A.M. (Méx.)**

*Con: Mayra Pérez y  
Cesar Pérez*



**LUNES 18:00 HRS (Méx.)**

*-Trascendiendo conscientemente-  
Con: Alejandro Espinosa y Laura Velázquez*



**Hoy más que nunca, necesitamos de tu apoyo. Conócenos y ayúdanos a continuar con nuestra labor.**

[www.milagroscaninos.com](http://www.milagroscaninos.com)



*Gracias por apoyar la educación de la Sexualidad...*

**Netzahualcóyotl #9  
Colonia Centro  
Texcoco, Edo. Mex.  
01(595)95 50 61 3  
[egoxx@yahoo.com.mx](mailto:egoxx@yahoo.com.mx)**