

Roles de género, conductas y significado de la experiencia en la relación de pareja de mujeres que han convivido con hombres con la condición de alcoholismo en Puerto Rico¹

Mildred Betancourt Sanjurjo²

Vivian Rodríguez Del Toro

Leila Crespo Fernández

*Universidad Interamericana de Puerto Rico,
Recinto Metropolitano*

Resumen

El alcoholismo es un grave problema que enfrentan muchas familias. Se considera un factor en conflictos familiares y de pareja. Este artículo surge de una investigación para explorar las conductas, roles de género y las experiencias de mujeres que han convivido con un hombre con condición de alcoholismo. Análisis de las diez entrevistas evidenció que estas mujeres asumen roles de esposas y madres enmarcados en proteger y cuidar sus parejas, responsabilizándose por su conducta, sobrecargándose de tareas y responsabilidades domésticas, con la expectativa irreal de cambiar la conducta de éstos y controlar el alcoholismo. El significado de la experiencia estuvo enmarcado en el sufrimiento y un posterior proceso de apoderamiento que algunas lograron en grupos de apoyo para familiares de personas alcohólicas.

Palabras claves: *Alcoholismo, roles de género, efectos emocionales, familia*

¹ *Nota:* Este artículo fue sometido a evaluación en abril de 2011 y aceptado para publicación en julio de 2011.

² Toda comunicación de este trabajo debe hacer a la primera autora a: mildbet@yahoo.com

Abstract

Alcoholism is one of the most common social problems in Puerto Rico, and it is associated with conflicts within couples and their families. The article presents the results of an investigation that explored gender roles, behaviors and the meaning of the relationship among ten women who lived with an alcoholic spouse. Analysis of the interviews evidenced, in accordance with the revised literature, that these women assume the roles of caretakers of their spouses, taking up most family and domestic responsibilities with the unreal expectations of changing their behaviors and their problems with alcohol. The meaning of their experiences was of great suffering and for some of them an empowerment process obtained through support groups for alcoholic partners.

Keywords: *Alcoholism, gender roles, emotional effects, family*

El alcoholismo es uno de los problemas más comunes que enfrentan las familias en Puerto Rico. Estadísticas del 2002, del Programa de Evaluación de Necesidad de Servicios para el Abuso de Sustancias, Administración de Servicios de Salud Mental y Contra la Adicción (ASSMCA, por sus siglas) muestran que el 27.2 por ciento de las personas entre 15 a 64 años (2, 497,108) abusan del alcohol y/o drogas en Puerto Rico (ASSMCA, 2002). Para el 2004-2005, esta agencia en su informe sobre Vigilancia de Problemas Asociados al Abuso de Sustancias en Puerto Rico, reportó que en el área metropolitana de San Juan el 51.5% de la población entre 15 a 64 años consumía alcohol (los llamados “bebedores”), mientras que el 27.2% caía en la categoría de participar de “bebelatas” (“*binge drinkers*”, término en inglés). Estadísticas del 2009, muestran que el 43 por ciento de los adultos en Estados Unidos (76 millones de personas) han estado expuestos al alcoholismo en su familia. Por otro lado, 23 millones de norteamericanos sufre de adicción y abuso de sustancias y 18 millones están relacionadas al alcoholismo. Los hombres son tres veces más propensos que las mujeres a sufrir esta condición (Alcoholism Information and Resources, 2009).

La enfermedad del alcoholismo representa un gran riesgo para el que la padece, pero también implica dificultades para quienes conviven con el enfermo, siendo el cónyuge una de las figuras más afectadas debido a su relación afectiva y de intimidad. Se estimaba

para la década de los años 90, que el número de niños que crecían en hogares con alguna persona alcohólica era de 28 millones de personas (Hewes & Janikowski, 1998). Al presente, la Asociación Nacional para Niños de Alcohólicos (NACOA, por sus siglas en inglés) menciona que uno de cuatro niños en los EEUU viven en un hogar donde el alcoholismo afecta su mundo y su desarrollo National Association for Children of Alcoholics (s. f.). Otro sinnúmero de niños reside en un hogar plagado de abuso de sustancias. Esta organización manifiesta que vivir en estos hogares de abuso y consumo durante las etapas de infancia y niñez puede causar consecuencias mentales y físicas en estos niños.

Existe una gama de efectos negativos que tiene el consumo de alcohol, tanto en los familiares como en las parejas, ya que al alcoholismo se le conoce como una enfermedad familiar, según Parsons (2003). De acuerdo con esta autora, un alcohólico alterará la vida familiar y provocará daños duraderos en sus miembros. De acuerdo al Departamento de Salud de los EEUU y la Administración de Abuso de Sustancias y Servicios de Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés), 76 millones de adultos norteamericanos han estado expuestos al alcoholismo en la familia (Parsons, 2003). Esta autora también menciona que, ya que una de cada cuatro familias tiene problemas con el alcohol, el alcoholismo es la mayor causa de una gran cantidad de problemas familiares, al compararlo con otras causas importantes.

Vallecillo, Durán, Rebolledo y Tejeiro (2004) manifiestan la necesidad de profundizar e investigar sobre el problema del alcoholismo y los múltiples y profundos daños psicológicos que dicha enfermedad ocasiona en la compañera o esposa del enfermo, tales como: mayor riesgo de presentar inestabilidad emocional, ansiedad, sentimiento de culpa, indefensión aprendida y reacciones psicósomáticas, entre otras. Debido a que el alcoholismo se considera un factor principal en un sinnúmero de conflictos familiares y de pareja (Yearing, 2003) tales como, el abuso sexual, incesto y violencia, el tratamiento para esta enfermedad debe estar dirigido a beneficiar no sólo al que la padece, sino también a los familiares. Sin embargo, los tratamientos dirigidos a las parejas y familiares de estos adictos solo se han limitado a los grupos de autoayuda.

Por otro lado, cabe señalar que en la literatura relacionada al tema del alcoholismo a la compañera de vida o pareja de una persona

con esta condición, se la identifica como co-dependiente (ej. Beattie, 1992; Morgan, 1991; Wells, Glickauf-Hughes, & Jones, 1999). En torno a este concepto, hay debates fundamentales por la falta de consenso en cuanto a una definición universalmente aceptada. A pesar de la diversidad de definiciones, según Dear y Roberts (2002) la mayoría de los autores coinciden en que existen unos temas centrales. Esto es, la persona co-dependiente confía en los demás hasta el punto de necesitar la aprobación de sus conductas o emociones, definiendo su identidad propia a base de las expectativas del otro. Este comportamiento propende a que la persona se involucre en comportamientos como los de ser rescatador o que trate de enmendar los daños causados por la irresponsabilidad del otro. Para propósitos de esta investigación, utilizamos la definición de codependencia propuesta por Beattie (1992). La codependencia, según esta autora, se refiere a una persona que ha permitido que la conducta de otra le afecte y que a su vez se obsesiona en controlar la conducta del otro, lo que interfiere con su propio desarrollo y autonomía personal.

Propósito y justificación del estudio

La presente investigación se realizó con el propósito de explorar, definir y describir cabalmente las experiencias de mujeres al convivir con un hombre con la condición de alcoholismo, desde una perspectiva psicológica y de género. Esto incluye conocer el rol de ellas como parejas en la vida de sus compañeros adictos al alcohol y cómo estas experiencias impactan su diario vivir en todas las facetas: personal, profesional, social y emocional. Además, descubrir el significado que estas mujeres le adscriben a sus experiencias en esta relación.

Escuchar las voces de las personas afectadas como consecuencia de la conducta adictiva de su pareja, puede servir para desarrollar mejores estrategias de intervención, así como para concienciar y educar a los profesionales de la salud en cuanto a la necesidad de servicios terapéuticos especializados para esta población (Wells, Glickauf-Hughes, & Jones, 1999). Igualmente importante, es que el presente estudio es el único de esta naturaleza que se ha llevado a cabo en Puerto Rico.

Preguntas de investigación

1. ¿Cómo describen un grupo de mujeres puertorriqueñas su rol

de género y sus comportamientos en la relación de pareja al haber convivido con un hombre con la condición de alcoholismo?

2. ¿Cuáles son las conductas y los sentimientos que manifiestan las mujeres participantes en su relación de pareja conviviendo con un hombre con la condición de alcoholismo?
3. ¿Cuál es el significado de la experiencia en la relación de pareja que emerge de las narrativas de las mujeres participantes que convivieron con un hombre con la condición de alcoholismo en Puerto Rico?

Método

Se utilizó la metodología cualitativa con un enfoque fenomenológico, porque permite conocer a profundidad la manera en que las personas se expresan y se comportan en torno a un fenómeno. Además, el diseño fenomenológico es idóneo para explorar el significado particular y único que las participantes le adscriben a sus experiencias (Lucca & Berríos, 2009). Para recopilar la información, se llevaron a cabo entrevistas audio grabadas siguiendo la recomendación de Lucca y Berríos (2009) y de Creswell (2009). Para estos efectos, se utilizó una guía de preguntas semi-estructuradas, elaborada a partir de los temas identificados en la revisión de literatura pertinente, y un protocolo de observaciones, para el proceso de las entrevistas.

Participantes

Las participantes fueron diez mujeres puertorriqueñas que habían convivido o convivían con un hombre con la condición de alcoholismo, por un periodo no menor de cinco años; o un período no mayor de dos años de haber terminado la relación, si ya no convivían con esa pareja. Las mujeres tenían entre los 38 y 61 años de edad, con un promedio de 48.7 años. Todas ellas pertenecían a un nivel socio económico de clase media y eran residentes de áreas urbanas en varios municipios de la isla. Nueve (9) de las participantes habían estado casadas por más de diez años y ocho (8) tenían hijos e hijas. Una (1) de las participantes se había separado de su esposo hacía solo seis meses. Asimismo, ocho (8) de las participantes tenían educación

universitaria, desde grados asociados hasta maestrías y dos (2) eran graduadas de escuela superior. Todas las participantes fueron reclutadas por disponibilidad a través de anuncios en tablones de edicto y mediante la técnica de reclutamiento en cadena o efecto de bola de nieve.

Procedimiento

Las entrevistas profundas para la recopilación de información tuvieron una duración aproximada de 90 minutos cada una. Las mismas fueron grabadas en cintas magnetofónicas para fines de transcripción *ad-verbatim* o sea, palabra por palabra. Previo a las entrevistas, se obtuvo el consentimiento informado para las entrevistas y para la grabación en audio, siguiendo todas las guías y procedimientos éticos para la investigación con humanos, requeridos por la Junta de Revisión Institucional de la Universidad Interamericana de Puerto Rico.

El análisis de los datos se llevó a cabo utilizando el análisis de contenido cualitativo. Esta es una técnica de interpretación del texto que es útil para analizar la presencia, significado y las relaciones entre las palabras y los conceptos (Abela, 2002; Creswell, 2009). El análisis de los datos permitió identificar las categorías y sub-categorías que emergieron de los temas y las narrativas. Este proceso llevó a la construcción e interpretación de la realidad textual que se analizó con el objetivo de contribuir a la investigación científica.

Resultados

Para contestar la primera pregunta de investigación, de las narrativas de las participantes surgió la categoría: **roles de género** (rol de esposa y rol de madre). La categoría **roles de género** surge de la descripción que las participantes hacen de sus conductas ejerciendo sus funciones de esposa y madre. Un rol de género se considera un conjunto de normas de comportamiento asociadas como masculinas o femeninas adscritas por un grupo o sistema social (Butler, 2007). Esta descripción es cónsona con la definición provista por Castro (2004) del síndrome de sobre-adaptación, que describe aquellas conductas de las mujeres tradicionales aprendidas en sus hogares de crianza y en el medio cultural en el que se desarrollan. Las conductas de algunas de las participantes están enmarcadas o justificadas partiendo de lo que

ellas pensaban era su responsabilidad como esposas y madres interpretadas desde el marco de referencia de su crianza y socialización de género. A modo de ilustración en torno a los roles de género (esposa, madre) se incluyen algunas citas de participantes:

...Yo decía ¡caramba! si a lo mejor es no soy lo suficientemente mujer, ni lo suficientemente inteligente, ni he buscado los medios para, ves, yo creía que yo podía tener ese control en un momento dado y afanosamente decía pues el hogar, los hijos, la familia, las actividades, todo que, que lo que teníamos era para, para que fuéramos felices en algún momento dado para que todo estuviera bien, para que él estuviera saludable para que se hicieran las cosas como yo entendía que era una familia ideal. (P #6)³

...Y muchas veces pensé, pues ...eres tú, porque la mujer virtuosa, esto, es capaz de, de ser respetada por su esposo, de tener todo ...yo me sentía incapaz, eh, no me sentía completa..., decía hay algo mal que está funcionando conmigo cuando yo no consigo que, esto, que él esté más saludable o que deje de beber, o que sea mejor esposo... (P #1)

...siempre me sentí menos, siempre sentí menos, siempre sentía pues que él era más poderoso, eh, tenía todo el control y que pues yo era totalmente sumisa, totalmente sumisa... ...y yo siempre pues transando que fuera por menos, pero para mí era importante, porque por fin me sentía señora, ya no era una mujer que andaba por ahí... (P #1)

...Y aunque estaba rebelde y me sentía sumamente incómoda y reclamaba mi espacio, esto, pues nada, me acostumbré a estar siempre llena de obligaciones, eh, la casa, la nena, el trabajo... (P #4)

...tengo que desaprender todas esas cosas que a mi me enseñaron de pequeña, de que, de que, pues, que la mujer está ahí para, para suplirle unas necesidades al hombre... (P #4)

³Nota: Cada verbalización ha sido identificada con un código único para cada participante. La sexta participante ha sido identificada como P #6 y así consecutivamente.

RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

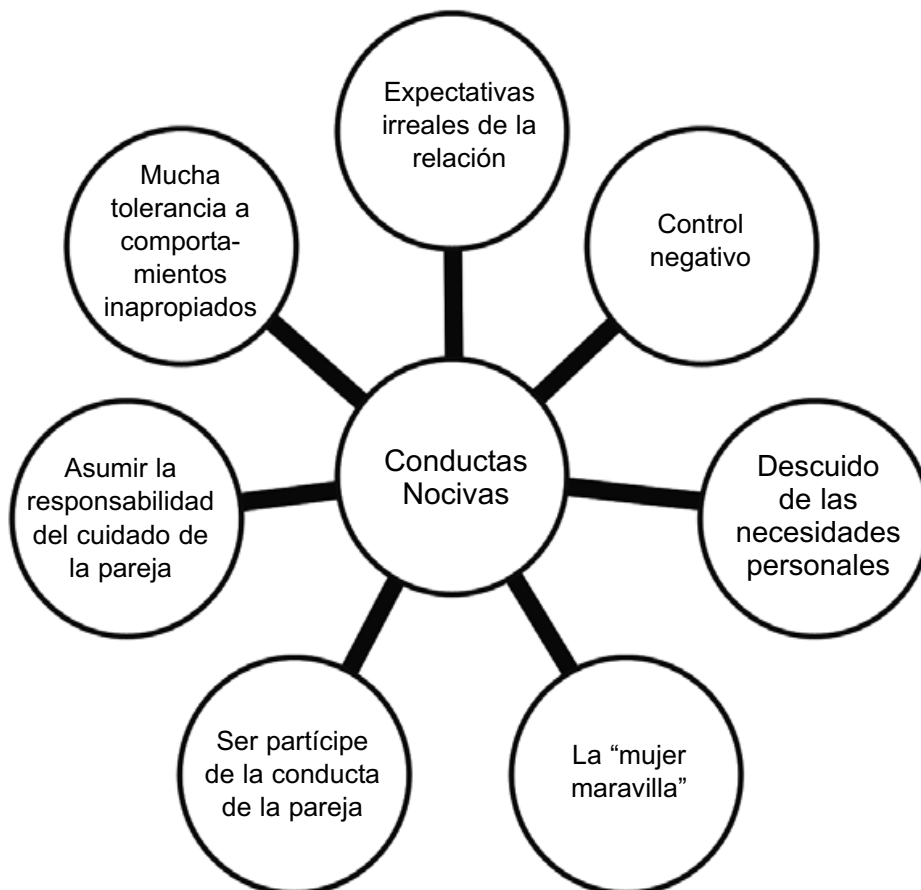
...Pero para mí el hogar era un esposo, una esposa, hijos, esto, eh comunidad familiar a lo que yo estaba acostumbrada...

(P #7)

...Mi función era, este, cuidarlo, este, mantenerlo este, que se viera siempre presentable, la comida al día, la casa brillaba, este, yo no sacaba tiempo para mí, ah y encima de eso, yo trabajaba también, yo trabajaba, yo nunca dejé de trabajar porque él me dijo a mí que él no mantenía mujeres. (P #9)

A partir de la segunda pregunta de investigación, surgen cuatro categorías. En primer lugar, las **conductas nocivas** que incluye los temas: tolerancia a comportamientos inapropiados, asumir la responsabilidad del cuidado de la pareja, control negativo, descuido de las necesidades personales, “mujer maravilla”, ser partícipe de la conducta de la pareja y expectativas irreales de la relación. Estas se presentan en el siguiente diagrama (Diagrama 1):

DIAGRAMA 1



RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

A continuación algunas citas relacionadas a la categoría de conductas nocivas:

...Pues yo se la botaba, se la escondía, todas esas cosas. Me la tomaba a veces con él, al principio. Me la tomaba para que fuera menos. Este, pero, casi siempre se la botaba. Se la botaba, pero nada, volvía y traía, salía y traía. (P #6)

...Yo le botaba, yo le botaba el alcohol, yo le botaba las botellas, yo se las vaciaba en el fregadero. ...esa botella yo se la arrebaté de las manos y se la restallé contra la pared. (P #9)

...porque también yo tengo esa cosa de que yo lo protejo demasiado... (P #5)

...Me sigo sintiendo protectora de él. En algunos momentos sí. ...lo veo todavía como indefenso. (P #4)

...yo necesitaba estar pendiente de él. Esa era mi necesidad, como de protegerlo, que no le pasara nada, este, pues, yo era como, yo me consideraba como su, su mamá. (P #6)

...Eso es una de las cosas, que a veces uno se siente solo y al,... y continúa (en) la relación, a pesar de que no te conviene... y sigo con el mismo temor de estar sola. (P #5)

...todo lo que hubiera que hacer, pero entonces dejé de ser yo, no vivía, no tenía vida propia, era una cosa terrible, terrible, siempre agobiada, siempre de mal humor, siempre hastiada de la vida, con 30 años no es para que tu estés hastiada de la vida, pero así yo estaba. (P #3)

...Como que no visualizo que tengo espacio personal. Sí, sí he pensado que sí yo no tengo ningún espacio, una vida, no sé yo nunca como que, no sé fuera del matrimonio como que no, espacio para mí, yo no..., yo no recuerdo no, no tengo como que recuerdo. No tengo recuerdo. No recuerdo. No te puedo decir que hasta fuera del matrimonio yo tengo espacio para mí. (P #10)

RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

...yo me convertí en esta “super woman” que podía bregar con sus dos bebés, que no tenía automóvil, que tenía poco dinero,... si hacía falta poner la cortina yo me trepaba y ponía el clavo, ponía la cortina y la cosía y también la montaba, y cuando había que pintar, pues yo pintaba..., en fin, jugué todas las bases... (P #3)

...En la educación de mis hijos también, yo los llevaba, yo los traía, yo los llevaba a las actividades,... Todo lo hacía yo, eso era así. Pintaba, ¡qué yo no hago! (P #6)

...Si yo pudiera lograr que él cambiara verdad, pues a lo mejor las cosas fueran diferentes. (P #10)

...Yo era tan ingenua que creía que conmigo iba a ser diferente porque yo sentí que yo era la mujer de su vida en un momento dado y que conmigo iba a ser diferente,... (P #1)

La segunda categoría que surge son los **efectos emocionales** que las participantes expresaron y los sentimientos relacionados a éstos. Los temas son: baja autoestima, coraje, resentimiento, depresión, abandono, inseguridad, pensamientos suicidas y homicidas, aislamiento y confusión. La expresión más marcada de la perturbación emocional experimentada por seis (6) de las diez (10) mujeres fue el llanto a través de casi toda la entrevista. A pesar de preguntárseles si deseaban continuar o tomar un tiempo para calmarse, todas estaban deseosas por hablar y describir sus experiencias, aun a pesar del llanto. Se pudo evidenciar la necesidad que estas mujeres mostraban de ser escuchadas, desahogarse y liberar sus sentimientos, a través del relato de sus historias, donde ellas eran las autoras principales y no sus esposos. Algunas citas para ilustrar esta categoría son:

...me afectó mucho, mi autoestima, me, me, mi autoestima se bajó muchísimo. Yo no, yo no quería llamar la atención, yo no quería como que gustarle, yo quería estar como que, invisible... (P #6)

...tenía una inseguridad brutal, brutal, yo no me atrevía ni hablar con la gente, este, y me sentía tan porquería, había

RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

perdido toda la estima sobre mí misma, bien brutal. ...no era nadie, un trapito vacío... (P #3)

...Yo perdí mi autoestima completamente. ...me siento bien frágil, bien frágil,..(P #9)

...Así que yo viví pues en esa montaña rusa... (P #1)

...decidí ser la nena buena y yo soy invisible. Sabes, no es que yo sea invisible, pero yo no, cómo te digo, yo no, no, no, si tengo un derecho yo no lo reclamo, me entiendes. Yo me quedo callá. No reclamo mis derechos, no me doy a respetar... ...yo sigo siendo buena y sigo siendo así para que me sigan queriendo ¿entiende?... (P #5)

...Mi coraje, mis lágrimas, Dios mío eso es una cosa terrible. ...yo siempre me pasaba de mal humor, de mal humor, porque teníamos discusiones, obviamente y yo no sabía, yo nunca he sabido manejar el coraje. No lo he sabido manejar, y estoy dentro de esta relación que lo más que paso son corajes. (P #3)

...Este, y todo eso es un junte de cosas que aun sin saber estaba depresiva, pero no me daba cuenta porque me apestaba la vida, pero no tenía nombre ni apellido eso, tu sabes, que me apesta la vida, que me están haciendo que me apesto la vida. (P # 3)

...Bien deprimida, bien deprimida... porque ellos saben que yo no soy feliz, que yo no me siento feliz. Y entonces, este, de verdad que me siento bien deprimida. Y a veces he estao por, de verdad, coger la cartera e ir allí... (P #2)

...esa inseguridad de no saber dónde estaba parada... Te causa miedo, te causa temor,... tú no sabes qué es lo que va a pasar mañana,... (P #7)

...yo me levanto todos los días sin ningún pensamiento, sin ningún motivo. Como una autómatas, así me siento. Y la tristeza que llevo adentro que no me la puedo quitar, que es como una agonía, y no me quiero sentir así. y no hay nada que me pueda

RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

ayudar, nada, nada, nada. (P #9)

...más allá de, de depresión, coraje, hubo efectos emocionales bastante agudos, bastante fuertes...pero mis gestos, mi coraje, lo descargaba en ellos... (los hijos) (P #3).

...Yo desarrollé resentimientos con mucha gente, incluyendo con su familia. ...yo desarrollé mucho resentimiento con esas personas. Mucho resentimiento. (P #7)

...Yo le pedía a Dios día a día que me levantara. Que me levantara y me quitara todos los pensamientos negativos en mi mente, porque..., sinceramente, yo no quería estar aquí, en este mundo, y no es que me fuera a suicidar,... (P #9)

...estoy bien confundida, porque yo no te puedo decir si yo lo amo o no... (P #2)

La tercera categoría relacionada a las conductas y sentimientos de estas mujeres son los **efectos físicos**, entre las cuales mencionan: obesidad, movimientos involuntarios de la cabeza, alta presión sanguínea, dolores de cabeza, cáncer del seno y acidez crónica. Algunas citas que ilustran los efectos físicos son:

...yo no era así de gruesa, yo era más flaquita y cuando yo, desde que yo comencé con este, con esta relación, este, eh tormentosa, vamos a decirlo así, eh, me da ansiedad, me da mucha ansiedad y a veces, pues, obviamente, me da con comer... (P #2)

...yo tengo un movimiento involuntario en la cabeza y ese movimiento, cuando yo fui a las personas que trabajan con eso, me dijeron, “eso es una especie de cayo que se va formando por la tensión, según tu te trinca...”, y yo vivía trinca, yo vivía trinca,... (P #3)

...“usted sabes una cosa, usted tiene esa presión, pero esa presión, eso no es por la brega de sus hijos, usted sabes una cosa, es por su marido”. (P. #4)

...Y ahí me empezaron esos dolores de cabeza... Este, y la tensión, o sea, mucha tensión que se acumula aquí en esta área (señalando detrás del cuello). Sabes, este, esos dolores de cabeza,... (P #4)

...yo tengo una acidez casi permanente... porque yo me tragaba mi dolor, mi angustia, mi desesperación... (P #4)

Finalmente, la cuarta categoría son los **estilos de comunicación** con su pareja. Bajo esta categoría, se identificaron la comunicación sana y la comunicación patológica. A continuación algunas citas relacionadas a esta categoría:

...Siendo crítica, pero, lo que hace que yo no me vaya a un extremo a hostigarlo es mi experiencia aprendida. (P #6)

...yo no tenía la capacidad ni tan siquiera para tener una buena comunicación al mismo nivel, siempre era lo que él quería, cuando él quería, como él decía, y cuando yo decía algo diferente él montaba la cara pues entonces ya era eso suficiente para mí para yo aplacar cualquier deseo personal mío, esto, para no interrumpir el proceso de él...(P #1)

...yo siempre me eché la culpa de esa desconfianza, supuestamente, yo me eché la culpa. Yo dije, “pues como yo no bebo qué me va a hablar él de bebida”. Como yo no..., sabe, yo me eché la culpa, que yo, bueno yo llegué a considerar, “mira sí tráete las cervezas para acá y las metemos aquí en la nevera”, con tal de llevar el party en paz, tú sabes, la vida de nosotros en paz. (P #7)

En torno al significado de las experiencias de estas participantes sobre su relación de pareja (pregunta #3) surgió la categoría de familias de origen. En torno a esta, nueve (9) de las participantes hicieron referencia a los problemas que tuvieron que enfrentar en sus hogares de crianza, como el maltrato, en todas sus formas y el alcoholismo de padres y familiares. Todas las participantes identificaron a alguna persona allegada durante su niñez con la condición de alcoholismo. De

RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

éstas, siete (7) identificaron a sus padres o padrastros. Las expresiones de algunas de las participantes denotan que era “normal” para ellas el consumo de alcohol, pues estaban acostumbradas a ver a sus familiares e inclusive, ellas mismas en ocasiones, ingirieron alcohol. Pero, no fue hasta la relación con su pareja que se dan cuenta del daño que esto les estaba ocasionando. A continuación algunas citas que ilustran los temas relacionados a las familias de origen:

*...pues lamentablemente, yo digo lamentablemente, verdad, porque me ha costado mucho entenderlo, este, eh, me tocaba.”
“Todavía duele, porque (llorando), la pérdida de la niñez, cuando uno se da cuenta, la inocencia, este, es duro, es duro.”
(P #4)*

...Este, también sufrí maltrato de él, por parte de su alcoholismo, sufrí maltrato de él... (un tío la maltrataba físicamente). (P #6)

...pero mi mamá era bien violenta. Violenta, violenta. (P #9)

...Mi papá también fue alcohólico, mi papá bebió desde que yo tengo conciencia. (P #1)

...mi papá este, eh, vamos a decirle que es alcohólico pues el alcoholismo no se cura ¿verdad? ...y pues yo me crié en un hogar alcohólico... (P #2)

...tengo una de mis hermanas es alcohólica, hoy lo entiendo así,... (P #3)

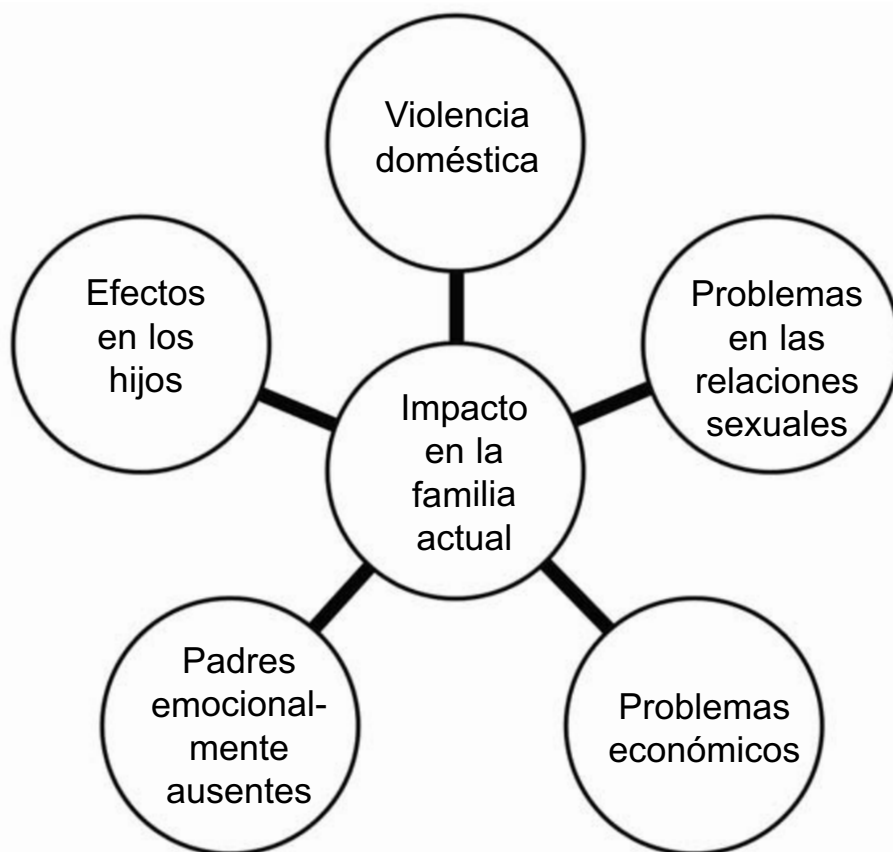
...yo también este, vi el progreso de la enfermedad del alcoholismo con mi padrastro... (P #4)

*...existía el alcoholismo porque mi abuelo era alcohólico,...
(P #5)*

De las narrativas emergió también la categoría del impacto en la familia actual de las participantes, que incluye situaciones de violencia doméstica, problemas en las relaciones sexuales, efectos económicos,

padre emocionalmente ausente e impacto en los hijos. Todas las entrevistadas concuerdan que la enfermedad (alcoholismo) de sus esposos ha trastocado áreas como sus finanzas, la relación matrimonial, la relación con sus hijos y la conducta de sus hijos e hijas. En cuanto a la relación con sus hijos, una de las participantes informó que ella era la que agredía a sus hijos como consecuencia de su estado emocional por los problemas con el alcoholismo de su esposo. Sobre la violencia doméstica, siete (7) de las entrevistadas narraron experimentarla en sus familias actuales, mediante abuso emocional (insultos, humillaciones) y maltrato físico del hombre hacia ellas y sus hijos, así como agresiones de parte de alguno de los hijos hacia el padre alcohólico. Además, se evidenció cómo se afecta el área económica de la familia por el incumplimiento del esposo con las responsabilidades del hogar. A continuación, diagrama sobre el impacto en la familia actual (ver Diagrama 2).

DIAGRAMA 2: Impacto en la familia actual



En resumen, de las narrativas se desprende que para las participantes las experiencias en sus familias de origen y en sus

RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

familias actuales con una persona con la condición de alcoholismo significa sufrimiento, pérdida de autoestima, miedo a las consecuencias, repetir patrones y conductas aprendidas e impacto emocional y económico para ellas y sus hijos. A continuación algunas citas que ilustran el impacto del alcoholismo en la familia actual de las participantes:

...en una ocasión, eh, rompió, eh, una lavadora de platos, esto, eh, me hablaba bien alto, me hablaba malo. Y eso para mí era bien, me daba mucho miedo, me daba mucho miedo. (P #1)

...insultos y me, me pegaba... (P #2)

...él nunca, él nunca llegaba eh, físicamente a golpear, pero verbalmente sí golpeaba. Verbalmente sí daba golpes. (P #5)

...yo sentía mucho temor, sentía mucho temor, él, este, sabes, yo no podía estar tranquila ...Porque tenía miedo de que él se me metiera en el trabajo y me despidieran. ...obviamente yo no tomaba las decisiones por miedo, por miedo de que él, este, me hiciera algo o, ...pero tengo a veces temor de que yo tome una decisión, porque él es un poco vengativo,... (P #2)

...Entonces, y si llegaba que iba a comer, pues empezaba a pelear, por lo que fuera, por la comida, 'y eso fue lo que tú hiciste, esa porquería, y eso es lo que tú llamas comida',... (P #4)

...me empujaba, me menospreciaba. Sí, se ponía agresivo. Y me hablaba bien feo. O sea, él me degradaba, él me reclamaba, él me, él me ponía como, como un mosquito. (P #9)

...Sí, lo agredí, o sí, sí porque me cansé del abuso. Me cansé del abuso. (P #9)

...y han llegado hasta la agresión, ellos dos (el esposo y el hijo mayor de 13 años). (P #2)

...muchas faltas de respeto, mucho, este, afrontamiento...nuestro

RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

hijo ya entra en la adolescencia, empieza a fumar marihuana, empieza a experimentar a los 16 años,..., empieza a experimentar con la heroína... (P #3)

...otras veces llegaba agresivo, este, a pelear con los muchachos,... (P #6)

..mis hijos venían donde mí porque no había la confianza con él y entonces esas cosas le molestaban... (P #4)

...En la educación de mis hijos también, yo los llevaba, yo los traía, yo los llevaba a las actividades, (él casi nunca estaba presente en nada de eso.) (P #6)

...casi, yo no tengo relación íntima con él porque no quiero, por eso te digo, yo me siento como que no, no lo amo. (P #2)

...intimidación pues no había ninguna, de verdad que no, no, de mi parte yo no quería. ...la relación se fue deteriorando sexualmente... Yo no quería tener intimidación con él. (P #6)

...Eh ...sexualmente, negativo, o sea, si tú llegas bebido no busques relaciones conmigo porque es como yo le dije una vez, 'yo me siento como una prostituta'. (P #5)

...estando aquí en la casa hemos estado separados, separados, él en un cuarto y yo en otro cuarto ...porque es eso, sabes, es la falta de respeto, la falta de ternura... (P #4)

...de económicamente afectarse la casa, de no saber dónde estaba parada,... ...donde empezó a faltar el dinero,... Empezaron a llegar cuentas de tarjetas de crédito...., empezaron las llamadas de cobro... (P# 7)

...tenía mis ahorritos, tenía mis ahorritos y esto y lo otro ...yo no puedo ahorrar porque aunque, aunque él era buen proveedor todo el tiempo ahora se ha convertido en otra cosa diferente. Ahora todas las cuentas están atrasadas. (P #5)

RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

...Porque por el alcohol él perdió la compañía que él tenía también, se quedó sin trabajo. Yo era la única que estaba trabajando. Y nos metimos en aquella casa porque no teníamos que pagar renta ni nada. (P #9)

Por otro lado, emergió el proceso de Apoderamiento de estas mujeres como un significado que siete (7) de las participantes le adscriben a su experiencia en la relación de pareja estudiada. Este se manifestó mediante un aumento del conocimiento de la condición de alcoholismo y sus efectos en las familias, y mayor fortaleza espiritual. Todas las mujeres mencionaron la importancia de los grupos de apoyo para su apoderamiento, afirmando haber encontrado en estos grupos las herramientas para tomar control sobre sus comportamientos y tomar decisiones. A continuación algunas citas al respecto:

...lo vi como que ya, o sea, yo pude entender la enfermedad porque me di esa oportunidad... ...yo entiendo que el apoyo que he recibido de los grupos de familia me ha ayudado muchísimo... (P #6)

...Ahora veo la vida de una manera distinta y ahora sé que hay un poder superior a cargo. (P #7)

...yo sinceramente, creo en el grupo de apoyo, sabes, allí no se está hablando de la persona alcohólica, se está hablando de ti como persona. (P #2)

...estoy ocupada en muchas cosas, en lo mismo de los grupos de apoyo, este dando servicio,..., llena mi vida, mis vacíos existenciales, cuando yo llegué a los grupos, este, era brutal, brutal. (P #3)

...Pero entonces a través del programa yo he ido adquiriendo ese valor... O sea, yo estoy yendo a los grupos de apoyo porque a la verdad que me ha ayudado un montón. (P #4).

La última categoría sobre sugerencias o recomendaciones, surge del deseo de las participantes de aportar para ayudar a otras mujeres que se encuentran en una relación con una pareja alcohólica o para

prevenir que otras mujeres sufran esta experiencia. Algunas de estas recomendaciones son: reconocer las señales del alcoholismo antes de entrar en la relación de pareja; buscar ayuda pronto y no guardar silencio ni sufrir a solas. Cinco (5) de las entrevistadas también sugirieron el crecimiento o desarrollo personal. Esto es, ellas recomendaron que las mujeres estudien y se desarrollen profesionalmente, como herramienta de prevención, o sea, para que deriven el conocimiento y la madurez necesaria para evitar escoger una “pareja con problemas de alcoholismo o un potencial alcohólico”. A continuación se presentan citas directas de estas recomendaciones:

...A esas banderitas que están ahí lo que pasa es que uno no las quiere ver, están ahí señalándote, pero, uno no las que...es uno que no las quiere ver. (P # 6)

...porque mi esposo siempre decía, ‘yo no voy a cambiar, yo no voy a cambiar...’. Y eso era una alarma. ...los problemas siempre se ven a tiempo, porque todo lo que yo viví después en mi esposo, yo lo vi venir. (P #1)

...Mira entre una de las cosas son, la agresividad...,y la parte agresiva, porque se veía que, que, sabes, esa parte agresiva, si la persona es agresiva, eso es una banderita que mira, descarta eso que eso no te conviene a ti. (P # 4)

...Pero que de nada, que no vale la pena...guardar silencio, de nada, de nada, de nada, de nada. O sea, guardar silencio...no vale la pena. (P #2)

....siempre hay que buscar ayuda, nunca va a estar de más, no importa lo que sea, hasta la gente que va a los espiritistas, no importa, pero algo hizo, por lo menos se movió a hacer algo. El peor pecado es quedarse estático y no hacer nada. (P #3)

...pero si la persona no tiene tolerancia para el alcohol, que no, no mantengan relación con una persona alcohólica. Sabes, que, las mujeres, que, que vivan con personas alcohólicas que lo piensen bien si, si van a mantener esa relación porque es una relación nociva. (P #2)

...Pero, lo que le aconsejo es que no vivan con nadie que beba, si la persona no tiene tolerancia...lo único que yo te recomiendo es que tú te quites de esa relación, te vayas porque esto no te conviene. (P #8)

...Este, que te busques en tu interior,... que hace que tu quieras estar con él. Y empiezas a descartar, si es por pena, te debes de quitar, si es por necesidad, definitivamente que te tienes que quitar, porque aunque tu seas una persona con impedimentos tu puedes ser auto suficiente. Que por miedo, jamás y nunca te quedes con nadie por miedo. (P # 8)

...que no aguanten, que no aguanten, verdad, porque el auto estima y la dignidad, valen tanto para una mujer, que cuando uno está en esa situación te quitan todo, todas esas cosas que se suponen que uno tenga para tener unas fortalezas y una dirección y una cabeza en su sitio y unos pensamientos organizados. (P # 9)

...Yo les podría decir a las mujeres que antes de enfocarse en una pareja, porque se enfoquen en ellas mismas. El crecimiento que ellas tengan a nivel personal y, sobre todo, a un nivel con Dios. (P #1)

...que se superen, que sean autosuficientes... (P #6)

...Nada que piensen en ellas, que se superen. (P #10)

Discusión e Implicaciones

Del análisis de las narrativas de las participantes sobre el rol de género (esposas, madres) que asumían y las conductas nocivas (protegerlo; descuidar sus necesidades personales; asumir responsabilidad por la conducta del otro) se desprenden comportamientos relacionados a lo que Beattie (1992) describe como rasgos de codependencia. Esto es, las participantes se sentían responsables de controlar la conducta de sus esposos asumiendo el rol de madres de éstos, protegiéndolos y esperando irrealmente que

cambiaron su conducta y dejaron el abuso de alcohol. Estas conductas, creencias de género y expectativas irreales las llevaban a exigirse cada vez más en sus roles de esposas, madres y en las tareas y responsabilidades domésticas (“*super woman*”) y a sentirse culpables, al no poder controlar el alcoholismo ni los problemas familiares resultantes (ej. violencia doméstica; problemas económicos). Como resultado, estas mujeres se sentían cada vez menos capaces, con menor autoestima y manifestaban diversos síntomas físicos y emocionales como resultado también de desatender sus propias necesidades y deseos. Esto es, a costa de su salud y calidad de vida. Estos comportamientos son a su vez cónsonos con el síndrome de sobre adaptación femenina que describe Castro (2004). Este se refiere a un “conjunto de procesos subjetivos, conductas y manifestaciones somáticas, es decir una serie de síntomas” (p.69). Castro plantea que las mujeres con visiones de género tradicionales le temen a la separación y al abandono, porque lo asocian con fracaso en sus roles de esposas y madres, asignados y aprendidos social y culturalmente, de acuerdo al momento histórico y las circunstancias particulares. Por consiguiente, niegan y minimizan el malestar y las cosas negativas y concentran su energía en evitar las complicaciones y en idealizar la relación, esforzándose para lograr el ideal que erróneamente han internalizado de la relación de pareja y familia. Este proceso, según Castro (2004) va configurando la dependencia emocional de su pareja y los malestares psicosomáticos resultantes.

En relación al significado de la experiencia de estas mujeres conviviendo con una pareja con condición de alcoholismo, los datos evidenciaron, en consonancia con la literatura revisada, que el mismo está enmarcado en el sufrimiento (Tobo Vargas & Fontao Zago, 2005). Nos parece muy importante enfatizar que nueve de las participantes narraron experiencias de vida en sus familias de origen donde habían sido expuestas a algún familiar alcohólico, en su mayoría el padre. Esta información es muy valiosa para comprender la experiencia de sufrimiento y la visión “normal” que muchas le daban a su situación de pareja, hasta que las conductas nocivas, los efectos físicos y emocionales y el nivel de sufrimiento individual y de sus hijos/as, las llevó a aceptar la realidad de alcoholismo y la disfunción en su relación de pareja. Muchas narraron haber reconocido esto como resultado de su participación en grupos de apoyo y programas para familiares de personas con abuso de alcohol. Entendemos que esta información es

crucial para desarrollar programas de prevención por tratarse de un problema familiar inter generacional.

De otra parte, ocho de las entrevistadas reportó violencia física y/o verbal por parte de sus parejas. Tres de éstas también agredían física y verbalmente a sus esposos, lo que supone un ambiente nocivo y de riesgo para todos los miembros de la familia actual. Se evidenciaron efectos negativos, tanto físicos como psicológicos en las mujeres participantes, como consecuencia de haber convivido tanto tiempo en esta relación nociva. Por consiguiente, a la luz de todos los datos presentados, concluimos que los psicólogos/as y otros profesionales de la conducta necesitan conocer la profundidad de los efectos en la pareja que convive con una persona con la enfermedad de alcoholismo en todas las áreas de su vida (emocional, física, social, económica y espiritual). Además, se requiere desarrollar destrezas para intervenir con los aspectos de comunicación, de género, culturales y religiosos que influyen en la conducta de estas mujeres. Es necesario también atender los efectos de este problema familiar en la conducta y estado emocional de los hijos e hijas.

Recomendamos utilizar un enfoque terapéutico feminista para intervenir con mujeres que conviven o han convivido con una pareja con la condición de alcoholismo dirigido a empoderarlas y a la re-estructuración cognitiva. Los objetivos deben ser: (1) deconstruir los estereotipos de género aprendidos e internalizados sobre los roles de esposa y madre que las aprisionan en una dinámica de pareja y familiar dañinas y (2) promover fortalezas internas, aumento de autoestima y desarrollo de destrezas para tomar decisiones y asumir la responsabilidad por su bienestar y su desarrollo personal, a la luz de sus propias necesidades. Los planes de tratamiento deben estar enfocados en las necesidades específicas de cada mujer, tomando en consideración factores como: trasfondo familiar, perspectiva de género, trasfondo cultural y las creencias religiosas. Este es el reto de los profesionales de ayuda que tengan la oportunidad de trabajar por el bienestar y la salud mental de esta población.

REFERENCIAS

- Abela, J.A. (2002). *Las técnicas de análisis de contenido: Una revisión actualizada*. Accedido en <http://www.scribd.com/doc/7061197/Andreu-J-Las-tecnicas-de-Analisis-de-Contenido-Una-Revision-Actualizada>
- Alcoholism Information and Resources (2009). Accedido en <http://www.learn-about-alcoholism.com/index.html>
- ASSMCA (2002). *Programa de Evaluación de Necesidad de Servicios para el Abuso de Sustancias*. Accedido en http://www.tendenciaspr.com/Salud/Drogas_y_Alcohol/Tablas_Drogas_y_Alcohol/04_Abuso_genero_ultimo_ano.htm
- Beattie, M. (1992). *Codependent no more* [2nd Ed]. Center City, MN: Hazelden.
- Butler, J. (2007). *El género en disputa: El feminismo y la subversión de la identidad*. Barcelona, España: Paidós.
- Castro, I. (2004). *La pareja actual: Transición y cambios*. Buenos Aires: Lugar Editorial S. A.
- Creswell, J. W. (2009). *Research Design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. [3rd Ed.]. CA: Sage Publications.
- Dear, G. E. & Roberts, C. M. (2002). The relationships between codependency and femininity and masculinity. *Sex Roles*, 46(5-6), 159-165.
- Hewes, R.L. & Janikowski, T.P. (1998). Parental alcoholism and codependency: A comparison of female children of alcoholics and nonalcoholics in two college-age groups. *College Student Journal*, 32, 1-7.
- Lucca, N. & Berríos, R. (2009). *Investigación Cualitativa: fundamentos, diseños y estrategias* (2^{da} ed.). Cataño, Puerto Rico: Ediciones SM.
- Morgan, J. P. (1991). What is codependency? *Journal of Clinical Psychology*, 35, 720-729.

RELACIÓN DE PAREJA Y ALCOHOLISMO

- National Association for Children of Alcoholics. (s. f.). *The Health and Social Impact of Growing Up With Alcohol Abuse and Related Adverse Childhood Experiences: The Human and Economic Costs of the Status Quo*. Accedido en <http://www.NACoA.org>
- Parsons, T. (2003, December). Alcoholism and Its Effect on the Family. *AllPsych Journal*.
- Tobo Vargas, N. & Fontao Zago, M. M. (2005). El sufrimiento de las esposas en la convivencia con el consumidor de bebidas alcohólicas. *Rev Latino-am Enfermagem*, 13, 806-812.
- Vallecillo, Durán, L. F., Rebolledo, G., & Tejeiro, R. (2004). ¿Enfermera o paciente? La mujer del enfermo alcohólico. *Apuntes de Psicología*, 22, 375-390.
- Wells, M., Glickauf-Hughes, C., & Jones, R. (1999). Codependency: A grass roots construct's relationship to shame-proneness, low self-esteem, and childhood parentification. [Versión Electrónica]. *The American Journal of Family Therapy*, 27, 63-71.
- Yearing, B. (2003). Codependency: Its relationship to alcohol and family-of-origin dynamics. *Dissertation Abstracts International*, (UMI No. 3081034).