

## Una Experiencia Personal con el EAP/MAP

Andrea Harkleroad, LCSW

*(Nota de la autora: se cambió el nombre verdadero de John, junto con algunos datos que lo identificaban, para proteger su identidad. John mostró mucho entusiasmo por la entrevista y tuvo la generosidad de compartir detalles de su vida. En el EAP/MAP agradecemos de corazón su aporte a este número de nuestro boletín informativo).*

Cuando a John le dijeron que debía llamar al Programa de Asistencia al Empleado/los Afiliados (EAP/MAP) para una evaluación porque había dado positivo en un análisis de detección de drogas, recordó que “Me sentí avergonzado... me había defraudado a mí mismo y también a mi esposa y a mis hijos”. John ya conocía el EAP/MAP e incluso lo había utilizado una vez, por eso sabía que se trataba de un programa gratuito y confidencial cuyo interés principal era brindar asesoramiento, información y apoyo a los empleados y a los integrantes de su familia. Pero John no estaba listo para admitir a sí mismo ni a nadie que su problema con el alcohol y las drogas estaba fuera de control; es decir, esto había sido así hasta que siguió las recomendaciones del EAP/MAP e ingresó en un programa de tratamiento de drogadicción.

John, nacido y criado en Chicago, era el más joven de tres hermanos. “Nos criaron con los preceptos del catolicismo y nuestra educación familiar fue muy estricta. En nuestra familia, sabíamos que éramos queridos, pero nadie lo demostraba nunca”. Agregó en voz baja: “Habría sido agradable tener la confirmación de ese cariño”.

Cuando le preguntamos sobre sus antecedentes de consumo de alcohol y drogas, John recordó que primero comenzó a inhalar y después probó el alcohol y la marihuana en la escuela secundaria. Era un alumno destacado y algo solitario en la secundaria. Recordó que “Nunca sentí realmente que encajara”. Comenzó a consumir más marihuana después de terminar la escuela y a los 19 años lo detuvieron por intento de venta. John recordó ese incidente con gran detalle y todavía recuerda el miedo que tenía de que su padre lo echara de la casa. El padre no lo echó, como él temía, y por un tiempo John intentó comportarse bien, pero poco después recayó en el consumo de drogas. Durante

los años siguientes, trabajó como jefe de personal durante las giras de un grupo de rock. “¡Sexo, drogas y rock and roll!”, John rió irónicamente. A lo largo de siete años, vio cómo se salía de control el consumo de drogas de los miembros del grupo, mientras que él comenzó a usar cocaína. Durante los años siguientes, John cambiaría de rumbo profesional y encontraría trabajo en un campo muy técnico que le resultaba a la vez estimulante y gratificante. Pero, pese a los cambios positivos, nunca dejó de consumir drogas del todo. Afirmó que “Estaba convencido de que sólo era un consumidor social y que podía dejar en cualquier momento”.

*“Me sentí avergonzado... me había defraudado a mí mismo y también a mi esposa y a mis hijos”.*

Mientras tanto, su familia sabía que John se drogaba ocasionalmente y seguía preocupándose por la forma en que esto lo afectaría. Era tal la inquietud que cuando John se incorporó a la empresa familiar, su padre le hizo prometer que nunca iría a trabajar drogado. Durante varios años, todo fue sobre ruedas en la empresa familiar. John consumía menos drogas, ahora lo hacía algunos fines de semana, y sentía que finalmente estaba pasando por un buen momento en su vida. En este período se había casado y había comenzado a formar una familia propia. Pero entonces comenzó a tener dificultades para dormir. Luego de un tiempo decidió fumar un poco de marihuana para conciliar el sueño, y si bien al principio ayudó, no tardó mucho en empezar a fumar más cantidad y con mayor frecuencia. Y su suerte finalmente acabó cuando le tocó realizarse una prueba de detección de drogas al azar, pruebas que su sindicato había puesto en práctica. El resultado fue positivo por marihuana y a John lo enviaron a un programa educativo contra las drogas. John admitió sentirse avergonzado por el resultado positivo y por eso redujo el consumo al mínimo, porque todavía creía que podía controlarlo. Su familia quedó conmocionada al enterarse de que había dado positivo y no podía comprender por qué había continuado

fumando marihuana. Incapaz de expresar el por qué, John comenzó a distanciarse de su familia y pasó de la marihuana a la cocaína, “porque no permanece tanto tiempo en el cuerpo”. Esta situación continuó durante aproximadamente un año y medio hasta que dio positivo por segunda vez, en esta ocasión por narcóticos. A John se le dijo otra vez que llamara al Programa de Asistencia al Empleado/los Afiliados para una evaluación, a partir de la cual se le recomendó que asistiera a un programa de tratamiento más intensivo, de seis semanas.

John se dio cuenta de que esta vez debía ser distinto, de que no podía continuar consumiendo drogas, pero sentía terror de intentar algo diferente. ¿Y si seguía el programa y fracasaba? ¿Y si todo empeoraba en lugar de mejorar? Pese a sus temores y ansiedades, John se dio cuenta de que intentar dar lo mejor de sí era algo que debía a su familia y a sí mismo. Fue sumamente difícil y los demás participantes de los grupos de los que formó parte le pidieron desde el principio y con frecuencia que superara sus racionalizaciones y su negación. John finalmente se dio cuenta de que debía aceptar el programa honestamente y hacer el trabajo que era necesario. “Es probablemente lo mejor que haya hecho en mi vida”, diría después. “Aprendí que uno no va a lograr nada hasta que pueda decir que su vida es inmanejable”.

En la actualidad, John trabaja activamente en su recuperación. Asiste a tres reuniones por semana y a menudo se acerca a aquellos que siente que podrían beneficiarse con una vida dedicada a la recuperación. También ha vuelto a relacionarse con su familia. “Están orgullosos de mí y de mi sobriedad”. John intenta no dar las cosas por sentado y sabe que debe concentrarse en el momento y en llegar al final del día. También sabe que ha logrado mucho. “No sentía emociones. Estaba muerto por dentro. Llevaba 10 años sin tener sentimientos. Estoy vivo gracias a este programa al que ustedes me derivaron. En el programa, vivo solo para el hoy”.

*Andrea Harkleroad, LCSW, es Directora de Operaciones de ERS y también editora colaboradora del boletín de noticias de ERS Press. Trabaja en ERS desde hace 18 años.*

¿Quiere enviarnos una pregunta o un comentario?  
Mándenos un correo electrónico a [aharkleroad@ers-eap.com](mailto:aharkleroad@ers-eap.com).  
¡Sus comentarios serán muy apreciados!



## El Programa de Asistencia al Empleado (EAP)

Employee Resource Systems, Inc. proporciona servicios de salud mental a nivel nacional, y el Programa de Asistencia al Empleado (EAP) —el Programa de Asistencia a los Afiliados (MAP) en el caso de miembros del sindicato— a los empleados de las empresas clientes y los integrantes de su familia. Estos servicios gratuitos y confidenciales se desarrollaron para abordar las dificultades personales que puedan afectar la vida de cualquier persona en el hogar y en el trabajo.

El EAP/MAP define “familiar” como toda persona cuyo problema afecta de manera negativa al empleado o al afiliado; incluye a los padres, hijos y parejas del mismo o distinto sexo que se encuentran dentro o fuera del estado. Aunque el EAP/MAP no interviene en cuestiones personales tales como salarios, asignación de tareas y otros asuntos laborales, sí ayudamos a las personas a tratar de solucionar

una amplia variedad de problemas, entre ellos:

- consumo de alcohol y drogas
- estrés
- ansiedad
- depresión
- conflictos en las relaciones matrimoniales, familiares y de otro tipo
- problemas de comportamiento de niños y adolescentes
- violencia doméstica
- cuidado de niños y ancianos
- asuntos financieros y legales
- problemas educativos y relacionados con la carrera profesional

*Continúa abajo*



A Publication of  
Employee Resource Systems, Inc.  
An Employee Assistance Program

29 East Madison Street, Suite 1600  
Chicago, Illinois 60602



¿Siente ansiedad o preocupación?  
Llame al Programa de  
Asistencia para Empleados/  
Miembros (EAP/MAP para recibir  
asistencia y recursos gratuitos y  
confidenciales.  
1-800-292-2780

Los servicios, que incluyen una evaluación completa, un breve asesoramiento y derivaciones, si fueran necesarias, pueden ser un primer paso para resolver estas dificultades. Cuando se hacen derivaciones, se hace todo lo posible para utilizar los proveedores que están cubiertos por el plan de beneficios del empleado/afiliado o un organismo que ofrezca los servicios en una escala de aranceles móviles en la que los costos se calculen según sus ingresos y cantidad de personas a cargo. El costo del servicio del organismo de derivación lo debe pagar el empleado/afiliado o el familiar afectado.

Todo contacto con el EAP/MAP es confidencial. El asesor de EAP/MAP no hablará con un supervisor, colega ni integrante de la familia sin la autorización de la persona que usa el programa. La confidencialidad se viola solo cuando hay una amenaza para la

seguridad (por ejemplo, riesgo de suicidio u homicidio, acoso, o abuso de niños y personas mayores).

Se puede recibir asesoramiento a toda hora, de día o de noche, con solo llamar al (800) 292-2780. Nuestros servicios de admisión están disponibles de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5:30 p.m. (hora del Centro de los EE. UU.) y las citas para las sesiones presenciales se programan durante la entrevista de admisión. Las llamadas siempre son atendidas directamente por los profesionales clínicos que proporcionan servicio inmediato, incluso después del horario de atención habitual. Se puede llamar a la línea directa 800 desde cualquier lugar de los Estados Unidos. Llamar al EAP puede ser un primer paso para la resolución de dificultades personales.

**Comuníquese con el Programa de Asistencia al Empleado al  
1-800-292-2780 para obtener más información y programar  
una evaluación.**