

Psicoterapia grupal y grupo de ayuda mutua alcohólicos anónimos en la rehabilitación del paciente alcohólico

Group psychotherapy and alcoholics anonymous mutual aid group in the rehabilitation of alcoholic patients

Yeniseidy Perdomo Rodríguez ^I, Eduardo Veloso Pérez ^{II}, Ariadna Veloso Rodríguez ^{III}

^I Policlínico Dr. “Juan Miguel Martínez Puente”, Sancti Spíritus, Sancti Spíritus, Cuba.
yeniseidy83@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0001-0995-6629>

^{II} Universidad de Ciencias Médicas, Sancti Spíritus, Sancti Spíritus, Cuba.
eveloso@infomed.sld.cu, <https://orcid.org/0000-0002-3215-0754>

^{III} Universidad de Sancti Spíritus José Martí Pérez, Sancti Spíritus, Sancti Spíritus, Cuba.
ariadnavr@uniss.edu.cu, <https://orcid.org/0000-0002-9809-6295>

Recibido: 14/10/2024
Aprobado: 27/10/2024

Revisado: 20/10/2024
Publicado: 06/11/2024

RESUMEN

Luego del reconocimiento por parte de las instituciones de salud, la legalización y apertura de los Grupos de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos (AA) en los Servicios de Salud Mental, se realiza la presente investigación, con el objetivo de mostrar cómo se complementan e integran la Psicoterapia Grupal y los Grupos de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos en la rehabilitación de un grupo de pacientes alcohólicos. Esta experiencia fue desplegada por el equipo psicoterapéutico de salud mental del Policlínico “Dr. Juan Miguel Martínez Puente” del municipio de Sancti Spíritus. Se realizó un estudio descriptivo, explicativo a partir de las revisiones bibliográficas y la experiencia laboral en este sentido. Se emplearon métodos empíricos como la observación y la entrevista. En los resultados obtenidos se registran emociones y sentimientos positivos durante la psicoterapia, los pacientes se mostraron motivados, seguros, reflejando autoconfianza y adecuada autoestima, capaces de realizar reflexiones positivas que avizoran cambios radicales en el comportamiento con el fin de mantener su sobriedad. Se concluye que es posible la integración y complementación de ambos grupos (Psicoterapéutico y Grupo de Ayuda Mutua



Alcohólicos Anónimos) sobre la base del respeto a las particularidades de cada uno. Su integración ha tenido una influencia positiva en el grupo y en cada uno de sus miembros. Además, persiguen un mismo fin, la rehabilitación e incorporación a la sociedad del paciente alcohólico. Por consiguiente, pudieran ser alternativas efectivas para la mejoría de la persona dependiente al alcohol.

Palabras claves: Grupos de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos (AA); Grupo psicoterapéutico; paciente alcohólico.

ABSTRACT

Following the recognition by healthcare institutions, the legalization and opening of Alcoholics Anonymous (AA) Mutual Aid Groups in Mental Health Services, this research was conducted to demonstrate how Group Psychotherapy and Alcoholics Anonymous Mutual Aid Groups complement and integrate in the rehabilitation of a group of alcoholic patients. This experience was deployed by the mental health psychotherapy team of the "Dr. Juan Miguel Martínez Puente" Polyclinic in the municipality of Sancti Spiritus. A descriptive and explanatory study was conducted based on bibliographic reviews and work experience in this field. Empirical methods such as observation and interviews were employed. The results obtained recorded positive emotions and feelings during psychotherapy. The patients were motivated, confident, reflecting self-confidence and adequate self-esteem, capable of engaging in positive reflections that foresee radical changes in behavior aimed at maintaining their sobriety. It is concluded that the integration and complementarity of both groups (the Psychotherapeutic Group and the Alcoholics Anonymous Mutual Aid Group) is possible, based on respect for the specific characteristics of each. Their integration has had a positive influence on the group and on each of its members. Furthermore, they pursue a common goal: the rehabilitation and integration of alcoholics into society. Therefore, they could be effective alternatives for the improvement of alcohol-dependent individuals.

Keywords: Alcoholics Anonymous Mutual Aid Groups (AA); Psychotherapeutic Group; alcoholic patient.

INTRODUCCIÓN

El consumo de bebidas alcohólicas constituye un problema de salud pública. Sus consecuencias de orden físico, mental y social tienen gran impacto socio-sanitario,





con importantes efectos diferenciales entre distintos grupos de población, así como grandes costos sociales derivados tanto de la utilización de los servicios sanitarios como de las pérdidas materiales y de producción que ocasiona (Ahumada-Cortez et al., 2017).

Con gran frecuencia se reconoce al alcoholismo como la actual toxicomanía de mayor relevancia y extensión a nivel mundial por su prevalencia y repercusión. Debido al nivel de sufrimiento que causa en el consumidor, su familia y la sociedad, esta adicción está relacionada con los accidentes, la violencia, los trastornos mentales, la invalidez y la muerte (Martínez-Torres et al., 2022). Sin embargo, resulta polémico comprender si el alcoholismo es un problema médico que deriva en problemas sociales o es un problema social que deriva, en muchos casos, en problema de salud-enfermedad que afecta no solo a individuos sino también a la sociedad (Chang, 2012).

A pesar de estas realidades no resulta fácil comprender por el mismo paciente, familiares y la sociedad en general que el sujeto realmente está enfermo. No obstante, cuando finalmente la persona que consume se identifica enfermo, busca ayuda, y es cuando la religión, los Grupos de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos (AA), o la asistencia médica con el tratamiento de desintoxicación y la posterior incorporación a la psicoterapia grupal, representan buenas alternativas para la rehabilitación del paciente alcohólico.

En nuestro país y en particular en la provincia de Sancti Spíritus, los Grupos de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos han tenido un gran auge, aunque la pandemia de la Covid-19 ha influido en su mantenimiento y recuperación, sin embargo, hasta el momento, muchos de sus miembros se mantienen en sobriedad, lo que indica que no solo ha sido efectivo durante su funcionamiento, sino que son visibles sus frutos a pesar de que no estén funcionando como grupo.

Han sido recientemente reconocidos por las instituciones de salud, dado sus resultados, situación que favorece absolutamente, a la salud del paciente que sufre de adicción al alcohol y otras sustancias. Además, los profesionales en esta área, comprometidos con la rehabilitación de estas personas se podrán apoyar en Alcohólicos Anónimos (AA) para el tratamiento de los mismos.

Como es conocido, la psicoterapia, además del tratamiento farmacológico, forma parte del tratamiento de la enfermedad de alcoholismo, sin embargo, la inserción de la persona alcohólica en la comunidad Alcohólicos Anónimos (AA) para la recuperación,



ha resultado ser, no solo una opción, sino también una recomendación excelente, para los pacientes y familiares.

Sobre psicoterapia de grupo, se considera al grupo terapéutico como un sistema donde confluyen operativamente los requerimientos de una multiplicidad de sistemas humanos con sus propias experiencias, valores, creencias y particular manera de significar el mundo (Serebrinsky, 2012).

Otro investigador, define al grupo terapéutico como un sistema constituido por sujetos con trastornos emocionales o psicológicos, que interactúan de forma regular para realizar una misión explícita o implícitamente definida, para provocar cambios en sus integrantes (Aladro, 2021).

Mientras que para Pérez-Zaldívar y Roca-Perera (2004), los grupos psicoterapéuticos poseen propiedades comunes tales como la comunicación e interacción, estructura, cohesión, metas y normas donde el sujeto puede volver a vivir en su microcosmo. Además, posibilita la toma de conciencia, pues en el grupo se amplifica la expresión de los sentimientos, de los conflictos o de las emociones y estos cobran un nuevo sentido.

También engloba un gran número de intervenciones distintas que pueden focalizarse en el manejo de problemas concretos, en la adquisición de habilidades emocionales y cognitivas o en los beneficios sociales de la experiencia (Torres, 2025).

Para la psicoterapeuta española Hijosa (2023), en coincidencia, incluso, con estos u otros autores, plantea que la psicoterapia de grupo es un tratamiento en el que terapeuta une en una misma sesión a un conjunto pequeño de personas con problemas emocionales que suelen ser similares para conseguir que cada uno exprese sus preocupaciones y se ayuden unos a otros, bajo moderación profesional, cuyo objetivo es lograr un crecimiento personal, equilibrio emocional y potenciación de las habilidades sociales.

En correspondencia con los conceptos planteados por los autores, es considerada la terapia de grupo, como el tipo de psicoterapia que se caracteriza por incorporar a varias personas con situaciones de conflictos que les han generado alteraciones o trastornos emocionales, quienes guiados por un terapeuta, a partir de los recursos psicoterapéuticos que este emplea, facilita la exteriorización de preocupaciones que generan emociones y sentimientos que afectan el estado de salud mental del grupo y de cada uno de los miembros que lo integran. Esta interacción grupal, propicia la socialización, el autoconocimiento, sobre todo de cuáles son los recursos con los que





cuenta el individuo para darle solución a sus problemas, fortalecerlos o propiciarles otros que pudieran resultar novedosos para la persona, así como facilitar la reflexión acerca de determinadas actitudes y comportamientos que le permitan al sujeto una mejor adaptación al medio, mejoras en el estilo de vida y por ende su bienestar psicológico.

Mientras que el Grupo de Ayuda Mutua (GAM) es un espacio en el cual, diversas personas comparten un mismo problema o dificultad. Se reúnen para intentar superar o mejorar su situación. Hay muchos tipos de grupos, en función del colectivo de personas que deciden reunirse. Por ejemplo, los que tienen como objetivo ayudar a superar un problema de adicción (González-Ayuso, 2023).

Tienen como característica que el principal punto de unión de las personas es el compartir una experiencia en común y/o una misma necesidad. La participación es voluntaria, lo cual es indispensable, para que las personas se sientan implicadas con el grupo, puedan abrirse a compartir sus problemas y abandonen el rol pasivo frente a sus dificultades. Los encuentros se hacen de manera periódica, pues hace falta vinculación y constancia por parte de sus miembros. La cantidad de personas vinculadas es pequeña lo que favorece la participación de todos. Otra característica del GAM es que no hay diferencias de rol o estatus entre los miembros, se basa en la horizontalidad de las relaciones y la igualdad entre las personas que los constituyen (Sampietro y Carbonell, 2021).

Alcohólicos Anónimos es un grupo de ayuda mutua que ofrece apoyo afectivo bajo un modelo de abstinencia a los sujetos que se están rehabilitando de la dependencia al alcohol. No existe ningún psicoterapeuta que guíe el grupo, ni existe ninguna persona que dirija y controle las interacciones que allí se establecen. Los intercambios y las relaciones se basan en la horizontalidad.

Los miembros del Grupo de Ayuda Mutua AA se rigen por un programa bien diseñado, organizado, que ascendentemente transita por “12 pasos” que irán guiando el camino a seguir para alcanzar la sobriedad del paciente alcohólico (Stokel-Walker, 2022).

Se entiende entonces, que los Grupos de Ayuda Mutua, están constituidos por un grupo de personas que se reúnen de manera voluntaria y periódicamente para compartir situaciones o necesidades comunes, se implican, socializan, exteriorizan estados emocionales, sentimientos y preocupaciones, sin la presencia de terapeutas o especialistas preparados para esta labor, sus relaciones se establecen sobre la base de la horizontalidad. Son grupos que reciben y ofrecen afectos.





Y los Grupos de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos, se encuentran bien determinados, tienen como particularidad que se han gestado sobre la base de ideas simples, pero poderosas.

A pesar de que los Grupos de Ayuda Mutua no son considerados terapias grupales según Sampietro y Carbonell (2021) en su Documento Guía para la constitución y gestión de grupos de ayuda mutua en Salud Mental. Es apreciable, que ambos grupos ejercen un efecto psicoterapéutico. Por lo que resultan innegables las posibilidades que propician a cada uno de los miembros que lo integran, para expresar libremente sus situaciones, conflictos y sentimientos. Además, permite ofrecer y recibir ayuda emocional y afectiva.

Integrar y complementar ambos grupos (Psicoterapéutico y Grupo de Ayuda Mutua AA) sobre la base del respeto a sus particularidades, sin perder la esencia, ni objetivos de cada uno, será beneficioso en la labor rehabilitadora de los pacientes que sufren de alcoholismo.

Esta razón ha sido inspiradora para exponer una experiencia que se desarrolló en el Policlínico “Dr. Juan Miguel Martínez Puentes”, en el municipio de Sancti Spíritus, por el equipo psicoterapéutico de salud mental de dicho centro, cuyo trabajo tiene como objetivo mostrar cómo se complementan e integran la Psicoterapia Grupal y los Grupos de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos en la rehabilitación de un grupo de pacientes alcohólicos, teniendo en cuenta elementos que poseen en común y respetando sus particularidades sin perder el objetivo de la psicoterapia convencional que se realiza en el tratamiento a los enfermos de alcoholismo.

MÉTODOS

Se realizó un estudio descriptivo, explicativo, de corte transversal, en un periodo de tiempo comprendido entre los meses de enero a febrero de 2025, a partir de un análisis exhaustivo de la bibliografía consultada, sobre las particularidades de ambos grupos, y la experiencia laboral del equipo terapéutico del Policlínico “Dr. Juan Miguel Martínez Puentes” enclavado en el municipio de Sancti Spíritus.

Se emplearon métodos empíricos como la observación y la entrevista para la obtención de los resultados. El universo estuvo conformado por 28 pacientes que asistieron al Departamento de Salud Mental en busca de ayuda profesional en el período comprendido de diciembre de 2024 a enero de 2025, para el tratamiento de su adicción. El grupo se conformó con 10 pacientes, del sexo masculino, con edades





entre 45 y 60 años. La selección de la muestra se realizó a partir del diagnóstico clínico de estos pacientes, la frecuencia en que permanecieron en consulta durante el tiempo señalado, el deseo de abandonar la adicción y la disposición de participar en la investigación.

Una minoría de los miembros provienen del Grupo de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos (AA), cuya condición, no fue un necesario criterio de inclusión, o sea que su selección no fue intencional. Sin embargo, permitió a los investigadores, obtener una mejor valoración por parte de los pacientes, teniendo en cuenta sus experiencias respecto a los elementos de los grupos (AA) que fueron incorporados a la psicoterapia grupal, así como evaluar su efectividad en el estudio.

Para la obtención de resultados a través de la observación se tuvieron en cuenta, aspectos tales como: el estado físico y psicológico general de los pacientes, relaciones entre el terapeuta y los pacientes, la inserción en las sesiones de trabajos de los elementos del grupo AA, su integración y complementación con el trabajo psicoterapéutico tradicional.

Mientras que la entrevista diseñada, además de los datos sociodemográficos de los participantes, abordó aspectos como: satisfacción, motivación, estados emocionales, comportamientos, cambios de actitudes respecto a la enfermedad, la asimilación de los elementos integrados por parte de los pacientes y valoración del trabajo psicoterapéutico.

RESULTADOS

No se tiene constancia de experiencias basadas en la integración de elementos de Psicoterapia Grupal y Grupos de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos, tanto en el territorio espirtuano como en otras provincias del país, por lo que establecer la relación entre los resultados obtenidos y otros trabajos, resultó difícil. Sin embargo, en un estudio realizado sobre Intervenciones Psicoterapéuticas en el tratamiento del alcoholismo, su autor, Ávila-Escribano (s.f), se propuso revisar estrategias, que en diferentes estudios controlados, se ha comprobado su eficacia. En todas ellas se describieron los fundamentos teóricos en los que están basadas, cómo se desarrollan temporalmente y los resultados obtenidos. Estas estrategias psicoterapéuticas fueron: las terapias motivacionales, terapias conductistas, terapia de refuerzo comunitario, terapia de familia, terapias de grupo y terapia para reducir el consumo de alcohol, cuyo resultado en el estudio comparativo entre: terapia de grupo de alcohólicos anónimos,





terapia cognitiva y terapia motivacional, desde el primer año hasta 3 años de seguimiento, los pacientes de los tres grupos experimentaron mejoría de su enfermedad, pero los que acudían a AA estaban más comprometidos con el tratamiento.

En otro estudio realizado en España, en el 2020, por un grupo de investigadores, sobre los efectos de la integración de los Grupos de Ayuda Mutua sobre la adherencia al programa de continuidad en el cuidado de pacientes con dependencia al alcohol realizado en atención primaria de salud, arrojó como resultados, que de los 209 participantes dependientes al alcohol, el grupo, que además de recibir la modalidad de tratamiento conocida como monitorización de la recuperación, asistían a las Asociaciones de Ayuda Mutua de la Federación de Alcohólicos de la Comunidad de Madrid (FACOMA), en las que se llevaba a cabo el programa Ayúdate-Ayúdanos, el Grupo B con 112 participantes dependientes al alcohol, logró mejor adherencia terapéutica al programa. Concluyéndose que la integración de las asociaciones de ayuda mutua, mejora los resultados de adherencia terapéutica de pacientes dependientes al alcohol, atendidos por los equipos de atención primaria (Rubio et al., 2020).

O sea, en ambas investigaciones, la influencia de los Grupos de Ayuda Mutua ha tenido una repercusión positiva en los pacientes estudiados, pues si de manera independiente ambos grupos han tenido un efecto positivo, con la integración de elementos de ambos, probablemente se obtenga un alcance similar.

En el presente estudio, con el fin de lograr la integración entre ambos grupos terapéuticos, el Equipo de Salud Mental del Policlínico “Dr. Juan Miguel Martínez Puentes”, tuvo en cuenta los encuentros del grupo AA con sus dos frecuencias semanales (lunes y jueves), y se estableció la psicoterapia grupal una vez a la semana (miércoles), alternando con el funcionamiento de AA, con la intención de crear otro espacio para la interacción, el intercambio y la retroalimentación.

Cuando el paciente acude a la Consulta de Salud Mental, no solo se le ofrece información referente al servicio que se brinda en nuestra institución de salud, sino también se les habla del Grupo de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos (AA).

Una vez integrados los pacientes, se permite que sean los propios alcohólicos (miembros activos), identificados como integrantes de AA, quienes expliquen el funcionamiento de AA al resto del grupo y ayuden con su información. En ambos grupos se contempla el anonimato como regla de oro, muy importante para los





pacientes, y los profesionales en estricto secreto profesional otorgan esta seguridad y se establece como norma.

Al igual que en Alcohólicos Anónimos, en la psicoterapia grupal, al recién llegado se le hace sentir como “la persona más importante del grupo”, ese día el terapeuta y los integrantes del grupo, dedican la sesión al nuevo miembro con el objetivo de motivar, atraer y procurar la permanencia en el grupo, propiciándole seguridad, afecto y comprensión. En esta experiencia, se pudo apreciar durante la segunda sesión, con el décimo integrante, a quien se le brindó la posibilidad de integrar al grupo. Esta apertura, que permitió la inserción de un nuevo integrante, fue intencionada en la investigación para observar como ocurría este proceso. Lo cual permitió valorar la posibilidad de que el grupo funcione de manera abierta, donde puedan irse incorporando nuevos integrantes de forma controlada.

Al iniciar la sesión de psicoterapia, el terapeuta leyó y compartió la “reflexión del día” con los miembros del grupo. Ésta es una de tantas bibliografías que utilizan AA para dar inicio a sus sesiones. La bibliografía tiene como particularidad tener para cada día del año una reflexión, que se busca de acuerdo a la fecha en que corresponde el encuentro psicoterapéutico. En el espacio de la psicoterapia grupal se emplea con el fin de propiciar el debate, el intercambio, la aclaración de dudas y la reflexión. Para ayudar en la recuperación del paciente, se hace énfasis en la necesidad de incorporar lo que allí se lee al estilo de vida.

En las psicoterapias grupales se emplearon técnicas de reflexión y análisis, que se correspondían con los “12 Pasos” (Programa Alcohólicos Anónimos) (Stokel-Walker, 2022), por los cuales debe transitar un paciente alcohólico para su recuperación en el Grupo de Ayuda Mutua. Se apreció como se realizó el proceso de acompañamiento con el uso de estos recursos psicoterapéuticos, favoreciendo que cada uno de los individuos se identifique como enfermo y encuentre estilos de afrontamientos adecuados que le ayuden a manejar su situación. Propiciando que se reconozcan las causas que lo llevaron al consumo, y admitan responsablemente sus consecuencias y las reviertan, buscando soluciones ajustadas, de acuerdo a las faltas que cometieron durante su vida alcohólica, así como insertarse a la sociedad como hombres dignos, con un pasado triste, pero con mucho que tributar a la familia, al trabajo y a la comunidad donde viven y se desarrollan.

En el desarrollo de este proceso se pudo apreciar la relación que establece el terapeuta con los miembros del grupo, considerándose muy importante este vínculo,





la personalidad del terapeuta también hace de la interacción un espacio agradable, propiciándolo y facilitándolo, a pesar de que existe un control sobre las relaciones que se establecen y un manejo de los estados emocionales que afloran durante las sesiones, en el proceso de análisis o de reflexión del grupo.

En correspondencia con estos resultados, se concuerda con lo publicado en el artículo “La importancia de la relación terapéutica y el vínculo con tu psicólogo/a”, donde se plantea, que la relación que se establece entre el terapeuta y el paciente es mucho más importante que en otras relaciones médicas. En este proceso la personalidad del terapeuta influye en el paciente y puede ser utilizada para conseguir determinados objetivos terapéuticos. Ofrece la ventaja de demostrar a los pacientes que sus problemas no son únicos y que su manera de beber tampoco es la única dificultad que pueden presentar (Gómez, 2022).

Respecto a la interacción en la terapia de grupo, en el artículo “La persona del terapeuta: conceptualización, estilo personal e investigación”, los autores publican, que consideran a la interacción, como la principal fuente de mejora, y que el trabajo del terapeuta consiste sobre todo en controlar y facilitar estas interacciones. Teniendo en consideración el respeto a sus creencias o religiones, sus valores y principios (Corbella et al., 2024).

Otro elemento que ambos grupos trabajan, tiene la función de evitar el primer trago, empleando consignas como: “Si no se toma el primer trago, nunca se emborracharán”, “Un trago es excesivo y veinte pueden no ser suficientes”, “Solo por hoy”. Se trabaja sobre la base de no trazarse metas a mediano y a largo plazo respecto a su rehabilitación, considerando que se enfoquen en un “día a la vez”.

DISCUSIÓN

En total acuerdo con un estudio realizado, cuando su autor expresa que, aunque el paciente alcohólico comprende que el alcoholismo es una condición permanente e irreversible, no deberá hacer promesas a largo plazo respecto a permanecer abstemio. Es más realista y exitoso el decir simplemente: “Solo por hoy no voy a beber” respondiendo esto al plan de las 24 horas (Linney, 2024).

Constituye una máxima, para el Programa Alcohólicos Anónimos y el Servicio de Salud Mental, que estas terapias, probablemente resulten más efectivas para “quien las quiera”, y no necesariamente para “quien las necesite”, es otro de los aspectos





que complementa a ambos grupos y resultó para la investigación un criterio de inclusión importante.

En una entrevista dirigida a los especialistas sobre, de qué otra manera pudieran integrarse a estos grupos de Alcohólicos Anónimos (AA), se plantea que para estrechar vínculos entre ambos grupos y demostrar el respeto que se le otorga al Grupo de Ayuda Mutua AA, el terapeuta participa en calidad de amigo de AA en las juntas abiertas (actividades que se desarrollan en el grupo donde el espacio se abre para la participación de familiares, amigos, profesionales de la salud y otros interesados a colaborar en la recuperación del enfermo) y a eventos a los que se le invite, donde, siempre que se les permita, transmitirán el agradecimiento y el apoyo con el que puede contar la comunidad de Alcohólicos Anónimos en las instituciones de salud.

Respecto a la influencia de estas sesiones de trabajo en los 10 miembros del grupo, se pudo apreciar, el adecuado estado general tanto físico como emocional de los pacientes, la motivación en todos ellos, evidenciada en la permanencia de todos sus miembros en el grupo psicoterapéutico durante toda la investigación, se les observó entusiasmados y alegres, se apreció disposición de los pacientes para participar en las técnicas psicoterapéuticas, mantuvieron una actitud activa durante las sesiones, en la medida que se fueron desarrollando las interacciones (psicoterapeuta-paciente, y entre los miembros del grupo) se percibió un ambiente afectivo, pudiendo describirse como familiar.

La entrevista individual dirigida a los pacientes arrojó que, el 100% estaban motivados. Afloran estados emocionales tales como la alegría, relajados, despreocupados. Se evidenció que ha existido un incremento de la autoconfianza, la seguridad, la disposición al cambio. Percibieron la terapia como agradable, instructiva, como una herramienta para avanzar hacia la rehabilitación de su enfermedad, lo cual se evidencia cuando emiten expresiones tales como, “me ha servido para darme cuenta de muchas cosas que ahora puedo mejorar”, “me ha permitido ver la vida de una manera diferente”, “aunque los problemas siguen existiendo, ahora puedo darle una solución más coherente...pues a diferencia de otros tiempos cuando estaba en mis borracheras, lo que hacía era empeorar la situación”. Los pacientes perciben que sí se integran elementos de los grupos de Ayuda Mutua Alcohólicos Anónimos a las actividades psicoterapéuticas, sobre todo, es percibido por aquellos que provienen de estos grupos, quienes representaron solo el 20% de la muestra, lo cual permitirá





valorar, para posteriores trabajos investigativos, que en los grupos siempre exista un miembro activo de AA. Los pacientes refirieron asimilar positivamente cada elemento abordado en la psicoterapia: el plan de las 24 horas, analizan y se identifican con las reflexiones extraídas del texto que emplea el Programa Alcohólicos Anónimos, plantean que las técnicas psicoterapéuticas permitieron exteriorizar emociones y sentimientos que influyeron en el cambio de actitudes respecto al consumo y otros aspecto de la vida. Las respuestas fueron obtenidas ante interrogantes como: ¿Consideras que las técnicas empleadas en la psicoterapia han tenido un efecto en usted, desde el punto de vista emocional?, ¿cuál o cuáles han sido sus efectos?, de las técnicas realizadas en psicoterapia ¿cuál ha sido la que le ha resultado más emotiva? ¿Por qué?

En cuanto al criterio valorativo de los pacientes respecto al trabajo psicoterapéutico que se realizó, lo valoran de efectivo, bueno, atemperado a sus conflictos, incitador a encontrar soluciones saludables a los conflictos que pudieran incidir en recaídas.

CONCLUSIONES

La Psicoterapia de Grupo y los Grupos de Ayuda Mutua persiguen un mismo fin, la rehabilitación e incorporación a la sociedad del paciente alcohólico. Por consiguiente, no deben percibirse como grupos diferentes sino como alternativas efectivas para la mejoría de la persona dependiente al alcohol.

Es posible su integración y complementación, sobre la base del respeto a las particularidades de cada uno. Ha tenido una influencia positiva en el grupo psicoterapéutico creado en el Policlínico “Dr. Juan Miguel Martínez Puentes”.

REFERENCIAS

- Ahumada-Cortez, J. G., Gámez-Medina, M. E. y Valdez-Montero, C., (2017). El consumo de alcohol como problema de salud pública. *Ra Ximhai*. 13 (2). 13-24.
<https://n9.cl/owiot>
- Ávila-Escribano, J. J., (s.f). Intervención Psicoterapéutica en el tratamiento del alcoholismo. SALAMANCA. <https://n9.cl/o1uot>
- Aladro, A. F., (2021). ¿Qué es un grupo terapéutico? Espacio Calenco.
<https://n9.cl/2ailv>





- Chang, M., (2012). El consumo de alcohol como un problema de salud pública. Instituto Nacional de Higiene, Epidemiología y Microbiología. 50(3), 425-426. <https://n9.cl/8k47d>.
- Corbella, S., Casari, L. M., y Prado-Abril, J. (2024). La persona del terapeuta: conceptualización, estilo personal e investigación. *Revista de Psicoterapia*, 35(127), 5-16. <https://doi.org/10.5944/rdp.v35i127.39763>.
- Gómez, R., (2022). La importancia de la relación terapéutica y el vínculo con tu psicólogo/a. Blog Mentes Abiertas. <https://n9.cl/3caar>
- González-Ayuso, V., (2023). La figura del agente de apoyo mutuo en salud mental. Espacio colaborativo del Imsero. Blog del Creap. Valencia. <https://n9.cl/13cfv>
- Hijosa, I., (2023). Terapia de Grupo. Topdoctors. España. <https://n9.cl/mz3x6>
- Linney, S. (2024). ¿Por qué la regla de las 24 horas es crucial para la sobriedad a largo plazo? American Addiction Centers Editado por Wendy Manwarren Géneres. <https://n9.cl/v0vcq>
- Martínez Torres, Y. M., Gamboa Navarro, Y., Matos Laffita, D., Santana Suarez, I., & Moreno González, A. (2022). Intervención educativa sobre alcoholismo en pobladores del policlínico “Fermín Valdés Domínguez”, Baracoa. *Revista Cubana Medicina General Integral*. 38(2) <https://n9.cl/skvo2>
- Pérez-Zaldívar, D. y Roca-Perera, M. A., (2004). Psicoterapia general. Editorial Félix Varela. La Habana. <https://n9.cl/bq36o>
- Rubio, G., Marín, M., López-Trabada, J. R. & Áreas, F., (2020). Efectos de la integración de los grupos de ayuda mutua sobre la adherencia al programa de continuidad en el cuidado de pacientes con dependencia del alcohol. *Atención Primaria*. 52(8) 555-562. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2020.04.010>
- Sampietro, H. M. y Carbonell, C., (2021). Documento Guía para la constitución y gestión de grupos de ayuda mutua en Salud Mental. Grupos de Ayuda Mutua. Activa Ment, <https://n9.cl/si1xi>
- Serebrinsky, H., (2012). Psicoterapia de grupo. Ajayu Órgano de Difusión Científica del departamento de psicología UCBSP.10(2) 132-155. <https://n9.cl/cmyul>
- Stokel-Walker, C., (2022). Cuáles son los "12 pasos" de Alcohólicos Anónimos para recuperar adictos. *BBC News Mundo*. <https://n9.cl/hgfbso>
- Torres, A. (2025). Terapia de grupo: historia, tipos y fases Este tipo de psicoterapia utiliza dinámicas grupales para intervenir sobre problemas y conflictos. *Revista Psicología y mente*. <https://n9.cl/x6d25>

