

Ser adicto al sexo no tiene gracia

Los afectados sufren temblores, ansiedad y síndrome de abstinencia ● Esta obsesión enfermiza les lleva a buscar relaciones sexuales para mitigar la angustia ● El 85% son hombres

JOSEBA ELOLA

Vale ya de chistes fáciles. Ser adicto al sexo es ser un adicto. Es como ser yonqui. Miedo, temblores, *mono*. Sesiones de horas de sexo que no producen placer y que sólo mitigan por unos instantes la angustia, la ansiedad. El infierno por el que pasó Ricardo, que perdió sus dos trabajos y a su mujer, nos servirá para entender de qué hablamos. Vale ya de chistes fáciles. Ser un adicto al sexo no tiene ninguna gracia.

La adicción al sexo está en el centro del debate. Y no porque el actor David Duchovny haya pasado por una clínica. Hoy por hoy, no está reconocida como tal en el *Manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales (Disease Statistical Manual —DSM IV TR—)*, la biblia de los psiquiatras, el manual que permite efectuar un diagnóstico. *Stricto sensu*, no existe. Muchos de los que en Estados Unidos preconizan que se incluya en la próxima revisión de esta biblia, en 2012, otorgan una dimensión moral al debate, un cierto puritanismo. En España, un buen número de los que apoyan su incorporación al DSM abogan porque se reconozca una realidad innegable. El debate está abierto y lleno de matices. Pero hay algo en lo que todos, psiquiatras, terapeutas, sexólogos y pacientes, coinciden: estar enganchado al sexo no tiene ninguna gracia.

Las luces de los clubes de carretera, cada dos por tres, saliendo a su paso. Para Luis, circular de noche con su coche era exponerse a volver a caer. Luis es un nombre ficticio. Sólo su familia sabe que es adicto al sexo. El estigma social en torno a esta enfermedad es una losa.

Le cuesta contar su historia. Sentado en una consulta del Centro para el Tratamiento y la Rehabilitación de Adicciones Sociales (Cetras) de Valladolid, recuerda sus días de calvario. Las luces de colores de los clubes eran como la musiquilla que llama al ludópata para que eche otra moneda a la máquina. "Todo está perfectamente pensado para

atraerte", dice, y tuerce el gesto: "La tentación es más grande que la voluntad".

Luis tiene 44 años y trabaja como comercial. O sea, viaja constantemente. Su trabajo le ofreció durante años una cierta cobertura, un catálogo de coartadas para su mujer. Hasta que llegaron los problemas de dinero. Entonces ya no hubo modo de

contactos de los periódicos y sólo con ver el teléfono sabía en qué club se encontraba la chica del anuncio. "Los últimos tres meses fueron de locura, iba de putas todas las noches". Hasta que se encontró en un callejón sin salida, hace cuatro años. "El dinero me faltaba, la empresa me lo podía reclamar. Piensas en desaparecer, en estamparte contra un camión. Pero tuve un momento de lucidez y llamé a mis hermanos", dice subiendo la voz.

Necesitaba 8.000 euros. Le dijeron que no. Que pidiera un préstamo y que hiciera frente al problema ingresando en el Cetras. "Ahora agradezco que no me dejaran ese dinero, enfrentarme a mi problema fue lo mejor que podía hacer".

Cuatro años de terapia han pasado. Luis sigue acudiendo todos los miércoles por la tarde a este centro situado junto al campus universitario de Valladolid. Su mujer le dio una oportunidad y la ha aprovechado. Ha superado "el distanciamiento" que le separaba de ella. Ha aprendido a disfrutar de "los pequeños placeres de la vida". Juega de nuevo con su hijo. "Hay que pedir ayuda antes de llegar al límite", dice. Eso sí, nunca más podrá llevar una *visa* en el bolsillo.

"Es una patología de la libertad", dice Enrique Echeburúa, catedrático de Psicología Clínica de la Universidad del País Vasco. Cuando hay adicción, la persona lo pasa mal, no encuentra satisfacción, es incapaz de frenar y su obsesión interfiere en su vida. Afecta a su trabajo, a su capacidad de concentración, a su economía.

Hay parejas que practican sexo dos o tres veces al día y eso no significa que sean adictos al sexo. "Eso es la pasión de una relación que comienza, por ejemplo", declara la sexóloga Miren Larrazábal, presidenta de la Federación Española de Sociedades de Sexología. Hay personas que se masturban dos veces al día, dice, y eso no tiene por qué ser patológico. "Si eso no les causa problemas con su pareja, si



Adelina Bernardo, con un paciente. / FELIPE FERNÁNDEZ

Luis llegó a gastarse 2.400 euros en una noche en el prostíbulo

"No hay diferencia entre el drogadicto y adicto al sexo", dice un experto

tapar la evidencia con más mentiras.

Empezó a frecuentar prostibulos con los libros de la Facultad bajo el brazo. Siempre iba solo. El trabajo trajo dinero, y el dinero, más visitas a los clubes. Noches cada vez más largas. Despertares junto a dos chicas. Prostitutas que le vendían *coca* para aguantar toda la noche. La factura de esas escapadas fue creciendo. Llegó a gastarse 2.400 euros en una noche.

Comenzó a llegar tarde a sus citas laborales. A utilizar su dinero y el de la empresa. A vigilar el buzón para interceptar las cartas del banco. Llegó un momento en que abría las páginas de

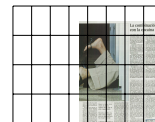


Una terapia continuada permite superar la adicción al sexo. / CORBIS

no interfiere en su vida, si saben controlarlo, no hay problema. La persona que sufre adicción al sexo sólo obtiene placer en el momento, al final del clímax sexual ya se siente mal, vuelve la ansiedad, que va a más y que necesita volver a aplacar con más sexo".

De hecho, más de uno se agarró a la cantinela de la adicción al sexo para justificar su comportamiento en pareja. La sexóloga Charo Castaño, que atiende a mujeres en el Instituto Palacios, cuenta que en ocasiones ellas

vienen acompañadas del marido, que dice que la mujer no le da lo que él quiere y que por eso lo busca fuera de casa, que no lo puede evitar. Francisco Cabello, presidente de la Liga Internacional para la Promoción de la Salud Sexual, asegura que es una coartada frecuente. "Si un hombre es infiel, no es que tenga una enfermedad, es que ha roto con sus valores. También hay gente que utiliza con frecuencia la prostitución y no tiene una adicción al sexo". Cabello también recibe a parejas en las que el hombre plantea que su mujer tiene adicción porque lo quiere hacer todos los días: "Son casos de falta de deseo masculino, ha-



La combinación con la cocaína

"Veo muchos adictos combinados sexo-coca", dice el director del Instituto Andaluz de Sexología, Francisco Cabello. Personas que en sus noches de desenfreno tienen que recurrir además a la viagra para no perder la erección que el consumo de cocaína produce.

La psicóloga Adelina Bernardo explica que, en muchos casos, detrás de la adicción al sexo hay episodios de abusos sexuales en la infancia. O padres que han hecho que los hijos desarrollen un sentimiento de culpabilidad frente al sexo.

El Instituto Dexeus de Barcelona realizó un estudio clínico entre sus pacientes hace dos años. De los 65 adictos al sexo que estudiaron, el 85% eran hombres. El 32% presentaban adicción a tóxicos; un 18% habían sido compradores compulsivos, y un 5% eran jugadores patológicos. El 21% sufría un cuadro depresivo.

El psiquiatra Josep Maria Farré, que lleva años estudiando este fenómeno, explica que hoy por hoy la adicción al sexo no está reconocida como tal por la comunidad científica. Y que lo que se está planteando es su inclusión en el grupo de los trastornos del control de impulsos, un capítulo en el que hoy se ha-

llan la ludopatía, la piromanía, la cleptomanía o la tricotilomanía (arrancarse el cabello). "Debemos aceptar que es un fenómeno que existe y estudiarlo".

Enrique Echeburúa también se muestra partidario de que se reconozca su existencia. Eso sí, ambos se desmarcan de la cuestión moral que acompaña al debate en Estados Unidos. "La sexualidad está siendo patologizada", explica por teléfono desde la Universidad de Indiana el investigador Brian Hodge.

Farrés dice que, entre los adictos al sexo, los más impulsivos pueden llegar a ser acosadores sexuales. El doctor Blas Bombín, fundador del Cetras, asegura que la adicción al sexo es la única adicción que no es atenuante y que puede llegar a ser agravante en un juicio. "El clima de alarma social es de rechazo a estos adictos, se les estigmatiza como si no tuvieran remedio. Pero son personas rehabilitables".

Añade que el perfil del violador es distinto: en el caso del violador hay un trastorno de la personalidad. "El reconocimiento de la adicción al sexo es políticamente incorrecto en la medida en que puede acabar convirtiéndose en atenuante en determinados delitos", sentencia.

"Cuando escucho a alguien contar su adicción a la cocaína o al alcohol, siento que ésta es mi historia", dice Ricardo, otro de los nueve pacientes adictos al sexo que acuden a este centro, "el sudor, los temblores, la angustia, el miedo, el deseo desenfrenado de conseguir lo que necesitas". Ricardo —nombre ficticio—, de 49 años, perdió una casa y dos puestos de trabajo por su espiral adictiva. Su mujer le dejó. Cuando entraba en un restaurante, fijaba la mirada en una mujer, le daba igual que estuviera acompañada. La miraba y hacía un gesto. Si ella se levantaba al baño, aprovechaba el momento y se acercaba a proponerle un encuentro furtivo. "No me importaba que me diera una bofetada, si lo lograba, conseguía mi objetivo. No tenía reglas, ni moral, ni respeto por nada", dice, sujetando su cabeza entre las manos. Tuvo una recaída el pasado mes de enero. Dejó de comer, perdió 22 kilos, se le empezó a caer el pelo. Su mujer, de la que se separó un tiempo, ha vuelto junto a él para apoyarle.

Los adictos al sexo consultados dicen que siempre les faltó personalidad. Que no sabían decir que no. Que existía una enorme falta de autoestima y de confianza en sí mismos. Como Pe-

dro, que trabaja solo en casa y cuya vida cambió con la llegada de Internet. Casado y con tres hijos, lleva cinco años en terapia. "Podía visitar páginas porno durante 12 o 14 horas al día. Acabé con molestias en el codo, de tanto usar el ratón", cuenta, apesadumbrado. Aún no ha salido del túnel, sigue trabajando en casa, e Internet está ahí. "Es como tener un mechero en una mano y un cigarrillo en otra para un adicto al tabaco".

Hay clínicas que ofrecen soluciones milagrosas al problema en 45 días. De hecho, los famosos suelen ingresar en centros de los que salen al poco tiempo. "En 45 días da tiempo a que la persona se centre y se dé cuenta de que tiene un problema", dice Adelina Bernardo. Hacen falta entre seis meses y un año para que la persona se establezca. Y como ella suele explicar, ser adicto al sexo es como tener diabetes. Hay que mantenerse vigilante toda la vida, como el alcohólico que no debe volver a probar un sorbo. Eso sí, con la terapia se puede volver a la vida, salir del infierno.

cerlo todos los días no es malo, jacasos decimos que alguien es adicto cuando ve dos partidos de fútbol al día?".

Fernando Pérez del Río, autor del libro *Nuevas adicciones, adicciones nuevas?*, defiende que hace falta un diagnóstico común para todas las adicciones. "No hay gran diferencia entre el adicto al sexo y el drogadicto. No podemos estar inventando una nueva adicción cada tres años, se crea alarma social". En el Cetras de Valladolid, de hecho, uno de los centros pioneros en adicciones sociales en España, los adictos a las compras, a Internet y al sexo hacen terapia juntos.

Miércoles pasado, 18.30. Nue-

Hacer el amor tres veces al día no quiere decir que se esté enganchado

Ricardo perdió una casa y dos trabajos por su dependencia. Su mujer le dejó

ve pacientes están sentados en corro. Adelina Bernardo, la terapeuta, dirige la sesión. Hay una nueva incorporación al grupo,

una mujer de mediana edad que se ha vuelto adicta al messenger, así que toca que cada uno de los pacientes se presente. Luis, el único adicto al sexo que acude a la terapia esta tarde, da el paso adelante y cuenta su caso. Poco después interviene Juan. "Yo entré aquí en el año 2000. Dejé el alcohol y lo cambié por una adicción a las compras. Me mentía a mí mismo y mentía a todos los demás". Olga, de 26 años, sentada a su lado, asiente. Ella padece bulimia y dependencia emocional, una adicción en la que una persona se convierte en el objeto adictivo de la otra. Todos tienen la sensación de tener mucho en común.

+ EL PAIS.COM

► **Participe.** ¿Cree que el adicto al sexo es un enfermo como el ludópata o el cleptómano?