

Con nosotros, sí que puedes...

El Centro Terapéutico Mare Nostrum es una institución privada con más de 20 años de experiencia en el tratamiento de las adicciones, especializada en el tratamiento de pacientes con dependencia al alcohol, cocaína, psicofármacos y cannabis.



Sol Bacharach, María Álvarez, Esmeralda Arigiúell, Keka Zamora, Antonio Magán, Josep Segura, Elvira Hernández, Ana Sabater, Zulma Posso

Ubicado en un balneario de La Garriga, población cercana a Barcelona, al pie del Parque Natural del Montseny, **Mare Nostrum** es un centro terapéutico de referencia en el tratamiento de las adicciones. El alto índice de éxito obtenido en sus más de 2.000 pacientes tratados convierte a **Mare Nostrum** en uno de los centros con más prestigio en el área de su especialización.

Mare Nostrum, que pertenece al holding valenciano Grupo VMP, nació como empresa en el año 2003, al absorber un grupo de médicos y terapeutas que durante más de 20 años habían trabajado en el tratamiento de las dependencias. Se trata por tanto de una nueva empresa creada sobre la base del éxito de unos tratamientos ampliamente aplicados a lo largo de más de dos décadas.

La adicción, una enfermedad

El Centro Terapéutico **Mare Nostrum** cuenta con un equipo multidisciplinar de profesionales formado por una directora médica, un médico adjunto, 6 terapeutas, 2 monitores, 6 enfermeras y una auxiliar, todos ellos con una dilatada experiencia, que emplean las técnicas y procedimientos más eficaces a fin de garantizar una atención sanitaria y psicológica permanente y personalizada a todos sus pacientes.

La Dra. María Álvarez, Directora Médica de **Mare Nostrum**, define que una persona es dependiente de una sustancia "cuando el consumo de la misma pasa a tener prioridad sobre otros aspectos que antes han sido importantes en su vida, como la familia, la pareja, los amigos, el trabajo, etc.". Por tanto, la adicción es "una enfermedad neuro-adaptativa, porque provoca cambios en el cerebro y se manifiesta a través de trastornos de la conducta".

El consumo, según la Dra. Álvarez, empieza "como un acto social o lúdico, olvidando el riesgo de que cualquier droga, por sí misma, puede ge-

nerar una dependencia, de tal forma que el usuario de esa droga pasa a ser un enfermo adicto sin darse cuenta". Esta enfermedad tiene una etapa "de silencio clínico, donde el paciente ya depende de la sustancia pero aún no se observan problemas desde fuera".

La Directora Médica de **Mare Nostrum** sostiene que "la sociedad debe dar un paso hacia adelante a la hora de definir la adicción como enfermedad que tiene tratamiento, además de romper el tabú social de que el adicto es una persona sin voluntad, viciosa, etc.", un concepto en el que este centro siempre ha sido pionero.

En palabras de Sol Bacharach, Presidenta de **Mare Nostrum**, "nuestra entidad pone todo su empeño en que la sociedad acepte y entienda la adicción como una enfermedad de la que uno puede recuperarse siguiendo el tratamiento adecuado". También es importante, añade, "que se entienda que la adicción es una enfermedad que incide en todas las clases sociales, no sólo en individuos marginales, sino también en personas muy bien posicionadas".

Claves del proceso terapéutico

El programa terapéutico de **Mare Nostrum** incluye la desintoxicación, deshabituación, rehabilitación y reinserción del paciente dependiente, dotándole del entrenamiento y las herramientas necesarias para alcanzar plenamente estos objetivos.

El tratamiento de **Mare Nostrum** está libre de cualquier tóxico. La filosofía del centro no contempla otras opciones por entender que si un paciente sale de **Mare Nostrum** sustituyendo un tóxico por otro, como es el caso tan habitual de quien sustituye cualquier droga por los psicofármacos que crean dependencia, habrá puesto un parche a su problema de droga cayendo en una nueva adicción.

La coordinadora de terapeutas de **Mare Nostrum**, Esmeralda Arigiúell, afirma que la des-

intoxicación física, que es el primer paso que se tiene que producir, "es la etapa más sencilla, ya que la parte más importante es deshabituarse al paciente, es decir, romper la vinculación psicológica enfermo-sustancia ante determinadas situaciones". En este sentido, la terapia de grupo aplicada en este centro es el pilar fundamental del tratamiento. Se trata de "una escuela de vida en la que se aprende a vivir sin tóxicos, aceptar que la vida es tal cual y nosotros somos los que vamos cambiando, por lo que abarcamos todas las facetas: vida familiar, laboral, ocio, etc."

Por ello, el enfermo hace una introspección hasta llegar a detectar todo lo que le lleva a consumir para, posteriormente, cambiarlo. Aunque este tratamiento es muy duro, Sol Bacharach afirma que "el paciente sale de él muy fortalecido".

Fases del tratamiento

El proceso terapéutico de **Mare Nostrum** se efectúa siempre en régimen hotelero interno en torno a cuatro fases claramente diferenciadas:

- 1- Desintoxicación: se realiza bajo una estrecha vigilancia médica. En esta etapa, y de forma temporal, el paciente recibe medicación de apoyo para evitar la aparición del síndrome de abstinencia.
- 2- Deshabituación: la dependencia altera enormemente los hábitos y actitudes de la persona que la padece. La deshabituación es el proceso de normalización de esos comportamientos alterados para poder mejorar así la calidad de vida del paciente y su integración familiar.
- 3- Rehabilitación: tiene como objetivo recuperar las habilidades perdidas o no desarrolladas por el paciente a causa del consumo de droga. La herramienta fundamental del proceso es la terapia grupal e individual del paciente y sus familiares.



Sol Bacharach, Presidenta de Mare Nostrum

4- Reinserción: durante las últimas semanas, el centro **Mare Nostrum** prepara la vuelta del paciente a su entorno familiar y social. El seguimiento médico y terapéutico del paciente continúa tras la salida del centro hasta alcanzar su total reinserción.

Explica Sol Bacharach que "la recuperación y reinserción de nuestros pacientes se hace siempre de forma gradual y paulatina. En **Mare Nostrum** ofrecemos dos años de seguimiento y control, a través de grupos de terapia externos, para que el paciente no se sienta solo en el retorno a su cotidianidad".

Los tratamientos de **Mare Nostrum** tienen un elevado porcentaje de éxito, cifrado en más del 73%, a pesar de que, como afirma Sol Bacharach "la adicción es una enfermedad susceptible de recaída". Al respecto, la Organización Mundial de la Salud considera que el paciente está recuperado si no ha vuelto a consumir ningún tóxico durante un período de dos a cinco años.

mare nostrum
Centro Terapéutico

MARE NOSTRUM CENTRO TERAPÉUTICO

C/ Mina 7
08530 La Garriga, Barcelona
Tel 93 871 46 00
www.centromarenostrum.com



De pie: Dra María Álvarez (Directora Médica) y Keka Zamora (coordinadora de enfermeras)
Sentadas: Sol Bacharach (Presidenta de Mare Nostrum) y Esmeralda Arigiúell (coordinadora de terapeutas)