

# **HIJO, ERES UN ADICTO**

D'ANNE BURWELL

Traducción de MAR COBOS VERA

Título original: *Saving Jake: When Addiction Hits Home*  
Traducción autorizada de la edición inglesa © D'Anne Burwell. Esta traducción se publica y comercializa con el permiso de su Autora, titular de todos los derechos de publicación y venta.

© Del texto  
D'Anne Burwell

© De la traducción  
Mar Cobos Vera

© Next Door Publishers, SL  
Primera edición: octubre 2023

Editor: Oihan Iturbide  
Diseño: Ex.Estudi  
Corrección y composición: NEMO Edición y Comunicación, SL

N E X T —  
D O O R . . .  
P U B L I S H E R S

Next Door Publishers, SL  
[www.nextdoorpublishers.com](http://www.nextdoorpublishers.com)  
[www.yonkibooks.com](http://www.yonkibooks.com)

ISBN: 978-84-127532-0-2  
DEPÓSITO LEGAL: NA 1918-2023

Gráficas Alzate  
Impreso en Navarra, España

El papel utilizado tiene certificado FSC y PEFC que garantizan la gestión sostenible de las materias primas y una trazabilidad completa desde los bosques de origen.

Reservados todos los derechos. No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea mecánico, electrónico, por fotocopia, por registro u otros medios, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*.

Con la colaboración de la Fundación María Aranzadi

**ma**  
FUNDACIÓN

A mi esposo, a mi hija y a mi hijo,  
así de simple



«Hay un dinamismo, una fuerza vital, una energía, una reactivación que a través de ti se traduce en acción. Y, puesto que no hay nadie exactamente igual que tú en este mundo, dicha acción es única. Si la bloqueas, nunca existirá en ningún otro medio y acabará perdiéndose».

Martha Graham

## ÍNDICE

Prólogo .....	11
<b>Primera parte. Las piezas del puzle .....</b>	<b>15</b>
1. Un dulce comienzo .....	16
2. Los inicios .....	33
3. Boca abajo.....	46
4. Carbonilla.....	65
<b>Segunda parte. Una nueva mirada.....</b>	<b>79</b>
5. Enfermedad .....	80
6. Cerrarse en banda.....	96
7. Cerebros adolescentes.....	110
8. Bajo la lluvia .....	120
9. Buscar respuestas .....	127
10. Una madre distinta .....	141
11. El vacío en Acción de Gracias.....	157
<b>Tercera parte. Volver a intentarlo .....</b>	<b>161</b>
12. Alivio y dolor.....	162
13. Una enfermedad progresiva.....	180
14. Arrancar esa culpa .....	194
15. Jaywalker .....	202
16. La última en enterarse .....	210
17. Una tregua al dolor.....	225

<b>Cuarta parte. Carrera de larga distancia</b> .....	235
18. Caer en picado .....	236
19. El mismo sofá .....	243
20. Una madre histérica.....	260
21. Desintoxicación.....	275
<b>Quinta parte. Un guerrero sobrio</b> .....	289
22. El nuevo mejor amigo de la adicción ....	290
23. Liberar las lágrimas .....	304
24. Una travesía más.....	311
25. Atraída por un adicto.....	318
26. Nido vacío.....	330
27. No te metas.....	338
<b>Sexta parte. Desconocimiento</b> .....	349
28. Un poquito de alegría .....	350
29. Desprogramar conductas.....	363
30. Despegar como un cohete.....	376
31. Juntos .....	391
Epílogo .....	397
Agradecimientos.....	407
Recursos .....	409
Créditos .....	413





## PRÓLOGO

«El mejor modo de salir de un sitio es  
atravesándolo».

Robert Frost

Estaba allí de pie, agarrada a la encimera de la cocina, resollando, sintiéndome aprisionada en un túnel muy oscuro. «Solo tienes que llevarlo al aeropuerto», me dije. «Llévalo al aeropuerto».

Jack salió de su habitación y por el pasillo iba haciendo pausas para toser con un sonido grave y seco. Entró en la cocina. Iba vestido como siempre, con pantalones cortos, camiseta, sus Vans blancas y la gorra negra de los Giants. Dejó caer al suelo su bolsa de lona. Mi hijo de diecinueve años estaba tan delgado que me daban ganas de llorar. Tenía la piel tan pálida que casi parecía translúcida, teñida ligeramente de verde.

—¿Quieres desayunar? —le pregunté, muy poco convencida.

Negó con la cabeza. Las pupilas se le veían enormes. Rehuyó mi mirada.

Durante muchos meses, como si de un manto de nubes se tratara, la tendencia de mi hijo a minimizar o a omitir detalles, todas aquellas mentiras y excusas, habían ocultado el hecho de que su vida se estaba haciendo pedazos. Pocos días antes, de repente, yo había atado cabos: la carbonilla en la frente, los bolis Bic vacíos desperdigados por su habitación de alquiler, que siempre estuviera

sin blanca. Jake era adicto a la oxicodona (OxyContin), un fármaco opioide que se utiliza para el dolor.

Estaba a punto de enviar a mi hijo a un centro de rehabilitación que, con mucho esfuerzo, había conseguido encontrar. «¿Era el más adecuado?». Mi marido estaba en un viaje de negocios y, de todos modos, se mostraba más resentido que comprensivo. Mi hija de diecisiete años se encontraba sumida en su propia crisis porque su novio había amenazado con suicidarse. Y yo me sentía completamente sola, rota por muchas partes, agotada, decidida a seguir adelante por el simple hecho de que alguien tenía que hacerlo.

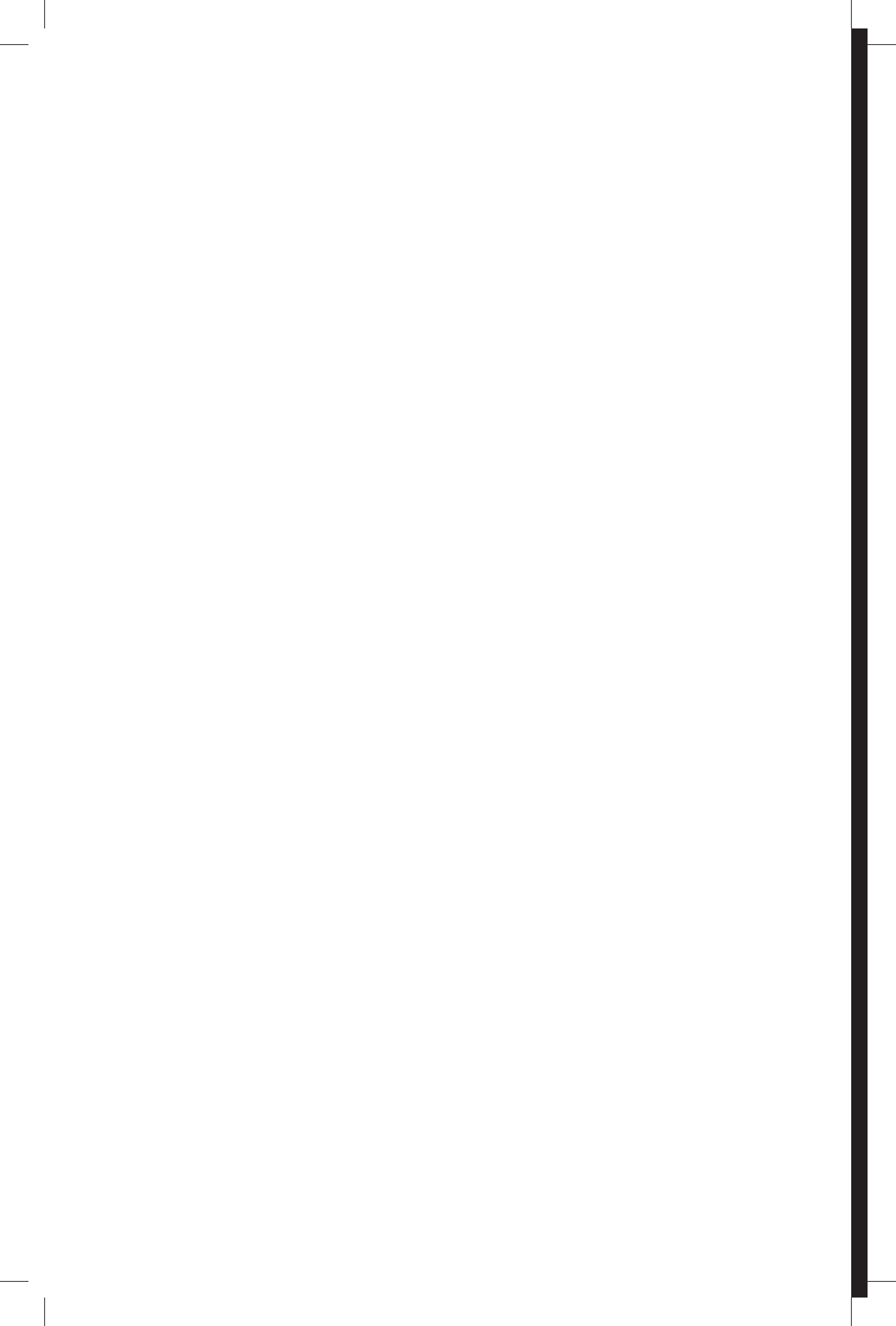
Aquel momento en la cocina me pareció el peor de toda mi vida. Aún no entendía que la adicción es una enfermedad. Aún no había aprendido a retroceder un paso para dejar que mi hijo luchara por su propia alma. Si hubiera sabido que tan solo me encontraba en la línea de salida, quizá no habría tenido las fuerzas suficientes para coger las llaves, poner la mano en la espalda de mi hijo y conducirlo hacia el coche.

En los asoladores meses que siguieron, mi familia presencié de primera mano las diversas maneras en que la sociedad margina a los adictos y alcohólicos, al considerar que son ellos mismos quienes deciden por voluntad propia consumir drogas o alcohol hasta autodestruirse. Tras varios años de sufrir aquella crisis compartida, afloró un pensamiento en mi cabeza: un libro podría ayudar a desmentir aquel mito. Podría contar la historia de la lucha de mi familia, las lecciones aprendidas, los patrones repetidos, los progresos y cambios, el amor. Con un libro podría arrojar luz sobre la enfermedad de la adicción y

permitir que otras familias supieran que no están solas. Con algo tan sencillo como un libro, una historia, quizá pudiéramos ayudar a poner fin a parte de esa devastación.

Los adictos se sienten abrumados por la vergüenza porque la sociedad sigue cargándolos con la culpa. Espero que esta historia ayude a Jake, entre otros, a eximirse de tanta culpa y vergüenza. Espero que, mediante la descripción de este feroz combate, queden claros los retos a los que se enfrenta una persona con esta enfermedad, que la acompañará de por vida. Y espero que, de algún modo, eso ayude a darle sentido a este caos. Quiero que los lectores sepan hasta qué punto la adicción puede desgastar a una familia y cómo nos convierte en sus prisioneros, cómo se fortalece si no estamos en alerta continua. Las sobredosis por drogas arrebatan una vida cada ocho minutos. De hecho, son la causa principal de muerte accidental en los Estados Unidos. Se está produciendo un descenso de casi todas las causas de muertes evitables, pero no ocurre lo mismo con la muerte por drogas. Si debatimos sobre las adicciones a las drogas y el alcohol, poniendo nuestra cara y nuestra voz al movimiento comunitario hacia la rehabilitación que está emergiendo a nivel nacional, podemos también debatir sobre posibles soluciones y unir fuerzas para provocar el cambio que necesita el eterno problema de las drogas.

Voy a contar con honestidad y veracidad la historia de mi familia. La adicción nos ha cambiado la vida por completo, pero a lo largo del trayecto hemos llegado a vislumbrar destellos de esperanza. Seguiremos echando la vista atrás para encontrar el camino a seguir. Seguiremos recordándonos que debemos ir paso a paso.



# Las piezas del puzle 1