

## “La metanfetamina fue mi máxima autodestrucción”: El desgarrador testimonio de Álvaro sobre la adicción y la búsqueda de identidad en Sevilla

**Desde el alcohol y la cocaína, hasta las devastadoras drogas de diseño y el GHB, el camino de Álvaro está marcado por la búsqueda de aceptación, la gestión de la orientación sexual y el duelo no resuelto**

“*Me quería morir, pero no tenía fuerzas*”, es una de las frases más desgarradoras que deja el [testimonio de Álvaro](#). Pero para llegar a esta situación, es necesario remontarse al punto de partida.

La relación del joven con las sustancias empezó con 13 años: alcohol, tabaco, hachís... Lo que parecía un consumo temprano “normalizado” fue, en realidad, el inicio de una espiral que terminaría años después en uno de los escenarios más extremos de la adicción: **metanfetamina, GHB, sobredosis voluntarias y una vida fragmentada para ocultarlo todo.**

La historia de Álvaro es la de un joven sevillano, hoy en recuperación, que rompe cualquier idea simplista sobre las adicciones: el consumo le llevó a la autodestrucción, pero hay una razón de ser anterior.

### La semilla de la adicción: timidez e identidad

Ver a una persona cuya vida está dominada por completo por el consumo es solo la última de las consecuencias de la enfermedad de la adicción. Lo que muchos no logran ver es el camino que atraviesa la persona para llegar ahí.

En el caso de Álvaro, todo empezó mucho antes: **con la inseguridad, el rechazo a su propia orientación sexual y la necesidad de encajar.**

“*Mi gran reserva de consumo es el rechazo que tengo hacia mí mismo*”, reconoce. Una frase que resume una realidad que los expertos repiten cada vez con más claridad: **la sustancia no es el origen, es la consecuencia.**

## NOTA DE PRENSA

04 de mayo de 2026

Departamento de Marketing de Esvidas

Contacto: 911 091 900 – [comunicacion@esvidas.es](mailto:comunicacion@esvidas.es)



Durante años, el joven vivió dos vidas: una visible, funcional y aparentemente normal; y otra oculta, marcada por el consumo, la dependencia y el vacío. Socialmente sigue instaurada la idea de que el adicto es quien está tirado en la calle, con el cartón de vino y con la imagen descuidada. Pero también es **aquella persona con trabajo estable que alivia sus problemas cotidianos con el consumo.**

Álvaro era de esos: tenía su trabajo estable, pero a la vez el consumo ganaba protagonismo en su vida. **La caída fue progresiva, pero implacable.** De la cocaína como herramienta para socializar, a la metanfetamina como necesidad para levantarse cada mañana. De la evasión al colapso. De querer desaparecer... a no poder hacerlo.

Las palabras del joven sevillano ponen el foco en lo que muchas veces no se ve: **la adicción como respuesta al dolor, a la identidad y a las heridas emocionales.** Y, sobre todo, en una idea que cambia el relato: **salir es posible, pero no se hace solo.**



**Esvidas, red de centros de adicciones**

Ayudamos a las personas encontrar el tratamiento adecuado para su recuperación.



## Un duelo no resuelto

A los 18 años, la muerte de su padre marcó un punto de inflexión. El impacto emocional no se manifestó de inmediato, pero acabó emergiendo con el tiempo. A esta situación de inestabilidad se suma la salida del joven a Madrid.

Sin una red de apoyo sólida y con mayor autonomía, **el consumo de alcohol se volvió frecuente y progresivamente más intenso.**

*"El vacío llegó después", recuerda. Dos años tras el fallecimiento, el duelo no resuelto empezó a hacerse evidente. En ese contexto apareció la cocaína, primero de forma puntual, pero rápidamente integrada en su rutina.*

Desde **Esvidas**, los especialistas en adicciones insisten en que este tipo de evolución responde a un patrón habitual. *"La sustancia no aparece de forma aislada, sino como respuesta a un malestar previo que no se ha podido gestionar",* explican.

Factores como el duelo, la identidad o las dificultades emocionales no resueltas **actúan como detonantes que pueden acelerar el paso de un consumo experimental a una dependencia consolidada.**

A partir de ese momento, el consumo dejó de ser esporádico para convertirse en **un patrón sostenido**, marcando el inicio de una etapa de mayor dependencia.

## La cocaína como "mejor amiga" y la espiral autodestructiva de la metanfetamina

*"No me veía capaz de sociabilizar si no era bajo los efectos de alguna sustancia", admite. En el competitivo mundo de la moda, pues Álvaro desempeñaba su labor en una agencia de comunicación, **el consumo estaba generalizado**, lo que normalizó y aceleró su adicción.*

La cocaína se convirtió en su *"peor enemiga, pero a la misma vez mi mejor amiga"*, ayudándole a entablar relaciones y a "tapar" el vacío que sentía. Sin embargo, esta falsa amistad **lo sumió en una profunda crisis de identidad**, generándole aún más inseguridad y un *"problema de identidad al 100%"*.

**La ruptura con su primera pareja a los 30 años**, en parte por su consumo descontrolado, marcó otro punto de inflexión devastador. Fue entonces cuando, en un contexto de vulnerabilidad y búsqueda de nuevas experiencias, probó la metanfetamina.

## NOTA DE PRENSA

04 de mayo de 2026

Departamento de Marketing de Esvidas

Contacto: 911 091 900 – [comunicacion@esvidas.es](mailto:comunicacion@esvidas.es)



*"Cuando probé la metanfetamina fue la máxima autodestrucción en mi vida. La necesitaba incluso hasta para levantarme de la cama. No me podía levantar de la cama si no tenía esa sustancia", asegura el joven sevillano.*

Este fue el inicio de un descenso aún más profundo. La metanfetamina lo llevó a **experimentar sobredosis voluntarias, un grito silencioso de auxilio.**

La combinación de metanfetamina y GHB, utilizada para contrarrestar los efectos de la primera, lo sumió en un **ciclo de dependencia extrema**, aislamiento y una vida fragmentada en "mil vidas" distintas para ocultar su consumo.



## El camino hacia la recuperación con Esvidas

El punto de inflexión en la historia de Álvaro llegó cuando la caída dejó de ser sostenible. Tras años de consumo y deterioro progresivo, el ingreso en un centro de tratamiento marcó el inicio de un cambio real. **No fue un final, fue el comienzo de un proceso complejo**, en el que dejar la sustancia era solo una parte del camino.

Su experiencia refleja una realidad que los especialistas subrayan: **la adicción no se supera únicamente con abstinencia**, se supera abordando las causas que la sostienen. **Trauma, inseguridad, identidad o duelo** forman parte de un entramado que requiere un enfoque terapéutico integral.

Es en ese contexto donde interviene Esvidas, grupo de centros especializados en el tratamiento de adicciones en España, que trabaja desde una perspectiva

## Esvidas, red de centros de adicciones

Ayudamos a las personas encontrar el tratamiento adecuado para su recuperación.



## NOTA DE PRENSA

04 de mayo de 2026

Departamento de Marketing de Esvidas

Contacto: 911 091 900 – [comunicacion@esvidas.es](mailto:comunicacion@esvidas.es)



multidisciplinar. **Psicólogos, psiquiatras, médicos y trabajadores sociales** conforman un equipo que aborda tanto las adicciones a sustancias (alcohol, cocaína, metanfetamina o GHB) como las conductas adictivas.

Desde Esvidas insisten en la importancia de ofrecer **espacios seguros, estructurados y profesionales**, donde la persona pueda entender qué hay detrás de su consumo y reconstruir su vida desde la base.

*“Cada historia de recuperación es un faro de esperanza”, explica **José Manuel Zaldua**, [director y experto en adicciones de Esvidas](#). “Entendemos la adicción como una enfermedad compleja, ligada en muchos casos a traumas, inseguridades o conflictos de identidad. Nuestro objetivo es acompañar a cada persona para que pueda reconstruirse desde ahí”.*

Hoy, Álvaro habla desde la recuperación. Su testimonio no solo muestra la dimensión del problema, sino también una idea clave: **incluso en los momentos de mayor autodestrucción, existe una salida cuando hay acompañamiento profesional y voluntad de cambio.**

**Para consultas de prensa, contactar con:**

Miguel Andrés | [comunicacion@esvidas.es](mailto:comunicacion@esvidas.es) | [www.esvidas.es](http://www.esvidas.es)

**Esvidas, red de centros de adicciones**

Ayudamos a las personas encontrar el tratamiento adecuado para su recuperación.

