

“No me he querido nunca”: la adicción que Enrique escondía detrás del apego

Paciente sevillano de Esvidas La Cartuja, relata cómo el bullying, la baja autoestima y la dependencia emocional han marcado su enfermedad

Cuando Enrique se sienta delante de las cámaras de Esvidas para hablar de su adicción, lo hace profundizando en el alcohol, la cocaína, las recaídas... Pero cuando el sevillano ordena su vida, reconoce que su ingreso en [Esvidas La Cartuja](#), centro de desintoxicación en Cádiz, tiene otra raíz: **el miedo a estar solo, la necesidad de agradar y una autoestima rota desde muy joven.**

[Margarita, psicóloga de Esvidas La Cartuja](#), explica que el testimonio de Enrique muestra una “*realidad habitual*” del proceso de recuperación: “*La persona puede dejar de consumir, pero si es incapaz de trabajar aquello que le mantiene apegado a la enfermedad, la adicción va a manifestarse de nuevo*”.

El caso de Enrique fue el de un joven que usó el consumo como forma de evasión, pero también lo fueron algunas relaciones marcadas por el apego, los celos y la necesidad de consumir.

“*Siempre he recaído por el tema de la pareja*”. Esta frase de Enrique permite entender cómo la adicción tiene diferentes formas de manifestarse, siendo alguna de ellas **los vínculos, la dependencia emocional y la dificultad para vivir sin refugiarse en algo y/o en alguien.**



El bullying y el miedo antes del consumo

En su recorrido hacia el pasado, antes de las drogas, Enrique habla de la infancia. En su juventud, **recuerda haber sufrido episodios de bullying** (verbal y físico) y relata cómo aquello fue construyendo, poco a poco, una forma de protegerse ante los demás. *“En esa época sentía mucho miedo”,* recuerda.

Es precisamente ese miedo lo que le llevó a buscar pertenencia y protección fuera de sí mismo. *“Creé un personaje como forma de apego para que no me hicieran nada”,* reconoce. En aquella época acercó a personas más mayores para encontrar en ellos la seguridad que no tenía dentro de sí.

Fue entonces cuando llegó el alcohol. Lo hizo pronto, **cuando Enrique apenas tenía 16 años**. Podría parecer prematuro, pero los datos así lo reflejan: los jóvenes en España inician su consumo de alcohol a los 16 años, de media, según el informe EDADES 2025.

La cifra refleja una realidad muy extendida en la sociedad española: el consumo de alcohol está más que generalizado (**más del 60% de españoles reconoce haberlo consumido en el último mes**).



Y la edad de inicio de consumo preocupa a profesionales y expertos. *“Cuanto antes se normaliza el consumo, mayor es la probabilidad de que el adolescente aprenda a regular el malestar, la presión social o la inseguridad a través de una sustancia”,* advierte Antonio Peña, médico especializado en adicciones de Esvidas.

El alcohol cumplía en Enrique la misma función que describe Peña: *“A mi lo que hacía era arrancarme la frustración”*. La necesitaba para evadirse, aunque reconoce que **“nunca me ha gustado el alcohol”**. Hasta sus amigos lo veían raro. Y pronto apareció la pérdida de control:

beber más rápido que los demás, terminar antes, el impulso convertido en exceso...

Más allá de las sustancias: la pareja como refugio

Tres años más tarde de probar el alcohol, a los 19, probó la cocaína por los mismos motivos que el alcohol: **para parecer más seguro e integrado**. “*Estábamos en un botellón varios amigos, uno dijo que no, pero acepté para creerme el mejor. Como si fuera el más guay*”, relata.

Y el joven sevillano califica ese momento como “*una de mis perdiciones*”.

Otra de sus perdiciones, o como el la califica, “*mi caballo de batalla*”, son **las parejas**. El sevillano relata como hubo un tiempo en el que dejó de consumir las sustancias, pero la compulsión no desapareció, sino que cambió de forma.



¿Cómo se manifestó entonces? A través de las parejas. “*No consumía la sustancia, pero sí consumía de las personas, por ejemplo, con los celos*”, admite.

Enrique describe sus relaciones como marcadas por **el apego, el miedo al abandono y la necesidad de control**. Además, reconoce que llegó a ser tóxico y que se veía incapaz de dejar ir a la otra persona cuando la relación ya no le hacía ningún bien.

Es ahora, en perspectiva, cuando reconoce que “*no me he querido nunca y tengo una autoestima súper baja*”.

Aquí está una de las claves de su historia: el problema no era solo consumir, ni recaer, ni elegir mal la relación, sino **sostener la soledad, la frustración o el vacío sin buscar algo externo que lo calmara**.

Hacer un tratamiento “bien” no siempre significa estar recuperado

Antes de llegar a Esvidas La Cartuja, Enrique había pasado por otro tratamiento. Pese a lo que muchos pueden pensar, **él no lo recuerda como un fracaso**. Reconoce haber logrado cosas importantes: retomó los estudios, consiguió estructura, trabajó y llegó a tener empleo fijo. *“El único trabajo fijo que he tenido ha sido estando en tratamiento”, recuerda.*

Pero ahora, en perspectiva, ve lo que no supo mirar en su momento. *“Hice un buen tratamiento, pero no renuncié a nada”, reconoce el sevillano. Hubo avances reales, pero también una falsa seguridad.* Y fue ahí donde la adicción encontró su hueco.

Llegaron las pequeñas mentiras, las salidas que se alargaban, los horarios que escondía, el consumo que intentaba mantener fuera de la mirada de su madre... *“Llegaba a casa y mi madre no notaba que había bebido porque realmente no llegaba borracho. Comía antes”*

El testimonio de Enrique recuerda que **una recaída empieza, muchas veces, antes del consumo**. *“Cuando la persona deja de hablar, se cree a salvo o vuelve a actuar desde los mismos patrones de consumo, está en peligro real”, explica Peña.*



NOTA DE PRENSA

10 de agosto de 2026

Departamento de Marketing de Esvidas

Contacto: 911 091 900 – comunicacion@esvidas.es



Hacer un tratamiento “bien” no siempre significa estar recuperado

El ingreso en Esvidas La Cartuja supone para Enrique un nuevo punto de partida. No lo vive como una solución inmediata, sino como la oportunidad de hacer esta vez el proceso completo, sin atajos y sin otra fachada. *“Ahora mismo me digo que **estoy donde tengo que estar**”, afirma.*

También reconoce que todavía trabaja la conciencia de enfermedad. Hay presión, exigencia y momentos de duda, pero por primera vez **siente que tiene espacio real para centrarse en sí mismo**. *“Tengo la tranquilidad de tener un tiempo de verdad para centrarme en mí. No lo he tenido nunca”, explica.*

Desde ahí lanza un mensaje directo: *“La adicción es una pérdida de control”.*

Para consultas de prensa, contactar con:

Miguel Andrés | comunicacion@esvidas.es | www.esvidas.es

Esvidas, red de centros de adicciones

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

