

La Organización de los Grupos de Autoayuda Anónimos

Irene Sánchez Guevara¹
Ericka Virginia Hernández Ocampo²
Claramarta Adalid Díez de Urdanivia³



RESUMEN

Una característica del mundo globalizado son las adicciones que han devenido en pandemias, cuyos costos económicos y sociales son alarmantes. Clínicas particulares, centros de salud públicos, institutos especializados, así como los llamados grupos de autoayuda anónimos, son las vías que la sociedad ha generado para atender este conflicto.

En este trabajo se describen y analizan las características organizacionales de los grupos de autoayuda anónimos. Su estructura de red jerárquica, su funcionamiento autoorganizado y su eficacia para tratar integralmente tres áreas: la física, la emocional y la espiritual de los comportamientos adictivos de toda persona.

El tratamiento emocional ocurre por medio de monólogos y experiencias de vida compartidas, cuya finalidad es revertir la conducta adictiva, producto de emociones negativas y aislamiento social, a un comportamiento cooperativo y de sobriedad. El estudio neurobiológico de las emociones es fundamental para entender estos comportamientos, tanto en el individuo como en las organizaciones, en particular, la adicción a la comida, que ocasiona la obesidad y que ha llevado a que nuestro país ocupe el segundo lugar mundial en dicho rubro. Una alternativa interesante para enfrentar este problema son los grupos de autoayuda anónimos. En este trabajo se expone la organización, el funcionamiento y eficacia a partir de un estudio de caso conducido con metodología etnográfica.

¹ Doctora en Estudios Organizacionales y profesora investigadora de la UAM X

² Licenciada en Etnología de la Escuela Nacional de Antropología e Historia

³ Doctora en Estudios Organizacionales y profesora investigadora de la UAM X.

ABSTRACT

A feature of the globalised world is that addictions have become pandemics, whose economic and social costs are alarming. Private clinics, public health centers, specialized institutes, as well as the so-called anonymous self-help groups, are the routes that society has generated to take care of this problem.

This work describes and analyzes the organizational characteristics of the anonymous self-help groups. Its hierarchic network structure, its self-organized operation and its efficiency to treat three areas as a whole: the physical one, the emotional one, and the spiritual one of the addictive behaviors of each and every person.

The emotional treatment is carried out by means of monologues and shared life experiences, whose purpose is to revert the addictive behavior, product of negative emotions and social isolation, and into a cooperative behavior and of sobriety. The neurobiological study of emotions is fundamental to understand these behaviors in the individual person as well as in the organizations; in particular, the addiction to food that causes the obesity and that has taken our country to occupy the second place in world-wide obesity. An interesting alternative to deal with this problem is the anonymous self-help groups. This work showcases the organization, the operation and the efficiency based on a case study conducted with ethnographic methodology.

Palabras clave: Grupo de autoayuda anónimos, organización, emociones, red de relaciones jerárquica, cooperación.
Key words: Anonymous self-help groups, organization, emotions, hierarchic network of relations, cooperation.

Introducción

En la actualidad, una opción para el tratamiento de padecimientos que generan problemas sociales y complejos como las adicciones, o el manejo situaciones que surgen debido al cuidado de familiares con enfermedades crónicas o con serias discapacidades, son los grupos denominados de “anónimos”. Estas organizaciones tienen objetivos específicos, han contribuido a resolver diversos problemas sociales y de salud física y mental que pueden representar altos costos para la sociedad y no cuentan (ni buscan) el apoyo institucional pues se mantienen a sí mismas, constituyéndose en grupos autoorganizados. Resulta interesante preguntarse:

- Cómo se estructuran.
- Cómo subsisten económicamente.
- Por qué cooperan.

Este trabajo presenta el concepto de grupo de autoayuda de anónimos, su estructura organizacional, su funcionamiento, su eficacia, cómo emerge la cooperación, y finalmente los resultados de un estudio de caso abordado con metodología etnográfica. (Hernández Ocampo 2009)⁴

Los grupos de autoayuda como institución social

Un mundo globalizado, con diversas regiones de prosperidad y alto desarrollo tecnológico, ha dado lugar a una variedad de enfermedades que se consideran

multifactoriales, con la característica de ser recidivantes, es decir, incurables y crónicas y por tanto complejas, aunque controlables. Su tratamiento es costoso tanto para quien las padece como para la sociedad.

De allí, la formación de grupos de autoayuda como alternativa de solución, que surgieron en Estados Unidos en 1935 a iniciativa de “Bill W. y el doctor Bob”, fundadores de Alcohólicos Anónimos, quienes se reunieron en Akron, Ohio, convencidos de que sólo a través de la fuerza que se da al hablar de una experiencia de vida similar de cada individuo al interior de un grupo, se pueden combatir este tipo de padecimientos, González Uribe (1993:11) señala que:

“Este movimiento ha impresionado a médicos, psicólogos y otros profesionistas por la determinación y habilidad de muchos dependientes del alcohol para dejar la bebida que ha contribuido sustancialmente al desarrollo de sociedades similares de personas que confían en su ayuda mutua para tratar de sobreponerse al problema que comparten. Así como señala Westley (56) en el campo del tratamiento del alcoholismo debe reconocerse la utilidad del programa de recuperación de autoayuda que ofrecen los grupos de Alcohólicos Anónimos.”⁵

La filosofía de esta agrupación queda expresada en un claro y sucinto enunciado:

“Alcohólicos Anónimos es una agrupación de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su

⁴ Estudio realizado por Hernández Ocampo Ericka para obtener el título de licenciada en Etnología, por la Escuela Nacional de Antropología e Historia, con el título de tesis “Etnografía de la Interacción Social de las Personas que asisten a un Grupo de Autoayuda. Ciudad de México (2005-2007) El Caso de Victoria de Durango: del Movimiento de Tragones Anónimos”.

⁵ González Uribe Lourdes. La experiencia de tocar fondo en Alcohólicos Anónimos: A) Manifestaciones del alcoholismo, B) Una construcción social. UNAM, México, D.F. Tesis de Licenciatura en Psicología. 1993

problema común y ayudar a otros a recuperarse del Alcoholismo.”

Alcohólicos Anónimos llegó a México hacia la década de los años cincuenta; y más adelante surgieron otras agrupaciones: Neuróticos Anónimos, Comedores Compulsivos, Jugadores Compulsivos, Drogadictos Anónimos, Relaciones Destructivas, Padres de Familia, Todos estos grupos siguen la visión de AA, con base en los doce pasos, las doce tradiciones y con la respectiva adecuación al problema que los une.

Los grupos de autoayuda se pueden clasificar en tres grandes clases de acuerdo a su racionalidad y su estructura: las clínicas privadas cuya racionalidad es económica, las institucionales con racionalidad política y de salud y, los llamados grupos anónimos con racionalidad de mutuo apoyo. A continuación se describen algunos de ellos, con base en la información vertida en sitios de Internet y documentos oficiales, con la finalidad de hacer un análisis descriptivo y comparativo en cuanto a algunas características organizacionales: sus racionalidades, objetivos, fuentes de financiamiento y función social.

Grupos de autoayuda de tipo privado:

Adoptan modelos administrativos de cultura de calidad, con misión, visión y estrategias, que se pueden identificar en sus mensajes publicitarios. Los más conocidos son:

- Monte Fénix⁶; que promueve la sobriedad de quienes padecen la enfermedad de la adicción al alcohol y otras

sustancias psicoactivas, Se basa en los 12 pasos de AA y su tratamientos tienen duración desde 28 días hasta 6 meses, el costo por cinco semanas de internamiento más un año de tratamiento al paciente y familiares es de \$140 000.

- Oceánica⁷; que se dedica al control de las adicciones, dentro de un ambiente ético y profesional que promueve la transformación integral del individuo, su familia y la sociedad en la que vive, y que ofrece un tratamiento muy efectivo, con duración de 5 semanas.

Grupos de autoayuda tipo institucional:

Son asociaciones civiles:

- Asociación Mexicana de Alzheimer y Enfermedades Similares, A. C.⁸; Son grupos para personas que sufrieron un accidente o enfermedad con pérdida de alguna parte o función de su cuerpo. Atienden el dolor, las pérdidas y las cosas negativas. Los familiares tendrán que procesar entre iguales los sentimientos de negación, culpa, depresión y coraje. Sugieren grupos por separado para familiares y para el enfermo.
- Fundación John Langdon Down, A. C.⁹; Busca promover los derechos humanos, la dignidad y el potencial de las personas con síndrome de Down, mejorando su calidad de vida. Ofrece a las personas con síndrome de Down y a sus familias programas educativos y de salud especializados para fomentar el máximo desarrollo de sus capacidades físicas, intelectuales y sociales.

⁶ Información obtenida en el sitio: www.montefenix.com.mx consultado el 29 /04/ 2009

⁷ Información obtenida en el sitio www.oceanica.com.mx consultado el 29 /04/ 2009

⁸ Información obtenida en : <http://www.alzheimerfedma.com/asociaciones/FEDMA-Lista-2009.pdf>

⁹ Información obtenida en el sitio: www.fjldown.org.mx

- GADEP. Grupo Aceptación de Epilépticos¹⁰; Se enfoca a elevar la autoestima del paciente con epilepsia, proporciona información acerca de la epilepsia y de los avances en cuanto a diagnóstico y tratamiento, brinda a las personas con epilepsia la oportunidad de relacionarse con otras personas que también la padecen, así como apoyo y comprensión para resolver los problemas relacionados con la epilepsia.
- Asociación Mexicana de Diabetes de la Ciudad de México¹¹: Procura una mejor calidad de vida para las personas que viven con Diabetes.
- Grupo Reto Recuperación Total, A. C.¹²; Promueve la salud integral de la mujer en el área del cáncer mamario. ayuda a la mujer diagnosticada de cáncer mamario a lograr la recuperación física y emocional para que pueda reincorporarse a su vida activa normal, tanto en su ambiente familiar como social, a elevar su auto estima y a mantenerla con dignidad.

Grupos de autoayuda anónimos:

Son grupos de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema en común.

Para pertenecer a la agrupación se requiere un mínimo deseo de dejar la dependencia, así como ayudar a otros a controlarla. No pertenecen a ninguna secta, religión, entidad política, organización o institución alguna; no apoya o combate ninguna causa. No existe cuota para hacerse miembro y se mantienen por medio de las contribuciones voluntarias de sus miembros.

Estructura General

Los grupos de anónimos pueden ser de tiempo parcial, sus miembros sólo asisten a las juntas o de tiempo completo, identificados como grupos de 24 horas y que ofrecen internamiento. Todos tienen una estructura en red de relaciones jerárquicas. En todos estos grupos se practican los **Doce Pasos y las Doce Tradiciones**. Que a continuación se reproducen, tomado del folleto: Los doce Pasos (2002,23).

Los doce Pasos de Alcohólicos Anónimos:

Herramienta principal en el proceso de recuperación.

1. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
2. Llegamos al convencimiento que solo un Poder superior podría devolvernos al sano juicio.
3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.
4. Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos, y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.
6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.
7. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.

¹⁰ Información obtenida en el sitio: www.epilepsiahoy.com

¹² Información obtenida en el sitio www.amdiabetes.org.mx

8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.
9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.
10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.
11. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.
12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a los alcohólicos y re practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

Estos doce pasos describen un proceso que tiene como prioridad un análisis profundo y personal de los sentimientos de culpa, miedo, obsesión y distorsión de la realidad. El sentido del concepto personal refiere “un programa egoísta” donde cada persona se responsabiliza y se esfuerza por lograr su sobriedad.

Las Doce Tradiciones de Alcohólicos Anónimos

Las Doce Tradiciones constituyen los principios organizativos, cuyos objetivos son: fomentar su organización, propiciar un clima de armonía y de manera fundamental asegurar la supervivencia de un grupo. Por

ello, estas tradiciones son las normas que determinan los compromisos personales y colectivos a través del *servicio* que los miembros del grupo se prestan entre sí y fuera de la comunidad.

La versión que se presenta proviene del folleto “Los Doce Pasos” (2002:92).

1. Nuestro bienestar común debe tener la preferencia; la recuperación personal depende la unidad de A.A.
2. Para el propósito de nuestro grupo sólo existe una autoridad fundamental: un Dios amoroso que puede manifestarse en la conciencia o grupo. Nuestros líderes no son más que servidores de confianza, no gobiernan.
3. El único requisito para ser miembro de A. A. es querer dejar de beber.
4. Cada grupo debe ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a Alcohólicos Anónimos, considerado como un todo.
5. Cada grupo tiene un solo objetivo primordial: Llevar el mensaje al alcohólico que aún está sufriendo.
6. Un grupo de A.A. nunca debe respaldar, financiar o prestar el nombre de A.A. a ninguna entidad allegada o empresa ajena, para evitar que los problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro objetivo primordial.
7. Todo grupo de A.A. debe mantenerse completamente a sí mismo, negándose a recibir contribuciones de fuentes externas.
8. A.A. nunca atenderá carácter profesional, pero nuestros centros de servicios pueden emplear trabajadores especiales.
9. A.A. como tal nunca debe ser organizada; pero podemos crear juntas o Comités de servicios que sean

directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.

10. A.A. no tiene opinión acerca de asuntos ajenos a sus actividades; por consiguiente su nombre nunca debe mezclarse en polémicas públicas.
11. Nuestra polémica de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción; necesitamos mantener siempre nuestro anonimato personal ante la prensa, la radio y el cine.
12. El anonimato en la base espiritual de todas nuestras tradiciones, recordándonos siempre anteponer los principios a las personalidades

Para ser parte del grupo de autoayuda, el único requisito es querer controlar su adicción. A continuación se mencionan algunos grupos que funcionan en el país:

- Alcohólicos Anónimos¹³; sus miembros sólo asisten a las juntas con duración de una hora y media a dos.
- Alcohólicos Anónimos 24 horas;¹⁴ son para personas que necesitan internamiento
- Al-Anon;¹⁵ los Grupos de Familia Al-Anon son una hermandad de parientes y amigos de alcohólicos que comparten sus experiencias, fortaleza y esperanza con el fin de encontrarle solución a su problema común. Consideran que el alcoholismo es una enfermedad de la familia y que un cambio de actitud puede ayudar a la recuperación. Tienen un único propósito: ayudar a

los familiares y amigos de los alcohólicos.

- Neuróticos anónimos;¹⁶ sus miembros sólo asisten a sus juntas
- Neuróticos anónimos 24 horas;¹⁷ son para personas que requieren internamiento. Es una agrupación que aspira a resolver problemas emocionales y ayudar a otros a recuperarse de la neurosis. El requisito fundamental es tener el deseo de alcanzar la tranquilidad.
- Narcóticos Anónimos:¹⁸ Se trata de una organización internacional, formada por adictos en recuperación, que ofrece apoyo a cualquier adicto que quiera verse libre de las drogas. Su programa es de abstinencia absoluta de todo tipo de drogas y se ayudan mutuamente a permanecer en tal condición. El método se sustenta en la creencia de que el adicto es la persona que mejor puede entender y ayudar a otro adicto.
- Comedores Compulsivos; sus miembros sólo asisten a juntas.
- Tragones Anónimos 24 horas; ofrecen internamiento a la persona que por su tipo de obesidad lo necesite.

Los Grupos de Autoayuda como Institución.

El modelo diseñado por Montaña, que representa y explica a la "Institución" de una manera conceptual, se remite a los "Grupos de Autoayuda". En la figura 1, el óvalo superior representa la aspiración social de controlar los padecimientos

¹³ El alcoholismo problema de Salud no de vergüenza, Movimiento 24 horas A.A. 28 aniversario.

¹⁴ Ibídem.

¹⁵ Información obtenida del sitio: www.al-anonlateen.org.mx/www/index.php consultado el 29 04 09.

¹⁶ Información obtenida del sitio: www.neuroticosanonimosbv.org.mx/1a.htm consultado el 29 04 09.

¹⁷ Ibídem.

¹⁸ Información obtenida del sitio: www.namexico.org.mx consultado el 29 04 09.

CUADRO 1
Comparativo entre grupos de autoayuda

Características	Grupo de Autoayuda Privados	Grupo de autoayuda institucionales IMSS SSA ISSTE	Grupos de Autoayuda Anónimos
Objetivo	Obtener ganancias	FUNCIÓN SOCIAL	Ayudar a otras personas que padecen la misma enfermedad a controlarla
Fuente de Financiamiento	Honorarios por servicios prestados	Presupuesto Federal	Se mantienen de las contribuciones voluntarias de sus miembros
Personal	Profesionales y cuadro administrativo que atiende a los pacientes	Recursos humanos gubernamentales	Grupos independientes
Función social	Control de adicciones	Prevenir padecimientos crónicos específicamente obesidad, diabetes, tabaquismo, etc.	Control permanente de adicciones
Usuarios	Pacientes con alto poder adquisitivo	Derechohabientes y población en general	

Elaboración propia. Fuentes: .neuroticosanonimosbv.org.mx,sds.df.gob.mx/archivo/publicaciones/ Manual de grupos de autoayuda Sugerencias para organizar, establecer y dirigir grupos de autoayuda 1999, sitio: alanonalateen.org.mx, /index.php ,www.namexico.org.mx,montefenix.com.mx/ oceanica.com.mx, .fjldown.org.mx,epilepsiahoy.com,www.amdiabetes.org.mx

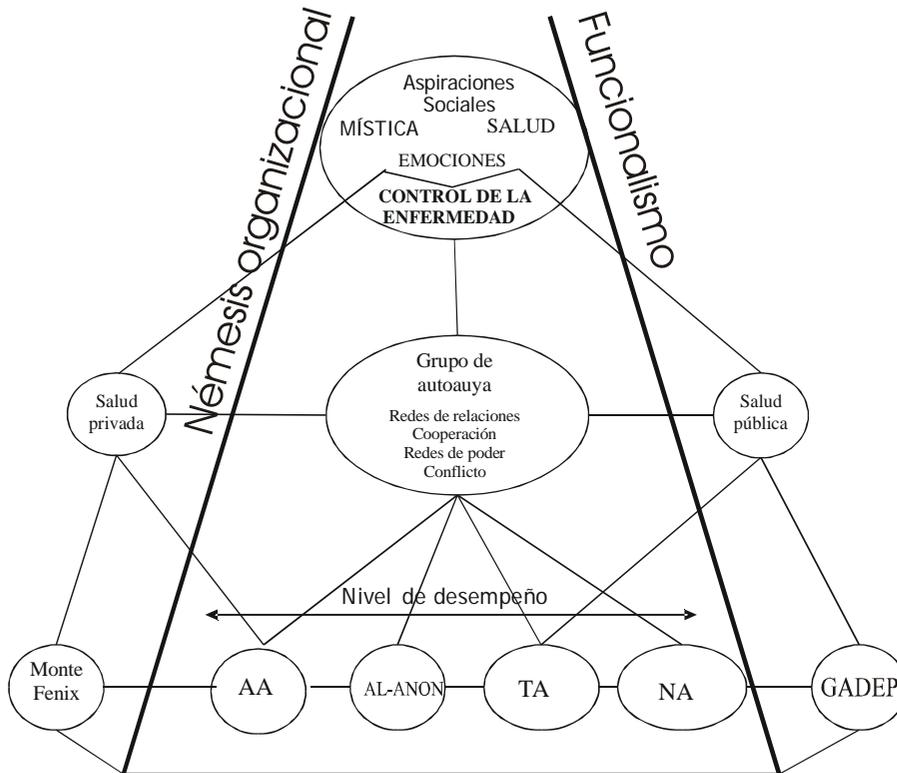
de adicción, a través del manejo de emociones y con una mística particular. Para satisfacer esta aspiración se incluye a los tres tipos de grupos de autoayuda; privado, público y grupos de autoayuda de anónimos. La "Institución" en su forma abstracta, permite perfilar el ámbito organizacional y el estudio de las organizaciones en concreto, en cuanto a su estructura, funcionamiento y eficacia. A su vez promueve un espacio de expresión y comunicación de las emociones y elaboración de artefactos simbólicos y rituales.

Con respecto al nivel de desempeño, sus organizaciones tienen un rango de actuación medio es decir, los grupos privados no son solamente un medio para obtener utilidades. Los grupos que se forman en la medicina social, se ven limitados por aspectos económicos, de tiempo y

sobre todo por estar inscritos en estructuras burocráticas que podrían impedir eficacia en el tratamiento.

En cambio, los grupos anónimos se auto-organizan y se sostienen con sus propios recursos, lo cual se establece en la séptima de las doce tradiciones que a la letra dice: "Cada grupo ha de ser económicamente autosuficiente y, por lo tanto, debe declinar las contribuciones externas." Su vida organizativa es muy dinámica debido a que los miembros entran y salen del grupo de modo indiscriminado, ciertos grupos se esfuerzan en consolidarse a través de una mística que se construye sobre la base de artefactos simbólicos y ritos inscrita en tres aspectos: el físico, el emocional y el espiritual. Existe, además una interacción interna con la serie de testimonios que demuestran la

Figura 1
La Institución de Autoayuda



determinar cuáles corresponden al funcionamiento de los grupos de autoayuda anónimos.

Weber¹⁹ define una asociación como: “una relación social con una regulación limitadora hacia fuera”... cuya existencia depende de la presencia de un “dirigente y, eventualmente, de un cuadro administrativo”, empeñada en la prosecución de determinados fines y cuyas ordenaciones estatuidas sólo pretenden validez para los que son sus miembros por libre decisión y organización como “la acción continua dirigida a la realización e imposición de las ordenaciones”²⁰

Los grupos de autoayuda anónimos se autoorganizan en torno a las actividades relacionadas con la subsistencia y permanencia continua. Ello depende del sólo hecho de que cada uno de los

eficacia de la participación de cada individuo dentro del grupo.

El “Grupo de Autoayuda Anónimo” como Organización

Se pueden encontrar diferentes definiciones del concepto “Organización”. Se presentan algunas de ellas para

miembros tengan *el deseo de dejar la adicción* que padecen. No hay un dirigente como tal, ni un cuadro administrativo, aunque sí hay una jerarquía en el imaginario del grupo: el servidor y los miembros que tienen a su cargo alguna función específica, que son propuestos por ellos mismos y que la desempeñan místicamente denominándolas ‘servicios’. No existen reglas escritas contractuales, el

¹⁹ Weber Max, Economía y Sociedad, Fondo de Cultura Económica, México. 1944, Pág. 39

²⁰ Ibidem p.212

trabajo organizativo se hace con base en las 12 tradiciones, de común acuerdo y a través de compromisos morales ante la 'conciencia', (así se denomina al pleno de los miembros). Los medios y fines están diseñados más por lógicas emotivas y de salud, que económicas.

Para Barnard Chester (1886-1961)²¹ la organización es "Un sistema de actividades o fuerzas conscientemente coordinado de dos o más personas". Los requerimientos mínimos para crear una organización, son:

- Personas dispuestas a unirse a otros
- Disposición para trabajar y realizar una actividad común
- Existencia de elementos mínimos para que haya una organización; es decir: finalidad común y una estructura social.

De acuerdo a los fundamentos básicos de la teoría de Barnard ²² los grupos anónimos están constituidos por personas cuyos esfuerzos, energías y actividades son coordinadas y orientadas hacia el logro del control de su enfermedad. Los individuos son capaces de unirse a otras personas, pues de otro modo no compartirían sus experiencias y no podrían expresar y comunicar las emociones que tienen que manejar, por lo cual están dispuestos a trabajar para ello, lo que constituye un fin común. Además, por su propia naturaleza, estos grupos son sistemas cooperativos y no pueden dejar de serlo, su finalidad moral se legitima por la ayuda a los demás donde surge la actividad cooperativa entre sus miembros. Su núcleo son las actividades conscientemente coordinadas, como lo es la coordinación del grupo y de cada uno de los

miembros, como afirma Crozier:

"...veremos que la similitud de las quejas o la afirmación de objetivos compartidos son mucho menos decisivos que la probabilidad de un triunfo común que se pueda aprovechar (la oportunidad) y la posesión de una capacidad suficiente de interacción, o si se quiere de cooperación, que permite el desarrollo de una acción común y por tanto, la aplicación de la oportunidad presente..."²³

Estructura organizacional

La estructura organizacional de un grupo de autoayuda que es autónomo económicamente y se autoorganiza, está constituida por una red social jerárquica. El proceso de integración al grupo se desarrolla a partir de una red jerárquica de relaciones sociales por medio del apadrinamiento. Quienes ejercen tal función son las personas que han sido miembros por más tiempo en el grupo; por ejemplo los fundadores. Cada persona que ingresa elegirá a un integrante que los apadrine (guíe) en un proceso de aprendizaje y adaptación a la cultura interna del grupo. Mientras más ahijados tenga un padrino tendrá más autoridad y poder. Ocurre entonces que se generan diferentes roles: líderes, conformistas e incluso, explotadores. Cada líder (padrino) puede conformar un cluster. Estos pueden entrar en confrontaciones, pero la estrategia cooperativa es, en general, elegida por los integrantes del grupo.

La gráfica de la figura 2 muestra la red jerárquica de

²¹ Chester Barnard, The functions of the executive. Cambridge, Harvard University Press, Pág. 73 edición de 1968.

²² Carlos Eduardo Martínez Fajardo, Administración de Organizaciones Productividad y eficacia. en el sitio: <http://www.gestiopolis.com/recursos/experto/catsexp/pagans/ger/No10/chesterbarnard.htm>.

²³ Crozier Michel, Friedberg Erhard, El Actor Y El Sistema, Las Restricciones De La Acción Colectiva, Alianza Editorial Mexicana, México. 1990 p.43.

relaciones sociales en un grupo de autoayuda. Los nodos representan los padrinos o madrinan con sus respectivos ahijados que a su vez pueden apadrinar y los nodos no conectados son posibles integrantes en vías de decidir si ingresan o no al grupo.

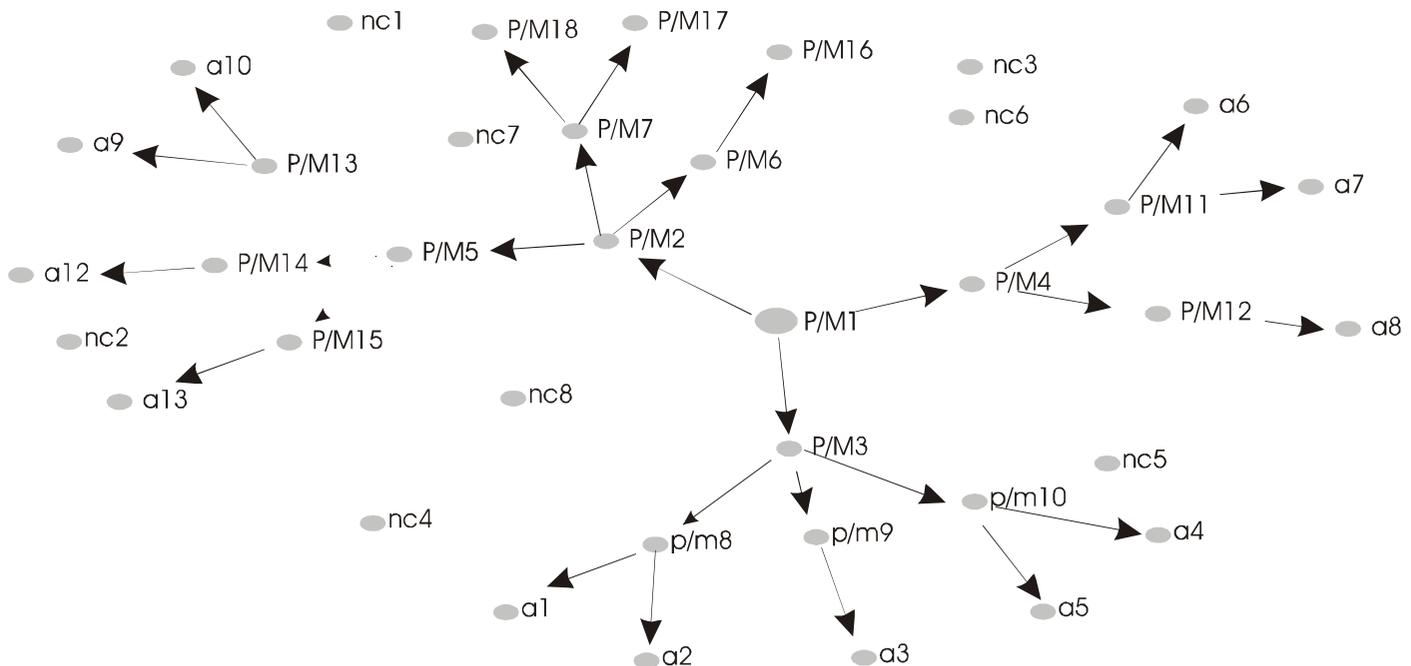
Formas de cooperación

Se elige la estrategia de cooperación con el solo propósito de controlar la enfermedad. Al interior del grupo se construye una cultura identitaria fuerte a través de artefactos

simbólicos y ritos, tales como *la tribuna* y *la sala de juntas*; espacios donde se comparten las experiencias, con lenguaje simbólico, como: “ayudas”, “Poder Superior”, “sólo por hoy”. El seguimiento de los 12 pasos y las 12 tradiciones que surgieron en AA pero que se adecuan al grupo. Lo anterior conduce a la emergencia de la cooperación y la integración. Ello constituye un ejemplo claro de cómo la identidad de grupo, como afirman Eguiluz, San Miguel, Zimmermann, y Cela-Conde, es una de las rutas hacia la cooperación en una elección racional²⁴. Mientras el grupo exista, la persona que se integra a él, se recupera y por

Figura 2

Red jerárquica de un grupo de autoayuda



²⁴ Eguiluz, Víctor, et al. Cooperation and the emergence of role differentiation in the dynamic of social networks. American Journal of Sociology, p2, 2005

tanto es mejor cooperar. Por otro lado si no coopera es posible que por algún tiempo pase inadvertido y se autoaisle sin obtener una mejora substancial.

Sin embargo y como ejemplo de la emergencia de la cooperación, es pertinente observar que a través del grupo se puede obtener una alternativa terapéutica integral que contempla tres esferas: la física, en cuanto a dejar la dependencia, (“sólo por hoy”); dejar de beber, de comer inadecuadamente, de fumar o de consumir estupefacientes; la espiritual, en cuanto a transferir el problema a una fuerza externa; (“Poder Superior”) y la esfera de las emociones individuales, a través de relatos de las propias experiencias.

El reconocimiento de las emociones y su manejo, pretende pasar de un círculo vicioso, de depresión, dolor, miedo o rechazo que detonan diversas adicciones, a un círculo virtuoso donde a partir de la interacción grupal se logra la sobriedad y un estado de serenidad que permite emerjan aquellas emociones que conduzcan, en principio, a la cooperación interna en el grupo y finalmente a la funcionalidad del individuo en sociedad.

Emociones

En un contexto de racionalidad, se piensa que la voluntad del individuo es suficiente para lograr el control de las adicciones. Sin embargo, los testimonios de las personas que tienen estos padecimientos apuntan a que no es así, Jonathan Haidt cita a Medea:

‘Me veo arrastrada por una fuerza nueva y

extraña. El deseo y la razón empujan en direcciones opuestas. Veo el camino correcto y lo apruebo, pero sigo el erróneo’²⁵

Para ilustrar las dificultades que acompañan a los casos de debilidad en la toma de decisiones:

“Es difícil explicar estos casos de debilidad de la voluntad usando las teorías modernas sobre la elección racional y el procesamiento de información. Necesitamos entender que la mente está dividida en partes que a veces están en conflicto. Somos más bien como un comité cuyos miembros han decidido terminar una tarea juntos, actuando a menudo con propósitos opuestos”²⁶

En consecuencia, cabe preguntarse por qué la fuerza de voluntad no funciona. El neurobiólogo y psicólogo Antonio Damasio afirma que:

“Es probable que explicar la biología de los sentimientos, y de sus emociones estrechamente emparentadas, contribuya al tratamiento efectivo de algunas de las principales causas del sufrimiento humano, entre ellas la depresión, el dolor y la adicción a las drogas”.²⁷

En el caso específico del área emocional es importante conocer la neurobiología de la emoción y los

²⁵ Medea en la obra de Ovidio: Metamorfosis, citado por Haidt, La hipótesis de la felicidad, la búsqueda de verdades modernas en la sabiduría antigua, España, Gedisa 2006.

²⁶ Ibídem p.18

²⁷ Damasio, Antonio, En busca de Spinoza Neurobiología de la emoción de los sentimientos, Ed. Crítica, España.2006 p.14.

sentimientos para comprender el comportamiento humano.

Para Damasio "...las emociones son acciones o movimientos, muchos de ellos públicos, visibles para los demás pues se producen en la cara, en la voz, en conductas específicas"²⁸ y son parte del conjunto de regulaciones vitales de todo organismo viviente. Tal conjunto se denomina homeostasis, que Damasio clasifica en cuatro niveles:

1. Proceso de metabolismo, respuestas inmunes y reflejos básicos
2. Comportamientos asociados con el placer y el dolor
3. Instintos y motivaciones: hambre, sed, curiosidad, exploración, juegos y sexo son los apetitos, mientras que los deseos se refieren a los sentimientos conscientes de tener un apetito y a la eventual consumación o frustración de dicho apetito.
4. Las emociones propiamente dichas que corresponden a la regulación automatizada de la vida. En sentido estricto, desde la alegría, la pena o el miedo hasta el orgullo, la vergüenza o la simpatía.

Por otro lado, Damasio clasifica a las emociones en tres categorías:

- Emociones de fondo: no son visibles por nuestro comportamiento.
- Emociones primarias: son visible; miedo, ira, asco, sorpresa o felicidad, entre otras. Fácilmente identificables.
- Emociones sociales: incluyen la simpatía, la turbación, la vergüenza, la indignación o el desdén. Ellas incorporan respuestas que son parte de las emociones

de fondo y primarias por el principio de anidamiento. Por ejemplo el desdén toma "prestadas" las expresiones faciales que se asocian a una reacción de repugnancia.

Existe otra clase de reacciones emocionales de origen inconsciente modeladas por el aprendizaje que se da durante el propio desarrollo individual. Son afinidades o aborrecimientos que adquirimos discretamente a lo largo de una vida de percepciones y emociones en relación con personas, grupos, objetos, actividades. Toda reacción emocional automática ocasiona movimientos homeostáticos que afectan positivamente o negativamente al individuo y en consecuencia, de algún modo a la sociedad. Así, el miedo protege al individuo ante una situación de peligro, mediante una reacción de alerta, mientras que el pánico puede paralizarlo o enfermarlo. El enojo, produce comportamientos de defensa, pero la ira y el odio conducen a actitudes de desprecio. Las emociones, en general, no se presentan de manera aislada sino en forma combinada. Una reacción emocional de dominación mezclada con actitudes carismáticas puede producir individuos tiranos y déspotas. En cambio la felicidad puede generar altruismo y deseo de cooperación.

Joseph E. LeDoux explora la relación de la memoria con las emociones, en particular la del miedo. Establece que existe la memoria emocional y la declarativa, la primera se refiere al proceso de la creación de recuerdos y la segunda a los hechos conscientes.

La amígdala controla la memoria emocional, y puede guardar recuerdos de manera latente hasta que son detonados por hechos específicos.

El hipocampo controla la memoria declarativa,

²⁸ *Ibidem*

donde almacena el contenido emocional de una experiencia, pero sólo como un hecho. Implica información explícita, accesible de manera consciente.

“La distinción entre memoria declarativa y memoria emocional es importante. W. J. Jacobs y Lynn Nadel sostienen que somos incapaces de recordar sucesos traumáticos que acontecieron en los primeros momentos de la vida por que el hipocampo aún no había madurado hasta el punto de formar la base de una memoria conscientemente accesible. El sistema de la memoria emocional, que puede desarrollarse posteriormente forma y almacena los recuerdos inconscientes de estos sucesos. Y por esta razón el trauma puede afectar a las funciones mentales y de comportamiento en épocas posteriores de la vida, aunque estos procesos permanezcan inaccesibles a la memoria”²⁹

Por un lado, cuando el individuo ha tenido experiencias traumáticas en edades tempranas como pueden ser abandono o maltrato; por herencias sociales como los odios raciales; por comportamientos aprendidos, que quedan latentes en el inconsciente o la memoria emocional, sucede que ante un estímulo semejante, real o imaginado, se desatan emociones negativas combinadas con miedo, tristeza, ira, odio, que como ya se ha explicado antes, producen dolor, somatización o enfermedad. El ser humano, en búsqueda de un equilibrio regulador, esto es la homeostasis, puede recurrir a comportamientos de

dependencia a sustancias que calmen el dolor, que produzcan “felicidad” o estados placenteros. Consumir grandes cantidades de drogas, alcohol, alimentos ricos en azúcares y grasas o tabaco, ofrece estados placenteros óptimos, en un primer momento, pero, apunta Damasio: “los mapas de la vida resultantes son sistemáticamente falsos, y siempre informan de manera equivocada al cerebro y la mente acerca del estado real del cuerpo”³⁰. Además, tales estados placenteros son cada vez más cortos y la necesidad del consumo es cada vez más frecuente, en mayor cantidad y, en consecuencia, el deterioro físico y las relaciones interpersonales decaen vertiginosamente. De esta manera se perfila un círculo vicioso, del cual, es difícil salir sin ayuda.

La ayuda que ofrecen los grupos de anónimos consiste en hacer que el individuo: 1) Reconozca que su consumo o dependencia es un problema de adicción, 2) Desea controlar la adicción y 3) Verbalice sus experiencias tempranas a través del trabajo en tribuna, con el fin de que encuentre los hechos latentes detonadores de sus emociones negativas, y las sienta presentes de manera tal que al conocerlas, las controle.

El trabajo en tribuna, (monólogo de sus emociones) es el proceso para lograr el conocimiento de sí mismo. Si bien este proceso se podría realizar con un profesional de la psicología, lo significativo es la interrelación grupal, ya que además de los reflejos o puentes de comprensión entre pares, se provocan emociones de compasión que originan la emergencia de altruismo y la cooperación interpersonal, la cual es de gran importancia para la sobrevivencia de la organización además de generar estados

²⁹ Joseph LeDoux, *Emotion, Memory and the Brain*, The neural routes underlying the formation of memories about primitive emotional experiences, such as fear, have been traced. *Scientific American*, N° 215, 1994, Pág. 32-45.

³⁰ Damasio, Antonio, *ibídem*.

placenteros y de real felicidad para cada miembro del grupo.

Además de la cooperación, en toda organización se presenta el conflicto en las relaciones interpersonales, que puede afectar su objetivo primordial. En el párrafo que sigue se discute brevemente el tema del conflicto.

Conflicto

El poder se genera y materializa en una extensa gama de relaciones interpersonales desde las cuales se eleva hasta constituir estructuras impersonales. Con el objeto de analizar las relaciones de poder en cada institución y para el caso particular de los grupos de anónimos, se toman los siguientes elementos de Foucault (García 2005:39), adaptados a estos grupos:

1. Los sistemas de diferencias son condición de efecto y poder. No hay relaciones de poder sin diferencias de *status*, económicas, de ubicación espacial, lingüísticas (mayor o menor capital cultural), de destrezas. En particular las diferencias de ubicación espacial determinadas por la antigüedad en el grupo y la jerarquía dada por el apadrinamiento en la red de relaciones; la lingüística debido a la utilización de un lenguaje simbólico y de destrezas en el desempeño de los *servicios* son relevantes en los integrantes de los grupos de anónimos.
2. El tipo de objetivos que persiguen las relaciones de poder. Aunque en los grupos de anónimos el objetivo primordial que se persigue es mantener la organización para resolver su problema en común, en la dinámica

organizacional surgen conflictos por el deseo del control del grupo, a través de ejercer una autoridad lograda por la antigüedad o por la cantidad de ahijados que tenga cada padrino.

3. Determinar cuáles son los instrumentos con que se ejerce el poder. En el caso de los grupos de anónimos el principal instrumento es la palabra.
4. Establecer en qué tipo de estructura se cristaliza o intentan cristalizar esas relaciones que, en el caso de los grupos de anónimos, es la jerarquía que aparece en el imaginario de los miembros del grupo que respetan a los de más tiempo, así como a sus padrinos.

Al ser estos elementos el espacio donde se da el ejercicio del poder es, también, fuente de conflictos.

Estudio de caso

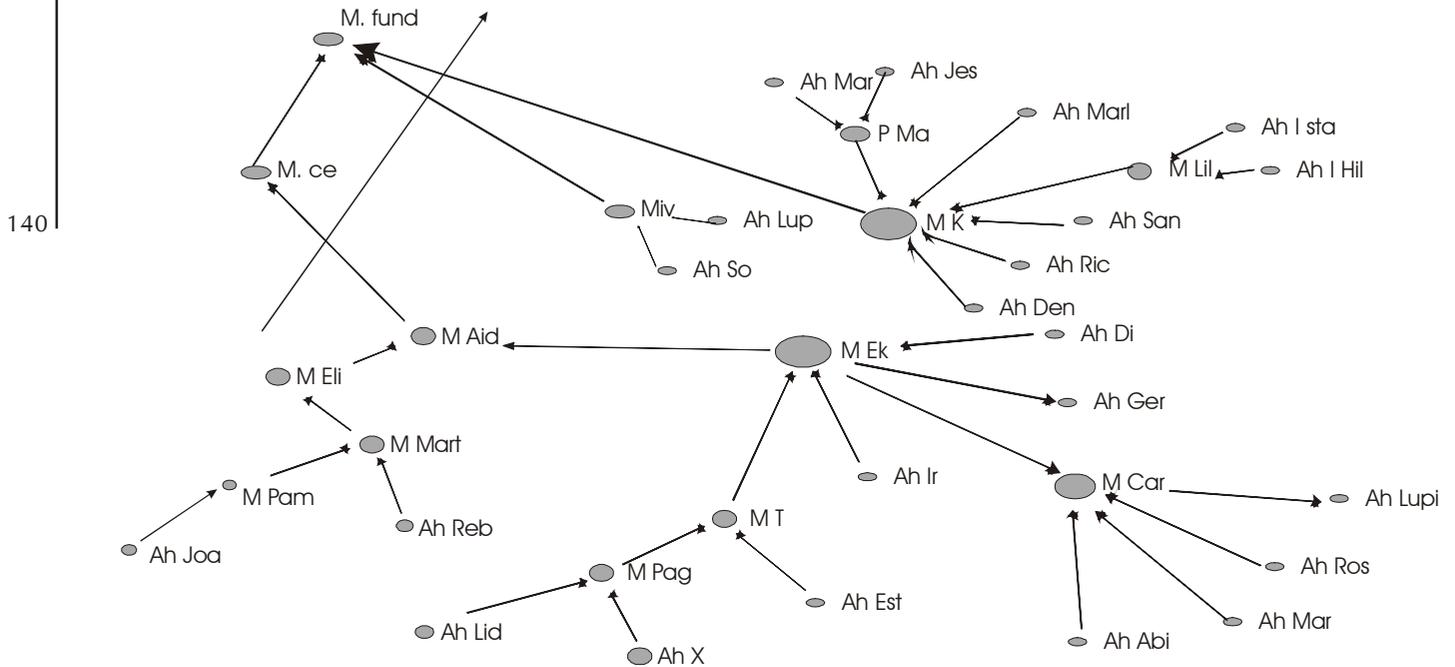
En el estudio etnográfico de Hernández Ocampo³¹, se analiza al grupo TA (Tragones Anónimos) "Victoria de Durango" ubicado en la ciudad de México. Es uno de los 27 grupos que se han formado en la República Mexicana, a partir del grupo-Matriz de Durango. Este grupo, actualmente cuenta con 33 miembros de manera permanente. Su estructura, como la de todos los grupos de anónimos se constituye en una red jerárquica de relaciones a partir del apadrinamiento. En la figura 5 se muestra la red.

La red $R(N, A)$ está determinada por dos conjuntos: el conjunto N de los nodos que representan los miembros del grupo y el conjunto A de las aristas que determinan

³¹ Etnografía de la Interacción Social de las personas que asisten a Un Grupo de Autoayuda. Ciudad de México (2005-2007): El Caso de "Victoria De Durango": (del Movimiento de Tragones Anónimos).

Figura 5

Red jerárquica del grupo TA Victoria de Durango



140

quién es ahijado de quién y quiénes a su vez, apadrinan a otros. En este caso hay dos madrinas que pertenecen a otros grupos, en particular una de ellas es la fundadora, y la madrina de al menos un miembro de cada uno de los 27 grupos que se encuentran distribuidos en varios estados de la República Mexicana.

En esta red se observa que los nodos MK y MEK representan a las madrinas con mayor número de ahijados, seis y cinco, respectivamente, ello indica que son las personas que detentan mayor autoridad interna en el grupo. Las flechas que unen a los nodos significan que X se apadrinan con Y, pero también que apoyan a su respectiva

madrina.

El conjunto de los miembros del grupo se denomina "conciencia", y es considerado para cualquier decisión interna. Una de las decisiones más importantes es la elección del servidor del grupo, que funge como guía general.

Las funciones de jefe de anexo, tesorería, responsable de publicaciones, de juntas de coordinación, de compras, de pago de servicios y otras, las cumplen las personas que se auto-proponen en las juntas de distribución de servicios.

Las labores de limpieza y orden del espacio, así como el servicio de café y agua, son realizadas por los

miembros que asisten a la junta.

Este grupo ofrece un tratamiento integral para el control de la obesidad y sobrepeso. El modelo que siguen, es como el de todos los grupos de autoayuda anónimos para el control de la adicción, que incluye las tres áreas: la física, la emocional y la espiritual.

Figura 6

Modelo sinérgico de los grupos de autoayuda



Este modelo se inserta en una cultura de grupo construida a través de ritos, artefactos y lenguaje simbólico.

Los ritos son: La bienvenida al nuevo compañero, la ceremonia sabatina del peso, las juntas, los aniversarios, la coordinación de una junta y los servicios.

Para el área física, los artefactos simbólicos son: la báscula, báscula de alimentos, medidas, el plan de alimentación.

Para el área emocional: la sala de juntas, la tribuna.

Para el área espiritual: los textos que se leen en cada junta, el texto de la oración de la serenidad.

El lenguaje simbólico está constituido por: *sólo por hoy, te echo humildad*, (cuyo significado es polisémico,

se puede entender como pedir un favor o bien hacer que el otro ejerza su humildad al hacer un servicio); *Poder superior, derrotarse, la sugerencia, la ayuda, la ubicación, curación, sobriedad,...*

El área física se trabaja con un plan de alimentación elaborado por la fundadora, *Miriam*, quien se asume *tragona*, y en la búsqueda para solucionar su problema hizo estudios nutricionales, experimentó diversas alternativas hasta que finalmente en esta búsqueda encontró resultados precisamente en A.A, lo que la condujo a la adaptación de los Doce Pasos para el control de la ingesta compulsiva. El control de peso se hace mediante la ceremonia ritual sabatina.

El área emocional se trabaja en la tribuna, en una junta que se lleva a cabo en un espacio *sagrado* es decir la sala de juntas, donde asisten al menos dos personas una que escucha (coordina la junta) y otra que hablará en la *tribuna*. La coordinación da lectura a los pensamientos y oraciones del día, decide quién pasa a la *tribuna*, y la escucha, posteriormente, a través de sus propias experiencias, ofrece sugerencias.

En la *tribuna*, primero el individuo acepta su enfermedad (*soy tragon*), después relata los acontecimientos inmediatos anteriores, para dar paso a relatos sobre pasajes de su vida (historial), intentando provocar y sentir las emociones de: ira, miedo y tristeza, pero también de alegría desmedida. Con ello, eventualmente, puede encontrar la causa emocional que detona su adicción.

Con este proceso, que tiene que ser frecuente, es factible detener el círculo vicioso: sentir emociones negativas que producen dolor y, entonces para situarse en

un estado placentero, ingerir alimentos de manera desmedida. Pero como los periodos de placer son cada vez más cortos, surgen de nuevo sentimientos de malestar, que ahora se presentan acompañados de culpa. Para suprimir lo anterior y evitar recaídas, es decir, reincidir en la dependencia, es preciso asistir a las juntas del grupo, además de utilizar las herramientas como por ejemplo *el apadrinamiento* cuando aparece el deseo incontenible de comer, beber, o cualquier otra adicción.

Por tanto, el funcionamiento y eficacia del grupo de TA y en general de todos los grupos de anónimos radica en la terapia de hablar, buscar y ubicar lo que se conoce como historial personal; qué, cuándo y cómo surge el “hecho” que detona el miedo, la ira. En ese momento se dice que la persona consigue la “cura”, al expresarse emocionalmente para hacerlo consciente y, en consecuencia, alcanzar el manejo de la emoción y el control de la adicción, cuando menos por 24 horas y todo con la ayuda de una fuerza exterior, *el Poder Superior*.

No sólo se consigue el control alimentario, sino que también, debido a que son personas enfermas emocionales (así se identifican) surgen sentimientos y emociones de compasión, a través del puente de la

comprensión, con lo que es posible que emerjan el altruismo y la cooperación necesarios para la permanencia del grupo como organización de anónimos.

En este grupo, tres de cinco informantes manifestaron como hecho detonador de las emociones negativas abusos sexuales, (generalmente por parientes). También rechazo e incluso abandono, consciente o inconsciente por los padres, así como maltrato de padres controladores. Todos estos hechos ocurrieron a muy temprana edad, y se descubrieron como resultado de verbalizar sus historias de vida ante tribuna.

Desde el aspecto cualitativo, la eficacia de esta organización es manifestada por los informantes en cuanto al cambio de calidad de vida. Por ejemplo, mejoraron sus relaciones familiares o lograron terminar relaciones dañinas, mejoraron su desempeño laboral o consiguieron un trabajo; su aspecto físico cambió positivamente de manera drástica, lo que les ha permitido integrar se a la sociedad en mejores condiciones físicas.

La eficacia desde un punto cuantitativo se muestra tanto en el siguiente cuadro como la correspondiente gráfica:

Cuadro 2

Eficacia en términos de la baja de peso en el grupo de autoayuda
“Tragones Anónimos”

Nombre	edad	estura	peso		Dif. en kilos	meses de militancia Kg./mes	% disminución	tasa de disminución	peso actual
			In	Fin					
Mar	56	1.53	72	54	18	17	25.00%	1.06	57
Ign	36	1.64	124	95.8	27.7	6	22.43%	4.62	94
Hay	37	1.63	78.3	63.1	15.2	24	19.41%	0.63	65
Eli	33	1.47	100	62	38	12	38.00%	3.17	58
Nat	24	1.70	96.5	70.4	26.1	17	27.05%	1.54	80

Fuente: elaboración propia con base en los registros del grupo “Victoria de Durango”

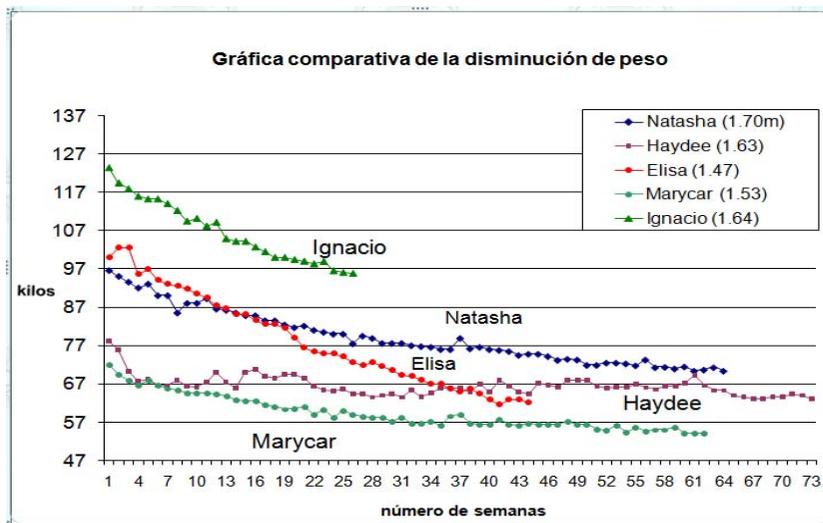
El caso de “Eli”, con un peso inicial de 100 kg., muestra una disminución de 38k, que logró a consecuencia de ingresar al grupo en calidad de “anexada”, es decir, habitó en la casa donde el grupo sesiona durante aproximadamente seis meses, durante este tiempo, las demás personas le llevaron sus alimentos de acuerdo a los establecido por el plan de alimentación. Asimismo, tuvo la oportunidad de tomar la tribuna y “curarse” a discreción.

pueden ser afectadas por los conflictos de poder que se suceden al interior de cada grupo.

En el caso de estudio se observó un movimiento en el grupo “Victoria de Durango” debido al conflicto suscitado por un subgrupo (ver figura 8) que deseaba sustituir a la servidora, en principio este conflicto fue encubierto. Una vez que éste se manifestó abiertamente, se logra su solución al abrir otro grupo con las personas que estaban en desacuerdo.

143

Figura 7



La notoria disminución de peso observada se debe al esfuerzo por seguir un plan de alimentación equilibrado y a la asistencia frecuente al grupo. Sin embargo, todos ellos están conscientes que ahora lo importante es llegar a su peso ideal y conservarlo, para ello es requisito continuar el tratamiento integral de manera prolongada. Esta condición sustenta la permanencia de la organización.

Sin embargo la eficacia y la organización misma

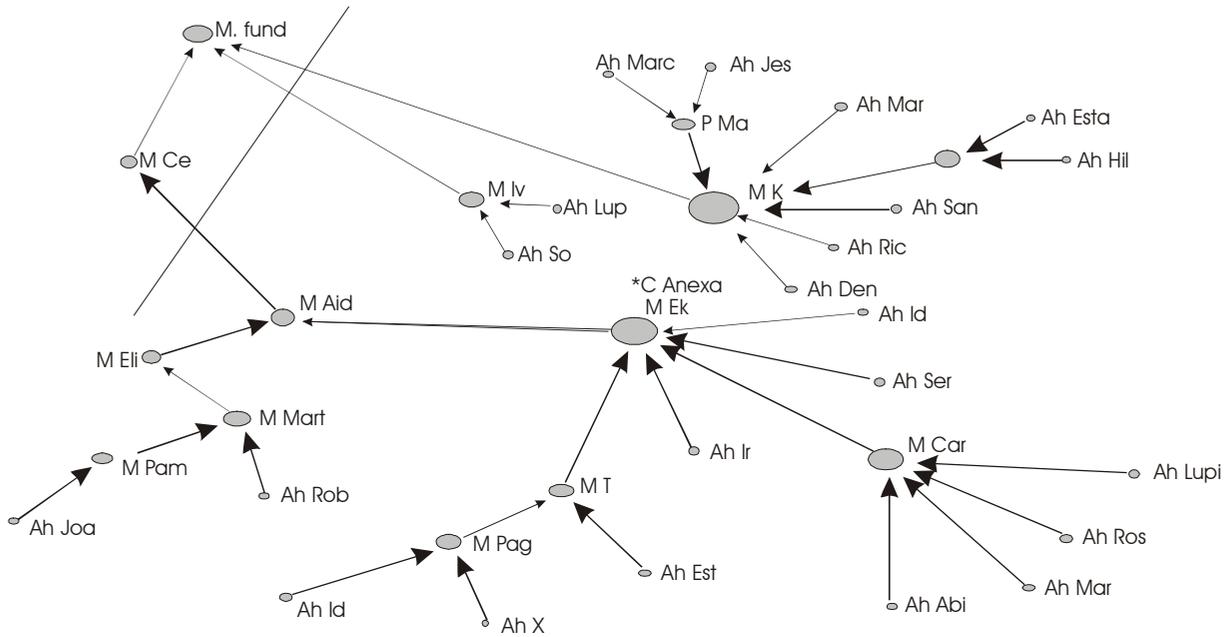
Esta es la dinámica de las organizaciones de grupos de anónimos, donde pueden suceder tres situaciones: 1) la desaparición de un grupo, si el conflicto no se abre y se soluciona. 2) El surgimiento de otro grupo dentro de la misma organización, en este caso TA, o bien 3) el cambio de organización.

El tamaño de los grupos es una variable que depende de la eficiencia organizativa normada por las doce tradiciones.

Conclusiones

El comportamiento epidemiológico se puede modelar con una curva logística. Para el caso de México, se ajustaron los datos de la estimación y proyección de la prevalencia de la obesidad para la población de personas con edad mayor a 35 años de Villa, Escobedo, y Méndez-Sánchez., que los llevó a señalar “...que las mujeres tienen mayor prevalencia proyectada de obesidad que los hombres y hacia el año 2010 se esperaría cerca de 8 millones de mexicanos

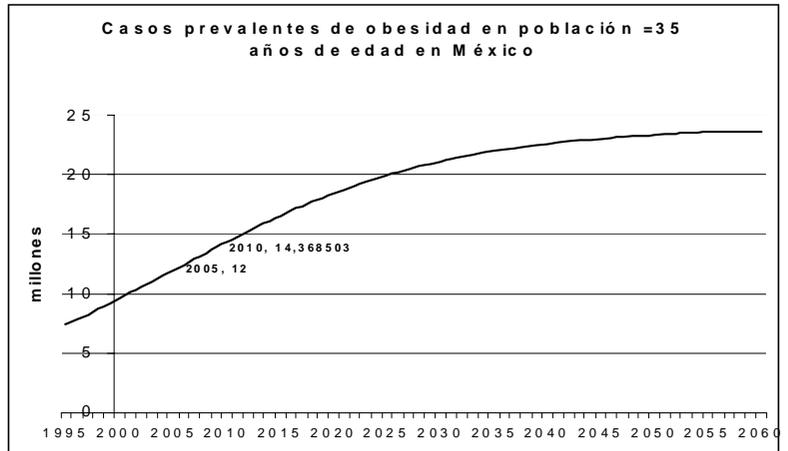
Figura 8
Dos grupos en conflicto



Fuente: elaboración propia con base en observación participativa

con obesidad en el escenario conservador y de más de 14 millones según el escenario extendido.”³²,

La gráfica de la función ajustada a los datos es la siguiente:



³² Villa, Antonio R., Michelle H. Escobedo, y Nahum Méndez-Sánchez, Estimación y proyección de la prevalencia de obesidad en México a través de la mortalidad por enfermedades asociadas. Gac Méd Méx, Vol.140, Suplemento No. 2, (S21, S25). 2004.

Tal panorama, sin duda alarmante para la salud, supone un costo económico importante para la sociedad, tanto en su seguimiento como en su atención, Una posible alternativa son los grupos de autoayuda anónimos para el tratamiento de esta enfermedad en particular y de las de otros tipos de adicción.

Las características organizacionales de estos grupos son de independencia, autonomía y sustentadas en sus propias contribuciones, La estructura organizacional es dinámica y corresponde a una red de relaciones jerárquicas, cuyo análisis permite describir su lógica, grupos de poder y los conflictos.

La eficacia de estos grupos depende fundamentalmente del tratamiento de las emociones, Por

ello, la investigación sobre la neurobiología de las mismas cobra importancia para un análisis organizacional, orientado hacia el comportamiento del individuo en la organización.

La eficiencia organizativa de estos grupos depende de la observación puntual de Las Doce Tradiciones.

Los conflictos surgen de los intereses personales por el deseo del control del grupo. Entre más grande es el grupo surgen más conflictos, cuya solución depende del poder de cada subgrupo involucrado en un conflicto particular.

La vida y permanencia de cada grupo depende de la eficacia, eficiencia y la capacidad de solucionar sus conflictos internos.

Bibliografía

- Axelrod, Robert. 1990 La complejidad de la cooperación, FCE. México.

- Barnard, Chester I. 1938 The functions of the executive. Cambridge, Harvard University Press.

- Berenzon Shoshana; Jorge Galván Reyes. 1988 La psiquiatría social en México, percepción de los grupos de autoayuda hacia los servicios de salud mental. AMEPSO, México, Vol. VII.

- Caspeta Valencia, Guillermo. 2001 Función y efectividad de los grupos de Alcohólicos Anónimos en el barrio de Xaltocan, Xochimilco 1960-1980, México, D. F. Tesis de Licenciatura en Historia, ENAH.

- Córdova, Villegas et al. 1998 "Un Enfoque del Estudio de la Cultura Organizacional", Gestión y Estrategia / No. 14 / Junio-Diciembre, / UAM – A ediciones Internet.

- Crozier, Michel, Friedberg Erhard. 1990 El Actor Y El Sistema, Las Restricciones De La Acción Colectiva, Alianza Editorial Mexicana, México.

- Damasio, Antonio. 2006 En busca de Spinoza Neurobiología de la emoción de los sentimientos, Ed. Crítica, España.

- Eguiluz, Víctor, San Miguel, Maxi, Zimmermann, Martín y Cela-Conde, Camilo 2005 Cooperation and the

emergence of role differentiation in the dynamic of social networks. American Journal of Sociology, 110, 977-1008

- García, M Inés. 2005 Foucault y el Poder, Universidad Autónoma Metropolitana, México.

- Gil Mendieta, Jorge y Schmidt Samuel, editores. 2002 Análisis De Redes, Aplicaciones en Ciencias Sociales, IIMAS, UNAM, México.

- González Uribe, Lourdes. 1993 La experiencia de tocar fondo en Alcohólicos Anónimos: A) Manifestaciones del alcoholismo, B) Una construcción social. UNAM, México, D.F. Tesis de Licenciatura en Psicología.

- Gonzáles Núñez, Monroy de Velasco y. Kupferman Silberstein. 1978 Dinámica de grupos, editorial Concepto S. A., México D. F.

- Goffman, Erving. 1989 Estigma la identidad deteriorada, ed. Amorrortu editores, Buenos Aires Argentina. 2001 La presentación de la persona en la vida cotidiana, ed. Amorrortu editores, Buenos Aires Argentina.

- Haidt, Jonathan. 2006 La hipótesis de la felicidad, la búsqueda de verdades modernas en la sabiduría antigua, España, Gedisa.

- Hernández Ocampo, Ericka. 2009 Etnografía de la Interacción Social de las Personas que asisten a Un Grupo de Autoayuda. Ciudad de México (2005-2007) El

Caso de “Victoria de Durango”: del Movimiento de Tragones Anónimos. Tesis de Licenciada en Etnología, ENAH

- LeDoux, Joseph. 1994 *Emotion, Memory and the Brain, The neural routes underlying the formation of memories about primitive emotional experiences, such as fear, have been traced*. Scientific American, N° 215, pag. 32-45.

- Martínez, Fajardo. “Administración de Organizaciones Productividad y eficacia” En www.gestiopolis.com/recursos/experto/catsexp/ No10/chesterbarnar

- Montaña Fraire, Rolando. 1997 *Los grupos anónimos de ayuda mutua y su original método terapéutico entre pares: Reflexiones a partir del modelo originado en Alcohólicos Anónimos, Tesis presentada para obtener el grado de Maestro en Psicología Social de Grupos e Instituciones, UAM X*

- Montaña Hirose, Luis. 2005 *Organización Y Sociedad, Un Acercamiento a La Administración Pública Mexicana*.

- Romero Mendoza, Martha Patricia. 1998 *Estudio de las adicciones en mujeres y su relación con otros problemas de salud mental*”. México D.F., UNAM, Facultad de Filosofía y Letras, División de Estudios de Posgrado, tesis para obtener el grado de Doctor en Antropología.

- Sánchez Guevara, Irene. 2007 *Organización del Teatro Independiente de México, de la Red de Cooperación al Conflicto*, tesis de doctorado en Estudios Organizacionales, UAM Iztapalapa México

- Villa, Antonio R., Michelle H. Escobedo, y Nahum Méndez-Sánchez 2004 *Estimación y proyección de la prevalencia de obesidad en México a través de la mortalidad por enfermedades asociadas*. Gac Méd Méx Vol.140, Suplemento No. 2, (S21, S25).

- Weber, Max. 1964 *Economía y Sociedad I*, 2ª edición, Editorial Fondo de Cultura Económica, México.

- Yin, Robert K. 1994 *Case Study Research, Applied Social Research Methods Series*, Vol. 5, SAGE Publications, International Educational and professional Publisher, Thousand Oak, London New Delhi.

Documentos:

- El alcoholismo problema de Salud no de vergüenza, Movimiento 24 horas A.A. 28 aniversario.

- Los Doce Pasos 2002

Sitios de Internet

www.neuroticosanonimosbv.org.mx/1a.htm

[www.sds.df.gob.mx/archivo/publicaciones/adul_may/](http://www.sds.df.gob.mx/archivo/publicaciones/adul_may/autoayuda_3.pdf)

[autoayuda_3.pdf](http://www.sds.df.gob.mx/archivo/publicaciones/adul_may/autoayuda_3.pdf) Manual de grupos de autoayuda

Sugerencias para organizar, establecer y dirigir grupos de autoayuda 1999

www.al-anonateen.org.mx/www/index.php
www.namexico.org.mx - www.montefenix.com.mx/
www.oceanica.com.mx
www.fjldown.org.mx

www.epilepsiahoy.com
www.amdiabetes.org.mx
www.gruporeto.org/gruporeto.htm