

En 2020 su familia la metió a rehabilitarse por sus adicciones y sus retoños se quedaron con una hermana

# Carla Ballero se desahogó de la culpa que siente por sus hijos cuando se internó: "Todavía no me lo perdono"

"Fue porque yo los estaba dejando en abandono. La mayor de mis hijas tuvo que hacerse cargo de mí", sinceró entre lágrimas en "Vecinos al límite" de Canal 13.

RENÉ VALENZUELA

Hace algunas semanas fue Paula Pavic quien tuvo una entrevista sincera con la animadora Karla Constant en una dinámica del reality "Vecinos al límite" de Canal 13. Este lunes por la noche, se ve la confesión de Carla Ballero quien, frente a sus compañeros, habló de uno de sus episodios más dolorosos: su internación en 2020 por adicciones, y mostró la culpa que aún siente por aquello que la marcó a ella y a su familia.

"Me vincularon con la droga cuando ni siquiera...", partió recordando. "Obviamente me fumé un pito chica, con mis pololos surfistas, esas cosas. Pero yo hablo de drogas duras, de la cocaína, que fue más allá de los 40. Fue muy doloroso, una experiencia muy oscura", siguió.

"Cuando me internaron fue porque yo estaba dejando en abandono a mis (tres) hijos, fue mi propia familia, y me quitaron a mis hijos. Fue muy rápido, seis meses de una oscuridad total mía en la cual pasé por las drogas y por el alcohol de manera brutal. Yo estaba muy aparte, como buena Tauro me encierro, nadie me ve, me guardo todo", siguió.

Fue su hermano Álvaro, quien se dio cuenta de su mal momento y ahí se involucró su marido, Raúl Fergie, quien también ha vivido su propio proceso con el tema. Ambos decidieron actuar.

"Yo estuve un año internada en pandemia. Estuve tres meses sin ver a nadie, sin tener contacto de ningún tipo. Estuve muy mal, y yo traté de autolesionarme, me traté de suicidar. Me internaron en un lugar muy cuico, y lo pasé increíble, me hice amiga de todo el mundo, y me sacaron... de ahí. Y me llevaron al centro de Santiago, a un lugar terrible. Mi familia sabe mis dolores, me pusieron en un lugar que me doliera. Dormíamos en una habitación de 2x2 como seis mujeres", describió.

Sus retoños lo sintieron: "A mis hijos los pude ver a los seis meses. Primero se fueron a vivir con mi hermana mayor, y luego con mis padres". Cuando Constant preguntó por Fergie, ella despatchó: "Él estaba peor que yo. Mi mayor locura de amor fue casarme con una persona que no conocía tan bien, él tenía una adicción. Y yo no abandono a la gente. Cuando me di cuenta, estaba embarazada de la Colomba (su primogénita), y le dije: *no te voy a dejar, yo te voy a sacar*... Yo juraba que lo iba a sacar, y se hizo imposible".

Carla Ballero lloró en varios momentos de su entrevista.



"Yo salí de eso (las adicciones), absolutamente. De eso se sale cuando uno quiere. Creo que todos los seres humanos somos capaces de salir del lugar que queramos. Él (Raúl) también salió de esto hace años, por eso estamos juntos, los dos estamos increíbles. Nuestros hijos saben todo. En nuestra casa hablamos con verdad", siguió Ballero.

La culpa con sus hijos la hizo llorar a lo largo de la entrevista: "Yo soy la madre, no puedo estar abandonando a mis hijos. Eso todavía no me lo perdono. Yo creo que hay cosas que son imperdonables, y no sé si llegará el día que me perdone por haber dejado a mis hijos de esa manera, en esas condiciones y haberlos hecho sufrir así. La mayor de mis hijas tuvo que ser madre en algún momento, ella tuvo que hacerse cargo de mí y eso creo que no tiene perdón... (Con mis hijos) Lo hemos hablado y dicen que me perdonan... Trato de ser la mejor mamá que puedo. Ellos son maestros, increíbles, impresionantes".

"No creo que no perdonarte sea algo que invalide tu vida, sino algo que te hace recordar a diario que tienes que hacer las cosas bien. Y eso, en mi vida, es muy bueno, porque yo necesito anclas porque soy un disparate, una persona muy apasionada, muy intensa, con mucha profundidad y liviandad también. A veces puedo ser tan mediocre, y otras tan mágica. Me conozco muy bien, y trato de estar en la luz lo que más puedo".

Varios terminaron llorando con su testimonio, incluyendo a Pavic y Alejandra Fosalba quien le comentó: "Esto puede ayudar a mucha gente".

## Consumo y mujeres

Verónica Zumarán, sicóloga coordinadora de adicciones en Clínica Las Condes y coordinadora de los grupos de trabajos de adicciones de Sonepsyn (Sociedad de neurología, psiquiatría y neurocirugía de Chile), explica, hablando de adicciones en mujeres: "La adicción no es sólo un consumo, sino que un trastorno crónico en el cerebro donde va a haber pérdida de control, uso compulsivo, persistencia a pesar del daño. No es que a la persona le falte voluntad sino que es una enfermedad crónica. Y en mujeres, a nivel neurológico, hay diferencias claves con la adicción pues actúan de manera distinta. Hay un fenómeno, telescoping, que pese a que el inicio del consumo puede ser tardío progresa más rápido en mujeres y las consecuencias físicas son mucho mayores en comparación con hombres. Existe una vulnerabilidad biológica, se dañan mucho más los órganos debido a las hormonas y el ciclo menstrual".

"A diferencia de los hombres, el consumo en mujeres suele ser para regular ansiedad, traumas, procesos depresivos. El pedir ayuda en mujeres cuesta, lo hacen tarde porque se les cataloga de malas madres, cuesta por el miedo al juicio y a perder el cuidado de los hijos. La culpa aparece después del consumo por el daño real que genera pero no previene la recaída, y eso aumenta el estrés, aislamiento y deseo de consumo. Por lo mismo se debe hacer un tratamiento integral con enfoque de género, no sólo de un sicólogo, sino un terapeuta de familia", continúa Zumarán.

"Una cosa es tratarse y lo otro la culpa tóxica que es autoatacarse, la ver-

güenza, el ocultamiento y eso hace que el tratamiento no llegue a buen curso. Hay mucho estigma en las mujeres para consultar. La desintoxicación física sólo es la primera parte del proceso de rehabilitación", concluye.

Isabel Puga, académica Usach y especialista en psicología clínica y salud mental, agrega sobre el tópico de consumo en mujeres: "Cuando el sentimiento de culpa es constante y punitivo, se vuelve iatrogénico: en lugar de ayudar a la persona a mantenerse responsable, genera un nivel de angustia tan elevado que el cerebro, por un mecanismo de supervivencia, busca 'alivio' para apagar ese dolor. Para alguien que ha vivido traumas vinculares -como estar alejado de sus hijos por meses o años-, el recuerdo no funciona como una fotografía lejana, sino como un flashback emocional. Al recordar, se activan áreas cerebrales (como la amígdala y la ínsula) vinculadas al dolor social y al estrés agudo".

"Existe una carga adicional cuando el proceso afecta a las madres. El juicio social suele ser más severo, lo que refuerza una identidad de 'daño irreparable'. La neurociencia nos enseña que el estrés por exclusión o juicio social activa los mismos centros que el dolor físico. La recuperación del diálogo y del rol protector es un proceso lento que requiere que el entorno valide el esfuerzo de quien se ha rehabilitado. El perdón personal no llega por un decreto de voluntad, sino a través de la autocompasión terapéutica: entender que hoy, en el presente, la persona cuenta con herramientas que en su momento de crisis no tenía", cierra Puga.