

TEORIA DO PÊNULO ABSTÊMIO ¹

Antes de analisar a **teoria do pêndulo abstêmio** é necessário entender outro tema, qual seja, a amplitude da jornada abstêmia. A ideia de **amplitude abstêmia** se relaciona com os limites do caminho abstêmio, ou seja, a elasticidade do processo abstêmio. Quando o abstêmio estiver muito próximo de retornar ao processo de adicção ele estará no **limite abstêmio inferior ou anterior**. Por outro lado, quando o abstêmio estiver se aproximando da pós-abstinência² ele estará no **limite abstêmio superior ou posterior**³.

O **limite abstêmio inferior** ocorre quando o abstêmio necessita aplicar técnicas muito específicas e se tais técnicas não forem utilizadas corretamente redundam, infalivelmente, na recondução ao processo de adicção (recaída). Por exemplo, as técnicas do “evite o primeiro gole” e do “só por hoje” indicam que se o abstêmio as descumprir estará ultrapassando o limite abstêmio inferior e voltando ao processo de adicção.

Na outra ponta, o **limite abstêmio superior** ocorre quando o abstêmio aplica técnicas para permanecer no caminho natural do processo abstêmio. Então, como exemplos, as técnicas da “carta de gratidão” e do “12º passo” representam um abstêmio que está se dirigindo ao flanco da pós-abstinência.

Assim, é possível entender que a abstinência tem duas extremidades: a inferior que representa o momento que antecede à recaída e a superior que corresponde ao âmbito da pós-abstinência. Para concluir, é preciso explicar que o limite abstêmio inferior – ou anterior – é REAL já que se for ultrapassado fará com que a pessoa seja reinserida no processo adicto. Contudo, o limite abstêmio superior – ou posterior – é FICTÍCIO ou MERAMENTE TEÓRICO porque se for ultrapassado em nada mudará a vida abstêmia. O limite abstêmio superior é apenas um indicativo

¹ Tema apresentado no Livro e Ebook:

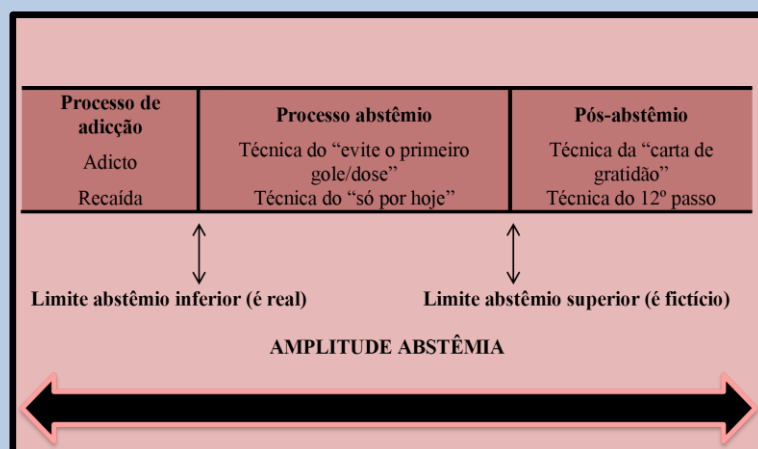
ZIEMMERMANN, Péricles. **Teorias abstemiológicas**. 1ª ed. Curitiba/PR: Edição do autor, 2019. 151 p.; 14 X 21 cm. ISBN: 978-85-924432-2-1. Distribuído pela Editora Simplíssimo.

² Como no caso do mega-abstêmio que consiste na classificação de abstêmio que ultrapassou o Ponto Ziemmermann (Ponto “Z”). O pós-abstêmio é a pessoa que está em abstinência há tanto tempo que já ultrapassou o somatório de todo o período em que esteve em drogadição.

³ Esses temas também estão apresentados no Livro e Ebook:

ZIEMMERMANN, Péricles. **Princípios abstemiológicos**. 1ª ed. Curitiba/PR: Edição do autor, 2019. 165 p.; 14 X 21 cm. ISBN 978-85-924432-1-4. Distribuído pela Editora Simplíssimo.

de que a pessoa está percorrendo o caminho da abstinência de forma coerente e coesa.



Quadro: Amplitude abstêmia e seus limites.

Agora, retomando o tema, a **TEORIA DO PÊNDULO ABSTÊMIO** significa que o vetor da abstinência é variável e pode, ora estar próximo ao limite abstêmio inferior, ora no limite abstêmio superior. No início do processo abstêmio a pessoa ainda está cronologicamente muito próxima do limite inferior, porém depois de vários anos em abstinência a pessoa pode está se aproximando do limite superior. O mesmo ocorre com as aplicações de técnicas que, como visto, podem estar relacionadas ao limite anterior ou ao limite posterior.

Dessa forma, a jornada abstêmia sofre os efeitos da **pendulação no tempo (cronológica)** e na **aplicação de técnicas (metodológica)** sendo ambas relativamente independentes. Por exemplo, a pessoa pode ter muitos anos de abstinência (**pendulação cronológica positiva**), porém estar passando por dificuldades e, para isso, optou em aplicar a técnica de internamento preventivo (**pendulação metodológica muito restritiva**). O inverso também pode ocorrer: a pessoa está com pouco tempo de abstinência (**pendulação cronológica negativa**), contudo participa de grupos anônimos e recepciona novos integrantes prestando assistência a eles (**pendulação metodológica positiva pela aplicação do 12º passo**). Nestes exemplos, a pendulação é independente.

Porém, na prática, as pendulações (cronológica e metodológica) são relativamente independentes porque aqueles que possuem pouco tempo abstêmio (pendulação cronológica negativa) também possuem uma pendulação metodológica muito restritiva, e vice-versa.