

## SinDependencia - Número 11

### Editorial

Un nuevo número de esta nuestra Publicación, la primera como Fundación, aun con el recuerdo latente de las XVII Jornadas Aragonesas de Información Alcohólica, que se celebraron con brillantes el pasado mes de Diciembre, de esto se dará amplia información en un Especial que se está elaborando en la que se recogerán todas las Ponencias que se celebraron en las mismas. Agradecer que hallan compartido las mismas nuestros compañeros de las Asociaciones ADIANTE de As Pontes (La Coruña), ABATTAR de Andorra (Teruel), así como de G.A.R.V.A. (Logroño).

Por otro lado, con la Publicación de la Orden de nuestro Gobierno de Aragón (Publicada en este Número), se ha inscrito la Fundación Doctor Valero Martínez –ASAREX- , nos hemos transformado en Fundación y poco a poco iremos poniendo al día las Normas y demás Actos que nos lleven definitivamente a mentalizarnos que ya no somos Asociación.

No cabe duda que siempre diremos la expresión ¡Vamos a la Asociación! Porque una Obra de mas de 30 años no se puede borrar tan fácilmente de la mentalidad de todos nosotros, vaya desde aquí mi mas sincera felicitación a todas las personas que han colaborado en la elaboración de conseguir que nuestra querida Asociación Aragonesa de Ex-Alcohólicos se halla convertido en Fundación.

“La niña” como así le dice nuestra Vice-Presidenta Doña María Pilar Berenguer, se ha hecho mayor, desde aquí y aprovechando este espacio, te digo que trataremos entre todos de cuidarla y mantenerla para que con el paso del tiempo “vuestro” trabajo no se pierda.

Como apuntó nuestro Presidente en la Inauguración de las pasadas Jornadas, “Los retos que se nos presenta son grandes, pero nuestros objetivos y meta se irán cumpliendo poco a poco”.

El Patronato que ahora rige los destinos de la

Fundación se ha reunido por primera vez el pasado día 12, en la siguiente reunión de final de mes se hará llegar a todos los Socios-Colaboradores los acuerdos que en esa primera Reunión se tomaron.

Como es obvio, también nuestra Página Web en Internet se ha visto afectada por el cambio, actualmente se está diseñando una nueva presentación sin cambiar su contenido anterior.

Solo me resta comentar que nuestros objetivos seguirán siendo los mismos que hasta ahora veníamos realizando “La ayuda desinteresada y altruista de conseguir la progresiva curación del enfermo alcohólico y por ende su entorno familiar”

**Roberto Armas (Secretario General de ASAREX)**

## Colaboración especial

### CONSECUENCIAS EMOCIONALES

#### LAS TRES ETAPAS DE MI ENFERMEDAD ALCOHÓLICA COMOMUJER

##### Primera Etapa

Fui adicta al alcohol y lo voy superando. Esta droga es un mundo peligroso al principio vas tomando cada día un poco más, y sin darnos cuenta nos hacemos alcohólicos.

Soy un ama de casa, madre de dos hijos, y que como la mayoría de las mujeres con esta enfermedad, nos da mucha vergüenza decir que bebemos demasiado.

A todas esas mujeres quiero decirles que ser alcohólica no es peor que ser alcohólico.

Somos iguales las mujeres que los hombres, si una mujer puede tener un cáncer como un hombre también pueden ser alcohólicas.

No es una vergüenza, es una enfermedad que la tenemos ahí para toda la vida.

Decir que el beber es cosa de hombres, es algo aceptado sobradamente por la Sociedad, las mujeres bebemos a escondidas, en la mayoría de los casos

fuera de la mirada del esposo, padres, hermanos, hijos o amigos. Nos culpabilizamos y negamos en plena embriaguez la ingestión de las bebidas alcohólicas.

El alcoholismo femenino es más vergonzoso, esta peor visto.

Estas desdichadas mujeres viven una vida triste y sin esperanzas, sumidas en el mundo del alcoholismo, un mundo en el que desgraciadamente cada vez somos más.

También perjudicamos a nuestros hijos da igual la edad que tengan, Los míos se llevan once años y los dos padecieron y sufrieron mis borracheras.

Recuerdo que he tenido varios intentos de suicidios y en mas de una ocasión me tumbé en la vía del tren, pero cuando lo veía venir me levantaba corriendo, "era una cobarde".

Yo tengo muchas lagunas en mi mente les pregunto a mi marido y a mi hijo mayor, y me dicen que si me las contasen seria un gran impacto para mí.

Alguna vez mi marido y mis hijos me recordaron que cogía un cuchillo y los quería matar a ellos, mi marido intentaba quitármelo, y por suerte me lo quitaba, mi pequeño lloraba y decía papá no le pegues a mama.

El daño que les hice a mis hijos, a mí a marido a mi madre y a mis hermanos fue mucho, pero entonces no me daba cuenta de ello.

El sufrimiento de vida que les di es una pena, no podía darles el cariño que necesitaban de una madre y una esposa hija o hermana.

Mi pequeño no comprendía nada de lo que pasaba. Que su padre me chillase, él sabia que mamá hacia mal en beber, pero no comprendía él porque de las broncas.

Por eso cuando su padre estaba trabajando de tarde me decía:

Mamá vamos a la cama que va a venir papá, son las once, él sabia que yo estaba mal y cuando vendría su padre iba a haber bronca en casa por eso cuando oía la puerta me decía hazte la dormida.

Yo con esta droga había perdido la capacidad de tener sensaciones, pues lo que nos hace es sentirnos artificialmente y no vemos la realidad, ni tenemos emociones normales.

El alcohol me dominaba "ya no era yo", si no una alcohólica solitaria, podía mas él, que el cariño que yo sentía por mis hijos.

Cuándo despertaba me preguntaba, ¿qué pasaría anoche?. No recordaba nada. Los míos tenían las

caras serias, enfadados y yo pensaba "Chus eres una borrachuza".

Durante los años que yo estuve bebiendo todo era gris e inútil, en mi interior me sentía petrificada, muerta, vacía.

La idea de no beber me daba pánico, sencillamente ya no conseguía pasar sin beber.

Yo había oído hablar de alcohólicos, pero nunca había entendido que el alcohol podía llevar a una persona a destruirse lentamente y a la vez a los nuestros que son los que nos quieren.

No me daba cuenta de que cada día dejaba un poco de mi vida, me perdí la niñez de mis hijos.

No es fácil, vencer esta enfermedad.

El único tratamiento eficaz contra el alcoholismo es dejar de beber.

Porque sino tenemos tres caminos, como decimos en el grupo:

El manicomio, la cárcel o el cementerio.

No me cansare de decir que es alcohólica o alcohólico el que depende de esa sustancia y no puede pasar sin esa droga, bien sea todos los días, los fines de semana o el que se pasa dos o tres meses sin probarlo, pero luego lo coge con más fuerza.

## Segunda Etapa

Mi salvación fue que mi hermana me llevase a una asociación de alcohólicos.

Al escuchar a los compañeros, pensé que si lo intentaba podía conseguir mi abstinencia.

Me costo muchísimo dejar el alcohol.

Los primeros días fueron terriblemente malos, los nervios estaban a flor de piel, tenía muchas ganas de beber, por las noches no conseguía dormir y sudaba mucho.

Había perdido la alegría de vivir, no tenía ilusión, me avergonzaba de aquello en que me había convertido.

Quizás fue necesario llegar a este extremo, para que yo me diese cuenta, de que me estaba matando poco a poco.

Por esos días me sentía aborrecida, odiada por mi aspecto. A pesar de lo mal que lo estaba pasando aguanté sin tomar nada de alcohol. El tiempo fue pasando, y yo cada día me encontraba un poco mejor.

Mi enfermedad no tiene cura, es crónica y no hay medicina que la pueda curar, pero yo si puedo dejarla dormida y no despertarla nunca más.

Día a día fui aprendiendo a vivir sin alcohol, yo volví a nacer aquel 9 de Marzo.

Hoy, puedo decir que con el paso del tiempo los malos recuerdos se van quedando atrás, pero nos quedan las cicatrices.

De ahí la importancia de "SOLO POR HOY" en el proceso de nuestra rehabilitación.

Mi gran amigo Paco me dijo, tienes que sufrir mucho para que tú puedas valorarte, pero no olvides el pasado. También me dijo vive con alegría y con mucho orgullo, con humildad y sin triunfalismo, verás que sales de las ataduras de alcohol.

Con el paso del tiempo en abstinencia las dudas se van convirtiendo en un mayor conocimiento de nuestra enfermedad, que nos permitirá ir adquiriendo, mayor mentalización, y fuerza para luchar contra el alcohol.

Pero para coger fuerza, ser coherentes y consecuentes con nuestro proceso de rehabilitación, se necesita la ayuda de grupo y terapias con personas que hayan sufrido la misma enfermedad.

Para mí fue importante tener la ayuda de mis compañeros, puesto que habían vivido experiencias similares a las mías con la bebida, gracias a ellos me mantengo en abstinencia.

### Tercera Etapa

Quiero decir, que ahora quiero vivir en libertad y busco a las personas que me pueden ayudar a conseguir mi independencia. Porque no quiero depender nunca mas de la droga del alcohol.

No dejaré que nadie me aparte de este camino, quiero resistir - sin tomar alcohol toda mi vida.

Todas las resistencias que llevo dentro de mí para no tomar alcohol, las veo como algo a lo que no debo de renunciar nunca.

El alcohol es la droga más barata, y la más mortífera y además legalizada por el Estado.

Los enfermos reinsertados debemos estar concienciados de lo que estamos haciendo al igual que los familiares.

El alcohol no tiene poder sobre mí, el poder lo tengo yo.

Mi ambición es muy alta, tanto como la cima de una montaña fuera de mi alcance pero hago todo lo posible para llegar y mantenerme en ella.

Desde que estoy en rehabilitación, no soy la

misma, que al empezar esta nueva etapa de la vida “me falta tiempo”. Para saborear lo bueno de la vida. Para mirarme la cara al despertar. Para saborear la sonrisa de mis hijos y sentir esos besos que me dan Joni, Sergio y Vanesa que los dan con cariño y amor.

Me falta tiempo para vivir y es ahora cuando más tiempo tengo, al mirarme en el espejo me gusto y eso es señal de que me estoy queriendo. Y si yo me quiero puedo querer a los míos.

Es verdad que no doy saltos de alegría, por lo que he sido.

Los doy por ser lo que soy hoy, que me permite aún más saborear la vida.

Si nos lo proponemos en serio, podemos conseguir nuestra abstinencia sin agotarnos ni agobiarnos en el intento.

En este momento me parece un suicidio tomar alcohol.

Si en el grupo logramos la abstinencia de un compañero, cuanta alegría y felicidad compartiremos.

Será el mejor premio conseguido no lo olvidaremos de por vida.

Entre todos podemos ayudarnos y conseguir nuestra abstinencia.

Les estoy agradecida a mis compañeros del grupo de G.A.R.V.A. y a nuestros familiares que nos acompañan a las terapias los viernes.

También le doy las gracias a la Parroquia de Valvanera que nos acogió cuando no teníamos donde hacer nuestras terapias, ayudándonos en nuestros primeros pasos.

**M<sup>a</sup> Jesús Sáenz Ulecia**

## Conviene recordar

\* QUERER ES PODER...

Está claro, queridos compañeros, que a pesar de las dificultades que nos encontremos en cualquiera de las facetas de nuestro caminar por la vida, si nos lo proponemos con gran fuerza de voluntad, no exenta de dificultades, el éxito nos acompañará en nuestro propósito.

Y voy al fondo de la cuestión, en la confianza de hacerme entender:

EL ALCOHOL, esa plaga de la Humanidad, que a todos, sin excepción, nos perjudica y a muchos, desgraciadamente, nos puede llevar a la infelicidad personal y la de nuestro entorno familiar.

Reconocer la enfermedad por parte del afectado y desear solucionar el problema, es el primer paso.

Yo ingresé en nuestra Asociación con el N° 522-N en el Año 1.983 y desde el primer momento intenté rehacer mi vida, bastante deteriorada, sobreponiéndome a todas las tentaciones que el ALCOHOL me ponía en el camino.

Tuve varias recaídas, pero de todas procuré sobreponerme, y al final, en una última y feliz reflexión en Enero de 1.985, conseguí vencer todas las tentaciones, y hoy puedo decir, con total seguridad, que el gran problema del alcohol lo tengo superado; mi vida cambió radicalmente y mi entorno familiar con esposa y tres hijos, se convirtió casi en un Paraíso. Donde no había diálogo, se rompió el silencio y donde todo eran caras largas, se tornaron en caras alegres; ¡pero! lucho constantemente porque mi rehabilitación alcohólica vaya siempre “in crescendo”, ya que como exalcohólico que soy, no dejo de tener tentaciones, que inevitablemente se me presentan en actos sociales, bodas, comuniones, etc.

Hago especial hincapié en las BODAS, ya que en el plazo de 16 meses, he casado un hijo y una hija, y a la hora de los BRINDIS, apareció el dilema, ¡pero! No hubo problema, puesto que se puede brindar sin tener que ingerir ni gota de aquello con lo que se brinda. Y ¿por qué recalco esto?, está claro: Por que, como digo en el enunciado de estas líneas: QUERER ES PODER.

En nuestra Asociación se nos imparten charlas, terapias de grupo, etc., aconsejándonos aquello que más nos puede ayudar a vencer nuestro problema, pero, por muchos consejos que recibamos, si nosotros no tenemos la sana intención de “CURARNOS”, no lograremos nunca nuestro propósito. Para curarse del alcoholismo, sólo hace falta

dejar de beber alcohol.

Y ¿qué otros medios podemos aplicarnos para vencer este problema?. No es fácil vencer al alcohol, unas veces por timidez, por el qué dirán, por creernos menos hombres, etc. Debemos olvidarnos de los prejuicios y de qué pensarán los demás.

Debemos hacernos esta reflexión: Cuando vamos a un restaurante y nos sirven unos entremeses, dejamos lo que no nos gusta, y no pasa nada, y cuando nos sirven una copa de VINO o de CHAMPAGNE, las dejamos porque no nos convienen, es decir: "QUERER ES PODER".

Cuando nos concienciamos de que la abstinencia es imprescindible, sentimos una sensación de liberación frente al problema. Y para llegar a la concienciación, no es suficiente asistir a las terapias de grupo, hay que buscarla fervorosamente, e indagar por qué en unos casos se produce y en otros NO.

A partir de mi aceptación como enfermo alcohólico, empecé a sentir la sensación de liberación y felicidad conmigo mismo, al haber conseguido, por fin, el elemento fundamental con el que la abstinencia se hace gratificante.

El alcohol, ha determinado nuestro fracaso e infelicidad. Procuremos ser felices. Es el mejor camino para liberarnos de las cadenas que nos puedan oprimir física y mentalmente.

Si así nos lo proponemos, el tiempo no se nos puede escapar, y con ello, el aprecio de nuestras familias y el respeto y consideración de todo nuestro entorno social.

Un afectuoso saludo a todos los Asociados.

**Joaquín**



## Familia

Ese mal amigo llamado EL ALCOHOL

El alcohol ese mal amigo que poco a poco se va adueñando de tu vida, de tu fuerza, de tu capacidad de pensar y de tu voluntad.

El alcohol ese mal amigo que está contigo, mañanas, tardes y noche. ¿Qué amigo? No, pues no nos deja nunca solos.

Pero un día te das cuenta de que ese mal amigo te domina, te hace hacer cosas que serían imposibles que tu hicieras sin él.

Te hace que abandones a tu familia, el trabajo, a los amigos, en fin a toda la vida que te rodea, pues solo te quiere para él.

Pero un día te despiertas y te encuentras que estás solo con él, que te han abandonado todos y quieres separarte de él pero no puedes, pues estas en sus redes.

Pero en tu vida te sale otro amigo y te dice que existe una Asociación, un Médico, una Asistente Social y otros amigos como personas que en su día se olvidaron de él y sus redes, y muchas cosas mas como zumos, agua y muchas otras bebidas que no sabias que existían y esas no llegan a dominarte, sino al contrario, te dan libertad para vivir feliz y sin ataduras, y con el tiempo consigues recuperar a aquellas cosas que habías perdido, como familia, trabajo, y lo mas importante como es "Tu libertad".

Por eso, olvídate de ese mal amigo, llamado Alcohol.

**Mari Fortun**

## No es un problema

El hermano de M<sup>a</sup> Carmen se llama Juan; es

simpático y algo feúcho, pero liga muy bien, y si tu quieres algún día te la presentaré. Cuando pasa por alguna pastelería, los ojos se le hacen chiribitas, como si con ellos quisiera comer, lo que con la boca no puedo hacer. Ten en cuenta que ya todos lo saben, que Juan pasteles no puede comer, pues muy malito se pondría, si ello llegara hacer.

Nadie dice que Juan tiene un problema, porque eso, problema es, mas bien pequeño sacrificio que todos los días tiene que hacer.

¿Quién en esta vida tiene un problema que se puede resolver? Pues nunca será un problema aquello que se puede resolver.

Dedicado a Goya

Si tu jardín de versos  
un día se secura  
un ángel del cielo cada día  
a regarlo bajara  
¿De donde sacas tanto talento  
de amor?  
Que a las flores haces llorar  
Y a las mariposas volar  
Mira si eres grande  
Que dentro de ti tanto cabe  
Enferma de envidia me pongo  
Porque aunque tu rima siento  
Nunca sabré, cuanto llevas dentro.

**Julia Serrano**

## Seguimos

Como en la inmensa mayoría de las publicaciones, en el Sumario de "SINDEPENDENCIA" se hace constar, "Las opiniones y artículos publicados en esta revista, son responsabilidad de sus autores". Así es siempre y especialmente para este trabajo, cuya única responsabilidad, insisto, es de quien lo escribe, siendo exclusivamente tuyas las opiniones y manifestaciones que en el mismo se expresan.

En cualquier obra llevada a cabo por los seres

humanos, por alto que sea su grado de perfección, hay siempre defectos, fallos o errores así como dificultades en el devenir del tiempo y de la trayectoria que dicha actividad conlleva. Se ha dicho, creo que con acierto, que estamos inmersos en un proceso de ciclos, de altibajos. Nada es bueno y agradable permanentemente y lo mismo sucede cuando lo que nos atañe es no muy bueno o realmente malo.

Nuestro Colectivo, lógicamente, no es ni puede ser una excepción a la regla. Se formó, creció y sigue su trayectoria acompañado de logros evidentes, cumpliendo fielmente con los fines para los que fue fundado y con las funciones preventivas, divulgadoras y rehabilitadoras que en sus Estatutos se contemplan. Son casi 30 años los transcurridos desde su nacimiento y a lo largo de ellos, cientos de personas afectadas por la dependencia alcohólica, sus respectivas familias, colectivos como trabajadores sociales, estudiantes de medicina, colegios, institutos, fuerzas de orden público, medios de comunicación, centrales sindicales, asociaciones de vecinos, etc., etc., han recibido información real y de primera mano siempre que se nos ha solicitado, donde quiera que haya sido y siempre de manera desinteresada y consecuente, con el conflicto y con la información más actualizada que nuestros medios nos han permitido.

No es necesario a estas alturas hacer un panegírico de "ASAREX", primero por que por mi parte no sería objetivo, ya que mi conducta, en su momento, estuvo seriamente condicionada por la enfermedad alcohólica, de la que con mi esfuerzo personal y el inestimable e indiscutible apoyo de la ASOCIACIÓN y de quienes en aquellos años la integraban, conseguí salir del profundo conflicto que me tenía atenazado. No soy capaz y no quiero dejar en el olvido aquellas circunstancias ni aquellas personas que fueron tan determinantes en mi vida y consecuentemente, voy a estar condicionado por los sentimientos que albergo. Y segundo, porque la propia trayectoria de "ASAREX" no precisa de panegíricos, ya que los hechos son quienes hablan en pro de la misma sin necesidad de pregoneros que lo lleven a efecto. Los hechos son los hechos y el tiempo testigo.

Dicho todo lo que antecede, sería deshonesto dejar de reconocer que, como digo al principio, no haya habido, omisiones, errores y tropiezos a lo largo del tiempo. Ni más ni menos que en cualquier otro colectivo o núcleo familiar, con las lógicas diferencias y me atrevería a decir que, desde luego, nunca se han ocultado.

Desde hace algún tiempo, me planteo preguntas y se me manifiestan sentimientos de consternación cuando constato actitudes u omisiones de personas que tanta consideración y reconocimiento tendrían que guardar con la Asociación.

Sin la determinación personal no creo a nadie capaz de salir de la dependencia alcohólica, tengo de ello la plena convicción, pero esto no excluye, sino todo lo contrario, lo determinantes que son las orientaciones, apoyos, ayudas y experiencias que se nos ofrecen en la Asociación, en los Grupos y fuera de ellos, de los directamente afectados y de sus familiares, y aún habiendo vivido experiencias en otras asociaciones dedicadas a lo mismo, ha sido precisamente en ésta en la que establecimos la abstinencia y posteriormente nos fuimos rehabilitando.

A nadie medianamente informado se le escapa que muchos de los que hemos padecido las consecuencias de la dependencia alcohólica, una vez que se ha iniciado el camino de la abstinencia y subsiguiente rehabilitación, tenemos una más o menos profunda sensación de haber estado perdiendo el tiempo y muchas de las oportunidades que la vida nos estaba brindando. Posiblemente esto sea una de las causas que desencadenen, a veces, una imperiosa necesidad de sentirnos lo más útiles posible, ser alguien en esta vida y salir de las tinieblas del anonimato. Estimable. Algunas veces incluso sentimos la necesidad de ser considerados "relevantes" y poco menos que insustituibles. Ya no tan bien... Finalmente, en algunas ocasiones, se nota un deseo absurdo de "asomar la cabeza" por encima del resto, o lo que es peor, deseáramos que el resto del mundo nos considerara imprescindibles y protagonistas de unos actos asombrosos. Deplorable...

Se ha dicho con acierto, desde hace mucho tiempo, que una de las actitudes necesarias para salir del conflicto con el alcohol debe ser la humildad y a

lo largo de los años hemos ido conociendo compañeros y compañeras que, mientras no se han “sacudido de encima” dosis de orgullo mas o menos considerables, no han comenzado a transitar por el camino de la rehabilitación, y algunos, incluso han visto retardado o condicionado el establecimiento de la abstinencia como consecuencia de sentimientos inadecuados de orgullo malentendido; lamentablemente, otros, no han sido capaces de reconocer su inadecuada actitud, supongo que alcanzaron la abstinencia y cierto grado de rehabilitación, pero me planteo serias dudas.

Creo que “huir hacia delante” es otra forma de escapar, de no afrontar los hechos que, tercamente se nos presentan a lo largo de la vida, y en el conflicto con el alcohol suele haber mucho de “escapismo”, actitud que, aún después de haber pasado años en abstinencia y haciendo el camino de la rehabilitación, ante hechos puntuales, ante actitudes con cuyas formas o contenido no estamos de acuerdo, o ante personas con cuyas opiniones no nos identificamos, o cuando sus formas, atuendo o aspecto nos desagradan, en lugar de establecer una aproximación para establecer unos vínculos que vayan más allá de las simples apariencias, estableciendo el diálogo sosegado y preciso que seguramente nos llevaría a acercamientos constructivos, en el mejor de los casos salimos corriendo o eludimos plantear nuestros razonamientos sin siquiera intentar hacer patentes nuestros argumentos o peor todavía, manifestamos, más o menos ostensiblemente, evidentes signos de rechazo y/o alejamiento.

¿Cuántas veces hemos oído en la ASOCIACIÓN frases como? : “No vengo por que Fulano me mira de forma despectiva, o agresiva, etc.”, “Yo no puedo compartir el tiempo con alguien que es un prepotente...”, “Como Zutano el otro día me llamó la atención por no venir en las condiciones adecuadas al Grupo, he decidido no acercarme mas por el mismo...”, “Tengo claro que aquí se hace lo que dice X, y como no estoy de acuerdo con su opinión, y no pienso hablarlo con él, lo mejor que puedo hacer es no acercarme por aquí”, “Con tipos con esa pinta yo no me trato”... Así podríamos seguir llenando páginas de frases dichas a lo largo de los tiempos y que, en el fondo, entiendo,

que sólo ponen de manifiesto un deseo más o menos latente de eludir su compromiso con la abstinencia y rehabilitación, su propio compromiso consigo mismo o con quienes vienen detrás o la falta de la determinación necesaria para exponer, argumentar válidamente y defender, si es posible, las propias convicciones. En otros casos, el trasfondo es que no somos capaces de asumir que las opiniones de los demás pueden ser tan acertadas como las nuestras, aunque sean diferentes, pero a veces suponen reconocer que no sólo las nuestras son el camino viable.

Cuando después de un período de cinco años en los que no acudí por la ASOCIACIÓN y en mayo de 1981 volví a integrarme en ella y en el camino que había iniciado en 1975, decidí, plenamente convencido, que era la única vía que podía llevarme a la consecución definitiva de la abstinencia, de la rehabilitación y el medio para alcanzar una existencia plenamente útil para mí, para mi entorno familiar y para la sociedad. Con el paso del tiempo, no sé si por mi carácter, por mis actitudes con respecto al alcohol y al alcoholismo o si por todo un poco, constaté que era capaz, me sentía predispuesto a colaborar con los demás para su recuperación y dicha actividad me proporcionaba impagables satisfacciones (también decepciones), por lo que “el otro” conseguía PERO FUNDAMENTALMENTE ME AYUDABA A MI MISMO

. Han pasado unos cuantos años y continúo con los mismos convencimientos y en ello estaré mientras pueda, me siga sintiendo útil y mis compañeras y compañeros lo consideren adecuado.

Un Colectivo como el nuestro, que ha ido creciendo con el paso de los años, conlleva un conjunto de actividades paralelas a las preventivas, informativas y rehabilitadoras que implican a no pocas personas en las mismas, algunas en su momento también las asumí, y aunque las considero vitales para continuar con nuestra labor diaria, es en la relación con los afectados por el alcohol o por el alcoholismo, con sus familias y con quienes, desde fuera de la ASOCIACIÓN me lo demanden, donde me siento “aprovechable” y donde me siento válido y dispuesto a ayudar a quienquiera que lo necesite, dentro o fuera de

nuestro Colectivo, sin excluir a nadie por ninguna de sus peculiaridades personales, sean de índole religiosa, política, racial o social. Me preocupa el prójimo y todavía más si está en riesgo de entrar en conflicto con el alcohol o si está afectado por la dependencia del mismo, dejando en las manos de otras personas, en su criterio, en su disponibilidad y en su responsabilidad la actividad o actividades a las que, voluntariamente, han accedido.

De siempre me han ayudado los símiles y las metáforas ante determinadas situaciones de la vida y, para terminar este trabajo, he considerado aplicable lo siguiente:

“Al peón de una obra no es probable que le preocupe demasiado el valor por el que se venderán los pisos en los que a diario está contribuyendo en la construcción o en el beneficio neto o bruto que el constructor o el promotor obtendrá de su venta. Lo que sí deberá tener muy presente es su diaria actitud en el adecuado desempeño de su labor en lo concerniente a calidad y cantidad de trabajo realizado y en el incremento y perfeccionamiento de sus relaciones humanas con los compañeros de trabajo.

Al terminar esa obra, se incorporará a otra, en la misma empresa o en otra, con la misma “cuadrilla” o con otra, pero los valores aplicados en la anterior deberán ser siempre los mismos”.

Si la dependencia alcohólica nos afectó, si hemos decidido ponernos en abstinencia y rehabilitarnos, si dentro de nuestros objetivos está la firme decisión de ser útiles a otros afectados por iguales o parecidos problemas con el alcohol, pero, sobre todo, si queremos ser consecuentes con nosotros mismos y con nuestro entorno familiar y social, nadie ni nada puede interponerse en esa decisión y cualquier argumento que queramos poner en contra no será mas que una justificación insostenible que retrasará o impedirá ser una persona en el más amplio y profundo sentido de la palabra.

Un abrazo colectivo de vuestro amigo y compañero

**Andrés Ezquerra Pascual**

## Nuestra Fundación

Disposición del Boletín Oficial de Aragón

Fecha de disposición: 2 de diciembre de 2002

Fecha de Publicación: 16/12/2002

Número de boletín: 146

Órgano emisor: DEPARTAMENTO DE PRESIDENCIA Y RELACIONES INSTITUCIONALES

Título: ORDEN de 2 de diciembre de 2002, del Departamento de Presidencia y Relaciones Institucionales, por la que se inscribe en el Registro de Fundaciones de la Comunidad Autónoma de Aragón la denominada «Fundación Doctor Valero Martínez-Asarex», instituida en Zaragoza.

Texto

ORDEN de 2 de diciembre de 2002, del Departamento de Presidencia y Relaciones Institucionales, por la que se inscribe en el Registro de Fundaciones de la Comunidad Autónoma de Aragón la denominada «Fundación Doctor Valero Martínez-Asarex», instituida en Zaragoza.

Examinado el expediente tramitado en solicitud de inscripción de la «Fundación Doctor Valero Martínez-Asarex» en el Registro de Fundaciones de la Comunidad Autónoma de Aragón, según lo dispuesto en la Ley 30/1994, de 24 de noviembre, de Fundaciones y de Incentivos Fiscales ala Participación Privada en Actividades de Interés General, y en el Decreto 276/1995, de 19 de diciembre, de la Diputación General de Aragón, por el que se regulan las competencias en materia de Fundaciones y se crea el Registro de Fundaciones, así como en la Orden de 16 de abril de 1996, del Departamento de Presidencia y Relaciones Institucionales, por la que se regula el funcionamiento del Registro de Fundaciones de la Comunidad Autónoma.



Hechos:

Primero.-Constitución de la Fundación.

La «Fundación Doctor Valero Martínez-Asarex» fue constituida en Zaragoza, el día 28 de junio de 2002, en escritura pública número 1494, otorgada ante el Notario del Ilustre Colegio de Zaragoza D. José Andrés García Lejarreta, subsanada por escritura número 2695 de 20 de noviembre de 2002, otorgada ante el mismo Notario, siendo su fundadora la Asociación Aragonesa de Ex-Alcohólicos.

Segundo.-Domicilio y ámbito de la Fundación.

El domicilio de la Fundación radicará en la C/ Canovas, 23-25 de Zaragoza. La Fundación desarrollará principalmente sus actividades en todo el territorio de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Tercero.-Dotación.

La dotación de la Fundación está constituida por una aportación dineraria de seis mil diez euros con doce céntimos, cantidad totalmente desembolsada.

Cuarto.-Fines de la Fundación.

La Fundación tiene por objeto:

- a) El estudio científico y pragmático del Alcoholismo como enfermedad social.
- b) Conseguir la curación progresiva del enfermo alcohólico.
- c) El estudio y tratamiento de los problemas derivados de otras toxicomanías.
- d) Proyectar, dar a conocer y hacer participar a la sociedad en general, de todos los problemas, causas y efectos del alcoholismo.
- e) Desarrollar toda clase de actividades tendentes a la resocialización, reincorporación y actuación posterior en la sociedad del enfermo.
- f) Crear y promover reuniones, secciones, conferencias, seminarios y publicaciones.
- g) Mantener relaciones científicas y culturales con organismos, personas, entidades o asociaciones, tanto españolas como extranjeras, de similares fines y actividades.
- h) Recabar ayudas, de cualquier clase o persona, tanto económicas como científicas o culturales.
- j) Cuantos fines lícitos sean necesarios para

cumplir los objetivos enumerados.

Quinto.-Patronato.

El Patronato de la Fundación está constituido por los siguientes miembros que han aceptado sus cargos:

Presidente: D. Juan Magarzo Alfonso.

Vicepresidente: D<sup>a</sup>. María Pilar Berenguer Baquedano.

Secretario: D. Roberto Armas Albornoz.

Vocales: D. Valero Martínez Martín, D. Manuel María Rodríguez de Vicente Tutor, D. Antonio Seva Díaz, D. Ángel Martínez Heredia, D. Pascual Cabello Cuartero, D. Mariano Vicente Jordán Viñas, D. Rafael Aguilera Sanz y D<sup>a</sup>. María José Lambán Martínez.

Sexto.-Las cuestiones relativas al gobierno y gestión de la Fundación quedan recogidas en los Estatutos por los que se rige constando expresamente el carácter gratuito de los patronos, estando dicho órgano de gobierno obligado a la rendición de cuentas y presentación de presupuestos al Protectorado.

Fundamentos de derecho

Primero.-El artículo 34 de la Constitución Española reconoce el derecho de fundación para fines de interés general, con arreglo a la ley. A partir del Real Decreto 569/1995, de 7 de abril, la Comunidad Autónoma de Aragón asumió la competencia exclusiva que, en virtud del artículo 35.1, 27 del Estatuto de Autonomía, le corresponde en materia de Fundaciones que desarrollan principalmente sus funciones en su ámbito territorial.

Segundo.-El artículo 1 de la Ley 30/1994, de 24 de noviembre, dispone que son Fundaciones las organizaciones constituidas sin ánimo de lucro que, por voluntad de sus creadores, tienen afectado de modo duradero su patrimonio a la realización de fines de interés general.

Tercero.-El Departamento de Presidencia y Relaciones Institucionales es competente para ejercer el Protectorado de la Diputación General de Aragón sobre las Fundaciones que desarrollan principalmente sus actividades en el ámbito territorial de la Comunidad Autónoma, de conformidad con lo dispuesto en el Decreto 276/1995, de 19 de diciembre, de la Diputación

General de Aragón, por el que se regulan las competencias en materia de Fundaciones y se crea el Registro de Fundaciones.

Cuarto.-A tenor del artículo 2.2 a) del Decreto 276/1995, ya citado, es competencia del titular del Departamento de Presidencia y Relaciones Institucionales ordenar la inscripción de las fundaciones en el citado Registro.

Quinto.-La documentación aportada reúne los requisitos exigidos en el artículo 10 de la Orden de 16 de abril de 1996, del Departamento de Presidencia y Relaciones Institucionales, habiéndose emitido informe favorable en cuanto a la persecución de fines de interés general y a la suficiencia de la dotación.

Sexto.-El Decreto 276/1995, de 19 de diciembre, establece que se inscribirán en el Registro de Fundaciones de la Comunidad Autónoma de Aragón, las que desarrollen principalmente sus actividades en el ámbito territorial de la Comunidad Autónoma, y los actos que con arreglo a las leyes sean inscribibles, entre los que se encuentran la constitución de la fundación, la composición inicial del órgano de gobierno y todas las variaciones posteriores que se produzcan en el mismo, así como la aceptación de los cargos, y las delegaciones y apoderamientos generales que efectúen los órganos de gobierno y su revocación.

Por cuanto antecede, emitido informe favorable por la Dirección General de Servicios Jurídicos, este Departamento dispone:

Ordenar la inscripción en el Registro de Fundaciones de la Comunidad Autónoma de Aragón, de la constitución de la «Fundación Doctor Valero Martínez-Asarex», así como del nombramiento de los miembros del Patronato cuya composición figura en la presente Orden.

A dicha Fundación le corresponde el número de registro 132 (I).

Contra la presente Orden, que pone fin a la vía administrativa, podrá interponerse, potestativamente, recurso de reposición ante el mismo órgano que la dicta en el plazo de un mes computado a partir del día siguiente al de su publicación en el «Boletín Oficial de Aragón». Asimismo, podrá interponerse directamente recurso contencioso administrativo ante la Sala de lo Contencioso Administrativo del Tribunal Superior de Justicia de Aragón en el plazo de dos meses a contar desde el día siguiente al de su publicación.

Zaragoza, 2 de diciembre 2002.

El Vicepresidente del Gobierno y Consejero de  
Presidencia y Relaciones Institucionales,  
**JOSÉ ÁNGEL BIEL RIVERA**

## El Rincón de Goya

### EL AGUA

¡AGUA! Simplicidad de palabra,  
¿Nos hemos puesto a pensar  
Lo que encierra esta palabra?  
¡AGUA!, Sol, aire, luz, día,  
a menos letras que contienen,  
Más riqueza en ellas hallas.  
La vida en todo esplendor  
Estas palabras entrañan.  
Este intento de poema  
Quiero dedicarlo al “AGUA”  
No tiene sabor ¡el AGUA!  
Pero que bien sabe ¡el AGUA!  
Cuando hay sed y aunque no haya.  
Tampoco tiene color  
Pues falta no es que le haga,  
Él es. . .¿cómo es el AGUA?,  
Pura, limpia, cristalina, sana,  
Bueno, así recuerdo yo ¡el AGUA!  
Así la he visto de niña  
Cuando al campo me llevaban.  
La he visto en los grandes ríos,  
El Duero, tajo, Guadiana y en . . .  
Alguno más pequeñito que  
Por mi pueblo pasaba, digo pasaba  
Porque hoy no quedan ni ranas.  
Era el río Jabalón, ¡ay río de mi niñez!  
¡Que añoranza de tus AGUAS!  
Río ¿qué hicieron con tu cauce?  
Río ¿quién contaminó tu AGUA?  
AGUAS limpias, cristalinas,  
Con tus “chinas” redondeadas  
Gastadas por tu corriente  
Que cantarina pasaba.  
Volver a beber de ti ¡ya jamás!  
Sería una loca esperanza.  
Dí, mi Jabalón ¿dónde está tu cauce?

Dime, ¿dónde fue tu AGUA?  
Por más que yo quiero verla,  
Por ningún lugar yo hallarla.  
Y aquel pequeño arroyuelo  
Que tan saltarín bajaba,  
Cual si hilos plateados  
Por peñas se deslizaran.

Aquel armonioso arroyo  
Que te enajenaba el alma,  
Y jugando al escondite  
Una alameda cruzabas  
Poblada de enormes chopos  
Que con su enlazado ramaje  
Ni al sol besarte dejaban,  
Por no interrumpir tu canto,  
Ni calentara tus AGUAS.  
Pasabas por la alameda  
Tan fresca, tan cristalina y sana  
Que el beberte era un placer,  
El tocarte una gozada,  
El mirarte era un recreo  
Para la vista y el alma.  
Te bebíamos sin miedo  
Aunque fuese de una charca,  
Porque el progreso del hombre  
A ti ¡AGUA! Aún no llegaba.  
Hoy no bebemos seguros,  
Ni la que del grifo baja.  
El hombre, con su avaricia  
Te ha ido destruyendo ¡AGUA!  
En los ríos ni bañarse,  
Y ¿dónde están los arroyos,  
Manantiales y cañadas?  
El Hacedor de este Cosmos  
Que a ti también te creara  
Te creó para dar vida  
Jamás “p’a” que la quitaras.  
Mas tú la culpa no tienes  
No hay que juzgarte por nada  
Sólo al hombre y su avaricia  
De lucrarse más y más  
Te ha contaminado a ti ¡AGUA!  
Y te ha hecho contaminante.  
¿Qué cuentas nos pedirán  
los que detrás de nosotros  
el testigo tomarán? ¡AGUA!

**Gregoria D.R.**

## Noticias

NOTICIA PUBLICADA EN EL PERIODICO DEL DIA 5 DE FEBRERO DE 2003

Las mujeres tienen más éxito que los hombres para dejar el alcohol

- Un estudio del Clínic revela que el 35% de las enfermas logran mantenerse abstemias
- La primera causa de muerte por la adicción a la bebida es el cáncer de laringe

ÀNGELS GALLARDO  
BARCELONA

Un 53% de las mujeres y un 34% de los hombres alcohólicos que deciden alejarse de la bebida consiguen mantenerse abstemios de forma indefinida, según un estudio que ha seguido la evolución de 850 enfermos catalanes durante los últimos 10 años. Estos datos, aportados por ocho hospitales de Catalunya, demuestra que el alcoholismo no es "un vicio en el que se recae de forma inevitable", afirmaron ayer los autores de la investigación. Otro 12% de mujeres y un 29,4% de hombres, controlados en el mismo grupo, no han dejado de tomar alcohol

"Las mujeres siguen con más rigor el tratamiento y, en consecuencia, tienen mejor resultado --explicó el doctor Antoni Gual, director de la Unidad de Alcoholología del Hospital Clínic, que ha coordinado el estudio--. Los que siguen abstemios ya se alejaron del alcohol en el primer año de tratamiento. Contra lo que opina mucha gente, quien deja de beber, lo hace para siempre".

El estudio ha supervisado a 688 hombres y 162 mujeres de 16 a 65 años. Todos iniciaron de forma voluntaria la deshabituación alcohólica, tras demostrar que reunían las características que definen una adicción: toleraban beber a diario una excesiva cantidad de alcohol; no podían dejar de hacerlo; iban reduciendo su vida laboral, social y familiar para dilatar su dedicación a la bebida y tenían como actividad principal su dependencia alcohólica

GENTE NORMAL

"Esas personas son gente normal, hombres y

mujeres casados y con familia; profesionales cualificados de la clase media catalana --añadió Gual--. El perfil del enfermo alcohólico actual está muy lejos del marginado pobre que la sociedad se imagina"

Un 7% de los alcohólicos en tratamiento de ambos sexos siguen bebiendo "esporádicamente", lo que supone que no lo hace a diario y que, cuando bebe, "no toma más de cuatro consumiciones al día", explicaron los responsables del estudio. Sanitat considera una consumición, o una unidad alcohólica, la bebida que contiene 10 gramos de alcohol, lo que equivale a un vaso de vino, una lata de cerveza o media copa de licor de graduación.

"El bebedor con riesgo de sufrir alcoholismo es el que sobrepasa las 28 consumiciones semanales, si es un hombre, o las 17 si es mujer", añadió Antoni Gual. "No obstante --explicó-- el enfermo no puede analizarse por la cantidad de alcohol que toma a diario, sino por las consecuencia que implica en su vida cotidiana. Eso define al alcoholismo".

Un 15% de quienes iniciaron el estudio en 1992 han fallecido. La mayoría --un 34%--, como consecuencia de un cáncer de laringe. Otro 28% murió por trastornos digestivos. "Estos datos nos sorprendieron, ya que se suele citar como causa principal de muerte por alcoholismo la cirrosis hepática", explicó el especialista.

Los ocho hospitales participantes en el estudio han seguido una misma pauta de tratamiento: dos semanas de desintoxicación sanguínea con fármacos, y dos años de rehabilitación psicológica cuyo principal apoyo fue la psicoterapia en grupo

La asistencia a esos grupos es vista por la mayoría de enfermos como la referencia fundamental para controlar su actitud adictiva. La psicoterapia intenta que el enfermo se distancie de su tendencia a recurrir a una sustancia estimulante, y que no considere ese hábito un rasgo de su personalidad, sino una enfermedad.

## Las sedes hablan

### MI CONDENA DIARIA

( Las otras drogas)

Ningún juez me ha mandado a la cárcel.

En mis cincuenta y seis años nunca he estado entre rejas reconocidas socialmente. Pero mi adicción al alcohol, el tabaco y el juego han provocado la catástrofe.

Las drogas, ya citadas, que están de moda siempre son en conjunto una bomba explosiva que te encadena, si no te das cuenta a tiempo y giras 180º, a vivir en una cárcel que no está prefabricada.

Está en medio del mundo, en mitad de esta sociedad que vivimos.

¿ Cómo se empieza ¿, muy fácil.

En mi caso a los 21 años, cuando fui a la mili ( que no procedía por ser hijo de viuda), empezó a hacer su tarea, se va consiguiendo poco a poco, como las grandes fortunas o como los ejemplos de santos mas característicos. Y a lo que te das cuenta estás enrejado. Se te corta el rollo, no ves futuro, todo lo tienes negro.

Puedes decir “que me quiten lo bailao”, como el colmo del arruinado que había vivido de p... madre y que le quitan todo.

Pero la vida sigue. Hay un día siguiente. Tienes una familia. No puedes frenar, cortar los minutos que siguen imparables ( cosa bonita gracias a Dios). La vida se acaba cuando Él quiere. En este caso nos toca obedecer y continuar. Girar 180º, con tu esfuerzo y la ayuda de la Asociación, o “seguir entre rejas”.

**CARMELO. Teruel**



## Aragoneses ilustres

(Presentación)

Esta nueva sección que hoy iniciamos en Nuestra Revista, persigue, fundamentalmente, dos objetivos: el primero, dada la exigua participación de los miembros de la Asociación en las aportaciones a la publicación, ampliar el contenido de la misma y el segundo, refrescar nuestra memoria histórica, conociendo, en unos casos, o recordando, en otros, los valores que antecesores nuestros han ido dejando a lo largo de los tiempos, de sus méritos, capacidades y actitudes para, por y con Aragón y el mundo.

Debemos concienciarnos de nuestras peculiaridades como pueblo, de lo que como tal fuimos y debemos ser, para, de esta manera, saber a ciencia cierta lo que nos corresponde en el día a día y en el futuro, haciendo así honor a nuestra historia y a la memoria de quienes nos precedieron. Despertar nuestra memoria es necesario y obligado; bucear en el recuerdo de quienes nos precedieron y en nuestra historia nos enseñan y ayudan a conocer nuestras profundas señas de identidad.

Iremos insertando en cada uno de los números que vayamos publicando, por orden alfabético, no cronológico, cada una de las pequeñas biografías que hemos podido conseguir y cuando lo breve de alguna de ellas lo permita, incorporaremos dos o más. Esperamos que esta nueva sección sea del agrado e interés de la mayoría y agradeceremos cualquier crítica o sugerencia que nos hagáis llegar.

**Andrés Ezquerra Pascual**  
**Asociado Nº 51**

## ARAGONESES ILUSTRES - (Primera entrega)

Agustín, Antonio

Nacido en Zaragoza en el año 1517 el 26 de febrero, posiblemente en un casal de la calle Fuenclara. Falleció en Tarragona en el año 1586.

Autor de múltiples publicaciones de Historia, Derecho y Teología, hombre confianza y valedor de algunos papas y reyes así como un jurista de prestigio.

Estudió en Zaragoza, Alcalá de Henares, Salamanca, Padua y Bolonia. En esta última se doctoró en Derecho en 1539, siendo becario del C. M. Albornociano de los Españoles.

Obispo notable a los cuarenta años, políglota, bibliólogo, diplomático y erudito intelectual y eclesial, arqueólogo y numismático, actuó acertadamente en el Concilio de Trento y representó a la Corona de Aragón como auditor en la Rota Romana. Con su mediación, el papa Julio III le nombró nuncio para que mediase en el acercamiento entre las Iglesias de Inglaterra y Roma, siendo posteriormente nombrado nuevamente nuncio por el papa Paulo IV en 1557 ante Fernando I, emperador austriaco. Felipe II le reclama, encomendándole la custodia de sus intereses en el reino de Sicilia, promoviéndole, después, como obispo de Lérida.

A los 60 años, transforma el palacio arzobispal de Tarragona en biblioteca, imprenta y museo, de cuya sede arzobispal primada de la Corona de Aragón era prelado y bajo una de sus capillas, la del Santísimo, yacen sus restos mortales.

De sus muchas obras poéticas, documentales y filológicas hay que destacar, eminentemente “De caesaraugustanis episcopis” y “Diálogos de inscripciones, medallas y otras antigüedades”.

### AGUSTINA DE ARAGÓN

Nacida en Reus (Tarragona), según unos o en Barcelona, según otros, el 4 de marzo de 1786. Se llamaba Agustina Raimunda María Zaragoza i

Doménech, no obstante, a raíz de los acontecimientos vividos durante Los Sitios de Zaragoza, se le conoció como Agustina de Aragón, Agustina Zaragoza y también como “La Artillera”.

Hija de Juan Francisco Ramón Zaragoza Labastida y Raimunda Doménech Gassull, leridianos de Juneda ambos, se casó en 1803 con el cabo 2º del Real Cuerpo de Artillería Juan Roca Vilaseca, que prestó servicio en Barcelona y se vio involucrado en las refriegas de El Bruch, Esplugues, Esparraguera, llegando finalmente a formar parte de la guarnición de Zaragoza, contando entonces Agustina con 22 años.

En el mes de julio se produce el ataque y asedio por parte de las tropas francesas bajo el mando de Lefevre, siendo rechazadas las propuestas de rendición, que éste le hace llegar, por parte del general Palafox. La logística francesa aconsejaba el ataque a la Ciudad por los flancos constituidos en las Puertas del Carmen, Santa Engracia y El Portillo, llevando a cabo el grueso del bombardeo francés en la mañana del 15 de junio de 1808, fracasando en el intento. No habiendo conseguido sus objetivos, de nuevo, el 22 de julio reintentaron el ataque desde el barrio de Casablanca, intentando entrar en la Ciudad por las puertas del Carmen y El Portillo, cuya defensa de esta última se había encomendado a don Francisco Marco del Pont y cuya batería allí situada había ido perdiendo uno a uno sus servidores.

Las mujeres, presurosas, ayudaban a los defensores de las trincheras en el aprovisionamiento de alimentos, agua municiones y atención a los heridos. De pronto, una de aquellas mujeres, con tan sólo 22 años, tomando de las manos del moribundo Cabo que mandaba la batería la mecha del botafuego, que tantas veces en aquellos días había visto utilizar, lo aplica al cañón y se produce el disparo, tan oportuna y eficazmente que produjo, entre los atacantes que penetraban por la brecha tal mortandad, que les obligó a retirarse y dar tiempo a reforzar la posición y contener el avance de las tropas francesas, las cuales tuvieron que levantar el asedio el 15 de agosto.

Teniendo conocimiento de los hechos el general Palafox, manda llamar a la protagonista de los

hechos, felicitándole por la acción y concediéndole Fernando VII el grado de subteniente de infantería con una pensión de 100 reales y el uso de dos escudos de distinción con los lemas de “Defensora de Zaragoza” y “Recompensa al Valor y Patriotismo”.

Participó en la defensa del convento de Jerusalén en Zaragoza, en los Sitios de Teruel y de Tortosa, donde, tras ser hecha prisionera, logró escapar.

Fallece su marido Juan Roca en 1823 y unos meses después se casa con el médico alicantino Juan Cobos Mesperuza, fijando su residencia en Valencia y posteriormente en Sevilla, hasta que en 1847 se traslada con su hija Carlota, casada con un oficial de la Administración Militar, a vivir a Ceuta, disfrutando de una pensión vitalicia de 511 reales de vellón, ostentando el grado de Subteniente Agregado.

Fallece en Ceuta el día 29 de mayo de 1857 de una afección pulmonar, siendo inhumados sus restos en el cementerio de Santa Catalina de dicha ciudad, trasladando sus restos a Zaragoza el 14 de junio de 1870 a la Basílica del Pilar y posteriormente, el 15 de junio de 1909, definitivamente, a la iglesia de Nuestra Señora del Portillo. En dicha fecha y presidida por el Rey Alfonso XIII, se celebra la conmemoración del Centenario de los Sitios, ubicando sus restos, junto con los de Casta Álvarez y Manuela Sancho.

La tumba de alabastro que contiene sus restos tiene dos monumentos laterales, el de la izquierda de bronce y el de la derecha de mármol negro con los nombres de todas las mujeres destacadas en la defensa de los Sitios, con una lápida que rememora:

“Aquí yacen los restos mortales de AGUSTINA ZARAGOZA, CASTA ÁLVAREZ Y MANUELA SANCHO. Descansen en paz las heroínas defensoras de Zaragoza. Este monumento les consagra y dedica la Junta del Centenario de los Sitios 1808 y 1809.