

L'abuso di **ALCOL** *nei giovani*

L'abuso e il consumo di alcol è in aumento fra i giovani e gli adolescenti nonostante le tante campagne di prevenzione ed informazione.

Il consumo e l'abuso di alcol fra i giovani e gli adolescenti è un fenomeno preoccupante se si considera che l'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda la totale astensione dal consumo di alcol al di sotto dei 16 anni di età e i risultati della ricerca scientifica ci dicono che chi inizia a bere prima dei 16 anni ha un rischio 4 volte maggiore di sviluppare alcolodipendenza in età adulta rispetto a chi inizia non prima dei 21 anni.

Eppure i numeri di questo fenomeno sono in crescita. Perché - nonostante le molte campagne di prevenzione e informazione, come l'Alcol Prevention Day, arrivato all'11 edizione - l'alcol esercita un fascino così forte su giovani e giovanissimi? E come fare per educare i ragazzi ad un uso moderato e consapevole di queste sostanze?

Ne abbiamo parlato con il prof. Patussi, esperto del Centro Alcológico regionale della Regione Toscana.

Prof. Patussi, perché i giovani si avvicinano sempre prima alle sostanze alcoliche?

Almeno nella nostra cultura, fortemente imprregnata di tradizione legata al bere, nello specifico il vino, i ragazzi

hanno sempre avuto il primo contatto con le bevande alcoliche in età precoce; lo si faceva in famiglia, erano genitori e nonni a far assaggiare il vino ai bambini perché, come si suole dire...fa buon sangue.

Oggi il fenomeno appare diverso, i ragazzi non si iniziano all'alcol in casa, per seguire la tradizione, ma lo fanno fuori, lontano dai pasti, nelle tantissime occasioni che vengono loro proposte per bere. Il mondo del commercio e della distribuzione ha le sue responsabilità, in quanto ha fortemente spinto un certo stile di vita, con l'introduzione di bevande sempre più specificatamente rivolte ai giovanissimi, per esempio gli alcolpops o i fruttati "breezer", e di offerte e promozioni commerciali che inducono al consumo massiccio di alcol, senza proporre alternative analcoliche sufficientemente appetibili per quell'età. In una certa fascia di età, prendendo in prestito le parole di Romain Gary, scrittore lituano molto sensibile, "...quan-



L'abuso di alcol nei giovani

do si è ragazzi, per essere qualcuno bisogna essere parecchi", i comportamenti che simboleggiano forza e resistenza, come il consumo massiccio di alcolici, diventano la prerogativa per stare dentro o fuori dal gruppo e l'esclusione è un rischio che difficilmente si vuole correre.

Ovviamente dobbiamo considerare anche che i giovani fanno un uso di alcol strumentale, lontano dal vecchio consumo mediterraneo con il vino che accompagnava il pasto, che sta a significare una conoscenza degli effetti della sostanza molto sofisticata. Bevono per essere più socievoli, per lasciarsi andare, per sentirsi fuori dagli schemi, non consapevoli però che i rischi che questo comporta. Oggi si sente molto parlare del così detto "binge drinking", ovvero il consumo di 6 o più bevande alcoliche in un'unica occasione per raggiungere lo sballo; usare un inglesismo sembra introdurre un nuovo concetto, ma in realtà si tratta della "vecchia ubriacatura/sbronzza". La differenza è che il binge drinking si sta stabilizzando come stile di vita, l'ubriacatura era un passaggio dove si sperimentava un comportamento rischioso che poteva non avere seguito.

Perché bere è più pericoloso in giovane età?

Per prima cosa i ragazzi giovani hanno una vulnerabilità fisiologica, in quanto in fase di sviluppo non si è ancora raggiunto la maturità enzimatica per sintetizzare a livello epatico la molecola di alcol, la quale rimane come sostanza tossica nell'organismo. È stato posto il divieto di vendita e somministrazione di alcolici al di sotto dei 16 anni, ovviamente prendendo un'età standard, ma la maturità corporea sappiamo bene essere variabile da persona a persona. Sicuramente, proprio come consiglia l'OMS, dai 16 ai 18 anni la dose di alcolici considerata a basso rischio è inferiore a quella degli adulti, un'unità alcolica al giorno durante uno dei pasti principali.

Esistono poi delle vulnerabilità così dette sociali, soprattutto per le ragazze, le quali sotto effetto di bevande alcoliche possono trovarsi in situazioni pericolose per la loro incolumità, come violenze o aggressioni. Inoltre cresce il numero delle gravidanze indesiderate e la contrazione di malattie veneree.

Abbastanza ovvio è che il rischio maggiore per i giovani è il bere alla guida, gli incidenti stradali sono la prima causa di morte tra i giovani dai 18 ai 24 anni.

Il ruolo della famiglia può contrastare la pressione sociale che induce i giovani a bere?

La famiglia deve riprendersi il ruolo di punto di riferimento, non solo per i propri figli, ma per la comunità. La prima cosa, che credo possa essere utile, è fornire un comportamento coerente con quanto si chiede di fare ai propri figli e rispetto al consumo di alcolici sappiamo non essere facile. Inoltre possono costituirsi, ognuno nel proprio piccolo, nel denunciare la situazione che ritengono essere a rischio, riprendersi un ruolo attivo nel costruire gli ambienti di vita in cui i figli



crescono. Molti locali sono stati chiusi per lo spaccio di sostanze illegali, per casi di aggressioni o violenze, per il disturbo della quiete pubblica, ma mai nessuno è incorso in ammende per aver violato la regolamentazione sulle vendite di alcolici o i limiti di età. Inoltre è necessario riprendersi sulle spalle ognuno la propria parte, senza delegare né alla scuola, né alle strutture del tempo libero. Questo è un processo che si fa insieme, ed è necessario il contributo di tutti.

"I giovani fanno un uso di alcol strumentale.. Bevono per essere più socievoli, per lasciarsi andare, per sentirsi fuori dagli schemi, non consapevoli dei rischi che questo comporta"

Le organizzazioni sanitarie segnalano la crescita del fenomeno del "binge drinking". Ci può spiegare cos'è e perché è così pericoloso?

In parte l'ho già precedentemente spiegato. Il binge drinking è una modalità di bere quantità ingenti di alcolici, che l'OMS ha sancito in 6 o più unità, in un lasso di tempo ristretto. E' uno stile di bere che abbiamo ereditato dai paesi nord europei e si realizza per la stragrande maggioranza nel fine settimana. L'obiettivo è raggiungere lo sballo. E' molto pericoloso per i motivi sopra descritti, inoltre le intossicazioni acute sono frequenti in organismi non abituati a bere. Riportare un'epatite acuta da alcol può danneggiare irreversibilmente il fegato. Inoltre si è rilevato che chi pratica questo modo di bere in soli 4 mesi riduce le proprie capacità di memoria, esattamente come i consumatori abituali di cannabis (Susan Tarpert-University Of California San Diego).

Si stima che nel 2010 circa 4.400.000 persone di età superiore agli 11 anni hanno praticato il binge drinking



e di questi 130.000 sono i minorenni che risultano bere secondo modalità di consumo episodico eccessivo, che porta a deficit cognitivi, di orientamento e memoria e scarso rendimento scolastico (Rapporto Istisan-2011).

Il binge drinking non è praticato solo dai giovanissimi, ma anche dai giovani adulti fino a 40 anni.

Come accorgersi se il proprio figlio sta oltrepassando il confine tra un uso sporadico e moderato di sostanze alcoliche e un consumo che può indurre dipendenza?

Per allarmarsi non è necessario lo spauracchio della dipendenza, che è una patologia che investe l'area organica, psicologia e sociale.

Ci sono tanti fattori di grande rischio anche nel consumo episodico. Solitamente l'effetto delle sbornie è evidente, stanchezza, occhi spenti, difficoltà nello studio e a concentrarsi. Osservare i propri figli, cercare di avere un atteggiamento il meno paternalistico e giudicante possibile e recuperare un autorevolezza anche nel dare alcune regole, possa essere un punto di partenza per

intravedere situazioni che possono diventare pericolose. Purtroppo, in età giovanile, fare appello alla salute o al rischio di morte, non è produttivo. In quella fase di vita ci si sente spesso affrancati dai danni irreparabili.

Quali sono le strutture territoriali che possono aiutare le famiglie di giovani che sviluppano un rapporto patologico con l'alcol?

Sul territorio esistono diverse strutture a cui fare riferimento, innanzi tutto i servizi per le dipendenze, che a seconda dell'organizzazione regionale del sistema sanitario hanno diverse denominazioni. In Toscana per esempio esiste un Centro Alcolologico Regionale e un centro di alcolologia all'interno dell'Azienda Ospedaliero Universitaria di Careggi, ma su tutto il territorio regionale si può trovare aiuto all'interno dei SERT (Servizi per le tossicodipendenze) dove sono presenti le così dette equipe alcolologiche, personale completamente o parzialmente addetto alle problematiche alcolcorrelate.

Inoltre esistono strutture residenziali e semi residenziali, ma queste rappre-

sentano un gradino successivo alla presa in carico del problema. Stiamo lavorando con i medici di medicina generale, con i pediatri con la medicina del lavoro e con i medici dello sport proprio perché diventino satelliti sul territorio per indirizzare e consigliare le famiglie che si trovano in questa situazione. Inoltre da non dimenticare è la rete del volontariato con i gruppi di auto aiuto come Alcolisti Anonimi e i Club alcolologici territoriali, che stanno sempre di più organizzandosi per far fronte al fenomeno della dipendenza da alcol e delle patologia alcol correlate in persone molto giovani e che fino ad un po' di tempo fa si evidenziava in età più tardive.