

RASSEGNA STAMPA QUOTIDIANA SU VINO, BIRRA ED ALTRI ALCOLIC
A cura di Alessandro Sbarbada, Guido Dellagiacomà, Roberto Argenta

LA STAMPA

Alcol, 9 buone ragioni per tenere a bada il consumo

Emanuele Scafato, direttore dell'Osservatorio alcol dell'Istituto Superiore di Sanità parla di categorie a rischio (donne in gravidanza e minori) e di antiche credenze da sfatare

FABIO DI TODARO

02/02/2015 - Chi eccede con il lavoro, rischia di consumarne in eccesso. Ma secondo uno studio appena pubblicato su *Jama Pediatrics*, anche i bambini che trascorrono troppe ore di fronte alla tv sono esposti a evidenti ricadute per la salute: a causa della "cattiva" pubblicità. Per non parlare delle problematiche correlate al sonno e al rispetto dei normali ritmi di una giornata.

Al centro del dibattito c'è l'alcol. In tutto il mondo il consumo dannoso provoca 2,5 milioni di morti ogni anno e nell'Unione Europea l'alcol è la seconda causa di malattia e morte prematura. In Italia i dipendenti sono circa un milione, mentre le persone a rischio quasi otto. «Nessun limite di consumo è privo di rischi: per questo nei messaggi alla popolazione non si può far riferimento alle proprietà salutistiche delle bevande alcoliche, come ribadito di recente dalla Corte di Giustizia Europea», esordisce Emanuele Scafato, direttore dell'Osservatorio nazionale alcol dell'Istituto Superiore di Sanità e presidente della Società italiana di Alcologia. «Birra o vino, superalcolici o cocktail, breezer o amari sono ugualmente dannosi. È l'alcol che genera i rischi per la salute e i danni risultano crescono proporzionalmente alla quantità e la frequenza dei consumi».

Perché è errato dire che un bicchiere di vino rosso fa bene alla salute ?

«L'informazione è incompleta. Dieci grammi di alcol, meno di un bicchiere di qualsiasi bevanda, possono diminuire negli anziani il rischio di mortalità per malattie delle coronarie, insorgenza del diabete e dei calcoli alla colecisti. Ma è l'Organizzazione Mondiale della Sanità a dire che nella stessa quantità si annidano rischi aumentati per almeno 230 patologie e 8-12 forme di cancro».

Dunque il resveratrolo contenuto nella buccia dell'uva non ha alcuna proprietà "salva vita"?

«L'effetto in vivo non è mai stato provato né alcuno studio ha evidenziato l'effettiva riduzione del rischio. Molte ricerche utilizzano chicchi di uva e non vino, ma è la presenza dell'alcol a pregiudicare l'assorbimento della molecola. A proteggerci, comunque, non sarebbero i polifenoli: servirebbero cento bicchieri al giorno per garantire quantità consistenti di principio attivo in grado di generare un effetto biologico plausibile. È sempre più evidente, invece, che siano le modalità di consumo durante i pasti e un regime alimentare di tipo mediterraneo a favorire un danno minore».

Quali sono le ripercussioni per la salute dovute a un eccessivo consumo di bevande alcoliche?

«Si va da un aumentato rischio di sviluppare malattie del fegato a una più alta probabilità - soprattutto per le donne - di andare incontro a diversi tipi di tumore: dalla cavità orale all'esofago, dal colon-retto al pancreas, dal fegato al seno. Senza escludere le malattie cardiovascolari, alcuni disturbi psichici e comportamentali e il più alto rischio di incorrere in incidenti stradali».

Perché alle donne in gravidanza si dice di non consumare nemmeno un bicchiere di vino?

«L'etanolo, presente in tutte le bevande alcoliche, è attratto dai grassi presenti nelle membrane dei neuroni. Nel feto ciò comporta un loro scioglimento, cui segue la morte cellulare. Quando la mamma beve, l'alcol passa la placenta alla stessa concentrazione del sangue materno. Una donna dovrebbe evitare gli alcolici anche quando programma di avere un bambino e durante l'allattamento».

Quali sono le possibili ripercussioni per la salute del nascituro?

«Lo spettro è ampio e varia in funzione della quantità, del tempo e della frequenza di consumo: si va dal rischio di aborto all'insorgenza di difetti congeniti e ritardi nello sviluppo del neonato. Delicato è soprattutto il primo trimestre, in cui la donna potrebbe non sapere di essere incinta».

Fino a quale età un ragazzo non dovrebbe consumare alcolici?

«Mai prima dei 18 anni, per l'incapacità fisiologica di metabolizzarli. Ma è dimostrato un pericolo di danno cerebrale fino a 25 anni, che si manifesta con deficit di memoria e orientamento. Qualunque quantità di alcol interferisce nello sviluppo e rimodellamento del cervello tra i 12 e i 25 anni».

Perché anche il consumo sporadico, tra i giovani, può essere deleterio?

«Per la capacità dell'alcol di entrare nel circolo sanguigno, immodificato e non metabolizzato dall'enzima: efficiente solo dopo i 18-21 anni. Come detergente l'alcol può "sciogliere" i grassi che danno resistenza e stabilità alle membrane cellulari dei neuroni. La conseguenza è il danno irreversibile, fino alla morte, delle cellule cerebrali ed epatiche».

È possibile scoprire quando un figlio ha esagerato con l'alcol?

«Il binge drinking corrisponde all' "abbuffata" in un'unica circostanza. I giovani lo praticano per disinibirsi, ma ignorano che l'alcol diminuisce la percezione dei rischi, già bassa nel corso dell'adolescenza. Il segreto per i genitori è annusare l'aria nell'ambiente domestico in cui il figlio ritorna. L'alcol evapora e lascia tracce nell'alito per diverse ore: basta entrare nella sua stanza mentre dorme per accorgersi se abbia bevuto o meno».

Quali sono le responsabilità dei genitori?

«Devono accompagnare i ragazzi verso scelte sane per la loro salute. La pubblicità è un'insidia per gli adolescenti: sarebbero da sanzionare molte di quelle che infrangono, senza alcun intervento da parte degli organismi preposti, le direttive comunitarie. Il divieto di vendita e somministrazione di alcolici ai minori è sostanzialmente disapplicato in Italia. Porre il problema del rispetto della legalità permetterebbe ai minori di riconoscere ed evitare il rischio anche quando gli adulti e le istituzioni competenti risultano assenti. Di questo problema bisogna parlare quanto prima ai nostri figli».

FOGGIATODAY

Alcol e giovani, quando la regola è sballarsi. gli effetti del 'Binge Drinking'

Salvatore Panza

1 Febbraio 2015 - Si beve per socializzare e stare in compagnia, ma spesso la regola è "sballarsi", divertirsi e fare casino. Ecco un nuovo must per i giovani che popolano le vie delle città il fine settimana. L'alcool viene utilizzato come mezzo utile per trasgredire. E' più facile,

infatti, da recuperare rispetto alle droghe, è socialmente più accettato, è sponsorizzato da continue campagne pubblicitarie che fanno apparire i protagonisti degli spot attraenti, disinibiti e alla moda. Il consumo di bevande alcoliche tra i giovani, purtroppo, è cambiato rispetto al passato.

Oggi si parla di "Binge Drinking" riferendosi alla tendenza ad assumere grandi quantità di alcolici nel corso della stessa serata o comunque in un breve periodo di tempo con l'effetto di ubriacarsi. Scende vertiginosamente anche l'età in cui avviene il primo contatto con le bevande alcoliche: fin dai 10-11 anni. L'alcol, al pari delle altre droghe, offre all'adolescente (con un ancora fragile e frammentato senso di identità) una modalità immediata e apparentemente "a costo zero" di sperimentare sollievo, disinibizione e benessere allontanandolo da problemi, insicurezze e sentimenti di inadeguatezza personali. Ma tutto questo è veramente a costo zero? Vediamo un po'...

Quali sono i pericoli diretti e indiretti dell'alcol? Il consumo di alcol in adolescenza è dannoso perché agisce su un sistema nervoso che ha una particolare vulnerabilità agli agenti tossici. Fino ai 18-20 anni, infatti, il cervello è in una fase di sviluppo e formazione e dunque l'assunzione di alcol in questa fascia di età può compromettere questo processo e limitare il raggiungimento delle piene potenzialità cerebrali. In particolare, le più recenti scoperte ci dicono che viene danneggiata la Corteccia Prefrontale (quell'area del cervello deputata al controllo inibitorio, alla capacità di fermarsi prima di agire impulsivamente). Ragione per cui l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) raccomanda la totale astensione dall'alcol almeno fino ai 15 anni. A ciò si aggiunga che bere alcol può avere effetti negativi sul fegato, sul pancreas, sul cuore, sulla capacità di giudizio e sulla memoria, in quanto il Binge Drinking nel medio termine può causare danni irreversibili all'ippocampo (una parte molto importante del nostro cervello deputata alla memoria). L'eccesso di alcool è inoltre alla base, come ci rammentano quotidianamente le cronache, di incidenti automobilistici, risse e omicidi.

Come si può intervenire? Con la prevenzione. È stato dimostrato che il comportamento dei genitori e la loro assunzione di bevande alcoliche influenza i figli, tanto che i ragazzi che consumano alcolici e vivono in famiglie in cui si beve molto sono di più rispetto a quelli che vivono in famiglie in cui i genitori consumano modeste quantità di alcol o non bevono. Questi dati dovrebbero farci riflettere sul modello di vita che trasmettiamo ai nostri figli.

E poi voglio rivolgermi direttamente a voi ragazzi: la migliore prevenzione la potete fare voi per voi stessi!! Le cellule nervose, sono le uniche cellule del nostro corpo che una volta perse non si rigenerano più: sappiate che ogni volta che vi "sballate" decidete deliberatamente di uccidere i vostri neuroni e di danneggiare in modo permanente le vostre abilità cognitive, la vostra intelligenza e la vostra felicità. A voi la scelta...

ABRUZZOWEB

TAGLIACOZZO: RIEMPIE DI BOTTE MOGLIE E AMICA, DENUNCIATO

TAGLIACOZZO – Ha picchiato a sangue le moglie e una sua giovane amica a casa di alcuni parenti.

È successo a Tagliacozzo. Protagonisti una coppia romana, 37 anni lui e 38 lei, da poco trasferitisi in Abruzzo e una 21enne del posto. Lui è stato denunciato mentre le due sono finite in ospedale: la moglie è ricoverata in neurochirurgia con una prognosi di 30 giorni, la ragazza ha ferite più lievi ed è stata già dimessa.

Stando ad alcune indiscrezioni, l'uomo avrebbe agito accecato dalla gelosia per una presunta relazione tra le due donne.

I fatti sono accaduti ieri sera. Verso le 22 l'uomo, in preda agli effetti dell'alcol, si è accanito con ferocia nei confronti della moglie e dell'amica, colpendole con calci e pugni in casa di alcuni parenti.

Le due donne, fuggite per strada, hanno chiesto soccorso ai passanti che hanno avvisato il 112. I carabinieri, immediatamente intervenuti, hanno condotto l'uomo in caserma, ancora in evidente stato di alterazione. Le due donne sono state invece trasportate presso l'ospedale di Avezzano. Successivamente anche l'uomo è stato condotto in ospedale per gli accertamenti relativi al tasso alcolemico.

ROMAGNANOI

L'odissea di una bimba tra l'alcol del padre e le violenze dei parenti

Inchiesta per abusi sessuali al culmine di un incubo durate sette anni

RIMINI 01/Febbraio/2015 - Un dramma familiare dove alcol e violenza hanno fatto da padroni per quasi sette anni. Un incubo a cui una giovane donna residente nel Riminese ha messo la parola fine solo quando ha avuto il coraggio di lasciare il suo compagno, un cinquantenne della provincia di Grosseto. Una relazione tormentata iniziata nel 2005 e finita nel 2011. Dalla loro unione nel 2006 è nata una bambina. I tre hanno vissuto fra la Toscana e Rimini, ma nell'autunno del 2011 la donna ormai esasperata dalle continue percosse, ricevute anche quando era incinta, e dopo aver vissuto per mesi in una casa famiglia, lo ha lasciato ed è tornata definitivamente in Romagna con la figlia.

L'ex compagno, un alcolista seguito dal Sert, non ha accettato la decisione dell'ex e nel periodo natalizio dello stesso anno ha fatto irruzione in casa della giovane e si è portato via la bambina. Un'azione che ha definitivamente gettato nello sconforto la ragazza, caduta poi in forte depressione. Una vera e propria odissea per la minore che, viste le condizioni del padre sempre ubriaco, è stata affidata ai servizi sociali e poi sistemata in casa di una cugina paterna. Fra le mura di questa nuova dimora la piccola potrebbe però aver vissuto nuove violenze. Il marito della cugina e un vicino di casa, entrambi 57enni, sono oggi indagati per atti sessuali con minori.

A far trapelare questo possibile orrore è stata due mesi fa la stessa bimba. Durante i lunghi mesi di distanza la mamma non ha mai smesso di telefonarle, non andava però nel Grossetano perché temeva il suo ex. Dopo aver ritrovato una sua stabilità - forte del sostegno di un uomo che ha sposato nel 2012 e da cui ha avuto un'altra figlia - all'inizio del 2013 ha dato il via alla richiesta dei ricorsi per l'affido. Due volte al mese vedeva così la bimba, che oggi ha otto anni, ma lo scorso novembre nel piccolo paese ha avuto la rivelazione choc: "Io non voglio che nessuno mi tocchi, ci sono degli uomini che mi toccano". Frasi pronunciate dalla figlia che hanno ghiacciato il sangue alla madre. La donna ha così cercato di far luce e la minore con spiegazioni dettagliate ha raccontato come il cugino e il vicino la toccassero nelle parti intime.

La madre ha fatto un esposto alla questura di Rimini, l'indagine è passata per competenza al pm di Grosseto ed è stato disposto l'incidente probatorio. Giovedì scorso il Gip ha conferito un incarico a un psicoterapeuta affinché possa effettuare i primi colloqui con la madre e i parenti e capire la natura della vicenda, oltre a valutare se la bambina potrà essere ascoltata. Il perito depositerà la sua relazione a maggio. Paradossalmente, in attesa degli sviluppi, la minore continua a vivere in casa dei parenti, a contatto con l'uomo che potrebbe averla molestata. Nel frattempo, a seguito dell'esposto, è stato aperto un procedimento penale nei confronti dell'ex per maltrattamenti in famiglia e una settimana fa la donna è stata ascoltata in Questura a Rimini per oltre tre ore, dove ha ripercorso tutte le aggressioni subite. Un mosaico di violenze che si sta componendo intorno a questa famiglia distrutta.

FOCUS.IT

L'alcol rallenta la guarigione?

Fare abuso di alcol certamente non fa bene. Ma è vero che tra i suoi effetti nocivi c'è anche il rallentamento della guarigione delle ferite?

Secondo uno studio della Loyola University di Chicago (Usa), l'abuso di alcol riduce la quantità di macrofagi, le cellule del sistema immunitario che funzionano come spazzini, inglobando e distruggendo microrganismi patogeni. Questo indebolisce le difese immunitarie, rende più lunghi i tempi di guarigione delle ferite, e aumenta il rischio di infezioni.

PELLE INDIFESA. Il team ha anche scoperto che l'eccessivo consumo di alcolici compromette la produzione della proteina MIP1 α , che richiama i macrofagi sul sito della ferita, rallentando così la loro azione protettiva e riparatoria. Inoltre, l'alcol riduce i livelli della Cramp, una piccola proteina presente nello strato più esterno della pelle, che uccide i batteri e favorisce la veloce guarigione delle ferite.